

Влияние рефлексии на интенсивность психических состояний студентов на семинаре

Чернов А.В.

(Казанский (Приволжский) федеральный университет)

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ. Исследовательский проект № 12-06-00043а

На наш взгляд, именно рефлексия оказывает наибольшее влияние на параметры переживаемых состояний. Способность осознать свои и чужие переживания, а также особенности учебной деятельности служит немаловажным условием для достижения студентами оптимального психического состояния. При этом учет специфики рефлексии позволит усовершенствовать процесс обучения, повысить его продуктивность.

Нами было проведено исследование с целью выявить особенности влияния процессов саморегуляции и рефлексии на интенсивность психических состояний студентов во время семинара. Всего в исследовании участвовало 140 человек в возрасте 18-20 лет, из них 72 – студенты-гуманитарии (отделение психологии Института педагогики и психологии КФУ) и 68 – студенты естественнонаучных специальностей Института вычислительной математики и информационных технологий КФУ. В процессе исследования нами были использованы следующие методики: 1. Методика А.В. Карпова и В.В. Пономаревой для диагностики общей меры развития рефлексии, включающая в себя диагностику рефлексии ретроспективной, актуальной и перспективной деятельности, в совокупности рассматриваемых нами в качестве рефлексии деятельности, а также коммуникативной рефлексии (Карпов А.В., 2005); 2. Методика уровня выраженности и направленности рефлексии М. Гранта, включающая шкалы социорефлексии и ауторефлексии (Карпов А.В., 2005); 3. Методика диагностики метакогнитивной включенности в деятельность (MAI), Schraw & Dennison (Карпов А.В., 2005); 4. Методика «Рельеф психического состояния личности» А.О. Прохорова (Прохоров А.О., 2004), позволяющая диагностировать основные параметры психического состояния: психические процессы, физиологические реакции, переживания и поведение личности.

В результате проведенного корреляционного анализа было обнаружено, что во время семинара имеется значительное число значимых взаимосвязей структур психических состояний и рефлексии. Здесь суммарный индекс взаимосвязей равняется 33. Наиболее выражена взаимосвязь состояний с физиологическими реакциями, а также параметром переживаний. То есть семинар является напряженной формой обучения для студентов, способствуя эмоциональному вовлечению их в процесс обучения. Активизируются также и параметр психических процессов, что связано с активным включением в учебный процесс основных когнитивных процессов. Однако совершенно незатронутым рефлексией остается параметр поведенческой активности.

С целью выявления особенностей влияния рефлексии на интенсивность психических состояний студентов нами был проведен дисперсионный анализ (ANOVA). Установлено, что на семинаре происходит снижение интенсивности практически всех параметров психических состояний под влиянием различных измерений рефлексии. С ростом уровня рефлексивности наблюдается снижение интенсивности состояний, причем это характерно для всех параметров, кроме поведения. Стоит подчеркнуть, что здесь в процесс взаимодействия вовлекаются также ауто- и социорефлексия, которые, в свою очередь, также снижают интенсивность состояния студентов. По-видимому, высокая степень осознания своих переживаний, а также выполняемой деятельности способствует более высокому контролю психического состояния. Обратное влияние на психические состояния оказывает лишь метакогнитивная включенность в деятельность.

Рассмотрим особенности влияния рефлексии деятельности на психические состояния студентов различных специальностей. В ситуации семинара у гуманитариев происходит снижение интенсивности состояния с ростом рефлексивности. Аналогична картина наблюдается и у естественников, однако они испытывают, в целом, более сильные переживания. Наиболее интенсивные состояния на семинаре свойственны студентам с низкой рефлексивностью, в то время как наименее интенсивные характерны для высокорефлексивных гуманитариев. Предложенная модель значима на уровне $p < 0,042$. Подобное влияние, помимо среднего по всем параметрам, характерно также на параметры физиологических реакций и переживания. Таким образом, семинарская форма учебного процесса имеет свои неповторимые характеристики для каждой из специальностей.

Аспирант кафедры
общей психологии ИПиП

Чернов А.В.

Научный руководитель, д.пс.н.,
профессор

Прохоров А.О.