

**Взаимодействие рефлексии, психических состояний
и когнитивных процессов в различных
ситуациях учебного процесса**
Чернов А.В.

Рефлексивность, выступая как синтез интегральных психических процессов, играет немаловажную роль во взаимодействии многих психических явлений [5]. Являясь важным опосредствующим звеном, рефлексивность оказывает влияние и на выраженность других свойств и на их взаимосвязь, что и было экспериментально обнаружено в работах Карпова А.В. [4,5,6]. Очевидно, что в учебной деятельности свойство рефлексивности в целом, а также различные его измерения (коммуникативное, регулятивное, когнитивное) имеют особую значимость, зачастую определяя результативную и процессуальную аспекты учебной деятельности [3]. Однако стоит помнить о неоднородности самого учебного процесса, наличия в нем не только лекционных, семинарских, но и экзаменационных ситуаций, что неизбежно сказывается на испытываемых студентами психических состояниях и на активации их когнитивных процессов.

В данной статье будут рассмотрены особенности взаимодействия психических состояний, когнитивных процессов (памяти, внимания, мышления) и различных аспектов рефлексивности в ситуациях лекции, семинара и экзамена. При этом учитывается, что степень напряженности ситуаций возрастает в условиях лекции-семинара-экзамена, что в свою очередь сказывается на психических состояниях, испытываемых студентами в различных ситуациях. Вероятно, что именно характеристики психического состояния, степень развития рефлексивности и особенности когнитивных процессов оказываются наиболее значимыми для достижения высоких результатов в учебном процессе. Для измерения уровня рефлексивности нами были использованы методики, как метакогнитивного, метарегулятивного, так и метакоммуникативного плана. Таким образом, рефлексия понимается нами,

вслед за Карповым А.В, как «полипроцессуальное образование психики, синтезирующее в себе целую систему метапроцессов» [4,стр. 20]. Были использованы следующие методики:

1.Методика Карпова А.В и Пономаревой В.В. для диагностики общей меры развития рефлексии, включающая в себя диагностику рефлексии ретроспективной, актуальной и перспективной деятельности, а также коммуникативной рефлексии.[5]; 2. Методика уровня выраженности и направленности рефлексии М. Гранта, включающая шкалы социорефлексии и ауторефлексии.[6]; 3. Методика диагностики метакогнитивной включенности в деятельность (МАИ).[6]; 4 Методика диагностики особенностей активизации рефлексии М. К. Тутушкиной; 5. Методика Г.С. Никифорова, позволяющая диагностировать индивидуальную меру развития процессов самоконтроля. [8]; 6. Методика диагностики стилевых параметров обучения А. Саломона и Р. Фелдера.[6]; 7. Методика выявления аналитико-синтетических способностей Р. Гарднера. [2]; 8. Методика «Рельеф психического состояния личности» А.О. Прохорова [7]; 9. Различные методики диагностики когнитивных процессов (памяти, внимания и мышления)[1].

Исследуемую выборку составили студенты 2-го курса факультета психологии КФУ в возрасте 18-19 лет в количестве 32 человек. В результате проведенного исследования были получены следующие данные. В ситуации лекции студентам свойственны состояния пониженной психической активности (утомление, сонливость). На семинаре студенты чаще всего испытывают оптимальные психические состояния (заинтересованность, спокойствие). В ситуации экзамена студентам свойственны состояния повышенной психической активности (тревога, волнение).

Статистически значимой взаимосвязи психических состояний и рефлексии в ситуации лекционного занятия установить не удалось. Вероятно, это связано с низким уровнем самих состояний, что не позволяет в полной мере осознавать ситуацию и свое состояние. Среди когнитивных процессов отметим

логичность мышления: чем она выше, тем ниже уровень активности студентов. Это можно объяснить тем, что высокая степень умственных затрат в стремлении понять материал вызывает усталость.

Гораздо более насыщенными выглядят результаты корреляционного анализа в ситуации семинара. Здесь имеются многочисленные взаимосвязи психических состояний и различных измерений рефлексивных процессов. В то же время следует отметить, что отсутствуют достоверные связи психических состояний и регулятивного аспекта рефлексии. По-видимому, это связано с тем, что в данной ситуации от студентов требуется не регулировать свое состояние, а наоборот, активно включаться в деятельность и взаимодействие. Остальные же виды рефлексии характеризуются обратной связью с состояниями студентов. Высокая рефлексивность деятельности и общения сопровождается низкими показателями по всем параметрам состояний. Высокая степень рефлексии, вовлеченность в осмысление деятельности и коммуникации, «погруженность в себя», возможно, приводит к скованности и не дает возможности раскрепоститься, проявить себя. Этот вопрос требует дальнейшего рассмотрения, поскольку возможно и влияние самих психических состояний на рефлексивность студентов. Сказанное выше подтверждается еще и тем фактом, что концентрация внимания связана с состояниями аналогичным образом, чем она выше, тем ниже энергетический уровень психических состояний.

Рассматривая особенности психических состояний в ситуации экзамена, отметим, что здесь наблюдается не столь тесная взаимосвязь параметра переживания со всеми остальными, структура менее интегрирована, нежели в остальных ситуациях учебного процесса. Вероятно, что подобная напряженная ситуация сказывается в первую очередь именно на данном параметре. Обращает на себя внимание небольшое количество значимых связей психических состояний и рефлексии – лишь интегральный показатель уровня рефлексивности, а также рефлексия прошедшей и настоящей деятельности

связаны с состоянием. Причем в большей степени это относится именно к шкале переживания, то есть, высокая степень погруженности в процесс экзамена и концентрация на припоминание прошлого материала отчетливо соотносится со скованностью, пассивностью и напряженностью переживаний у студентов. Присутствует здесь и регулятивный аспект рефлексии, а именно, положительная связь склонности к общему самоконтролю и самоконтролю в эмоциональной сфере с параметрами психических процессов и физиологических реакций. Таким образом, высокий уровень самоконтроля становится необходимым условием хорошего самочувствия и активизации психических процессов. Отметим также, что аналитичность, как когнитивный стиль, положительно связан с психическими состояниями на высоком уровне значимости, тогда как синтетичность имеет обратную связь. Аналитический стиль основывается на исследовании деталей изучаемого предмета, а не понимании его в целостности, что предполагает более поверхностное познание предмета. Тогда как в синтетическом мышлении для понимания материала необходимо пройти всю цепочку логических рассуждений. Высокая аналитичность позволяет не вникать в детали проблемы, что можно соотнести с низким уровнем рефлексивности, о чем свидетельствуют отрицательные взаимосвязи между ними и положительные с психическими состояниями на экзамене. Синтетичность же, напротив, как и рефлексивность, негативно отражается на параметрах испытываемых состояний. Таким образом, аналитический стиль характерен для студентов, испытывающих состояния высокого энергетического уровня, сосредоточенных и мобилизованных, тогда как синтетичность – для лиц с высоким уровнем рефлексивности в деятельности, испытывающих состояния пониженного энергетического уровня.

Что касается когнитивных процессов в ситуации экзамена, то здесь необходимо выделить оперативную память, как наиболее важный элемент, а также механическую память и логичность мышления. Все они напрямую связаны с параметрами психических процессов на высоком уровне значимости. Менее всего взаимосвязана с ними шкала переживания. Оперативная память

является наиболее важным элементом для успешной сдачи экзамена, поскольку она имеет высокую положительную корреляцию со всеми шкалами психических состояний, а также со средним значением по всем шкалам. Для состояний повышенного энергетического уровня свойственно также подключение механической памяти и логики мышления.

Итак, каждая ситуация учебного процесса обладает своим неповторимым набором характеристик. В ситуации лекции студентам свойственны состояния пониженной психической активности, которые связаны с высокой логикой мышления. На семинаре студенты чаще всего испытывают оптимальные психические состояния и обнаружены достоверно значимые связи их с рефлексивными процессами. Особо важное значение здесь играет коммуникативное измерение рефлексии студентов. В ситуации экзамена студентам свойственны состояния повышенной психической активности и высокие показатели оперативной и механической памяти. Подчеркнем, что здесь студенты, в основном, обращаются к рефлексии прошедшей и настоящей деятельности.

Литература

1. Бодалев А.А., Столин В.В. Психодиагностика. М.: МГУ, 1977. 280с.
2. Болотова А. К., Макарова И. В. Прикладная психология: Учебник для вузов. - М.:Аспект Пресс, 2001.– 383 с., С 122-124.
3. Зак А.З. Проблемы экспериментального изучения рефлексии // Исследования рече-мысли и рефлексии. Алма-Ата.: КГУ, 1976.
4. Карпов А.В. Закономерности структурной организации рефлексивных процессов // Психологический журнал. 2006. т. 27. № 6. стр. 18-28
5. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: Институт психологии РАН, 2004. 450 с.

6. Карпов А.В., Скитяева И.М. Психология метакогнитивных процессов личности. М.: Изд-во «Институт психологии РАН, 2005 , 352 с
7. Методики диагностики и измерения психических состояний личности/Автор и составитель А.О. Прохоров. – М.:ПЕР СЭ, 2004.-176с.
8. Никифоров Г.С. Самоконтроль человека. Л.: ЛГУ, 1988. 157 с.