

УДК: 159.92:37.03+152.2+155.25

С 32

Тетяна СЕРГЕЄВА

## ЕКЗИСТЕНЦІЙНИЙ БЛОК ЕКО-ГУМАНІСТИЧНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ САМОРОЗВИТКУ

*У статті презентовано зміст екзистенційного блоку еко-гуманістичної технології саморозвитку особистості студента (ЕГТСР) як базового. На його основі здійснюється розвиток у соціальному та професійному блоках. Констатовано, що у межах блоку оцінюється індивідуальний рівень розвитку особистості студента та розвиваються екзистенційний досвід, когнітивний стиль, мотивація саморозвитку, когнітивні та особистісні ресурси, самооцінка, вміння самостійно ставити мету і ефективно керувати часом.*

***Ключові слова:** еко-гуманістична технологія саморозвитку, екзистенційний блок, розвиток особистості.*

**Постановка проблеми.** Сучасні тенденції розвитку вищої освіти в Україні засвідчують важливість не лише підготовки майбутнього фахівця до реалізації професійних функцій, але й забезпечення його особистісного зростання. Професійне самовизначення в юнацькому віці є результатом пошуку особистістю сфер для самореалізації та самоствердження. Можливості, які надає студентові навчання у ВНЗ, ґрунтуються на смислотворювальних компонентах професійного вибору. У контексті цього особливої актуальності набувають питання саморозвитку особистості у межах екзистенційного навчального середовища. Необхідність спеціальної розробки технології саморозвитку особистості студента має як теоретичне, так і прикладне значення. Адже обґрунтування концептуальних основ становлення особистісних смислів майбутніх фахівців повинно знайти своє відображення

у реальних проектах освітнього середовища, яке забезпечує саморозвиток студентів.

*Аналіз останніх досліджень і публікацій.* Останнім часом значно посилюється інтерес науковців до питань розробки технологій у межах різноспрямованих концепцій та підходів, де ідея саморозвитку є провідною. Нами [1; 2] запропонована оригінальна концепція еко-гуманістичної технології саморозвитку, на основі якої розробляються проблеми професійного, соціального та екзистенційного розвитку особистості. На наш погляд, саме екзистенційний блок є першопричиною прагнення особистості до змін.

*Мета статті* полягає у розкритті сутнісних характеристик і змісту екзистенційного блоку в еко-гуманістичній технології саморозвитку студента.

Екзистенційний блок саморозвитку виконує роль базового в еко-гуманістичній технології саморозвитку ЕГТСП [1]. Саме він створює основу для розвитку екзистенційної, соціальної та професійної компетентностей. Значущість екзистенційного блоку зумовлена тим, що він задає стратегічне когнітивно-сміслові орієнтування на саморозвиток.

У межах концепції когнітивного виховання були поставлені завдання: виховати особистісні смисли; знайти або розробити стратегії саморозвитку в контексті еко-антропної взаємодії [2, 183 – 185] на основі метакогнітивних знань [2, 241 – 244]. В екзистенційному блоці цій меті слугувала стратегічна модель саморозвитку, в якій відображені: екзистенційний процес саморозвитку [2, 185 – 188] та психологічні механізми діяльності [2, 188 – 193], врівноваження [2, 193 – 220], стратегічного когнітивно-сміслового орієнтування [2, 200 – 215] та оптимальної автоматизації [2, 215 – 220].

Основна навчальна стратегія полягала в тому, щоб, використовуючи таку початкову суперечність, як амбівалентне прагнення до збереження і розвитку, що породжує закономірне прагнення індивіда до зв'язності, виводити його на новий рівень розвитку через усвідомлення розриву між “Я-реальним” – “Я-необхідним суспільству” – “Я-ідеальним” у контексті усвідомлення взаємозв'язків і взаємозалежностей феноменологічної, об'єктивної та духовної реальностей.

У процесі пошуку стратегії, що здатна забезпечити гармонійне існування індивіда в реальних умовах інтенсивних соціальних трансформацій, де “Я-ідеальне” представлено, як “Я-що розвивається”, була знайдена стратегія, що розкриває сутність процесу саморозвитку як екзистенційного сенсу життя, що реалізується в ході еко-антропної взаємодії (з широким розумінням “еко” як природного, соціального, культурно-освітнього та духовного середовища). Подолання розриву між “особистісними смислами – внутрішніми ресурсами – зовнішніми умовами” було основним змістом діяльності, в процесі якої відбувався саморозвиток. Детермінуючим чинником його ефективності була широта когнітивно-сислового орієнтування студента.

У межах реалізованого холістського підходу використовувалася взаємозалежність ставлення до реальності, відображення реальності і взаємодії з реальністю. Була забезпечена синергетична взаємодія смислової, когнітивної та діяльнісної складових. Їх повне охоплення реалізоване в межах метакогнітивного підходу на основі: а) знань про середовище; (цінності, зовнішні ресурси, потреби); б) знань про себе (особистісні смисли, Я-концепція, внутрішні ресурси); в) знань про взаємодію (психологічні закономірності).

Усі ці знання були інтегровані в Індивідуальній когнітивно-сислової структурі (ІКСС), яка цілеспрямовано формується на основі психологічної метакомпетентності та навчальної стратегії саморозвитку, що забезпечує синергетичний розвиток “особистісних смислів – внутрішніх ресурсів – зовнішнього середовища”. Результатом такого підходу стає послідовний розвиток: особистісних смислів – когнітивних ресурсів – способів діяльності – здібностей – особистісних якостей. Усе це створює умови для нового витка розвитку по спіралі.

Сутнісною особливістю підходу є те, що спочатку формується когнітивно-сислове орієнтування студента (ІКСО), яке детермінує ефективність його саморозвитку. Причому таке орієнтування дається не в готовому вигляді, а виводиться самим студентом на основі рефлексії його індивідуального досвіду, “накладеного” на суспільно вироблений досвід у контексті особистісних смислів. На метарівні розкриваються загальні закономірності, які фільтруються

через індивідуальний досвід для вилучення індивідуальної користі з суспільно виробленого досвіду.

Ключовим моментом стає рефлексія досвіду, що пропускається через когнітивно-смісловий фільтр (ІКСФ) значущих чи незначущих для індивіда подій. Саме цей процес детермінує амплітуду розвитку, що підтверджує значущість широти стратегічного орієнтування і екзистенційного контексту запропонованих завдань. Сутнісним моментом зближення індивідуальних смислів і суспільної значущості є формування значущого через розвиток психологічної компетентності (концептуалізація) і збагачення досвіду за допомогою успішних для реалізації смислів способів діяльності (практика). При такому підході теорія і практика в “колі пізнання” є діалектичною єдністю синергетичної взаємодії.

Психологічне значення смислового фільтру потоку подій полягає у тому, що навчальний матеріал, отримуючи статус невинного, проникає в структуру (модель, схему), яка використовується для накладення на потік подій. Але щоб вивести особистість на новий рівень зв’язності такий “невипадковий” матеріал повинен мати особливу властивість: реалізовувати екзистенційні смисли особистості в самому процесі розв’язання проблем, що виникають (задані в умовах навчання). Тобто когнітивний і смісловий плани мають збігатися. Причому нова структура (модель, схема) повинна забезпечити вищу екзистенційну ефективність, ніж попередня. Тоді виникає мотивація повторення успішних дій, що приводить до закріплення утворених зв’язків, і як наслідок до переструктурування або повної заміни колишніх структур (моделей, схем).

Для цих цілей моделюється екзистенційне навчальне середовище (умови), в межах якого є можливість вибору стратегій (навчання), що задовольняють особистісні смисли (виховання). Екзистенційні умови саморозвитку представлені у таких форматах:

1) інтерактивні метакогнітивні модулі [1], що моделюють екзистенційні умови набуття індивідуального досвіду відповідно до стадій “кола пізнання”: досвід – рефлексія – концептуалізація – практика/план дій;

2) карта індивідуального розвитку (КІР) [2, 299 – 308] – навчальний інструмент, що моделює екзистенціальну ситуацію, у якій є можливість свідомого вибору індивідуальних стратегій

саморозвитку, і, відповідно, прийняття відповідальності за свої успіхи;

3) предметні завдання, що моделюють екзистенційну ситуацію свідомого вибору стратегій вирішення, що зумовлюють різний рівень розвитку.

Процес розвитку в межах ЕГТСТР проходить такі етапи: досвід – рефлексія – смисл – знання – спосіб діяльності – автоматизація – здібності – якості – смисл. Розглянемо їх детальніше:

1) етап досвіду, який отримується у ситуації взаємодії, коли ситуація створює проблему, мотивуючи потребу в розвитку або внутрішні смисли підтримують безперервний процес розвитку;

2) етап рефлексії, який пов'язаний з визначенням відповідності ресурсів смислам, у результаті чого виникає напруга дисбалансу (дельти), суперечність, що породжує внутрішній мотив розвитку;

3) етап концептуалізації, в якому знання або концепція представлені у формі способів діяльності або у вигляді прототипів (при ініціації ситуацією) або у вигляді зняття напруги і відновлення рівноваги (при ініціації екзистенційними смислами);

4) етап практики, який пов'язаний з автоматизацією у результаті частого повторення успішних способів діяльності, зумовленого смислами;

5) етап інтеграції в особистісні ресурси здібностей і якостей особистості, тобто розвиток ресурсного потенціалу студента, що створює нові умови для розвитку його особистісних смислів.

Мета запропонованої моделі в ситуації навчання – забезпечити ефективність процесу саморозвитку за рахунок реалізації таких завдань:

- для першого етапу – сформувати “широкий” фільтр (когнітивно-смислового орієнтування), здатний забезпечити умови синергетичного саморозвитку екзистенційно ефективною і моральною особистості;

- для другого етапу – забезпечити метакогнітивне орієнтування для адекватної оцінки своїх можливостей (ресурсів) у світлі особистісних смислів і наявних умов у контексті смислового орієнтування на саморозвиток, що уможливило забезпечення і підтримку постійно діючої мотивації саморозвитку;

- для третього етапу – забезпечити ефективними стратегіями врівноваження “смислів – ресурсів – умов”;

- для четвертого етапу – створити умови застосування необхідних (цільових) способів діяльності в різноманітних ситуаціях (вправах), з метою їх автоматизації та інтеграції в особистісні ресурси студента у вигляді здібностей і якостей.

Якщо накласти цю схему на “сходи компетентності” і “коло пізнання”, то перший етап починається зі ступеня неусвідомленого незнання і фази досвіду; другому етапу відповідає щабель усвідомленого незнання і фаза рефлексії; третьому етапу – щабель усвідомленого знання і фаза концептуалізації; четвертому етапу – щабель неусвідомленого знання і фаза практики.

Отже, процес особистісного розвитку в межах ЕГТСП здійснюється через: а) формування смислів (виховання); б) забезпечення стратегіями (навчання); в) моделювання умов (екзистенційного середовища навчання); г) пошук або формування способів діяльності, які задовольняють смисли.

Тепер розглянемо як конкретно принципи когнітивного виховання реалізовувалися нами в межах екзистенційного блоку саморозвитку ЕГТСП.

Розвиток екзистенційно значущих смислів, компетентностей, здібностей і якостей відбувається у відповідних модулях блоку, кожен з яких орієнтований на конкретний зміст, у контексті загального стратегічного орієнтування на саморозвиток. Формування цільових ресурсів реалізується на основі:

- введення психологічних принципів для забезпечення можливості цілеспрямованого саморозвитку, як в умовах навчання, так і в ситуаціях повсякденності;

- усвідомлення індивідуального досвіду як внутрішнього ресурсу, який слугує основою і орієнтує в майбутньому розвитку;

- усвідомлення індивідуального когнітивного стилю як внутрішнього ресурсу, що є основою обробки інформації;

- усвідомлення того, що мотивує зараз і створення плану дій для розвитку майбутньої мотивації і задоволеності в роботі і житті;

- компетентності в сфері самооцінки своїх індивідуальних ресурсів, постановки цілей і розробки плану їх реалізації;

• компетентності в управлінні часом за допомогою визначення ключових сфері діяльності, “викрадачів часу”, встановлення пріоритетів, делегування і планування.

Когнітивною основою формування здатності до саморозвитку є усвідомлення механізму саморозвитку в умовах повсякденності; ключової ролі взаємодії свідомості та поведінки в саморозвитку; рушійних сил саморозвитку; чинників, що визначають ефективність саморозвитку, а також чинників, що зумовлюють формування здібностей і якостей.

Формування особистісного смислу саморозвитку відбувається у результаті усвідомлення розриву між поточним і потрібним станом розвитку особистісних ресурсів. Розрив вказує на зону індивідуального розвитку. Ідентифікація ресурсів здійснюється у професійному, соціальному і екзистенційному контекстах. Ідентифікуються такі особистісні ресурси, як: а) складність індивідуальних когнітивних схем; б) рівень розвитку компетентностей; знань; практичних, розумових, креативних і комунікативних навичок; ключових досягнень; здібностей; особистісних якостей; прихованих талантів; в) мотивуючі чинники навчання; г) персональні мотиви в контексті характеристик майбутньої роботи і задоволеності діяльністю; д) індивідуальний досвід; е) стиль навчання; ж) навички управління часом.

Для розвитку індивідуальних ресурсів варто використовувати суспільно вироблений досвід. Студенти мають право вільного вибору тих методик та інструментів, які підходять їм особисто. У межах блоку вони мають можливість освоїти: 1) методику аналізу історії розвитку як конкретної людини, так і цілої організації; 2) методику аналізу як власного досвіду, так і досвіду інших людей; 3) системний підхід до аналізу мотивації; 4) методику, що уможливорює визначити відповідність стратегій розвитку рівню наявної мотивації; 5) методи практичного використання мотивації як у робочій ситуації, так і в особистому житті; 6) методику постановки і конкретизації цілей; 7) методику вибору пріоритетів для максимізації своєї ефективності.

Для самостійного управління процесом саморозвитку студенти отримують конкретні інструменти. До них належать: методика побудови “графіка життя”; модель екзистенційного кола саморозвитку; модель механізму діяльності; модель механізму

врівноваження смислів – ресурсів – умов; модель стратегічного когнітивно-сислового орієнтування; модель механізму автоматизації; техніка мозкового штурму; мнемоніка SMARTER; SWAT аналіз; модель “Сходи компетентності”; модель “Коло навчання”; модель “Стиль пізнання”; інструмент “Індивідуальний щоденник навчання”; модель “Циклічний процес мотивації”; інструмент “Графік особистої мотивації”; модель “Ієрархія потреб”; список “Характеристики роботи”; інструмент “Процес планування”; списки якостей, навичок, досягнень; техніка “Портфоліо ресурсів”; техніка “Персональний лист ресурсів”; опитувальник “Саморозвиток”; техніка “Симптоми неправильного управління часом”; принцип Парето; техніка “Джерела управління часом”; журнал “Обліку часу”; профіль управління часом; техніка “Сітка пріоритетів”; техніка “Парне порівняння”; техніка делегування.

На основі набутого досвіду і за допомогою наявних інструментів студенти здійснюють різноманітні практики і виконують вправи. До таких належать: практика “Побудови графіка життя”; рольова гра “Оптимізація індивідуальної стратегії саморозвитку”; практика “Спеціаліст майбутнього”; практика “Переваги навчання”; практика “Індивідуальний досвід навчання”; практика “Як змусити мотивацію працювати на себе?”; рольові ігри, засновані на техніках SMARTER і SWAT аналізу; практика “Цілі життя і кар’єри”; практика “Постановка мети”; вправа “Аналіз роботи”; практика “Ефективне управління часом”; практика “Аналіз журналу обліку часу”; практика “План дій з управління часом”; практика “Визначення пріоритетів”.

У результаті студенти

1) знаходять стратегічне когнітивно-сислове орієнтування у процесі саморозвитку;

2) здатні вибрати оптимальну стратегію і знаходять досвід оптимізації самого процесу саморозвитку;

3) здатні управляти саморозвитком в ситуаціях повсякденності;

4) можуть використовувати суспільно вироблені теорії для визначення власної мотивації і мотивації своїх можливих колег чи підлеглих у майбутній професійній діяльності;

5) розвивають здатність до самопізнання та адекватної рефлексії;

6) удосконалюють самооцінку;



7) виробляють набір опцій для реалізації особистісних смислів саморозвитку;

8) виробляють стратегію постановки та реалізації цілей;

9) можуть розробити індивідуальний план і програми дій;

10) створюють план дій з реалізації поставлених цілей, на основі оцінки реальної ситуації і вимог;

11) здатні аналізувати індивідуальний досвід з метою виявлення закономірностей індивідуального розвитку, що дають змогу втілити надбані знання у конкретних діях з саморозвитку;

12) використовують екзистенційний досвід як засіб навчання;

13) розробляють стратегію навчання;

14) можуть визначити фактори, що впливають на ефективність навчання;

15) можуть ідентифікувати стратегію навчання, збалансовану відповідно до індивідуального когнітивного стилю, і стратегію саморозвитку, відповідну індивідуальному стилю навчання та рівня компетентності;

16) можуть розробити індивідуальний план дій з управління часом, встановленню пріоритетів і делегуванню;

17) планують, відстежують і оцінюють ефективність своїх дій.

Блок саморозвитку представлений у форматі модулів інтерактивного метакогнітивного комплексу (ІМК), де студент виступає активним учасником освітньої взаємодії. Розглянемо структуру модулів ІМК:

1. Орієнтування у модулі, яке відображає: а) назву модуля; б) цілі навчальної діяльності; в) практичне застосування отриманої компетенції; г) матеріали, стратегії та інструменти, що використовуються; д) опис етапів роботи під рубрикою “Що відбувається”.

2. Модуль у форматі екзистенційного кола саморозвитку, яке трансформоване в коло навчання, що включає такі етапи: 1) введення у проблему (селекція важливого); 2) визначення зони індивідуального розвитку (оцінка можливого); 3) вибір; 4) практика (дія); 5) узагальнення та розробка програми дій (автоматизація).

Тепер наведемо узагальнений, а потім докладний виклад принципів і прийомів розвивального впливу. Почнемо з підходів до формування стратегічного когнітивно-смыслового орієнтування і подальшого розвитку цільових метахарактеристик.

У блоці спочатку формується стратегічне когнітивно-сміслові орієнтування:

а) сміслові орієнтування на саморозвиток створюється у процесі аналізу умов екзистенційного, соціального і професійного успіху в період інтенсивних соціальних і технологічних трансформацій. За допомогою екстеріоризації та аналізу індивідуального досвіду в контексті професійної, соціальної та екзистенційної ефективності усвідомлюється потреба в дослідженні закономірностей процесу власного розвитку з метою підвищення своєї ефективності, що, зі свого боку, приводить до розуміння ролі саморозвитку;

б) когнітивне орієнтування формується на основі “психологічної метакомпетентності”, яка розкриває закономірності процесу саморозвитку. Основним інструментом тут виступає техніка накладання індивідуальних когнітивно-сміслових структур на суспільно вироблені [2, 288 – 299]. Вона дає змогу екстеріоризувати індивідуальні структури, перевести їх на зрозумілу мову суспільно виробленого досвіду, визначити зони індивідуального розвитку і, в разі необхідності, скоригувати або розширити власний досвід. Суспільно-вироблений досвід представлений у форматі динамічних моделей. Перед студентами постає завдання виділити на суспільно вироблених моделях, що відображають психологічні механізми саморозвитку [2, 183 – 220], ті об’єкти і зв’язки між ними, які враховуються ними в реальних життєвих ситуаціях. Такий прийом допомагає визначити і виміряти складність індивідуальних когнітивно-сміслових структур, а потім заповнити індивідуальні когнітивні “провали”, які можуть стати перешкодою на шляху ефективного саморозвитку.

Уся подальша діяльність студентів здійснюється вже у контексті спочатку сформованого когнітивно-сміслового орієнтування на основі “екзистенційної моделі навчання” у форматі інтерактивних лекцій. А саме:

1. Селекція важливого: створюється ситуація, в межах якої студент усвідомлює особистісний смисл використання конкретних внутрішніх ресурсів у реальних умовах його життєдіяльності.

2. Оцінка можливого: у контексті усвідомленої потреби аналізується стан розвитку внутрішніх ресурсів (досвіду, мотивації, цілей, компетентностей, здібностей, якостей, навичок, стилю

пізнання), їх відповідність вимогам наявної ситуації і визначається зона індивідуального розвитку.

3. Вибір: у контексті потреб індивідуального розвитку розглядаються різні підходи (концепції), на основі яких можна відновити виявлений дисбаланс між рівнем розвитку внутрішніх ресурсів та вимогами наявної ситуації і вибирається (розробляється) стратегія дій.

4. Практика: створюються ситуації, в межах яких студенти на практиці перевіряють ефективність обраних стратегій для задоволення виявленої потреби в розвитку внутрішніх ресурсів.

5. Автоматизація: здійснюється перенесення обраної ефективної стратегії в реальні умови життєдіяльності і, як результат їх автоматизація та інтеграція у внутрішні ресурси. Усе це відбувається на основі спеціально розробленого плану реальних практичних дій.

Самостійне управління (відстеження, оцінка і контроль) процесом власного розвитку, як в умовах навчання, так і в реальних умовах життєдіяльності здійснюється за допомогою спеціальних інструментів: “Методики накладення когнітивних схем” [2, 288 – 299], “Карти індивідуального розвитку” [2, 299 – 308], комп’ютерної програми побудови профілів [2, 308 – 317], “Матриці комплексного розвитку” [2, 288 – 299], “Щоденника навчання” [2, 377 – 383], інструментарію метакогнітивних лекцій [1] – це все те, що дає змогу здійснити не лише управління, але і дослідження процесу власного розвитку.

**Висновки.** Отже, еко-гуманістична технологія саморозвитку (ЕГТСР) складається з трьох блоків: професійного, соціального і саморозвитку. У межах базового блоку саморозвитку формується стратегічне когнітивно-сміслове орієнтування екзистенціального рівня, на основі якого здійснюється розвиток у соціальному і професійному блоках.

Блок складається з модулів, у межах яких здійснюється розвиток смислів, компетентностей (знань, умінь, навичок), здібностей і якостей у контексті стратегічного когнітивно-сміслового орієнтування блоку.

У блоці саморозвитку оцінюється індивідуальний рівень і розвиваються: екзистенційний досвід; когнітивний стиль; мотивація саморозвитку; когнітивні і особистісні ресурси; самооцінка і вміння ставити цілі й ефективно керувати часом. Здатність до

самооцінки і творчих рішень у взаємодії з іншими, а також введення морального виміру способів вирішення розвивається у всіх блоках.

Блок саморозвитку представлений модулями інтерактивного метакогнітивного комплексу, в яких студент бере активну участь у навчальній взаємодії.

Крім змістових модулів, кожен блок має модуль самоврядування, який дає змогу відстежувати, контролювати та оцінювати ефективність власного розвитку. Для цих цілей розроблено цілу низку оригінальних інструментів, які служать, як цілям “квазідослідження” (відстеження студентами процесу свого розвитку, яке дає змогу на основі власного досвіду розкрити закономірності процесу саморозвитку і навчитися керувати ним), так і науково-експериментального дослідження, що дає можливість розкрити психологічні закономірності цілеспрямованого саморозвитку в умовах навчання у ВНЗ.

*Подальше дослідження* окреслених питань ми вбачаємо у розкритті екзистенційної ефективності студентів у повсякденному житті, при визначенні життєвих та професійних перспектив.

### Література

1. Сергеева Т.В. Эко-Гуманистическая технология саморазвития : [монография] / Т.В. Сергеева. – Х. : АП “Блок”, 2010. – 215 с.
2. Сергеева Т.В. Эко-Гуманистическое саморазвитие : [монография] / Т.В. Сергеева. – Х. : АП “Блок”, 2009. – 547 с.

**Сергеева Татьяна. Экзистенциальный блок эко-гуманистической технологии саморазвития.** В статье представлено содержание экзистенциального блока эко-гуманистической технологии саморазвития личности студента (ЭГТСР) как базового. На его основе происходит развитие в социальном и профессиональном блоках. Констатируется, что в рамках блока оценивается индивидуальный уровень развития личности студента, и развиваются экзистенциальный опыт, когнитивный стиль, мотивация саморазвития, когнитивные и личностные ресурсы, самооценка, умение самостоятельно ставить цель и эффективно управлять временем.

**Ключевые слова:** эко-гуманистическая технология саморазвития, экзистенциальный блок, развитие личности.

**Serheeva Tetyana. Existential unit of eco-humanistic technology of self-development.** The existential unit is basic in eco-humanistic technology of self-development of student's personality. The development in social and professional units is realized on its basis. Within the unit the individual level of student's personality development is estimated and the existential experience, cognitive style, self-development motivation, cognitive and personal resources, self-evaluation, the ability to set a goal independently and to manage time effectively are developed.

**Key words:** eco-humanistic technology of self-development, existential unit, personality development.