Ю. М. Лотоцька

ТЕХНОЛОГІЯ СТВОРЕННЯ МОТИВУЮЧОГО ДО РОЗВИТКУ ВІРТУАЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

Презентовано підхід створення мотивуючого впливу в дистанційному форматі. Використано технологічно-проектувальну парадигму розвитку дорослих. Виділено ключові мотиваційні аспекти, що впливають на ефективність роботи з дистанційними курсами (на базі системи керування навчанням Moodle), на прикладі власних розробок (дистанційний курс "Успіх").

Ключові слова: дистанційний курс розвитку "Успіх", психологія життєвої успішності, мотиваційні аспекти у дистанційних курсах розвитку.

Проблема. Світ рухається в бік розвитку віртуального товариства, головними словами сучасності стали "глобалізація", "медіалізація", улюбленими префіксами "над, через і швидко". І для прибічників "віртуалізації" суспільства, і для опонентів безперечними є зміни, які відбуваються в комунікаціях, освіті, суспільстві. Працюючи над нашим науково-дослідницьким проектом "Психологічні компетенції успішності", ми на собі відчули всі складнощі нового формату роботи, вимогу до нових інструментів впливу у форматі дистанційних курсів. За статистикою, зі 100% тих, хто розпочинав дистанційне навчання, до успішного його закінчення доходять не більше 15%. Нам вдалося підвищити цей показник майже до 40%. Ми вважаємо це цікавим психологічним феноменом, а найголовнішим засобом підвищення зазначених відсотків – технологію створення мотивуючого до розвитку віртуального середовища.

На принципах проектно-технологічної методології ми розробили дистанційний курс розвитку життєвої успішності (автор проекту Юнона Лотоцька), його учасники – міжнародна група (з 9 країн) 350 осіб віком від 20 до 65 років, його дистацнійну версію – курс ДКР "Успіх" (автор і куратор проекту Юнона Лотоцька, експертна група: Марина Смульсон, Павло Дітюк, Іван Лотоцький, Олена Іванова та ін.), він працює з 2011 р. Для демонстрації нашого підходу ми використаємо одне з занять "Моя модель світу: мотиваційно-ціннісні аспекти" установчої сесії "Усвідомлення власної моделі життєвих виборів" [1; 3; 5].

Загальновідомі критерії ефективності навчання, зібрані нами із сучасних описів, та найбільш впливові для підвищення ефективності у подібних курсах:

1. Особистісний фактор – вплив особистості тренера-ведучого через професійність, гнучкість зміни стратегії поведінки ведучого та

вибір інструментарію впливу. Також емоційний вплив, що створює мотиваційне середовище для бажаних змін, так звана "харизма", та особистісний приклад – тренер як взірець для копіювання певних моделей поведінки.

2. Групова динаміка, вплив групи (синергія, розвиток рефлективності, розширення картини світу та власного досвіду через спостерігання, активний обмін досвідом, спеціально скеровані комунікації, людські стосунки).

3. Зворотний зв'язок (вагомий емоційний вплив, високий рівень емоційної реакції, індивідуальний та своєчасний підхід "людина – людина").

Перелічені фактори є важливими агентами впливу, а отже, важливим і актуальним є завдання збереження цих аспектів при трансформації тренінгової програми в дистанційний формат. З цього логічною є така *мета дослідження* – виділити психолого-педагогічні принципи створення мотиваційного середовища в курсах розвитку і презентувати розроблену модель "перекладу" психотехнологій з тренінгового до дистанційного формату зі збереженням інтерактивності, мотиваційного впливу і суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Наш експериментальний проект ґрунтується на проектувально-технологічній парадигмі експериментальної роботи. Ми послуговувалися парадигмою психологічного впливу А. Адлера, Е. Берна та авторськими теоріями трансформацій ментальних моделей (модель життєвих виборів, інтелектуальна псевдомодель, свідоме керування змінами за методикою "Дороги життя" тощо), некласичними філософськими теоріями, такими як сучасний постмодернізм. Враховуючи наведене вище, при перекладі чи певній трансформації технологій до дистанційного формату психологічної роботи з дорослими нам важливо зберегти базові засади, принципи роботи та створити мотивуючий простір у нашому ДКР "Успіх". Тому ми провели дворівневий експеримент: тренінгова і дистанційна групи протягом року проходять авторську програму розвитку психологічних компетенцій "Успіх".

Заняття "живої" групи передували дистанційним заняттям на 4–6 тижнів. Експертна група проекту робила заміри після кожного заняття і порівнювала результати груп. Метою порівняння було максимальне відтворення трансформаційного простору тренінгів програми "Успіх" (що відзначено статистичними даними та суб'єктивними відгуками учасників) у ДКР "Успіх"ТМ.

Після перших сесій визначали, які саме аспекти були найбільш впливовими, які технології й засоби застосовуються в ДКР практично без змін (наприклад, логіко-структурна схема курсу, алгоритми завдань, самозвіти показали високу ефективність), а які потребують трансформаційних дій експертної команди (табл. 1).

Таблиця 1

Мотиваційні фактори впливу у дистанційних курсах розвитку

Фактор впливу	Реалізація в тренінговому форматі (людина – людина – спільнота)	Дистанційна реалізація (людина – комп'ютер – віртуальна спільнота)
1	2	3
Гнучкість, зміна стратегії	Тренер змінює емоційний стиль ведення групи, час проведення, вибір інструментарію для досягнення мети заняття – залежно від стану групи або особи	Створено модель "Типологія учасника". Є 5 типів з різним рівнем готовності до змін, навчання, швидкістю психічних процесів та відповідальністю. Технології адаптовані до кожного типу
Емоційний рівень	Тренер керовано змінює емоційний фон, підвищуючи/ знижуючи емоційні тони. Вага "живого" спілкування, своєчасні підтримки: погляд, посмішка, тощо	В ДКР "Успіх" є форум та чат-кімната, вебінари, де учасники звітують про свій прогрес. Є опція "Рівень героя" (з рейтингом героїв), що прогнозовано зробить курс яскравішим або поліпшить емоційний тон учасників
Особистість як взірець	Людина потребує моделей для копіювання – так відбувається розвиток. За даними НЛП-техніки, близько 50% компетенцій учасники тренінгів копіюють, "знімають" з особистості тренера	Зібрано базу еталонів з прикладами, елементами, які можна копіювати, якими можна захоплюватись. Планується створити гру "Порівняльний калькулятор успіху", де можна заміряти, на скільки % я відповідаю своєму кумирові. На своїй сторінці замовити опцію: вислови думку про улюблених героїв. Важливим є також яскравий і змінюваний інтерфейс курсу з психологічно вивіреними флеш кольорами, розташуванням блоків, змінами (новини, вебінари, звіти)
Харизма – яскравість, захоплення	Мотиваційний вплив особистості: захоплення іншими стимулює до активної діяльності. При скерованості-векторі, заданому темою, активація приводить до розвитку певних компетенцій	
Групова підтримка: синергія руху	Спільний емоційний стан, мотиваційний імпульс, обмін досвідом. Великий трансформаційний потенціал. Люди порівнюють себе один з одним, в рефлексивному середовищі має осмислюватись власна поведінка інших, незвичних раніше сторін, що розвиває саморефлексію	В ДКР "Успіх" ми запланували створення мінігруп (2–3–5 осіб) за "завданнями", люди будуть мінятися ролями "наставник" – "протеже" для виконання певних завдань, будуть створені спільноти за темами моделі життєвих виборів (професія, фінанси, стосунки тощо) у форумах, тематичні чат-кімнати та вебінари. На завершення курсу пропонується "круглий стіл" з учасниками

Продовження таблиці 1

1	2	3
Зворотний зв'язок (ЗЗ)	Тренер обирає підходящу для кожного форму подання, деталізацію, час та психологічний супровід зворотного зв'язку, тобто ЗЗ є індивідуалізованим	Тьютор має авторську схему "П'ять Пі" подання зворотного зв'язку, яка компенсує людський фактор: щоденно, щотижнево, щомісяця, особистий привід, прогрес. Кожний ЗЗ подається за загальновідомою схемою "Сендвіч"
Структура подання інформації	Принцип "кільця Веблера" посилює мотиваційній аспект через простоту, логічність, наявність прикладів та зв'язків-містків між заняттями курсу [3]	Мотивуючі аспекти цього питання легко переносяться в дистанційний формат, але потребують додаткових інформаційних "виходів"

Для прикладу наведемо фрагмент заняття тренінгового формату. Порівняння дистанційного і тренінгового форматів навчання (у безпосередньому "живому" спілкуванні тренера з групою) здійснювали на прикладі діагностичного установчого модуля нашої програми розвитку. Завданнями цього етапу були саморефлексія та постановка задачі для самостійного розвитку в навчальній програмі "Успіх".

Першим кроком цього заняття стало роз'яснення та емоційне прийняття моделі мотиваційно-ціннісних чинників та цільової вибірки переконань, які ведуть до успіху в обраному виді діяльності, з одного боку, та переліку самообмежень, які перешкоджають успіху, – з другого. Групі був запропонований огляд багатофакторної моделі життєвих виборів, що приводять до успіху/неуспіху, з докладним поясненням кожного параметра. Під час ознайомлення з моделлю привернули увагу групи до важливості й цінності саморозвитку, ваги інтелекту в цих процесах. Для того щоб група учасників могла переконатися в ефективності методів зміни патернів поведінки, тренер на прикладах видатних людей та на власному прикладі показав, що при виконанні належних вправ зміни особистісного профілю, власної моделі життєвих виборів обов'язково підвищується точність виборів. Для прикладів було використано історії з життя людей, знаних у всьому світі (Р. Бренсон, С. Джобс, Б. Гейтс), історії власників українських компаній, а також власні історії ведучих. Отже, учасники змогли "приміряти" на себе моделі успішних людей та більш вмотивовано виконувати відповідні вправи тренінгу. Заміри рівня інтересу до мотиваційно-ціннісної моделі проводились у формі анкетування до і після блоку про мотиваційні фактори. Було визначене зростання зацікавленості на 20%.

Після лекційного блоку група отримала дві діагностичні вправи у формі самопрезентації з рамкою питань, аналіз відповідей на які проводився за схемою визначення мотиваційних характеристик, сте-

реотипного мислення та самообмежень. Під час самопрезентації ведучий іноді психокорекційно уточнював і коригував тематичну спрямованість відповіді учасника.

Для того щоб під час самопрезентації учасники були більш відкритими й вільними від соціально очікуваних відповідей, ведучий підкреслив цінність розкриття особистих уподобань та інтересів через приклад своєї відкритої поведінки та за допомогою логічних доводів (таких як практичне використання правдивих відповідей для аналізу та змін; цінність пізнання себе для самоаналізу; цінність прийняття себе та своєї поведінки тощо). Учасникам був наданий час для підготовки, після чого кожен мав виступити перед групою зі своєю історією.

Оскільки поведінка групи мала бути підтримуючою, ведучий перед виступами пояснив, як саме треба слухати та аналізувати виступ того, хто презентує. Під час лекційного блоку було також використано техніки, які об'єднують групу: *модель особливості групи* (як приклад – "ви, тобто ті люди, для яких важливий саморозвиток…", "ви як група маєте такі особливості .."), *модель прийняття своєї поведінки*, навіть якщо вона негативно оцінюється в соціумі (як приклад – "мало хто визнає, що..", "тільки хоробрі можуть сказати про себе, що…").

Під час виступу першого учасника ведучий заохочував його до більшої відвертості та надавав емоційну підтримку. Так, група могла побачити, що бути відкритим безпечно, і наступні виступаючі дозволяли собі бути більш відвертими. Для визначення мотиваційно-ціннісних характеристик кожного учасника використовували оцінну таблицю з такими критеріями:

Мотиваційний блок: активність, самостійність у прийнятті рішень, мотивація досягнення, пізнання нового чи використання звичного контексту.

Блок стереотипів: я можу/не можу, можу тільки сам/можу з іншими, очікую невдач/очікую успіхів, навколишне середовище позитивне/негативне, я позитивний/негативний, я для себе/я для інших, все мені дається легко/все дається важко, на зміни треба багато часу/мало часу.

Блок самообмежень: заборона собі бути кращим, заборона бути лідером, заборона бути "для себе", заборона бути автономним, заборона бути гнучким, заборона отримувати подарунки (в широкому розумінні слова, як шанси від життя).

Після виступу кожний учасник публічно отримав характеристику за своїм профілем. Щоб збільшити прийняття, зробити процес більш комфортним для учасників та зняти внутрішній протест, ведучий займає позицію співчуття. Через приклади він створює чітке переконання у групи, що такий профіль є набутим, а не вродженим.

Так в учасників формується рефлексивна позиція *спостерігача* за своєю поведінкою, що є першим кроком до позиції *автора власного життя*. Після цих вправ у групі відбувається емоційне піднесення,

учасники обмінюються своїми враженнями, відчувають себе більш енергійними. В такому психологічному стані їм набагато легше виконувати вправи в наступних блоках, які потребують високого рівня мотивації та уваги.

Як перекласти такий блок у дистанційний формат? Очевидно, постійну інтерактивність між тьютором (тренером) та учасником, а також у навчальній групі (спільноті) відтворити досить важко. Однак ми розробили "мову перекладу" цих технологій від тренінгового до дистанційного формату. Наразі ми активно опробовуємо трансформовані психотехнології. Результати наших розробок стилю наведено у табл. 1.

За статистикою, найбільш важливими для ефективності дистанційних курсів є поєднання таких п'яти факторів: інтерактивності, запам'ятовуваності, гнучкості у використанні, надання допомоги, доступності.

1. *Інтерактивність.* Зробити учасника більш активним, що змушує його прагнути досягти максимального результату. Інтерактивність допомагає також викладачам включити в курс більш складні матеріали. Інтерактивність можна поєднувати з імітуванням у процесі навчання того середовища, з яким мають ознайомитися учні. Ми повністю підтримуємо цей пункт. У нашому дослідженні доведено його важливість.

2. *Запам'ятовуваність.* Для цього потрібен зв'язок з повсякденним використанням, з чим ми цілком погоджуємося. Вважається, що важливо знизити відсоток повторів, які начебто знижують ефективність електронного навчання. Ми ж, навпаки, виявили необхідність "психологічних містків" між темами, в одній темі та якісні повтори як необхідну умову засвоєння теми. Ми також визначили, що для кращого запам'ятовування матеріалу він має бути емоційно цінним, важливим, з якісно структуруваною логічною схемою подання інформації.

3. *Гнучкість у використанні курсів.* У системі має бути передбачена можливість навчання осіб з різним рівнем підготовки та різними можливостями. Тут ми тільки виокремимо необхідність робити різні "мотиваційні потоки", тому що і психологічна готовність до навчальної діяльності є різною. Нами описано п'ять рівнів готовності, які вимагають різних мотиваційних впливів. Необхідно, щоб учні могли легко рухатися по навчальному курсу, стежити за своїм переміщенням і повернутися на ту позицію, де знаходилися за попереднього сеансу звернення до навчального курсу. Зміст курсу рідко залишається незмінним, тому засіб навчання має давати змогу змінювати навчальний контент. Можливість таких змін необхідно закласти в засіб навчання від початку.

4. *Надання допомоги.* Оскільки електронне навчання зазвичай відбувається не в групі, важливо, щоб система навчання надавала учасникам допомогу. Ми емпірично з'ясували, що дорослим потрібні інструкції з:

- проходження курсу,
- засоби навігації по курсу,
- підказки для виконання завдань,
- посилання для отримання визначень,
- підтримка при виникненні технічних питань та ін.
- кнопка виклику допомоги має бути доступною з будь-якого слайду курсу.

Бажано, аби ці інструкції були доступними в будь-якому місці сайту та інтуїтивно зрозумілими.

Усе це допоможе учням зосередитися на навчанні, а не відволікатися на прикрі перешкоди. Корисно також передбачити розділ для поширених питань, а також незнайомих глосарій термінів. Це є цінним довідковим ресурсом навіть після завершення навчання. Для реалізації цього пункту ми зробили віртуальні спільноти у фейсбуці http://www.facebook.com/groups/181953808508038, психологічний блог-підтримку http://pocherk10.livejournal.com, відеоблог http://www.youtube.com/user/YunonaIllina, якими активно користуються наші учасники.

5. *Доступність.* Через завантаженість сучасні дорослі часто не мають часу для навчання, 24-годинна робота курсу та можливість його запису на диск є варіантом.

Результати. Наведені критерії є важливими, з нашими допвненнями вони дають змогу запобігти зменшенню кількості учасників. Але ми виявили необхідність збільшити акцент на психолого-соціальних чинниках, які є найбільш впливовими в дистанційних курсах розвитку:

1. *Людина-легенда.* Особистісний фактор – курс імені... (вплив особистості ведучого/групи тьюторів, через професійність, гнучкість зміни стратегії поведінки ведучого та вибір інструментарію впливу. Емоційний вплив, що створює мотиваційне середовище для бажаних змін, так звана "харизма", та особистісний приклад – тренер як взірець для копіювання певних моделей поведінки). Методологія створення такої моделі буде докладно описана у наступних статтях.

2. *Конструктивна спільнота.* Віртуальна групова динаміка, вплив групи (синергія, розвиток рефлективності, розширення картини світу та власного досвіду через спостереження, активний обмін досвідом, спеціально скеровані комунікації, людські стосунки). У дистанційному форматі цей чинник забезпечується складніше, ніж у реальних навчальних курсах, і потребує усвідомленого впливу, але, за результатами опитування, саме наявність конструктивної соціальної спільноти є перешкодою для того, щоб покинути курс для кожного 5-го учасника.

3. *Зворотний зв'язок* (вагомий емоційний вплив, високий рівень емоційної реакції, індивідуальний та своєчасний підхід "людина–людина"). Індивідуалізація зворотного зв'язку є найбільш складним

чинником для реалізації в курсах, де є багато учасників. Ми вирішували цю складність через побудову психологічних пірамід спілкування – інтервізійні групи проекту, де учасники, які пройшли більшу частину курсу, є наставниками для наступної хвилі.

4. *Проект результату навчання.* Важливо заохотити учасника створити власний проект результату, такий собі "індивідуальний план розвитку" засобом дистанційного курсу та робити заміри протягом курсу. Хвилі нашого проекту, що користувалися "Щоденником проекту та самоспостереження", були більш результативними та ефективними у навчанні проти хвиль без подібної активності (40% проти 20% учасників)

Отже, ми виокремили психолого-педагогічні принципи створення мотиваційного середовища у курсах розвитку зі збереженням інтерактивності, мотиваційного впливу і суб'єкт-суб'єктної взаємодії.

Головним аспектом, який нам потрібно зберегти, є інтерактивність. Зміна форм обміну інформацією між учасниками та ведучим у тренінговому форматі має найвищий ступінь через швидкість та зручність обміну інформацією для досягнення мети заняття. У тренінговому форматі ми маємо *множинну,* або *діалогову,* взаємодію, коли інформація пов'язана з множиною попередніх повідомлень та відносинами між ними (1:m). У дистанційному ж форматі ми, природно, виходимо на *лінійний тип взаємодії (1:),* коли відсутній зв'язок з попередніми повідомленнями, що, власне, не є інтерактивністю. Або на *реактивну взаємодію (1:1),* коли кожне повідомлення, кожен обмін взаємодіями пов'язані лише з однією попередньою інтеракцією без урахування інших зв'язків. Як видно з табл. 1., саме для виходу в площину інтерактивності у множинну, діалогову взаємодію нам доведеться зробити найбільше трансформаційних дій з контентом та методом подання нашого курсу.

Висновки. На прикладі одного заняття з ДКР "Успіх" ми презентували наш підхід до проблеми створення мотивуючого впливу в дистанційному форматі. Виділено ключові мотиваційні аспекти, що впливають на ефективність роботи з дистанційними курсами (на базі системи керування навчанням Moodle), на прикладі власних розробок (дистанційний курс "Успіх"), експериментального проекту лабораторії Нових інформаційних технологій навчання (автор-розробник Юнона Лотоцька). Для прикладу використано одне з перших занять "Моя модель світу: мотиваційно-ціннісні аспекти" установчої сесії "Усвідомлення власної моделі життєвих виборів". Найголовнішим моментом у трансформації розвивальних методик в дистанційний формат є збереження мотиваційного аспекту та принципу інтерактивності. Запропоновані у табл. 1 засоби показали свою результативність.

Література

1. *Адлер А.* Понять природу человека / А. Адлер. – СПб.: Гуманитарное агентство "Академический проект", 1997. – 256 с.
2. *Берн Э.* Игры, в которые играют люди, и люди, которые играют в игры / Эрик Берн; пер. с англ. А. А. Грусберга. – Екатеринбург: ЛИТУР, 2001. – 576 с.
3. *Ільїна Ю. М.* СМД-тренінг по трансформації ментальних (розумових) моделей дорослих. Методичний посібник для проведення тренінгу "Управління змінами" / Ю. М. Ільїна. – К.: ЦТІ, 2007. – 80 с.
4. *Ільїна Ю. М.* Методика дослідження життєвого сценарію "Успіх" / Ю. М. Ільїна // Актуальні проблеми психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. – 2010. – Т. 3.
5. *Ільїна Ю. М.* Інформатизація освіти: дистанційне розвиваюче середовище. Суб'єкт – суб'єктна взаємодія / Ю. М. Ільїна // Традиція і культура. Феномен діалогу: традиція і сучасність; IX Міжнар. наук. конф., 19–20 листоп. 2010 р.: тези доп. – К., 2010. – Ч. 4. – С. 33–34.
6. *Лотоцька Ю. М.* "Чинники впливу віртуального середовища на розвиток інтелектуальних компетенцій особистості" [Електронний ресурс] / Ю. М. Лотоцька // Тези доповідей Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції "Віртуальний освітній простір: психологічні проблеми" (Психологія нового тисячоліття). – Режим доступу : http://www.psy-science.com.ua/Konferenciya_2012_05_28.htm

Лотоцкая Ю. Н. Технология создания мотивирующего к развитию виртуального пространства

Презентован поход создания мотивирующего воздействия в дистанционном формате. Использована технологично-проектная парадигма развития взрослых. Выделены ключевые мотивационные аспекты, влияющие на эффективность работы с дистанционными курсами (на базе системы управления обучением Moodle), по примеру авторских разработок (дистанционный курс "Успех").

Ключевые слова: дистанционный курс развития "Успех", психология жизненной успешности, мотивационные аспекты в дистанционных курсах развития.

Lototska Y. M. Technology of Deveploping the Aspect Motivation in Virtual Enviroment

The article presents the approach to the development of the motivation aspects in the distance format. The techniques and project paradigm of development of adults is used. The key motivation aspects influencing the efficiency of work with the distance learning courses are highlighted. The approach is examined on the example of a distance learning course "Success" and a corresponding training program for the development of psychological competences of successfulness for adults (the course author is Iunona Lototska).

Key words: psychology of life successfulness, motivation aspects of psy-techniques in distance learning courses.

© Лотоцька Ю. М.