



УДК 159.923.2: 378.091.8-044.332

СИСТЕМА ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ЗАХОДІВ З ПІДВИЩЕННЯ РІВНЯ РОЗУМОВОЇ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПЕРШОКУРСНИКІВ

Шевченко С.В., магістр педагогічної освіти, старший викладач
кафедри практичної психології

*Мелітопольський державний педагогічний університет
імені Богдана Хмельницького*

У статті представлено модель підвищення розумової працездатності першокурсників, що передбачає реалізацію системи психолого-педагогічних заходів як зі студентами, так і з педагогічним колективом вузу. Робиться висновок про необхідність впровадження розроблених заходів у навчально-виховний процес вищої школи. Окреслюються перспективи подальшої роботи.

Ключові слова: *розумова працездатність, психолого-педагогічні заходи, психолого-педагогічні умови, адаптаційний потенціал, стресостійкість, розумова діяльність, першокурсник, вища освіта.*

В статье представлена модель повышения умственной работоспособности первокурсников, что предусматривает реализацию системы психолого-педагогических мероприятий как со студентами, так и с педагогическим коллективом вуза. Делается вывод о необходимости внедрения разработанных мероприятий в учебно-воспитательный процесс высшей школы. Намечаются перспективы дальнейшей работы.

Ключевые слова: *умственная работоспособность, психолого-педагогические мероприятия, психолого-педагогические условия, адаптационный потенциал, стрессоустойчивость, умственная деятельность, первокурсник, высшее образование.*

Shevchenko S.V. THE SYSTEM OF PSYCHOLOGICAL-PEDAGOGICAL MEASURES TO INCREASE THE LEVEL OF MENTAL HEALTH OF FIRST-YEAR STUDENTS

This article presents a model for improving the mental health of first-year students that provides for the implementation of psycho-pedagogical activities as students and teaching staff of the University. The conclusion about the necessity of implementation of the developed activities in the educational process of higher school. Planned future work.

Key words: *mental health, psycho-pedagogical activities, psycho-pedagogical conditions, adaptive capacity, stress, mental activity, freshman, higher education.*

Постановка проблеми. Система навчання у вузі значною мірою розрахована на високий рівень свідомості, побудована на зацікавленості студентів. Відмінність учнів та студентів полягає в особливостях шкільних і вузівських методів навчання й самостійної навчально-пізнавальної та навчально-дослідної діяльності. Першокурснику надається велика життєва й навчальна самостійність, до якої він, як правило, не підготовлений [1, с. 35–36]. У зв'язку із цим, в умовах сучасного освітнього середовища особливої актуальності набувають питання розробки і запровадження сучасної та ефективної системи психолого-педагогічних заходів із підвищення рівня розумової працездатності першокурсників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз наукової літератури, присвяченої проблемі підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників, показав значну різноманітність визначення авторами психолого-педагогічних умов, що сприяють підвищенню її показників. Особливої уваги заслуговують роботи з вивчення ролі інноваційних освітніх тех-

нологій у розумовому розвитку студентів (Н.Є. Бачеріков [2], І.Д. Бех [3], М.П. Воронцов, І.М. Дичківська [8], Е.І. Доброміль, Г.В. Лаврентев [11], Т.О. Шевчук [22]), формуванню культури їх розумової праці (В.В. Бойченко [4], В.П. Загрядський [9], І.М. Трахтенберг [19]), а також актуалізації адаптаційного потенціалу першокурсників в інтелектуально-освітньому просторі (А.О. Реан [15], НВ. Хазратова [20], Є.Д. Научитель [12] та інші). До того ж, у науковій літературі представлені поодинокі методи та форми роботи, що можуть сприяти підвищенню розумової працездатності студентів [5–7; 10; 13–18; 21].

Поряд із тим, у сучасній психолого-педагогічній науці відсутня ефективна комплексна програма заходів, що спрямовані на підвищення розумової працездатності першокурсників, що може бути реалізована в навчально-виховному процесі вищої школи.

Постановка завдання. Метою статті є розробка моделі підвищення розумової працездатності, що передбачає впровадження ефективної системи заходів при

організації роботи з першокурсниками. Завданнями роботи є: аналіз основних методів та форм роботи з першокурсниками, особливостей організації навчально-виховного процесу у вищій школі, що створює певні психолого-педагогічні умови для оптимізації розумової діяльності студентів.

Виклад основного матеріалу дослідження. Проведений нами ґрунтовний

теоретичний аналіз вивчення розумової працездатності та результати емпіричного дослідження цього феномена дозволили нам виділити базові психолого-педагогічні умови його розвитку, розробити систему психолого-педагогічних заходів із підвищення розумової працездатності студентів в адаптаційний період та презентувати її модель (рис.).



Рис. 1. Психологічна модель підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників



Схематична презентація психолого-педагогічних умов дозволила здійснити аналіз основних детермінант, що сприяють підвищенню розумової працездатності студентів та охоплюють 4 взаємозалежні компоненти: 1) активізація адаптаційного потенціалу першокурсників в інтелектуально-освітньому просторі; 2) формування стресостійкості студентів до зростання розумового навантаження; 3) оптимізація розумової діяльності студентів; 4) використання високоєфективних технологій навчально-виховного процесу у вузі.

Як ми можемо бачити з наведеної моделі (рис.), система психолого-педагогічних заходів із підвищення розумової працездатності студентів вміщує в себе проведення комплексної роботи зі студентами та педагогами у декількох напрямках. Зокрема, для психокорекційної роботи зі студентами, спрямованої на підвищення розумової працездатності першокурсників (створення відповідних психолого-педагогічних умов), нами були реалізовані такі заходи:

1) Підвищення адаптаційного потенціалу та розумової працездатності першокурсників у процесі соціально-психологічного тренінгу (9 занять по 2 години).

2) Проведення кураторських годин з проблем оптимізації розумової діяльності студентів як за різною тематикою, так і за формою взаємодії, під час яких першокурсники мали змогу отримати інформацію щодо особливостей та системи навчання у вузі, рекомендації з питань ефективної організації навчання та своєї розумової діяльності – бесіда «Що я знаю про навчання у ВНЗ», «Як ефективно навчатися у вузі», бесіда-диспут «Лекція та семінар: чи є різниця?», круглий стіл «Система підготовки до занять», міні-лекції «Пристаосування до ВНЗ: проблеми та шляхи вирішення», «Культура розумової праці як основа навчання», диспути «Я та моя майбутня самореалізація», «Підготовка до першої сесії: секрети успіху» (1 раз на тиждень протягом 2 місяців).

3) Інтелектуальні ігри (Брейн-ринг, Форт-буаярд, Психологічний КВК), вправи, евристичні методи (метод індивідуального та колективного пошуку, мозковий штурм, метод евристичних питань, метод інверсії), що спрямовані на підвищення розумового потенціалу студентів (протягом року під час аудиторної та позааудиторної роботи зі студентами).

На нашу думку, доцільно більш детально зупинитися на характеристиці застосованих нами методів евристики. Зазначимо, що слово «евристика» позначає «метод знаходження» (або винаходів). Наукова література не має одного усталеного тлума-

чення евристики як такої. У роботах Р. Перельмана з інтенсифікації науково-технічної творчості це поняття ототожнюється з психологією наукової творчості: «Психологія наукової творчості – евристика – вивчає, як вирішуються наукові задачі, що вимагають, окрім знань та вмінь, ще й кмітливості, здогадки». Радянський енциклопедичний словник дає такі визначення евристики: 1. Спеціальні методи, що використовуються в процесі відкриття (створення) нового (евристичні методи). 2. Наука, що вивчає продуктивне та творче мислення (евристичну діяльність). Наведені концепції, які, звичайно, не є вичерпними, свідчать про те, що евристика як самостійна наука ще не сформувалася. Незважаючи на велику кількість наукових праць, що присвячені питанням евристики, вони, як правило, стосуються її окремих проблем, і не дають чітких уявлень ані про об'єкт, ані про суб'єкт евристики, ані про її статус серед інших наук. Хіба що в роботах Г. Буша та К. Буша простежується спроба узагальнення численних концепцій та формулювання на цій основі визначення статусу та предмету евристики. За їхнім визначенням, евристика – це «загальнонаукова теорія вирішення проблемних задач, що виникають у людській діяльності та спілкуванні». Зусилля тлумачень евристики свідчить про різний зміст цього поняття у суб'єктивному розумінні авторів кожної концепції. При цьому спільним та безперечним є те, що в усіх випадках евристика нерозривно пов'язана з творчою діяльністю і творчістю [17; 18].

Отже, евристичні методи – це система принципів і правил, які задають найбільш імовірнісні стратегії і тактики діяльності вирішального, що стимулюють його інтуїтивне мислення в процесі рішення, генерування нових ідей і на цій основі істотно підвищують ефективність вирішення певного класу інтелектуальних завдань [10; 14; 13; 16; 21]. Найбільш ефективними в плані підвищення розумового потенціалу студентів, на нашу думку, є такі евристичні методи:

1. *Метод індивідуального та колективного пошуку.* У ході застосування цього методу викладач, спираючись на демократичний стиль спілкування, захоплюючи фантазію, несподівані асоціації, стимулює зародження оригінальних ідей і виступає як їх співавтор. І чим більше розвинені здібності викладача до співробітництва і співтворчості, тим ефективніше, за інших рівних умов, рішення розумового завдання. При цьому всі учасники виступають на рівних: жартом, вдалою реплікою керівник заохочує найменшу ініціативу членів творчої групи. До безперечних переваг цього методу

слід віднести те, що він зрівнює всіх членів групи, так як авторитарність керівництва в процесі його застосування неприпустима. Доброзичливий психологічний мікроклімат створює умови для розкритості, активізує інтуїцію і уяву [10; 14; 13; 16; 21].

2. *Метод мозкового штурму («мозкова атака»)* – спосіб вирішення завдань за допомогою процедури групового креативного мислення, при якому спочатку за короткий проміжок часу придумується багато варіантів вирішення поставленої задачі (як логічних, так і абсурдних) без будь-яких обмежень, і лише потім з великого числа ідей відбираються найбільш вдалі – всього лише 10–15%, які можуть бути використані на практиці. Головна функція цієї технології – забезпечення процесу генерування ідей, без їх критичного аналізу та обговорення учасниками. Одне з найбільш важливих переваг мозкового штурму полягає в тому, що під час мозкового штурму заохочується творче мислення, причому генерування ідей відбувається в умовах комфортної творчої атмосфери [10; 14; 13; 16; 21].

3. *Метод евристичних питань.* Цей метод відомий також як метод «ключових питань». Метод евристичних питань доцільно застосовувати для збору додаткової інформації в умовах проблемної ситуації чи упорядкування вже наявної інформації в самому процесі рішення творчої задачі. Евристичні питання служать додатковим стимулом, формують нові стратегії і тактики рішення творчої чи інтелектуальної задачі. Не випадково в практиці навчання їх також називають навідними запитаннями, тому що вдало поставлені викладачем запитання (хто? що? навіщо? де? чим? як? коли?) наводить студента на ідею рішення, правильної відповіді. Перевага методу евристичних питань полягає в його простоті й ефективності для рішення будь-яких задач. Евристичні питання особливо розвивають інтуїцію мислення, логічну схему рішення інтелектуальних задач [17; 18].

4. *Метод інверсії* являє собою один з евристичних методів творчої діяльності, орієнтований на пошук ідей рішення творчої задачі в нових, несподіваних напрямках, найчастіше протилежних традиційним поглядам і переконанням, які диктуються формальною логікою і здоровим глуздом. Метод інверсії базується на закономірності і відповідно принципу дуалізму, діалектичної єдності і оптимального використання протилежних (прямих і зворотних) процедур творчого мислення: аналіз і синтез, логічне й інтуїтивне, статичні і динамічні характеристики об'єкта дослідження, зовнішні та внутрішні сторони об'єкта. Безсум-

нівною перевагою методу інверсії є те, що він дозволяє розвивати діалектику мислення, відшукувати вихід із, здавалося б, безвихідної ситуації, знаходити оригінальні, часом досить несподівані рішення різного рівня складності та проблемності творчих завдань [10; 14; 13; 16; 21].

4) Пізнавальні відвідування та екскурсії для студентів з метою ознайомлення їх із відомими відкриттями в галузі різних наук, що спрямовані на формування пізнавальної і мотиваційної активності першокурсників до інтелектуальної діяльності, свідомого ставлення їх до цієї діяльності (1 раз на місяць протягом року).

5) Зустрічі студентів із провідними вченими, викладачами університету та спеціалістами з аспектів розвитку інтелектуального потенціалу людини (протягом року 1 раз на місяць).

6) Формування культури розумової праці студентів у процесі діяльності наукових гуртків при кафедрах університету, під час яких студентам були презентовані основні прийоми, методи та способи ефективного здійснення розумової діяльності – тематичні круглі столи «Я – успішний науковець», «Особливості використання кейс-методу в процесі самопідготовки», «Саморозвиток у процесі здійснення розумової та навчальної діяльності», «Новітні технології навчання» та ін. (протягом року 1 раз на місяць).

Зазначимо, що під кейс-методом розуміється активний метод навчання, заснований на організації викладачем у групі студентів обговорення завдання, що являє собою опис конкретної ситуації з явною або прихованою проблемою. Використання кейс-методу ставить метою включення в навчальний процес елементів професійної діяльності, забезпечення переходу від навчальних ситуацій до професійних, де для вирішення проблеми потрібно використання знань і відповідних компетенцій [6; 7].

Паралельно з роботою зі студентами, з метою впровадження високоефективних технологій у навчально-виховний процес вищої школи, що виступає однією з педагогічних умов підвищення розумової працездатності студентів-першокурсників, з викладачами були реалізовані такі заходи:

1) Організовані психолого-педагогічні семінари з проблем розумового розвитку студентів та формування інноваційної діяльності педагога (сукупності послідовних, цілеспрямованих дій педагога, спрямованих на оновлення, модифікацію мети, змісту, організації, форм і методів навчання та виховання, адаптацію навчального процесу до сучасних освітніх умов) – міні-лекція «Особливості розумової працездатності



студентів та фактори що її обумовлюють», круглий стіл «Особливості проведення навчальних занять із першокурсниками», «Негативні емоційні стани в студентів та засоби профілактики їх виникнення в роботі куратора академічних груп», диспути «Готовність до інноваційної діяльності як важлива професійна якість педагога», «Інноваційність – пріоритетна ознака сучасної освіти» та методологічні семінари «Психолого-педагогічні проблеми адаптації першокурсників до навчально-виховного процесу та культурно-освітнього життя», «Сучасні проблеми в роботі куратора щодо розумового розвитку студентів», «Етикет спілкування як невід’ємна складова психічного здоров’я сучасної молоді» та «Управлінські умови впровадження інноваційних технологій у навчально-виховний процес» (протягом року 1 раз на місяць).

2) Впровадження інноваційно-інтелектуальних технологій (розробка проектів, застосування ділових ігор, технологій проблемно-модульного навчання, перехід від монологу до дискусії, диспути, «мозкові штурми», мультимедійних технологій навчання) у навчально-виховний процес в ході спеціально організованих тематичних тижнів «Проектність в інноваційній діяльності», «Використання інтерактивних педагогічних методів», «Сучасна освіта та інноватика» (протягом року 1 раз на місяць). Зупинимося більш детально на впроваджених інноваційних технологіях:

1. *Метод проектів* – метод стимулювання пізнавального інтересу студентів, розвиток їх мислення і самостійності у здійсненні інтелектуальної діяльності, що передбачає розв’язання пізнавальних проблем за допомогою інтеграції набутих знань та умінь.

2. *Технології проблемно-модульного навчання* – коли навчальна програма досліджуваного предмета, розділена на модулі (нульовий, навчальний модуль-резюме, модуль контролю), що дозволяють засвоїти студенту самостійно або за допомогою викладача навчальний матеріал.

3. *Комунікативні технології* – спрямовані на формування в студентів навичок спілкування в групі, вироблення норм комунікацій, для чого використовуються активні форми і методи такі, як: дискусія, прес-конференція, суперечка-діалог, мозковий штурм та ін.

4. *Ігрові технології* – ділові ігри, рольові сценарії, пов’язані з придбанням досвіду вирішення інтелектуальних завдань і ситуацій.

5. *Кейс-технології* (аналіз ситуацій).

6. Впровадження *інноваційних інформаційних, мультимедійних технологій* видозмінюють освітній процеси відкриваючи широкі перспективи і нові можливості,

сприяють інтенсифікації пізнавальної діяльності студентів. Мультимедійні презентації, електронні підручники, комп’ютерні програми самонавчання, інтерактивні ділові ігри, дистанційні форми навчання, віртуальне спілкування, що дозволяють використовувати величезну кількість інформації, застосувати отримані знання для досягнення мети в навчальному процесі, практичній діяльності [5].

Висновки з проведеного дослідження. Отже, розроблена система психолого-педагогічних заходів із підвищення рівня розумової працездатності студентів створює певні психолого-педагогічні умови, що дозволяють актуалізувати адаптаційний потенціал студентів-першокурсників в інтелектуально-освітньому просторі вузу, оптимізувати процес адаптації студентів, сприяти покращенню показників їхньої розумової працездатності, підвищити стресостійкість студентів до зростання розумового навантаження, знизити прояви адаптаційного стресу, оптимізувати розумову діяльність першокурсників, а також підвищити ефективність навчально-виховного процесу у вищій школі за рахунок впровадження інноваційно-інтелектуальних технологій.

Перспективи подальших розвідок у цьому напрямі будуть спрямовані на аналіз ефективності впровадження розробленої системи психолого-педагогічних заходів з підвищення рівня розумової працездатності студентів.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Алексеева Т.В. Соціально-психологічні аспекти адаптації : [монографія] / Т.В. Алексеева. – Донецьк : Вебер, 2008. – 230 с.
2. Бачериков Н.Е. Психогигиена умственного труда учащейся молодежи / Н.Е. Бачериков, М.П. Воронцов, Э.И. Добромиль. – К. : Здоровья, 1988. – 168 с.
3. Бех І.Д. Виховання особистості : у 2 кн. / І.Д. Бех. – К. : Либідь, Кн. 1 : Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади. – 2003. – 280 с.
4. Бойченко В.В. Проблема розумового виховання студентів у контексті сучасних освітніх вимог / В.В. Бойченко // Проблеми підготовки сучасного вчителя. – Умань : Уман. держ. пед. ун-т ім. П. Тичини, 2010. – № 2. – С. 227–232.
5. Бреславец Н.А. Педагогические технологии: традиции и инноватика / Н.А. Бреславец // Духовність особистості: методологія, теорія і практика : зб. наук. пр. Східноукр. нац. ун-т ім. В. Даля. – Луганськ, 2012. – Вип. 6. – С. 30–38.
6. Деркач А.М. Кейс-метод в обучении органической химии при подготовке технологов пищевой промышленности в системе среднего профессионального образования : автореф. дисс. ... канд. пед. наук : спец. : 13.00.02 «Теория и методика обучения и воспитания» /



А.М. Деркач ; Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. – СПб., 2012. – 26 с.

7. Деркач А.М. Кейс-метод в обучении органической химии: составление и использование заданий / А.М. Деркач // Сред. проф. образование. – 2010. – № 11. – С. 45–47.

8. Дичківська І.М. Інноваційні педагогічні технології / І.М. Дичківська. – К. : Академвидав, 2004. – 345 с.

9. Заградский В.П. Значимость показателей функционального состояния организма в оценке умственной работоспособности / В.П. Заградский, А.В. Егоров, Б.Ц. Яковец // Военно-медицинский журнал. – 1981. – № 9. – С. 59–62.

10. Кулюткин Ю.Н. Эвристические методы в структуре решений / Ю.Н. Кулюткин. – М. : Педагогика, 1970. – 231 с.

11. Лаврентьев Г.В. Инновационные обучающие технологии в профессиональной подготовке специалистов / Г.В. Лаврентьев, Н.Б. Лаврентьева. – Барнаул : Изд-во Алт. гос. ун-та, 2002. – 156 с.

12. Научитель О.Д. Адаптація студентів у вузі / О.Д. Научитель // Практик. психологія й соц. робота. – 2001. – № 7. – С. 21–23.

13. Панфилова А.П. Мозговые штурмы в коллективном принятии решений : [учеб. пособие для студентов пед. вузов] / А.П. Панфилова. – СПб. : СПбИВЭСЭП, 2005. – 315 с.

14. Пономарев Я.А. Психология творческого мышления / Я.А. Пономарев. – М. : Наука, 1960. – 352 с.

15. Реан А.А. Психология адаптации личности / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – СПб. : Прайм-Еврознак, 2008. – 479 с.

16. Рубинштейн С.Л. О мышлении и о путях его исследования / С.Л. Рубинштейн. – М. : Просвещение, 1958. – 147 с.

17. Столяров А.М. Методологические основы изобретательского творчества / А.М. Столяренко. – М. : ВНИИПИ, 1989. – 65 с.

18. Столяров А.М. Эвристические приемы и методы активизации творческого мышления / А.М. Столяренко. – М. : ВНИИПИ, 1988. – 80 с.

19. Трахтенберг И.М. Гигиена умственного труда студентов / И.М. Трахтенберг, С.М. Рашман. – К. : Здоров'я, 1973. – 172 с.

20. Хазратова Н.В. Тренінг адаптації першокурсників до умов навчання у ВНЗ / Н.В. Хазратова // Практик. психологія та соц. робота. – 2000. – № 5. – С. 27–31.

21. Хуторской А.В. Эвристическое обучение: теория, методология, практика / А.В. Хуторской. – М. : Междунар. пед. академия, 1998. – 266 с.

22. Шевчук Т.О. Інноваційність і вища освіта / Т.О. Шевчук [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://intkonf.org/kand-ped-nauk-shevchuk-to-innovatsiynist-i-vischa-osvita/>.