

ТЕОРИИ ОБУЧЕНИЯ

Саморегулируемое обучение





Напомним, что такие процессы, как моделирование, кодирование и метапознание, применимы ко многим типам обучения. Но они не являются уникальными для определенных учащихся или нескольких областей содержания.

Саморегулирование же включает в себя постановку целей, применение и корректировку стратегий их достижения, мониторинг эффективности и прогресса, поддержание мотивации и позитивного влияния на обучение. Саморегулируемое обучение имеет различные формы. Процессы и стратегии саморегулирования различаются в зависимости от того, являются ли они общими (применяются ко многим типам обучения) или конкретными (применяются только к определенному типу обучения).

Теории саморегулируемого обучения различны, однако имеют общие предположения. Вот одно из них. Саморегулируемое обучение включает в себя поведение: союзническое, когнитивное, метакогнитивное и мотивационно активное.

Второе предположение состоит в том, что саморегулируемое обучение представляет собой динамичный и циклический процесс, включающий петли обратной связи.

Ученые Ситцман и Эли сформулировали структуру конструкций, которые представляют собой саморегулируемое обучение:

1. Регуляторные агенты иницируют саморегулируемое обучение для достижения своей цели. Механизмы помогают эффективно продвигать цель, а оценки предоставляют информацию о прогрессе и влияют на дальнейшее достижение цели.

2. Под социально разделяемым регулированием понимаются процессы регулирования, направленные на достижение взаимного результата.

Поведенческая саморегуляция

Теория поведения имеет влияние на саморегулируемое обучение. Это отражено в работах Берреса Скиннера. Исследователи, работающие в рамках его теории, применяют принципы операнта в различных условиях со взрослыми и детьми. Цель этих исследований – снижение дисфункционального поведения и замена его более адаптивным.

Теория поведения постулирует: саморегуляция включает в себя выбор между различными поведенческими факторами и откладывание немедленного усиления в пользу отсроченного. Люди самостоятельно регулируют свое поведение. Затем проводят самоинструкцию и контролируют свои действия, чтобы определить, происходит ли желаемое поведение.

Когда желаемое поведение происходит, люди управляют самоподкреплением. Однако следует отметить, что люди могут регулировать свои действия только в том случае, если они осознают, что делают.

Обратимся к понятию «самообучение». В данном контексте это не то же самое, что самообразование. Самообучение предполагает формирование условий для создания дискриминационных стимулов. Учащиеся, которые понимают, что им нужно просмотреть заметки к уроку на следующий день, могут написать себе напоминание перед сном. Оно служит им подсказкой и увеличивает вероятность получения хорошей оценки.

Еще один термин, на который хотелось бы обратить внимание – это «самоусиление», то есть процесс, в ходе которого индивидуумы укрепляют себя в том, что повышает вероятность ответа в будущем. Подкрепитель определяется на основе его последствий. Чтобы проиллюстрировать это, предположим, что ученик находится в системе баллов: он присуждает себе один балл за каждую прочитанную страницу учебника. Учет он ведет каждую неделю. И если его недельные баллы превышают баллы предыдущей недели на 5%, он зарабатывает 30 минут свободного времени в пятницу.

Будет ли этот механизм функционировать как самоподдерживающийся, нельзя определить до тех пор, пока не станет известно, регулярно ли он зарабатывает свободное время. Если он делает регулярно, то будут и подкрепления его учебного поведения.

Многие исследования утверждают: внутреннее подкрепление улучшает академическую успеваемость. Но не ясно, является ли самоусиление более эффективным, чем внешнее подкрепление, например, данное учителем.



Предполагается, что самоусиление выступает эффективным компонентом саморегулируемого поведения.

Концептуальная основа социальных когнитивных влияний

Социальная когнитивная теория широко применяется к саморегулируемому обучению. Важный компонент при этом – выбор учащегося. Это не означает, что учащиеся всегда пользуются имеющимися возможностями выбора, особенно когда не уверены в том, что делать.

Однако, когда все аспекты задачи контролируются, можно точно говорить об обучении, которое «контролируется извне» или «контролируется другими».

Этот тип ситуации приводит к тому, что учитель не дает учащимся никакой свободы в методах, результатах и других условиях. Потенциал для саморегулирования варьируется в зависимости от выбора учащихся.

Раннее применение социально-когнитивных теоретических принципов саморегуляции включало в себя исследование трех процессов: самонаблюдения, самоосмысления и само-реакции. Обратите внимание на их сходство с тремя процессами, поддерживаемыми теорией поведения:

- Самоконтроль.
- Самообразование.
- Самоусиление.

Самонаблюдение – это объективное наблюдение за собой, своим поведением и особенностями. Оценки и реакции людей создают почву для дополнительных наблюдений за теми же или другими аспектами поведения. Эти процессы не функционируют независимо от окружающей среды.

Учащиеся, которые оценивают свой прогресс обучения как неадекватный, могут попросить помощи учителя, что изменит их окружение.

Учителя, в свою очередь, обучают учащихся более эффективной стратегии, которую затем они используют для продвижения своего обучения.

То, что воздействие окружающей среды (например, учителя) может способствовать развитию саморегулирования, имеет важное значение, так как учителя выступают за то, чтобы учащиеся обучались навыкам саморегулирования.

Следующий процесс – это **самооценка**, то есть представление человека о важности своей личности, деятельности среди других людей и оценивание себя, собственных качеств и чувств, достоинств и недостатков. Социальное сравнение своих выступлений с выступлениями других является хорошим способом определения адекватности поведения и самооценки выступлений. Социальное сравнение становится более вероятным, когда абсолютные стандарты отсутствуют или неоднозначны.

Учащиеся имеют многочисленные возможности сравнить свою работу с работой сверстников. Абсолютные и нормативные стандарты при этом часто используются согласованно. Например, у учащихся есть 30 минут, чтобы прочитать шесть страниц текста и сравнить свой результат с результатом сверстников.

Сравнительная информация способствует мотивации. Дети, получившие как цели, так и сравнительную информацию, демонстрируют лучшие показатели.

Еще один процесс – это **самореакции**. Они мотивируют поведение. Вера в то, что человек добивается прогресса наряду с ожидаемым достижением цели, повышает самоэффективность и поддерживает мотивацию.

Отрицательные оценки не снижают мотивации, если люди считают, что они способны к улучшению. Если учащиеся считают, что были вялыми, но в принципе могут прогрессировать, они склонны чувствовать себя эффективными и способными восстанавливать усилия.

Мотивация не улучшается, когда учащиеся считают, что им не хватает способностей и они не добьются успеха, как бы сильно они ни старались.



Саморегулируемое обучение представляет собой циклический процесс, поскольку эти факторы меняются во время обучения и должны контролироваться. Такой мониторинг приводит к изменениям в стратегиях, познаниях, аффектах и поведении индивида.

Такая цикличность отражена в трехфазной модели саморегулируемого обучения Циммермана, которая также расширяет классическое представление, охватывающее взаимодействие с задачами, так как включает процессы саморегулирования, выполняемые до и после взаимодействия.

Этап продуманности предшествует фактической производительности и относится к процессам, создающим основу для действий. Этап управления производительностью подразумевает процессы, происходящие во время обучения и влияющие на внимание и действие.

Эффективные саморегуляторы развивают самооффективность для саморегулирования своего обучения и производительности. Исследования показывают, что самооффективность имеет значимое и положительное отношение к успеваемости учащихся.

Саморегулируемые учащиеся считают приобретение знаний стратегическим процессом и берут на себя ответственность за результаты своих достижений. Согласно некоторым исследованиям, самооффективность положительно связана с продуктивным использованием стратегий саморегулирования.

Социально-самостоятельное взаимодействие

Динамический характер саморегулируемого обучения находит отражение во взаимодействии социальных и собственных переменных. Начальное обучение, например, проходит лучше всего, когда учащиеся наблюдают социальные модели. Затем они становятся способными выполнять навыки в соответствии с руководством и обратной связью.

По мере развития компетенции учащиеся вступают в фазу самоконтроля, где могут сопоставить свои действия с внутренними представлениями и навыками. На последнем уровне учащиеся разрабатывают процессы саморегулирования, которые используют для дальнейшего совершенствования навыков и выбора новых целей.

Модель саморегулируемого обучения

Теории обработки информации рассматривают обучение как кодирование информации в долговременной памяти. Учащиеся активируют соответствующие части памяти и связывают новые знания с существующей информацией в рабочей памяти. Организованная и содержательная информация легче интегрируется с существующими знаниями и с большей вероятностью запоминается.

Саморегулируемое обучение эквивалентно метакогнитивному осознанию, где люди контролируют, направляют и регулируют действия по достижению целей. Это осознание включает в себя знание задачи (например, то, что должно быть изучено, когда и как это должно быть изучено), а также познание личных возможностей, интересов и взглядов.

Такое обучение требует, чтобы учащиеся имели прочную базу знаний, личные качества и стратегии для выполнения задачи.

Какими бывают учебные стратегии?

Стратегии обучения – это когнитивные планы, ориентированные на успешное выполнение заданий. Они включают в себя отбор и систематизацию информации, повторение изучаемого материала, соотнесение нового материала с информацией в памяти и повышение содержательности материала.

Использование стратегий является неотъемлемой частью саморегулируемого обучения, поскольку они дают учащимся лучший контроль над обработкой информации.



При формулировании стратегии учащиеся первоначально могут анализировать деятельность или ситуацию с точки зрения цели, аспектов ситуации, личностных характеристик и потенциально полезных саморегулируемых методов обучения. Затем учащиеся могут разработать стратегию, внедрить методы, отслеживать прогресс в достижении цели и изменять стратегию, когда методы не приводят желаемому результату.

Руководство реализацией этих методов – метакогнитивное знание, которое включает в себя знание того, что нужно выполнять, почему важны методы, и когда и как их выполнять.

Процедуры разработки – это расширение информации. Оно нужно для того, чтобы сделать обучение более значимым. Вот пример. Рассмотрим определение репы: двулетнее растение семейства горчичных со съедобными листьями и округлым, светлым мясистым корнем. Можно выучить это определение наизусть либо, посмотрев на изображение репы, сформировать мысленный образ, чтобы связать его с определением.

Мнемоника – это популярный метод разработки, делающий информацию более значимой.

Организация. Методы организации включают в себя мнемонику, группировку, структурирование и сопоставление.

Мнемоника разрабатывает информацию и организует ее осмысленно. Информация может быть организована путем группировки перед использованием повторения, или мнемоники.

Если учащиеся изучают названия млекопитающих, они могут сначала сгруппировать имена в общие семейства (обезьяны, кошки и т. д.), а затем повторять, связывая ее с тем, что известно. Либо использовать мнемонику.

Организация, навязанная учащимся, является эффективной помощью в ответах. Сначала учащиеся вспоминают организационную схему, а потом уже отдельные компоненты.

Изложение улучшает понимание. Но, как и в случае с другими методами обучения, учащиеся обычно нуждаются в составлении хорошего плана, или структурировании. Один из способов обучения структурированию – это использование текста с заголовками, которые выделяются полужирным шрифтом или курсивом. Другой способ заключается в том, чтобы учащиеся определяли тематические предложения и точки, которые относятся к каждому предложению.

Картографирование – это организационный метод, улучшающий осведомленность учащихся о структуре текста. Оно предполагает выявление важных идей и уточнение их взаимосвязи.

Концепции или идеи идентифицируются, классифицируются и связываются друг с другом. Точный характер карты зависит от содержимого и типов отношений, которые необходимо указать.

Мониторинг помогает учащимся определить, правильно ли они применяют знания к изучаемому материалу, оценить, понимают ли они материал, решить, эффективна ли их стратегия или необходимо ее изменить, а также знать, почему использование стратегии улучшит обучение.

Обучение мониторингу понимания – это центральный компонент программ стратегического обучения. Самоанализ, перечитывание, проверка консистенций и перефразирование – все это процессы мониторинга.

Аффективные методы создают благоприятный психологический климат для обучения и помогают справиться с беспокойством, развить позитивные убеждения, установить цели и свести к минимуму отвлекающие факторы (например, установить такие правила, как запрет разговоров по телефону и просмотр телевизора во время обучения).

Социокультурные влияния

Конструктивистская теория человеческого развития Льва Выготского хорошо поддается саморегуляции. Ученый считал, что люди и их культурная среда представляют собой взаимодействующую социальную систему.

Посредством общения и действий детей обучали использованию инструментов, необходимых для приобретения компетентности. Используя эти инструменты в системе, учащиеся развивают когнитивные функции более высокого уровня, такие как усвоение концепций и решение проблем.



Поскольку Выготский использовал термин «высшая психическая функция», он имел в виду сознательно направленный мыслительный процесс. Саморегулируемое обучение является одним из видов высшей психической функции.

Центральным компонентом мотивации, относящейся к саморегулируемому обучению, выступает ценность, которую учащиеся приписывают обучению. Учащиеся, не ценящие того, что они изучают, не мотивированы улучшить или осуществлять саморегуляцию своей учебной деятельности.

Ценности имеют прямую связь с настойчивостью, выбором и производительностью. Они могут положительно относиться ко многим саморегулирующимся процессам: самонаблюдению, самооценке и постановке целей.

Например, учащиеся, которые ценят историю, склонны усердно изучать тесты по истории, ставить цели для своего обучения, следить за своим прогрессом и корректировать свои стратегии по мере необходимости. Напротив, студенты, которые не ценят историю, менее склонны к этим действиям.

Что такое схемы?

Самосхемы являются «когнитивными проявлениями устойчивых целей, стремлений, мотивов, страхов и угроз». Они включают в себя когнитивные и аффективные оценки способностей, волеизъявления и личной свободы воли.

По сути, это представления о себе в различных ситуациях или о том, какими мы можем быть. Некоторые люди часто действуют на основе своего восприятия самих себя. Учащиеся могут обучаться навыкам саморегулирования, тем самым становясь лучше.

Эффективная модель обучения начинается с социальных влияний, таких как модели учителя, объясняющие и демонстрирующие саморегулирующиеся стратегии. По мере того как учащиеся приобретают практический опыт, они преобразуют эти социальные влияния в своеобразные способы и интегрируют их в свои личные саморегулирующиеся системы.

Саморегулирование обучения наиболее эффективно, когда оно связано с академическим содержанием. Принципы саморегулируемого обучения были применены в таких областях, как академическое обучение и письмо. Среда обучения, богатая технологиями, может помочь студентам развить навыки саморегулирования.