

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

На правах рукописи

УДК 159.95

Слонова

Алена Игоревна

**ТЕХНОЛОГИИ РАЗВИТИЯ КОГНИТИВНЫХ ПРОЦЕССОВ,  
ФУНДИРОВАННЫЕ СИСТЕМНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫМ И  
КОГНИТИВНЫМ ПОДХОДАМИ: КОМПАРАТИВНЫЙ АНАЛИЗ**

Диссертация на соискание академической степени

магистра психологии

по специальности 1-23 81 01 «Психологическое консультирование и  
психокоррекция»

Научный руководитель

кандидат психологических наук  
доцент  
Дьяков Дмитрий Григорьевич

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ:

Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Минск, 2016

## РЕЗЮМЕ

Магистерская диссертация: 66 с., 2 таблицы, 7 рисунков, 100 источников, 2 приложения.

ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПРОЦЕССЫ, СИСТЕМНО-ДЕЯТЕЛЬНОСТНЫЙ ПОДХОД, МУЛЬТИМОДАЛЬНАЯ СИСТЕМА БИЛАТЕРАЛЬНОЙ АКТИВАЦИИ ПОЛУШАРИЙ, КОГНИТИВНЫЙ ПОДХОД, MINDFULNESS, ПРАКТИКА СОЗНАТЕЛЬНОСТИ, ЮНОШЕСКИЙ ВОЗРАСТ.

**Объект исследования:** познавательные процессы.

**Предмет исследования:** технологии развития познавательных процессов, фундированные системно-деятельностным и когнитивным подходами.

**Цель работы:** сравнительный анализ эффективности технологий развития когнитивной сферы в юношеском возрасте, фундированных системно-деятельностным (Мультимодальная система билатеральной активации гемисфер головного мозга) и когнитивным (Mindfulness-Based Cognitive Therapy) подходами.

**Методы исследования:** Теоретические: теоретический анализ общей и специальной литературы по проблеме исследования. Эмпирические: тестирование с использованием стандартизированных методик для изучения отдельных параметров внимания и памяти. Обработка и анализ полученных данных проводятся при помощи методов статистической обработки данных.

**Исследование и разработки:** исследование представляет собой формирующий эксперимент, направленный на определение сравнительной эффективности различных технологий развития познавательных процессов в юношеском возрасте. Схема: межгрупповая (включает две экспериментальные группы, на каждую из которых оказывается воздействие независимой переменной разного типа).

**Элементы научной новизны:** Исследование является важным этапом на пути определения технологий, способствующих развитию высших психических функций человека не только в детском, но и в юношеском возрасте. Центральное направление «третьей волны» когнитивно-поведенческой терапии – практика Mindfulness (осознанности) – в настоящее время широко используется за рубежом, вызывая видимый интерес научного сообщества. Однако предпринимается не так много компаративных исследований, ориентированных на изучение эффективности практик осознанности в сравнении с другими технологиями. Настоящее исследование является важным этапом на пути изучения механизмов, лежащих в основе Mindfulness и участвующих в достижении эффектов, связанных с развитием познавательных процессов. Нами принято решение о дальнейших исследованиях эффективности практики осознанности в сфере развития когнитивных процессов, которые будут носить подтверждающий, уточняющий и расширяющий данные характер, поскольку, основываясь на теоретическом анализе, мы резюмируем, что данные западноевропейских и американских коллег носят местами противоречивый характер.

**Область возможного практического применения:** полученные результаты представляют междисциплинарный интерес и могут быть использованы как в дальнейших научных исследованиях, так и в практической работе широкого круга специалистов: психологов, социальных педагогов, психотерапевтов. Материалы исследования могут найти применение в совершенствовании учебных программ по преподаваемым в высших учебных заведениях Республики Беларусь дисциплинам, таким как «Методология, теория и методы психологических исследований», «Общая психология», «Экспериментальная психология» «Психология личности» и др. Результаты будут адаптированы под задачи оптимизации системы высшего образования, основанного на результате – знаниях, компетенциях и показателях личностного и интеллектуального развития.

**Апробация (внедрение):** Разработка использована в учебном процессе на кафедре общей и организационной психологии факультета психологии БГПУ. Результаты исследования опубликованы в научных журналах и представлены на научных и научно-практических конференциях.

Автор работы подтверждает, что приведенный в ней расчетно-аналитический материал верно и объективно отражает состояние исследуемого процесса, а все заимствованные из литературных и других источников теоретические, методологические и методические положения и концепции сопровождаются ссылками на их авторов.

---

---

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ



## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

### 1. Связь работы с тематикой научных исследований кафедры.

Тема научно-исследовательской работы кафедры общей и организационной психологии «Самоидентификация в структуре социально-личностных компетенций субъекта на разных этапах его развития». Актуальность исследования структурно-функциональных характеристик самоидентификации как социально-личностной компетенции в разных социокультурных условиях ее становления обусловлена новизной проблемной области, социально-экономической, практической значимостью изучения процесса формирования социально-личностных компетенций и обосновывается потребностью современного общества в специалистах, обладающих помимо глубоких знаний и профессиональных навыков также определенными личностными качествами. Формирование социально-личностных компетенций в процессе самореализации субъекта становится одной из магистральных задач образовательного процесса, выступая важнейшим условием развития психологической культуры личности.

Компетентностный подход к результатам образования и профессионального становления в качестве эффективного средства для улучшения качества высшего образования занимает уверенную позицию в современной методологии высшей школы. Наряду с базовыми, профессиональными, академическими и прочими компетенциями, выделяется группа социально-личностных компетенций, которые раскрывают человека как личность, так и во взаимодействии с окружающими людьми. Социально-личностные компетенции позволяют адаптироваться к требованиям общества и эффективно решать задачи социальной среды, формируют воспитательную составляющую образовательного процесса и моделируют ее результат. В

многокомпонентном и многоаспектном феномене социально-личностных компетенций существуют множественные связи и отношения, которые изучены на сегодняшний день недостаточно. Нерешенной, в частности, остается проблема места самоидентификации в структуре социально-личностных компетенций субъекта, ее роли в их формировании у субъекта образовательного процесса, особенностей взаимодействия с иными компетенциями.

В процессе разработки данной темы планируется достижение цели, которая состоит в определении места самоидентификации в структуре социально-личностных компетенций субъекта на различных этапах его развития.

Осуществленный нами теоретический анализ результатов различных исследований, посвященных изучению эффективности базирующихся на осознанности (Mindfulness) психотерапевтических практик в работе с различными сферами психической жизни личности как в норме, так и при различных нарушениях психики, позволяет резюмировать, что практики осознанности обладают значительными возможностями. Недостаточно изученными, вместе с тем, остается потенциал использования mindfulness в работе с таким важным психическим процессом как самоидентификация и возможности влияния практик осознанности на становление и коррекцию идентичности в целом. Эта сфера представляется весьма перспективной для дальнейшей разработки, особенно в контексте активно развернувшейся в последнее время научной полемики вокруг проблемы становления идентичности в норме, а также ее коррекции при различных психических расстройствах.

## **2. Цель и задачи исследования.**

Объект исследования – познавательные процессы.

Предмет исследования – технологии развития познавательных процессов в юношеском возрасте, фундированные системно-деятельностным и когнитивным подходами.

Цель работы – сравнительный анализ эффективности технологий развития когнитивной сферы в юношеском возрасте, фундированных системно-деятельностным (Мультимодальная система билатеральной активации гемисфер головного мозга) и когнитивным (Mindfulness-Based Cognitive Therapy) подходами.

Задачи работы:

- теоретическое обоснование системно-деятельностного и когнитивного подходов к проблеме развития познавательных процессов;
- анализ литературы о когнитивном развитии личности в юношеском возрасте и возможностях психотехнического воздействия на нее;
- исследование эффективности технологии развития познавательных процессов, фундированной системно-деятельностным подходом (Мультимодальной системой билатеральной активации гемисфер головного мозга);
- исследование эффективности технологии развития познавательных процессов, фундированной когнитивным подходом (Mindfulness-Based Cognitive Therapy);
- сравнительный анализ эффективности подходов развития познавательных процессов, выстроенных в русле системно-деятельностного и когнитивного подходов.

### **3. Апробация результатов диссертации.**

Разработка использована в учебном процессе на кафедре общей и организационной психологии факультета психологии БПУ в 2015-2016 учебном году. Результаты исследования планируется внедрить в учебный



процесс (использовать в ходе доработки программ по дисциплинам «Методология, теория и методы психологического исследования», «Общая психология», «Экспериментальная психология»).

**Основные результаты:** в процессе исследования выявлено, что обе технологии, применяющиеся для реализации целей исследования, в определенной степени эффективны в улучшении функционирования когнитивных процессов, что положительно влияет на результаты их повторного тестирования. Однако фундированная когнитивным подходом технология Mindfulness, применяющаяся для развития познавательных процессов в юношеском возрасте, оказывает более выраженное по сравнению с Мультимодальной системой билатеральной активации гемисфер головного мозга положительное влияние на параметры точности и эффективности внимания, а также кратковременной памяти.

#### 4. Опубликованность результатов диссертации.

Результаты исследования опубликованы в научных журналах и представлены на научных и научно-практических конференциях:

- Слонова, А.И. Возможности использования технологии Mindfulness в развитии когнитивных процессов [Электронный ресурс] / А.И. Слонова // Теоретические и прикладные проблемы современной психологии: материалы XVI Междунар. студ. науч.-практ. конф., г. Минск, 27 апр. 2016 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол.: Л.А. Пергаменщик, Д.Г. Дьяков, А.В. Музыченко и др. – Минск: БГПУ, 2016. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM).
- Слонова, А.И. Использование мультимодальной системы билатеральной активации гемисфер головного мозга в качестве технологии развития познавательных процессов / А.И. Слонова // Личность профессионала: развитие, образование, здоровье: сборник

научных статей / Отв. ред.: Е.С. Асмаковец. – Омск: БОУДПО «ИРООО», 2016. – С. 161-166.

- Слонова, А.И. Мультиmodalная система билатеральной активации гемисфер головного мозга как метод развития когнитивных функций / А.И. Слонова // Психологическое сопровождение образования: теория и практика: сборник статей по материалам VI Международной научно-практической конференции 24-26 дек. 2015 года: в 2 ч. / под общ. ред. проф. Л.М. Попова, проф. Н.М. Швецова. – Йошкар-Ола: МОСИ – ООО «СТРИНГ», 2016. – С. 390-394.

- Слонова, А.И. Мультиmodalная система билатеральной активации гемисфер головного мозга как технология развития познавательных процессов, фундированная системно-деятельностным подходом / А.И. Слонова // Образование и наука в Беларуси: актуальные проблемы и перспективы развития в XXI веке. Сб. науч. статей / БГПУ им. М. Танка; редкол.: отв. ред. А.В. Корхова [и др.]. – Минск: БГПУ, 2015. – С. 167-172.

- Слонова, А.И. Практики осознанности в профилактике и терапии зависимого поведения / А.И. Слонова // Мир аддикций. Подходы и стратегии исследования, методы профилактики: материалы научно-практической онлайн конференции, г. Минск, 19 мая 2016 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол.: Л.А. Пергаменщик, Д.Г. Дьяков, А.В. Музыченко и др. – Минск : БГПУ, 2016. – 225 с.

- Слонова, А.И. Развитие интеллектуально-творческого потенциала посредством гармонизации работы полушарий головного мозга / А.И. Слонова // VII Машеровские чтения: материалы международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Витебск, 24-25 сент. 2013 г. / УО «ВГУ им. П.М. Машерова» – Витебск: УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2013. – С. 258-259.

- Слонова, А.И. Технология mindfulness: возможности использования в развитии когнитивных процессов / А.И. Слонова // Студенческая наука – инновационный потенциал будущего: материалы Респ. студ. науч.-практ. конф., г. Минск, 26–28 апр. 2016 г. / Бел. гос. пед. ун-т им. М. Танка; редкол. А.В. Торхова [и др.]. – Минск : БГПУ, 2016. – С. 296-299.

### **5. Структура и объем диссертации.**

Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений. Объем диссертации составляет 81 страницу, основной текст изложен на 66 страницах. В тексте диссертации содержится 7 рисунков, 2 таблицы и 2 приложения. Рисунки и таблицы составляют 5,5 страниц. Библиографический список включает 100 источников, изложен на 7,5 листах. Приложения занимают 2 страницы.