

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**КРИВОРІЗЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**Психолого-педагогічний Факультет**  
**Кафедра практичної психології**

«Допущено до захисту»

Завідувач кафедри

\_\_\_\_\_ Чаркіна О.А.  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

Реєстраційний № \_\_\_\_\_

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2024 р.

**РОЗВИТОК ІНДИВІДУАЛЬНОГО КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ**  
**СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ**

Кваліфікаційна робота студентки  
групи ЗППм-23  
ступінь вищої освіти магістр  
спеціальності 053 Психологія  
**Жабровець Ірини Миколаївни**

Керівник канд. психол. наук, доцент  
кафедри практичної психології  
**Шестопалова О.П.**

**Оцінка:**

Національна шкала \_\_\_\_\_

Шкала ECTS \_\_\_\_\_ Кількість балів \_\_\_\_\_

Голова ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

Члени ЕК \_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

\_\_\_\_\_

(підпис) (прізвище, ініціали)

## ЗАПЕВНЕННЯ

Я, Жабровець Ірина Миколаївна, розумію і підтримую політику Криворізького державного педагогічного університету з академічної доброчесності. Запевняю, що ця кваліфікаційна робота виконана самостійно, не містить академічного плагіату, фальсифікації. Я не надавала і не одержувала недозволену допомогу під час підготовки цієї роботи. Використання ідей, результатів і текстів інших авторів мають поєликання на відповідне джерело. Із чинним Положенням про запобігання та виявлення академічного плагіату в роботах здобувачів вищої освіти Криворізького державного педагогічного університету ознайомена. Чітко усвідомлюю, що в разі виявлення у кваліфікаційній роботі порушення академічної доброчесності робота не допускається до захисту або оцінюється незадовільно.

Жабровець І.М.  
Григор

## ЗМІСТ

|                                                                                                                   |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ВСТУП .....</b>                                                                                                | <b>4</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ІНДИВІДУАЛЬНОГО<br/>КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ.....</b>        | <b>9</b>  |
| 1.1 Загальний аналіз проблеми когнітивного стилю, стан і зміст її розробки на сучасному етапі розвитку науки..... | 9         |
| 1.2 Аналіз аспектів розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітків.....                                    | 14        |
| Висновки до першого розділу .....                                                                                 | 24        |
| <b>РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ<br/>ПІДЛІТКІВ.....</b>                                      | <b>26</b> |
| 2.1 Обґрунтування вибору методик та процедура дослідження.....                                                    | 26        |
| 2.2 Аналіз результатів емпіричного дослідження.....                                                               | 27        |
| Висновки до другого розділу.....                                                                                  | 44        |
| <b>РОЗДІЛ 3. РОЗВИТКОВА ПРОГРАМА ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ<br/>НАВЧАННЯ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ.....</b>                         | <b>46</b> |
| 3.1 Теоретичне обґрунтування, структура та зміст розвивальної програми.....                                       | 46        |
| 3.2 Аналіз результатів впровадження розвиткової програми «Вчись вчитися ефективно».....                           | 55        |
| Висновки до третього розділу.....                                                                                 | 57        |
| <b>ВИСНОВКИ.....</b>                                                                                              | <b>58</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ.....</b>                                                                        | <b>61</b> |
| <b>ДОДАТКИ.....</b>                                                                                               | <b>68</b> |
| <b>ДОДАТКОВИЙ МАТЕРІАЛ.....</b>                                                                                   | <b>96</b> |

## ВСТУП

**Актуальність** цього дослідження полягає у потребі персоналізації та оновлення підходів до навчання в загальноосвітніх школах. Тема розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітка є дуже актуальною у сучасному контексті освіти та психології. Ось чому:

По-перше, розуміння, підтримка та підсилення свого когнітивного стилю допоможе кожному підлітку індивідуально розвивати свої сильні сторони, а значить більш впевнено долати виклики життя та ефективніше вирішувати проблеми, управляти емоціями. Це покращить їхнє психічне здоров'я, підсилить внутрішні ресурси.

По-друге, педагоги, розуміючи особливості когнітивних стилів, можуть враховувати унікальні підходи до навчання, сприйняття нової інформації своїх учнів та створювати більш ефективні методи та стратегії навчання. Це слугуватиме оптимізації освіти.

По-третє, знання своїх типів когнітивних hard/soft-skills допоможе підліткам у визначеності та підготовці до майбутньої професії. Це допоможе більш якісно зростати молодому поколінню особистісно та професійно. Отже, дослідження з зазначеної теми має велике значення для більш глибокого розуміння та підтримки цієї важливої групи населення.

Становлення індивідуального когнітивного стилю в середній школі стає особливо актуальним науково-практичним завданням внаслідок впливу несприятливих чинників на якісні показники освітнього процесу зокрема той факт, що у Дніпропетровському регіоні більшість шкіл середньої та старшої ланки середньої освіти навчаються дистанційно, окрім того навчальний процес спотворений необхідністю перериватися на сигнали тривоги. Освітня система зазнає так званих шкільних втрат, які мають бути компенсовані за рахунок різних організаційних, методичних засобів, в тому числі через розвиток навичок самостійної пізнавальної діяльності, які спираються на феномен індивідуального когнітивного стилю.

У статті «Оцінювання втрат та потреб української освіти на основі RDNA3» МОУ від 23.02.2024 року відзначається, що у лютому 2024 року Світовий банк, уряд України, Європейський Союз і ООН опублікували спільне дослідження Rapid Damage and Needs Assessment (Швидке оцінювання шкоди та потреб, RDNA) [66], яке визначає втрати та потреби України в процесі відновлення після війни з Росією. Це вже третє таке дослідження.

Освітні втрати учнівства спричинено внаслідок онлайн-навчання, стресу й травматичного досвіду. Порівняння результатів PISA-2022 та PISA-2018 показує зниження рівня навичок серед 15-річних підлітків, зокрема в математиці, читанні та природничих науках. Освітні втрати становлять еквівалент двох років навчання. Крім того, результати PISA 2022 вказують на збільшення нерівності серед учнів: дівчата показали більший спад у читанні, а учні з нижчим соціально-економічним статусом значно відстають у математиці від своїх однолітків. Саме ці міркування та негативна статистика зумовили нас обрати запропоновану тему дослідження. Цей феномен з урахуванням вікових особливостей розкритий в публікаціях низки іноземних та вітчизняних психологічних досліджень (Дж. Каган, Р. Бремсон, А. Харрісон, М.В. Опачко, К.О. Лисак, І.О. Якімова, С.Є. Горяна, М.І. Вінтонів та ін.). Разом з тим питання розвитку оптимального для конкретно окремого підлітка індивідуального когнітивного стилю недостатньо розкрито в сучасних публікаціях теоретичного та емпіричного плану та залишається актуальним завданням практичного психолога.

Саме тому у фокусі нашої уваги опинилася задача теоретично обґрунтувати, змодельовати та виконати емпіричну перевірку розвиткової програми, що розкриває технологію сприяння становленню індивідуального когнітивного стилю.

Виходячи з зазначеної проблематики та викликів часу, **метою** нашого дослідження є теоретичне вивчення феномену становлення індивідуального

когнітивного стилю старших підлітків та створення розвиткової програми з її емпіричною перевіркою середньої ланки школи.

**Завдання дослідження:**

- 1) Здійснити теоретико-психологічний аналіз вікової ланки становлення індивідуального когнітивного стилю та з'ясувати особливості цього процесу в умовах освітньої системи.
- 2) Провести емпіричне дослідження специфіки становлення когнітивно-мотиваційних характеристик, що зумовлюють індивідуальний когнітивний стиль.
- 3) На основі теоретико-психологічного аналізу провести модифікацію існуючих програм когнітивного розвитку та провести емпіричну перевірку ефективності цієї програми в умовах психологічних занять с підлітками.

**Об'єктом дослідження** є когнітивно-мотиваційна сфера підлітків старшого віку.

**Предмет дослідження:** можливості застосування розвиткової програми в напрямку становлення індивідуального когнітивного стилю підлітків задля вирішення проблеми компоненту шкільних втрат.

Дослідження орієнтоване на розуміння та аналіз унікальних особливостей когнітивного функціонування кожного підлітка, включаючи їхні уподобання, стратегії мислення, способи вирішення проблем та інші аспекти когнітивної діяльності та спрямоване на вивчення та розуміння того, які фактори впливають на формування когнітивного стилю підлітка. І особливо важливо визначити, як цей стиль впливає на їхні навчальні досягнення, поведінку та загальний розвиток.

**Методи та методики дослідження:**

- 1) теоретичні – аналіз та систематизація наукової літератури з даної проблематики;

2) емпіричні: психологічні діагностичні бесіди, тестовий метод та методи практичної психології у вигляді когнітивного тренінгу у складі розвиткової програми - опитувальники, прийоми та техніки інтелектуального тренінгу: опитувальник "Стилі мислення" (Р. Бремсон, А. Харрісон), опитувальник «Автономність/залежність особистості у навчальній діяльності» (Г. Пригніна) та метод аналізу когнітивних стилів через використання дієслів у письмових творах – «оцінні дієслова» (Г.В. Лібіна, О. Лурія);

3) методи математичної статистики : критерій хі-квадрат, тест Манна-Уїтні, дисперсійний аналіз, критерій Вілкоксона для парних вибірок, кореляційний аналіз Спірмена;

4) інтерпретаційні: психологічний аналіз, синтез та тлумачення отриманих емпіричних даних.

Для **обґрунтування теоретико-методологічного підґрунтя** дослідження ми спиралися на:

1) Концептуальні постулати когнітивного стилю:

- індивідуально-типологічні підходи (Герман Віткін, Кляйн, Холцман).
- когнітивний стиль як спосіб адаптації («особистісні конструкти» Г. А. Келлі)
- гнучкість і стабільність когнітивного стилю (Раян, Мессік).

2) Наукові погляди на феномен когнітивного стилю на основі ідеї когнітивної психології про внутрішні моделі та схеми Піаже, соціально-когнітивної теорії Альберта Бандури, індивідуально-диференційованого підходу (Стренг, Лібіна).

3) Теоретичні конструкти для вивчення індивідуального когнітивного стилю (Г. Віткін, Каган, Грідер, Гілл та інші).

4) Емпіричні розробки проблеми індивідуального когнітивного стилю:

- дослідження когнітивного стилю в навчанні (Фрідман, Стернберг тощо)

- практичні методики діагностики когнітивних стилів ( Р. Бремсон, А. Харрісон, Г. Прігніна, Г. Лібіна, О. Лурія). Ці теоретико-методологічні засади допоможуть побудувати дослідження розвитку індивідуального когнітивного стилю у старших підлітків, розкрити особливості їхнього мислення, навчальних стратегій та соціально-психологічної адаптації.

### **Експериментальна база дослідження**

База дослідження організована в навчальному закладі – Дніпровській гімназії №6 Дніпровської міської ради, в якій забезпечено необхідний рівень етичного обходу з учасниками дослідження – учнями 8-9 кл.: три 8-х класів – 75 учня, три 9-х класів – 84 учня (14-15 років).

**Практичне значення** одержаних результатів дослідження полягає у можливості їх використання практичними психологами, корекційними педагогами, вчителями та батьками у практичній діяльності та у подальших дослідженнях.

### **Апробація результатів**

Тези на тему «Теоретичні аспекти розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітка старшого віку». *Психологічний супровід особистості в умовах війни. Посткризове відновлення: Матеріали щорічної звітної науково-практичної конференції студентів і молодих учених / Під ред. О.А. Чаркіної, О.Ю. Михайленко. Кривий Ріг: Вид-во «Криворізький державний педагогічний університет», 2024, С.53-56*

### **Структура роботи**

Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків та списку використаної літератури, який налічує 70 джерел; ілюстрована 4 таблицями, 9 рисунками; вміщує 7 додатків. Загальний обсяг роботи 105 стор. (з них 60 стор. основного тексту).



## **РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ІНДИВІДУАЛЬНОГО КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ ПІДЛІТКА СТАРШОГО ВІКУ**

### **1.1 Загальний аналіз проблеми когнітивного стилю, стан і зміст її розробки на сучасному етапі розвитку науки**

Індивідуальні особливості пізнавальної діяльності учнів не завжди враховуються в освітньому процесі. Перспективним напрямком розвитку учнів є використання теорії когнітивних стилів для індивідуалізації навчання. Однак шкільні психологи рідко досліджують пізнавальні особливості учнів або дають рекомендації щодо формування особистого стилю навчання з урахуванням їх психофізіологічних характеристик. Через однаковий підхід учителів і прагнення учнів "вчитися як усі" не розвиваються індивідуальні навички навчання. Учні не усвідомлюють своїх особливостей і не знають, як використовувати їх для досягнення кращих результатів. Навчання ж вимагає активної участі й зусиль для самостійного засвоєння знань, адаптованого до власних здібностей.

Питання розвитку індивідуальних когнітивних стилів старшокласників є актуальним, оскільки це може допомогти підліткам розвивати сильні сторони, долати труднощі та полегшити вибір майбутньої професії. Нова українська школа (НУШ) орієнтована на компетентнісний підхід, що сприяє формуванню ключових компетентностей для самореалізації.

Компетентність — це здатність і готовність застосовувати знання та навички для вирішення різних завдань, включаючи нестандартні, що виявляється в процесі діяльності. Основні види діяльності, виділені в психології, — гра, спілкування, навчання і праця. Компетентність важлива

вже на етапі навчання, однак багато старшокласників не володіють базовими навчальними навичками, такими як узагальнення, аналіз, синтез і встановлення причинно-наслідкових зв'язків, а також не мають ефективних методів роботи з навчальним матеріалом. Нові освітні стандарти, зокрема програма НУШ, стимулюють розвиток загальнонавчальних умінь, емоційного інтелекту, саморегуляції та мотивації учнів.

Розвиток логічного мислення і когнітивних навичок, таких як аналіз, синтез, узагальнення, є ключовим елементом дидактичної концепції Джерома Брунера, яку він виклав у книзі "Процеси навчання" [55]. Ця книга стала основою для подальшого розвитку когнітивного підходу в освіті та підкреслила необхідність формування в учнів когнітивних стратегій і логічних операцій, що допомагають вивчати нові знання. Бо саме заволодіння учнем розумовими операціями та методами діяльності забезпечує активність і свідоме використання отриманих знань у його подальшій практичній діяльності.

Когнітивні стилі - це індивідуально-своєрідні способи перероблення інформації, які характеризують специфіку складу розуму конкретної людини та відмінні риси її інтелектуальної поведінки [44]. Сучасна психологія описує цей феномен як "когнітивний стиль", який визначається як «індивідуально-специфічний спосіб сприйняття, обробки та інтерпретації інформації, який характеризує відмінності у пізнавальних процесах людини: 1) відносно стійкі індивідуальні особливості пізнавальних процесів суб'єкта, що виражаються у використовуваних ним пізнавальних стратегіях; 2) сукупність окремих пізнавальних установок або видів контролю, що встановлюються набором спеціально підібраних тестів» [46, с. 507-508]. Ця дефініція акцентує на тому, що когнітивний стиль не є знанням або навичкою, а радше сталим способом мислення, який формується протягом життя і проявляється в усіх когнітивних процесах — сприйнятті, увазі, пам'яті, мисленні тощо. Когнітивний підхід в основному полягає «...в прагненні зрозуміти, яким

чином людина розшифровує інформацію про дійсність і організує її, щоб приймати рішення або вирішувати насущні завдання» [44, с.198].

Проблема когнітивного стилю займає важливе місце в психології, педагогіці, когнітивній науці та інших дисциплінах, що досліджують мислення і поведінку людини. Когнітивний стиль визначає індивідуальний підхід людини до сприйняття, обробки та зберігання інформації, а також до прийняття рішень. Вивчення цих стилів сприяє розумінню різних способів навчання, мислення та адаптації людини до середовища, що має практичне значення для освіти, управління, професійного зростання і психотерапії.

На сучасному етапі розвитку науки дослідження когнітивних стилів значно просунулися вперед, проте є кілька ключових аспектів, які залишаються в процесі обговорення, а також з'явилися сучасні напрямки дослідження когнітивного стилю, до яких прикута особлива увага (додаток Б).

Дослідження когнітивних стилів мають тривалу передісторію: від операціоналізації поняття до обґрунтування парціальних, факторних і структурно-функціональних теорій та моделей.

Ми навіть не можемо визначити кількість когнітивних стилів, їх около 20-ти: від концепції метастилу «аналітичність - синтетичність» Вольдемара Колпі, «двох десятків» стилів М. А. Холодної до класифікації Д. Ворделла і Дж. Ворделла і Дж. Ройса та відкритої типології Ч. Носала [19]. Когнітивний стиль забезпечує рівень переробки інформації (перцепція, поняття, модель, програма) і спосіб її переробки. «Когнітивний стиль - відносно стійка характеристика особистості та інтелекту. Він відповідає на запитання «як». Як ми докотилися до такого рівня інтелектуального розвитку і наскільки ефективно ми вміємо користуватися своїм інтелектом. І якщо особистість змінює маски, то інтелект демонструє когнітивні стилі» [19, с.25].

Основоположником досліджень когнітивного стилю в зарубіжній науці є Герман Віткін. Він запровадив поняття "залежності/полінезалежності" (field dependence/independence) – одного з найвідоміших когнітивних стилів, що

описує схильність до використання зовнішніх або внутрішніх орієнтирів при сприйнятті інформації. У його праці розглядається вплив когнітивних стилів на особисту адаптацію та культурні відмінності в обробці інформації [70]. Його праці стали фундаментом для подальших досліджень когнітивних стилів у когнітивній психології.

Річард Гарднер, послідовник Віткіна, досліджував вплив когнітивних стилів на навчальні стратегії та результати в контексті розвитку дітей і підлітків. Роберт Стернберг у своїх працях розробив теорію стилів мислення, описуючи когнітивні стилі як способи обробки інформації та розв'язання проблем. Говард Гарднер у теорії множинного інтелекту пов'язав когнітивні стилі з різними типами інтелекту, впливаючи на освітні підходи. Джером Каган вивчав зв'язок когнітивних стилів, емоційного розвитку та темпераменту у дітей. Майкл Кіртон запропонував теорію адаптивності та інноваційності, де когнітивні стилі визначають підходи до розв'язання проблем.

Праці Віткіна та інших згаданих вчених значно вплинули на розвиток теорії когнітивних стилів і її застосування в психології, освіті, нейронауці та інших сферах. Ці вчені заклали основу для розуміння когнітивних стилів і їхнього впливу на навчання, адаптацію та особистісний розвиток. Вони й зараз використовуються як у дослідницьких цілях, так і для розробки освітніх методик і психологічних підходів.

В Україні вивчення когнітивного стилю бере початок з досліджень Григорія Костюка (1899–1982), одного з провідних українських психологів, який зробив значний внесок у розвиток теорії індивідуальних відмінностей, зокрема когнітивних стилів. Він вивчав вплив індивідуальних особливостей на навчання, пізнання та розвиток когнітивних процесів, зокрема пам'яті та мислення. Хоча термін "когнітивний стиль" в його дослідженнях не вживався, його ідеї про індивідуалізацію навчання стали основою для подальших розробок у цій галузі [12,13,14].

Під впливом Костюка у 1950–1970-х роках сформувалася українська психологічна школа, яка активно розвивала ідеї індивідуальних когнітивних відмінностей, що згодом включали когнітивні стилі. Інститут психології, названий його іменем (Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України), продовжує цю традицію, виконуючи значну кількість досліджень у галузі когнітивної психології. Таким чином, Григорій Костюк є основоположником в Україні, який створив підґрунтя для подальшого вивчення когнітивних стилів та індивідуальних відмінностей у когнітивних процесах.

Праці Галини Балл «Когнітивні стилі: теорія та практика» (2014), Людмили Лободи «Когнітивні стилі як фактор індивідуалізації навчання» (2015), Тетяни Титаренко «Психологічні особливості когнітивних стилів у дітей» (2018) та ін. описують розвиток теорії когнітивних стилів в Україні та її інтеграцію в педагогіку і психологію. Ці та інші наукові роботи висвітлюють сучасний стан проблеми когнітивного стилю в Україні, зокрема у контексті освітніх інновацій, в професійному розвитку та особистісної адаптації.

Науковець О.В. Портяна досліджує в історичному контексті типологію та основні підходи до вивчення когнітивних стилів, вказуючи на основні психологічні характеристики параметрів когнітивного стилю, які виділяє переважна більшість науковців у своїх дослідженнях [35].

Підбиваючи підсумки закордонних та вітчизняних досліджень, «сучасна психологія під когнітивними стилями розуміє наступне: індивідуально-своєрідні способи перероблення індивідом інформації про своє оточення; стійкі способи організації пізнавальних процесів, які виявляються в індивідуальній специфіці, ментальній ієрархії, що впливає на всі рівні, включаючи особистісні властивості, інтегральну характеристику індивідуальності, пов'язану з типом реагування або вибором способів дій, стратегій поведінки особистості або особливостей контролю нею своїх пізнавальних процесів, що охоплює ряд індивідуальних особливостей

пізнавальної діяльності особистості в ході її розвитку і виявляються емпіричним шляхом» [35 с.549-550].

## **1.2 Аналіз аспектів розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітків**

Науковці приділяють особливу увагу особистісному розвитку підлітків, оскільки саме в цей період відбувається процес самовизначення та формування соціальної ідентичності (Л.І. Божович, І.С. Булах, Л.С. Виготський, Д. Енклд, Р. Енрайт, І.С. Кон, В.Ф. Моргун, Ф. Райс, А.О. Реан, К.В. Седих, Д.Й. Фельдштейн та ін.).

Становлення стильового підходу у психології стало свідченням трансформації її предмета пізнання: якщо раніше психологія пізнання виступала як наука про загальні закономірності пізнавальної психічної діяльності, то наразі у науковому пошуку знайшли перевагу дослідження механізмів індивідуальних відмінностей особистості та їх способи пізнання навколишнього світу [38].

Когнітивний стиль визначає індивідуальну специфіку обробки інформації, яка відрізняється у різних людей і впливає на те, як людина навчається, вирішує завдання, приймає рішення та адаптується до нових умов.

Феномен становлення індивідуального когнітивного стилю з урахуванням вікових особливостей розкритий в публікаціях низки іноземних (Дж. Брунер, Жан Піаже, Г.Віткін, Річард Гарднер, Дж. Каган, Роберт Стернберг, Р. Бремсон, А. Харрісон, Р. Вернон, Д. Кейтин, Г. Уїткін, Ф. Мак-Кенней, М. Холодна тощо) та вітчизняних психологічних досліджень (М.В. Опачко, К.О. Лисак, І.О. Якімова, О.Б. Напрасна, С.Є. Горяна, І.Д. Пасічник,

А.А. Палій, В.А. Моляко, О.В. Макаренко, О.Г. Мирошник, О. Міхнова, М.І. Вінтонів та ін.).

Результати досліджень індивідуального когнітивного стилю лягли в основу створення когнітивних теорій особистості. У них, на противагу персонологічним напрямкам, стверджується, що детермінанти особистісних рис і своєрідність індивідуальної поведінки слід шукати в особливостях сприймання, структурування, кодування, категоризації, інтерпретації, прогнозування і розуміння людиною дійсності [43]. Визначено близько двох десятків характеристик когнітивних стилів, серед яких найвідоміші наступні: полезалежність / полenezалежність від контексту [69], ригідність / гнучкість пізнавального контролю, конкретна / абстрактна концептуалізація, рефлексивність / імпульсивність [60], вузькість/широта категоризації [64], ригідний/гнучкий пізнавальний контроль, імпульсивність/рефлексивність, аналітична-синтетична, або концептуальна диференційованість [57], когнітивна простота/ складність [63] та ін. [2].

Поняття когнітивного стилю розширює діапазон внаслідок появи нових стильових категорій: стиль мислення, стиль навчання та інші [33]. Але когнітивний (пізнавальний) стиль не варто плутати зі стилем навчання. Останній описує набір підходів, які людина використовує під час навчання на певному етапі [39]. Стиль навчання розвивається відповідно до вроджених схильностей, але з часом може вдосконалюватися. Він допомагає досягати успіху в засвоєнні певних навчальних програм, але водночас може створювати труднощі для освоєння інших програм [26].

Розглядаються засади формування особистості підлітка через розвивальну методологію. Когнітивні аспекти виховання підкреслюють важливість самостійного мислення, здатності до рефлексії та морального самопізнання. Бех І.Д. підкреслює важливість розвитку критичного мислення, яке допомагає підліткам усвідомлювати власні цінності, моральні орієнтири та мотивацію. Це сприяє їхньому цілісному особистісному зростанню [1].

У підлітковому віці можуть проявлятися психологічні особливості, які впливають на когнітивні стилі. Ці риси допомагають зрозуміти, як змінюються когнітивні стилі підлітків. Загалом психологічні особливості підліткового віку, такі як егоцентризм, абстрактне мислення, метапізнання, імпульсивність, схильність до ризику та формування ідентичності, можуть сприяти прояву когнітивних стилів у особистості підлітка на цьому етапі розвитку [37].

Когнітивний стиль, як структурна категорія, має компоненти різних рівнів, організованих за принципом функціональної системи. «Когнітивні стилі поділяються на певні рівні змістовних та процесуальних компонентів: перший рівень - сенсорно-перцептивний, виражений характеристиками сприйняття, що задають особливості обробки даних у вигляді просторової дискретності (візуальне сприйняття), тимчасової дискретності (аудіальне сприйняття) та суб'єктивності (кінестетичне сприйняття); другий рівень - розумовий і для нього характерні когнітивні стилі другого порядку, виражається стильовими ознаками мислення (аналітичність/ синтетичність, реалістичність / ідеалістичність і інші); третій рівень - рефлексивний, представлений когнітивними стилями вищого порядку, який виражається такими групами ознак як зовнішня форма надходження і сприйняття інформації, якість мислення, час прийняття рішень, мотивація, темп тощо» [36].

Існує багато напрямків дослідження проблеми психологічних особливостей розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітків [35, 6, 58]. Когнітивний тип Дж. Каган та його послідовники пов'язували з особливостями мотиваційно-афективної сфери особистості: орієнтацією на швидкий успіх (схильність до імпульсивного стилю) або тривогою щодо можливості зробити помилку (схильність до рефлексивного стилю) [28,29,60].

Мирошник О.Г. продовжила дослідження зв'язку між регулятивними властивостями особистості підлітка та його схильністю до рефлексивного



способу опрацювання інформації [21], акцентуючи на інтегративному характері рефлексивних властивостей із когнітивною сферою особистості [22]. Емпіричні дані виявили відмінності в структурі довільної саморегуляції підлітків залежно від домінування рефлексивного або імпульсивного когнітивного стилю. Підлітки з розвиненим рефлексивним когнітивним стилем мають більшу здатність коригувати свою поведінку відповідно до ситуаційних вимог. Водночас високий рівень розвитку рефлексивного стилю має зворотний зв'язок зі здатністю підлітків до самостійного прийняття рішень [21]. Також особливості прояву когнітивного стилю «імпульсивність – рефлексивність» у підлітків досліджує Міхнова О. з використанням методики Дж. Кагана «Порівняння схожих малюнків» [24, 8].

Напрасна О.Б розглядає різні когнітивні стилі, такі як аналітичний, цілісний, полезалежний/полenezалежний тощо, і їхню роль у навчальній діяльності [25].

Класифікація індивідуальних когнітивних стилів Опачко М. В. представлена чотирма типами: лівопівкульний екстраверт, лівопівкульний інтроверт, правопівкульний екстраверт, правопівкульний інтроверт [26,27]. Якимова І.О. на теоретичному та експериментальному рівнях досліджує психологічні аспекти самопізнання в обдарованих підлітків [50]. В.Н. Дружинін, Т. Любарт та В.А. Моляко та Н.І. Пов'якель [34] також переглядають традиційні уявлення про високий рівень інтелекту як єдиний показник успішності, підкреслюючи значення творчих здібностей. Макаренко О.В. досліджує динаміку когнітивного стилю "ригідність-флексибільність" у контексті розв'язання творчих завдань семикласниками та перспективи розвитку флексибільності як особистісної характеристики [20].

Р. Вернон, Г. Уїткін, Ф. Мак-Кенней, М. Холодна, І. Шкуратова досліджували і виявляли зв'язки між когнітивними стилями та показниками невербального інтелекту [3, с.26]. Вінтонів М.І. досліджує та аналізує зв'язки між когнітивними стилями та вербальним інтелектом, з метою виявлення особливостей їхньої взаємодії, а також співвідношення рівнів вербального

інтелекту та креативності [3]. Підставою для типології чинників вербального інтелекту послугувала теорія інтелекту американського психолога А. Єнсена [59], який розрізняє конкретний (сукупність асоціативних здібностей) та абстрактний (сукупність когнітивних здібностей) інтелект, і теорія ментальних репрезентацій Ф. А. Бліздейл [54]. Практикується діагностика когнітивного стилю толерантність - не (ін) толерантність [11]. Окремо описані властивості полнезалежного стилю мислення [68]. Навіть розглянуто когнітивний стиль полнезалежності як впливовий на соціальний статус підлітка [15].

На сьогодні існує багато ефективних методик щодо виявлення індивідуального когнітивного стилю [16, 18] суміжного характеру. Наприклад, методика для діагностики когнітивного стилю толерантність - не(ін)толерантність (опитувальник толерантності/інтолерантності до невизначеності в адаптації Т. В. Корнілової) також може бути використана під час оцінювання ставлення до інновацій [18]. Або нова цікава методика визначення індивідуального когнітивного стилю «синопсис-ектасис», яку розробила Бетті Лу Лівер. Опитувальник «Індекси порівняльної цілісності Лівер» (ІСЦЛ) є першою частиною опитувальника АЛСАТ, що був опублікований у книзі «Опитувальник» (Каліфорнія, 1995) [52]. Б. Л. Лівер у наведеному в дисертації списку скорочень дає такі визначення авторських понять: синопис див. «синоптичний»: сприймає все як ціле; ентазис: див. «ектенічний»: розгортає ідею та концепції [17]. Вона вважає, що всі когнітивні стилі та стилі мислення можна об'єднати загальним конструктом, який поділяє їх на синоптичну та ектенічну групу. Синоптична група складається з таких проявів стилів, як імпульсивність, конкретність, довільність, цілісність, синтетичність, індуктивність, правопівкулярність, полечутливість, полнезалежність. Ектенічна група («ектенічний» від грецького, *ektasis*, «розгортати») містить рефлексивність, абстрактність, послідовність, детальноспрямованість, аналітичність, дедуктивність, лівопівкулярність, полечутливість, полезалежність.

Вивченням особливостей виявлення когнітивного стилю школярами займається Горяна С.Є. [4]. В роботі Лисак К.О. побудовано і емпірично підтверджено моделі прогнозування успішності переносу знань з урахуванням когнітивно-особистісних та індивідуальних особливостей особистості [18]. Самоефективність учня є важливим аспектом особистості, який тісно пов'язаний з когнітивними, емоційними та палеобіографічними якостями. Дослідники підкреслюють взаємозалежність між цими психологічними характеристиками [47]. Пізнавальна стратегія, якою опановує підліток, залежить від стилю мислення. Деякі підлітки віддають перевагу навчанню в структурованому освітньому середовищі, тоді як інші – відкритому та гнучкому підходу через побудову власної траєкторії навчання [30]. Проводився аналіз психологічних аспектів розвитку підлітків, зокрема особистісні, когнітивні, емоційно-вольові та поведінкові характеристики, включаючи результати емпіричних досліджень і методичні рекомендації щодо психологічного супроводу підлітків у сучасному соціальному середовищі [42].

Якимова І.О. ставить за ціль дослідити психологічні особливості розвитку самопізнання в обдарованих підлітків і розробити розвивальну програму цілеспрямованого впливу та управління процесами самопізнання обдарованих підлітків [50].

Разом з тим, проблема моделювання продуктивних стилів мислення школярів у системі випереджаючої освіти для сталого розвитку недостатньо представлена у практиці організації пізнавальної діяльності. У площині означеного метою дослідження обрано вивчення особливостей виявлення індивідуального когнітивного стилю школярами старшої школи в навчальній діяльності та можливостей їх урахування задля оптимізації навчального процесу у системі освіти для сталого розвитку старшокласників.

У «Сучасному тлумачному психологічному словнику» Шапара В.Б. поняття індивідуального когнітивного стилю визначається як «унікальний для кожної особистості спосіб опрацювання інформації, що проявляється в

пізнавальній діяльності та залежить від особистісних характеристик людини. Індивідуальний когнітивний стиль характеризує стійкі особливості мислення, які впливають на те, як людина сприймає, структурує та інтерпретує інформацію, взаємодіє з навколишнім середовищем і розв'язує проблеми» [46].

Школа є основним середовищем, у якому підлітки проводять більшу частину свого часу, і вона грає центральну роль у формуванні когнітивних стилів. Як зазначається, школа виступає як багаторівнева соціальна організація, яка впливає на розвиток когнітивних, соціально-емоційних і поведінкових навичок підлітків через різні організаційні та навчальні процеси [58, с. 567]. Окрім когнітивних навичок, школа сприяє розвитку емоційної регуляції підлітків, що також впливає на їхню здатність до прийняття рішень і самоконтролю. Навчальні програми впливають на когнітивний розвиток учнів: завдання, що відповідають їхнім здібностям та викликають інтерес, сприяють кращому засвоєнню матеріалу та підвищенню саморегуляції. Натомість невідповідні завдання можуть знижувати мотивацію та породжувати відчуття невдачі [56, с. 566–581].

Аналіз теоретичних передумов дослідження психологічних особливостей прояву когнітивних стилів у підлітковому віці показує, що попри велику кількість теоретичних розробок, простежується відсутність сталої визначеної системи поглядів на розуміння когнітивного стилю підлітків, суперечливість окремих положень в наявних підходах до цієї проблеми, що визначає потребу в узагальненні та систематизації численних фактів, накопичених у психології, педагогіці, соціології [36]. Актуальність феномену розвитку індивідуального когнітивного стилю у підлітків можна пояснити кількома ключовими аспектами:

1. Когнітивні стилі є важливими для розуміння, як підлітки обробляють інформацію, навчаються і розв'язувати проблеми. Розуміння індивідуальних відмінностей може допомогти в адаптації навчальних методів, що підвищить ефективність освіти.

2. Підлітковий вік — це період значних змін, як фізичних, так і психологічних. Вивчення когнітивних стилів у цей час допомагає зрозуміти їх адаптацію до змін, як підлітки пристосовуються до нових умов навчання та соціального середовища.

3. Актуальність досліджень когнітивних стилів також полягає в формуванні критичного мислення у підлітків. Розуміння своїх когнітивних стилів може допомогти підліткам краще організувати інформацію і робити обґрунтовані рішення.

4. Також когнітивні стилі можуть впливати на соціальні та емоційні аспекти розвитку підлітків. Наприклад, стилі, що залежать від поля, можуть впливати на здатність до співпраці та взаємодії з однолітками.

Складність при визначенні та аналізуванні індивідуального когнітивного стилю підлітка може викликати:

1. Багатогранність когнітивних стилів: когнітивні стилі можуть бути дуже різноманітними, і їхнє вивчення вимагає комплексного підходу. Наприклад, когнітивні стилі можуть включати аспекти, пов'язані з пам'яттю, сприйняттям, стилями навчання, а також емоційним і соціальним контекстом.
2. Індивідуальні зміни: у підлітковому віці відбувається швидкий розвиток, і когнітивні стилі можуть змінюватися під впливом різних факторів, таких як освітнє середовище, соціальні відносини, культурні особливості і особистий досвід. Це ускладнює вивчення когнітивних стилів, оскільки вони можуть бути динамічними і контекстуальними.
3. Взаємодія з іншими факторами: когнітивні стилі не існують у вакуумі, і їхній розвиток може бути вплинений іншими факторами, такими як особистісні характеристики (наприклад, темперамент), соціальні умови (сімейне середовище, однолітки) та освітні стратегії. Ця взаємодія ускладнює ізоляцію когнітивних стилів як окремого феномену.
4. Методологічні виклики: вивчення когнітивних стилів може стикається з методологічними викликами, такими як вибір відповідних

інструментів оцінки, проблеми з репрезентативністю вибірки, а також складність в аналізі даних.

Актуальність дослідження індивідуальних когнітивних стилів у підлітків полягає в їх значущості для освітнього процесу та соціального розвитку, тоді як складність пов'язана з різноманітністю когнітивних стилів, динамічністю розвитку підлітків та впливом багатьох факторів на цей процес. Ці аспекти вимагають комплексного і мультидисциплінарного підходу до вивчення індивідуальних когнітивних стилів у підлітковому віці.

Когнітивний розвиток підлітків є одним із ключових аспектів їхнього загального психологічного становлення. Цей процес досліджується як з погляду класичних теорій, так і у світлі сучасних нейробіологічних даних, що дає змогу краще зрозуміти, які зміни відбуваються в мисленні підлітків і як вони відображаються на їхній поведінці та навчальних досягненнях.

Одним з основоположних підходів до вивчення когнітивного розвитку підлітків є теорія Жана Піаже про формальні операції. Дослідження, проведені в рамках теорії Піаже, виявили, що підлітки демонструють високу варіативність у своїх когнітивних здібностях. Не всі вони однаково опановують формальні операції, що призвело до перегляду низки тверджень класичної теорії [61]. Підлітки розвивають здатність до гіпотетичного та абстрактного мислення, опановують абстрактні поняття та критично оцінюють свої розумові процеси, що допомагає глибше розуміти суспільні та моральні питання. Вони також починають мислити багатофакторно, враховуючи кілька аспектів одночасно, що полегшує вирішення складних завдань і сприяє самоконтролю та аналізу інформації.

У підлітків формується розуміння відносності знання: вони починають бачити різні погляди на одне питання, розвиваючи критичне мислення. Це може призводити до скепсису, коли вони сумніваються в певності знань та цінностей.

Розвиток виконавчих функцій, як-от робоча пам'ять, контроль уваги й планування, дозволяє підліткам краще самоконтролюватися та

організувати свою діяльність. Підлітки також використовують два типи мислення: швидке інтуїтивне та повільніше аналітичне, яке потребує більше зусиль, але дає точніші результати. Через це розрізнення їм іноді важко обрати оптимальний спосіб мислення, що може спричинити помилки.

Когнітивний розвиток підлітків пов'язаний із нейробіологічними змінами, як-от мієлінізацією, яка прискорює обробку інформації, та зміцненням нейронних зв'язків у префронтальній корі й лімбічній системі. Ці процеси покращують когнітивні функції та підвищують здатність до саморегуляції й ефективного навчання.

У підлітків через швидший розвиток емоційної системи в порівнянні з системою контролю посилюється ризикована поведінка. Це пояснюється теорією дисбалансу дозрівання: емоційні системи, чутливі до винагород, розвиваються швидше, ніж контрольні когнітивні центри, відповідальні за стримування імпульсів і аналітичне мислення. З часом когнітивний контроль дозріває, зменшуючи імпульсивність і покращуючи здатність планувати й приймати зважені рішення [65].

У підлітковому віці структура мозку зазнає важливих змін, що сприяють розвитку когнітивних функцій. Префронтальна кора, яка відповідає за планування, прийняття рішень і контроль поведінки, продовжує розвиватися, покращуючи здатність до самоконтролю та навчання. Також відбувається тимчасове збільшення кількості синапсів, за яким слідує їхнє обрізання для підвищення ефективності мозку, а процес мієлінізації пришвидшує передачу сигналів, сприяючи обробці інформації та розв'язання проблем [53].

В підлітковому віці починають розвиватися метакогнітивні навички, що допомагає учням ефективніше управляти своїми ресурсами під час навчання. Вони стають більш усвідомленими щодо своїх сильних і слабких сторін, що дозволяє їм краще адаптувати стратегії навчання. Так, підлітки можуть частіше звертатися до самоперевірки тексту під час навчання і виправляти помилки, що робить їхнє навчання більш ефективним. Вони не

лише моніторять свій прогрес, але й активно використовують отримані дані для вдосконалення навчальних стратегій, що допомагає аналізувати та вдосконалювати власне мислення, а це і є ключовим моментом для успішного навчання та розв'язання складних задач.

Daniel P. Keating підводить до висновку, що когнітивний розвиток підлітків - це складний процес, що включає безліч взаємопов'язаних аспектів. На основі досліджень можна зробити висновок, що формування когнітивного стилю підлітків включає як зростання виконавчих функцій, так і перехід до більш складних форм мислення, що ґрунтуються на метакогнітивних процесах, відносності знання та здатності керувати своїми когнітивними ресурсами в різних ситуаціях. Нейробіологічні зміни лише посилюють цей процес, роблячи підлітків дедалі більш готовими до дорослого життя і складних когнітивних викликів [61].

## **Висновки до розділу I**

Теоретичний аналіз показує, що поняття когнітивного стилю охоплює широкий спектр індивідуальних характеристик, через що не існує єдиного підходу до визначення стильових проявів особистості. У зарубіжній психології стиль описують через особистісні диспозиції, пов'язані з поведінкою та когнітивними процесами, а у вітчизняній - через стійкі індивідуальні особливості виконання діяльності. Сучасний підхід до вивчення когнітивних стилів включає дослідження стильових параметрів як стійких способів опрацювання інформації в рамках Я-концепції.

Отже, підсумовуючи вищесказане, можна зазначити, що когнітивні стилі — це індивідуальні способи обробки інформації, які визначають особливості мислення та характерні риси інтелектуальної діяльності особистості. У вивченні когнітивних стилів підлітків важливо враховувати поняття «стиль» у психології, оскільки саме воно підкреслює природу пізнання та вказує на індивідуальні відмінності у когнітивній діяльності.



Поняття когнітивного стилю в психології використовується для виділення індивідуальних відмінностей у способах обробки інформації, що дозволяє визначати типи особистостей залежно від організації їхніх когнітивних процесів.

Дослідження когнітивних стилів у підлітків вимагає розуміння різнорівневого розвитку когнітивних сфер, адже їх формування відбувається нерівномірно. Когнітивні стилі підлітків є динамічними: вони можуть змінюватися залежно від ситуаційних обставин, контексту та індивідуальних особливостей. Варто також зазначити, що когнітивні стилі не оцінюються як однозначно позитивні чи негативні, оскільки їхня ефективність залежить від конкретного завдання і цілей. Основними рівнями когнітивних стилів підлітків є сенсорно-перцептивний, розумовий і метакогнітивний. Підсумковим фактором, що забезпечує взаємозв'язок між цими рівнями, виступає когнітивна гнучкість, яка дозволяє адаптувати когнітивний стиль залежно від умов і забезпечує їхню ефективну інтеграцію.

Отже, проблема когнітивного стилю у підлітків залишається актуальною і багатогранною темою, що потребує подальших досліджень для глибшого розуміння індивідуальних відмінностей у мисленні та навчанні. А використання різнобічних методів та методик у емпіричному дослідженні розвитку індивідуального когнітивного стилю у підлітків дозволяє не тільки виявити когнітивні відмінності, але й надати цінну інформацію для оптимізації навчальних процесів. Отримані дані можуть бути корисні для педагогів, психологів та інших спеціалістів, які працюють з підлітками, оскільки допоможуть створити більш індивідуалізовані та ефективні навчальні та розвиткові програми. Це, своєю чергою, сприятиме більш якісному розвитку когнітивних стилів і підвищенню успішності учнів у навчанні.

Підсумовуючи теоретичні аспекти дослідження когнітивних стилів підлітків, можна стверджувати, що сформульоване визначення когнітивних стилів та виокремлені психологічні особливості їх прояву у підлітковому віці

дозволяють здійснити науково обґрунтоване емпіричне дослідження. Це, своєю чергою, є корисним для розробки навчальних програм і інших інтервенцій, спрямованих на підвищення ефективності навчання та сприяння розвитку особистості підлітків.

Перспективи подальшої науково-дослідної роботи на зазначену тему вбачаємо в емпіричному дослідженні когнітивних стилів і вивченні взаємозв'язку між когнітивними стилями і стилями пізнавальної активності учня, їх вплив на успішність учня.

## РОЗДІЛ 2 ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОГНІТИВНОГО СТИЛЮ ПІДЛІТКІВ

### 2.1. Обґрунтування вибору методик та процедура дослідження

Метою нашого емпіричного дослідження є вивчення взаємозв'язків між рівнем автономності учнів у навчальній діяльності, а також визначення їхнього індивідуального стилю та типу мислення. Експериментальну вибірку склали учні 8-9 кл.: три 8-х класів – 75 учня, три 9-х класів – 84 учня (14-15 років).

Емпіричне дослідження особливостей когнітивного розвитку підлітків старшого віку складалося з п'яти етапів.

**Перший етап** — підготовчий: вибір комплексу психодіагностичних методів та методик, які відповідають меті та завданням дослідження. Був зібран емпіричний матеріал. На підготовчому етапі також проводилося узгодження з адміністрацією школи для отримання дозволу на проведення дослідження серед учнів 8-9 класів.

**Другий етап** — організаційний етап: залучення учасників дослідження — учнів 8-х та 9-х класів. Важливо було пояснити учням доцільність експерименту та як заповнювати опитувальники та важливість написання розгорнутого твору.

**Третій етап** — етап збору даних: тестування і опитування учнів за допомогою обраних методик, щоб отримати якісні дані, які можна буде використати для подальшого аналізу та інтерпретації.

**Четвертий етап** — етап кількісного і якісного аналізу зібраних даних, здійснення їх узагальнення та інтерпретації у світлі розглянутих теоретичних підходів.

**П'ятий етап** — підсумковий етап: здійснено теоретико-методологічне обґрунтування і узагальнення результатів дослідження та висновків. Важливо було не лише виявити певні тенденції, але й зрозуміти, як отримані результати можуть бути застосовані на практиці для вдосконалення

навчального процесу. Розроблена структура і зміст розв'язкової програми «Вчись вчитися ефективно» для кращого розуміння особистісних та когнітивних особливостей учнів та емпірично доведено її ефективність в навчальній діяльності учасників експерименту.

Форма проведення нашого дослідження – індивідуальна з використанням google – форм.

Діагностичні методики були обрані на основі результатів теоретичного аналізу дослідження. Для проведення емпіричного дослідження використано такі інструменти (додаток А):

1. Опитувальник "Стилі мислення" (Р. Бремсон, А. Харрісон) [16, с.41-45]
2. Опитувальник "Автономність - залежність особистості у навчальній діяльності" (модифікація Г. Пригніної) [31; 16, с.605-607]
3. Метод аналізу когнітивних стилів через використання дієслів у письмових творах (оцінні дієслова) (модифікація Г.В. Лібної) [62]

## 2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження

### Опитувальник "Автономність - залежність особистості у навчальній діяльності" (модифікація Г. Пригніної)

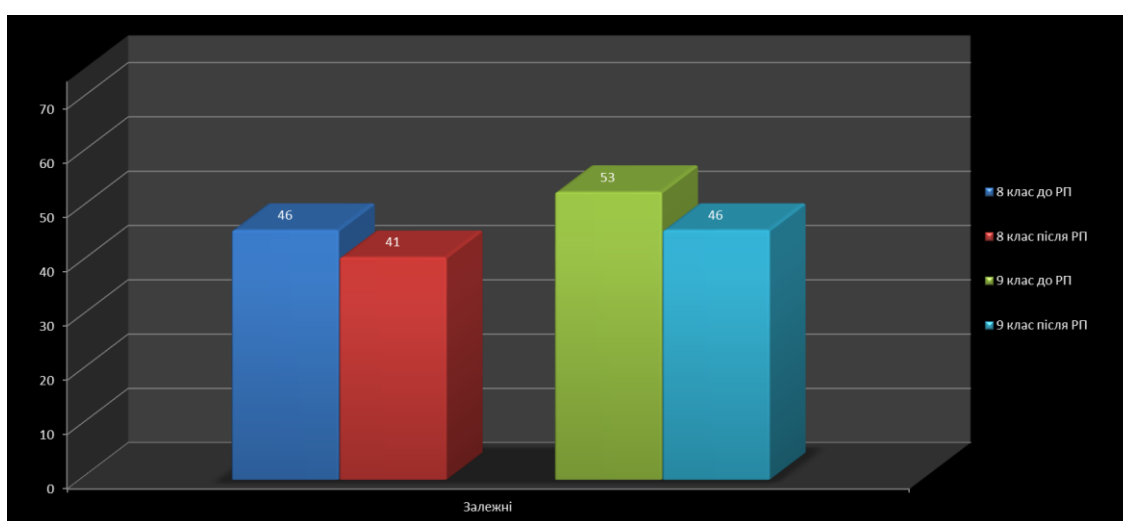


Рис. 2.1 Розподіл залежного стилю поведінки у 8 та 9 класах до розв'язкової програми та після

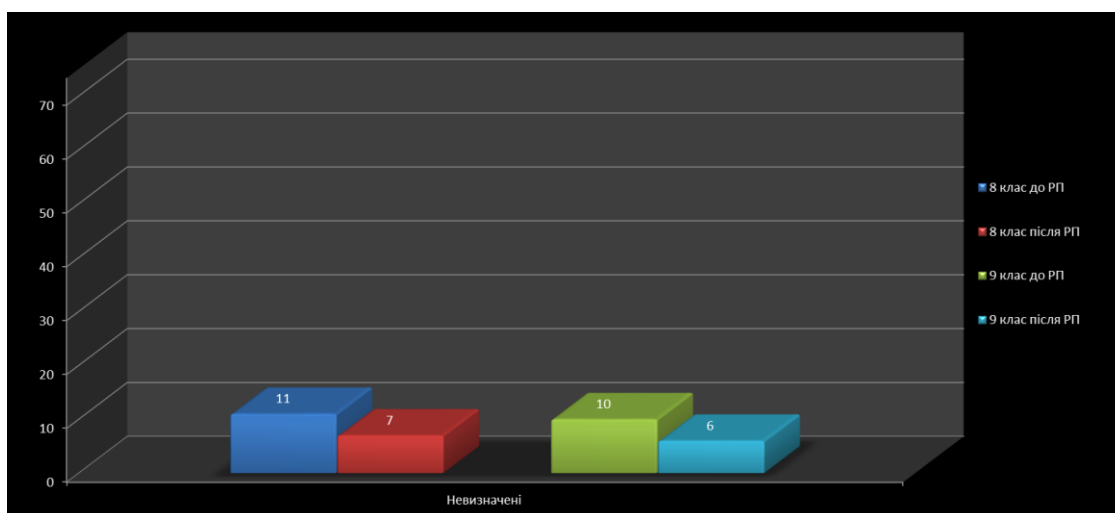


Рис. 2.2 Розподіл невизначеного стилю поведінки у 8 та 9 класах до розв'язкової програми та після

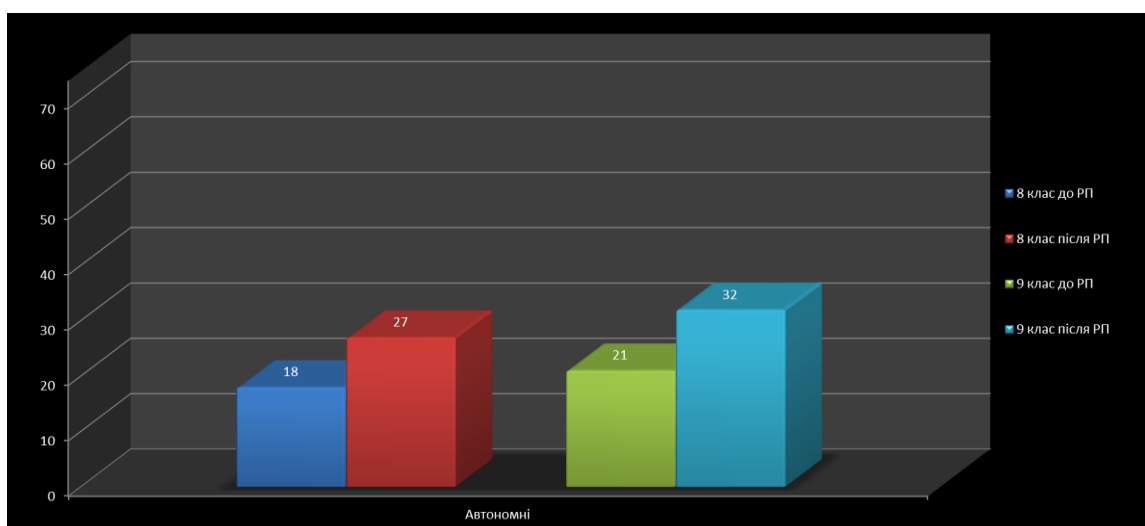


Рис. 2.3 Розподіл автономного стилю поведінки у 8 та 9 класах до розв'язкової програми та після

На рис. 2.1, 2.2, 2.3 можна побачити розподіл учнів за категоріями: автономні, залежні, невизначені до розв'язкової програми та після.

#### **8 клас:**

**Залежні:** 46 учнів (загалом 75), що складає приблизно **61%** показали залежний стиль поведінки у навчальній діяльності до розв'язкової програми.

Вони більше покладаються на вказівки вчителів і потребують зовнішньої підтримки у навчанні. Та після розв'язкової програми 41 учнів.

**Невизначені:** 11 учнів, що складає приблизно **15%** до розв'язкової програми. Їм характерний перехідний рівень автономності, коли вони частково здатні до самостійного навчання, але часто потребують додаткової допомоги. Та після розв'язкової програми 7 учнів.

**Автономні:** 18 учнів до розв'язкової програми, що становить **24%** демонструють високий рівень автономності. Вони самостійно організують свою навчальну діяльність і виявляють ініціативу. Та після розв'язкової програми 27 учнів.

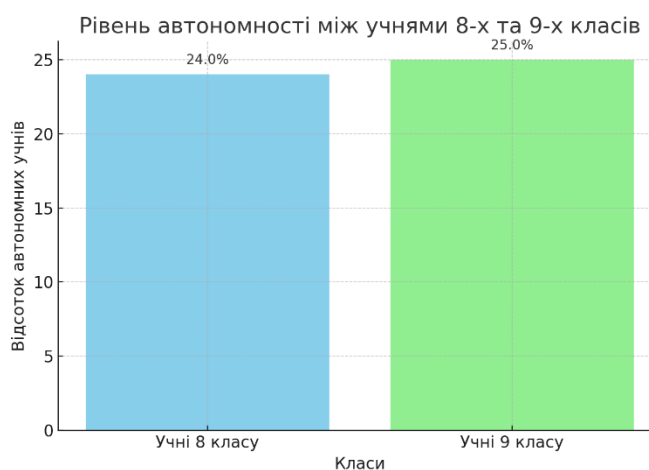


Рис. 2.4 Різниця у рівні автономності між учнями 8-х та 9-х класів.

**9клас: Залежні:** 53 учні (загалом 84), що складає приблизно 63% демонструють залежний стиль навчання до розв'язкової програми. Вони потребують значної підтримки та настанов, але їхня частка залишається високою. Та після розв'язкової програми 46 учнів. **Невизначені:** 10 учнів, що складає приблизно 12% мають перехідний рівень автономності до розв'язкової програми. Ці учні перебувають на етапі формування самостійності. Та після розв'язкової програми 6 учнів. **Автономні:** 21 учень, що становить 25% показав високу автономність, що говорить про їхню здатність організувати власний навчальний процес і досягати результатів

без зовнішньої допомоги до розвиткової програми. Та після розвиткової програми 32 учнів.

### **Кількісний аналіз**

Загалом було опитано 75 учнів 8-х класів та 84 учні 9-х класів. За результатами, 18 учнів 8-х класів (24%) були віднесені до групи **автономних**, тоді як 21 учень з 9-х класів (25%) також виявили високий рівень автономності. Хоча кількість автономних учнів у 9-х класах трохи більша в абсолютних числах, різниця у відсотковому співвідношенні досить незначна — лише 1%.

### **Якісний аналіз**

Цікаво, що рівень автономності у 9-х класах є трохи вищим, але не можна сказати, що цей показник значно змінився порівняно з 8 класом. Це може свідчити про те, що з віком учні починають більше усвідомлювати важливість самостійного прийняття рішень у навчанні, проте перехід до вищого рівня автономії відбувається повільно і поступово. Можливі причини цієї незначної різниці можуть бути пов'язані з психологічними й соціальними факторами. Учні 9-х класів уже готуються до завершення основної школи, що спонукає їх брати більше відповідальності за власне навчання. Водночас, частина учнів залишається в залежності від зовнішніх чинників, таких як тиск з боку вчителів або батьків.

**Висновок:** результати дослідження дозволяють зробити висновок, що рівень автономності серед учнів 8-х і 9-х класів поки що знаходиться на схожому рівні. За результатами попередніх досліджень виявлено, що розвиток автономності зазвичай набуває більш чітких ознак у старшій школі, коли учні більше орієнтуються на майбутню кар'єру та власні інтереси. У нашому випадку цей процес лише розпочинається, і його розвиток може залежати від ряду соціальних і педагогічних факторів. Учителям і шкільним психологам можна рекомендувати впроваджувати додаткові заходи для стимулювання самостійного мислення та прийняття рішень у навчанні, щоб підготувати їх до подальших етапів життя і навчання.

## Підбір методів математичної обробки (додаток Д)

### Обробка даних

**Результати  $\chi^2$ -квадрат тесту для порівняння кількості залежних, автономних та невизначених учнів між 8-ми і 9-ми класами:**

- **$\chi^2$ -квадрат значення ( $\chi^2$ ): 0.26**
- **Рівень значущості (p-value): 0.876**

**Висновок:** оскільки рівень значущості ( $p = 0.876$ ) значно перевищує 0.05, ми не можемо відхилити нульову гіпотезу. Це означає, що немає статистично значущої різниці в розподілі кількості залежних, автономних та невизначених учнів між 8-ми і 9-ми класами.

**Результати тесту Манна-Уїтні для порівняння розподілу рівнів автономності між учнями 8-х і 9-х класів:**

- **U-статистика: 3189.5**
- **Рівень значущості (p-value): 0.893**

**Висновок:** рівень значущості ( $p = 0.893$ ) свідчить про те, що немає статистично значущої різниці в розподілі рівнів автономності між учнями 8-х і 9-х класів. Це означає, що розподіл балів автономності є подібним для обох груп.

**Результати кореляційного аналізу Спірмена для оцінки зв'язку між рівнем автономності та успішністю учнів:**

- **Коефіцієнт кореляції Спірмена ( $\rho$ ): 0.0445**
- **Рівень значущості (p-value): 0.577**

**Висновок:** коефіцієнт кореляції Спірмена ( $\rho = 0.0445$ ) вказує на дуже слабкий позитивний зв'язок між рівнем автономності та успішністю учнів. Однак рівень значущості ( $p = 0.577$ ) показує, що цей зв'язок є статистично незначущим.



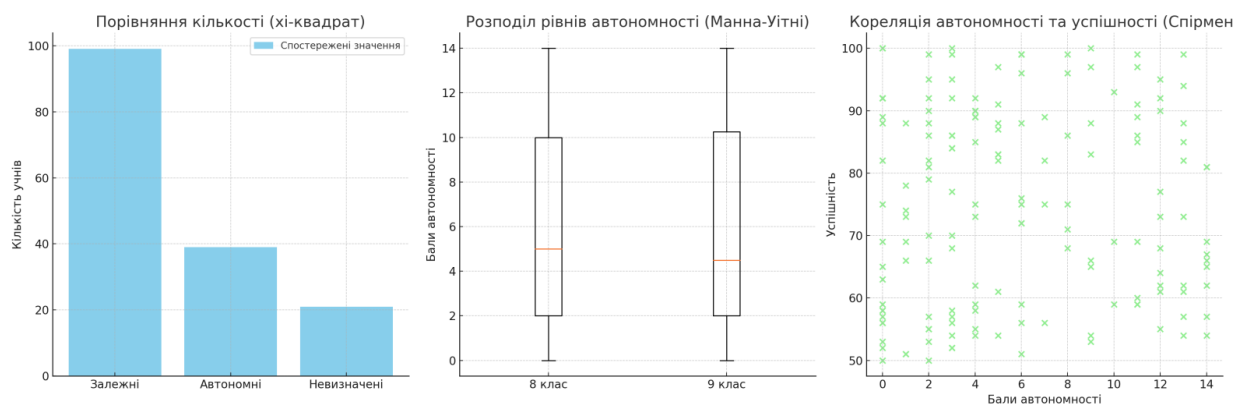


Рис. 2.5 Порівняння кількості (хі-квадрат) між залежними, автономними та невизначеними учнями; розподіл рівнів автономності (Манна-Уїтні); кореляція автономності та успішності (Спірмен)

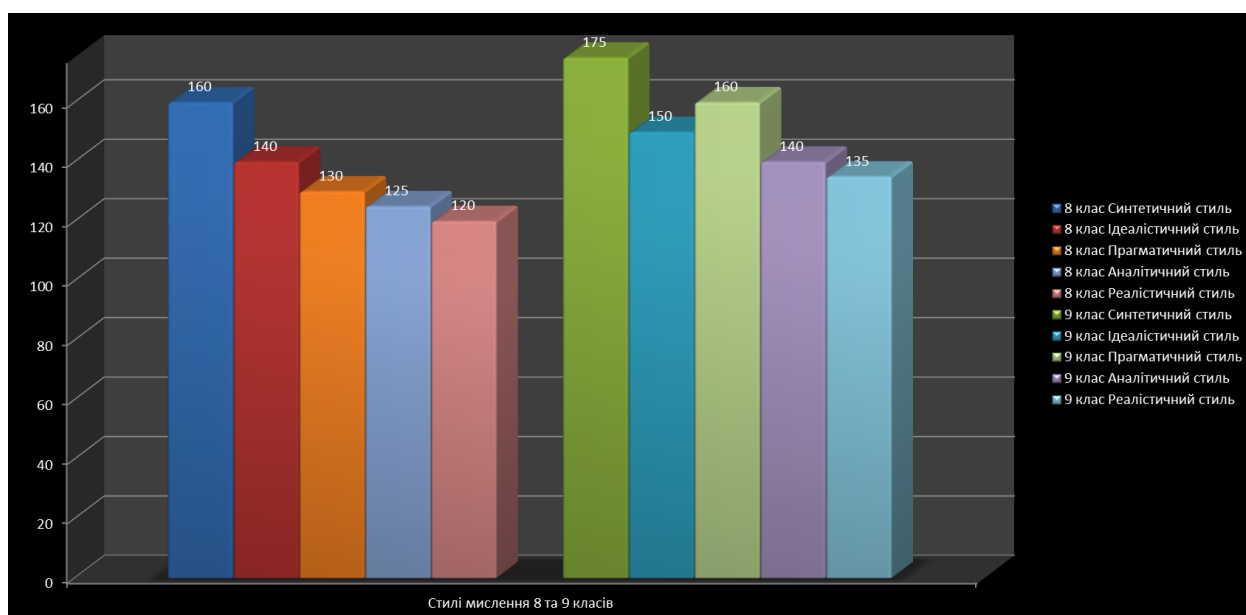


Рис. 2.6 співвідношення п'яťох основних стилів мислення серед учнів 8-х і 9-х класів

Як бачимо на рисунку 2.6, у дослідженні було проаналізовано п'ять основних стилів мислення серед учнів 8-х і 9-х класів: синтетичний, ідеалістичний, прагматичний, аналітичний та реалістичний.

#### Учні 8-х класів:

**Синтетичний стиль:** найбільш поширений серед учнів 8-х класів. Це свідчить про те, що на даному етапі розвитку вони активно використовують

творчий підхід у навчанні та вирішенні завдань. Учні прагнуть шукати нові, нестандартні рішення, комбінувати ідеї й підходи, що вказує на їхню зацікавленість у креативному процесі.

**Ідеалістичний стиль:** другий за популярністю стиль. Багато 8-класників схильні до ідеалізації як способу сприйняття світу. Вони можуть мріяти про ідеальні рішення, часто шукають справедливості і досконалість у своєму середовищі. Це типово для підлітків, які ще не зіткнулися з багатьма реаліями дорослого життя.

**Аналітичний стиль:** цей стиль мислення також доволі поширений серед учнів 8-х класів. Він вказує на здатність учнів критично аналізувати інформацію та структурувати свої думки. Хоча цей стиль не настільки популярний, як синтетичний та ідеалістичний, частина учнів орієнтована на раціональний і логічний підхід до вирішення проблем.

**Прагматичний стиль:** серед учнів 8-х класів прагматичний стиль мислення зустрічається рідше. Це може свідчити про те, що учні ще не так сильно сфокусовані на досягненні практичних результатів. Вони більше зацікавлені у творчому та ідеалістичному підходах, ніж у пошуку реальних, ефективних шляхів вирішення проблем.

**Реалістичний стиль:** хоча цей стиль не є найпоширенішим, учні, які його обирали, демонструють орієнтацію на реальні умови та практичні аспекти. Ця група учнів схильна приймати рішення, враховуючи об'єктивні факти та обставини, що вказує на більш зрілий підхід до вирішення проблем.

#### **Учні 9-х класів:**

**Синтетичний стиль:** як і серед 8-класників, синтетичний стиль продовжує залишатися найпопулярнішим. Це свідчить про збереження сильної творчої активності та схильності до креативних рішень навіть у старших класах. Учні активно застосовують нестандартне мислення, намагаючись вирішувати проблеми з нових точок зору.

**Ідеалістичний стиль:** у 9-класників ідеалістичний стиль стає менш популярним. Це може бути результатом поступової адаптації до реалій, коли

учні починають усвідомлювати, що ідеальні рішення часто неможливо досягти в реальному житті. Проте, частина учнів продовжує дотримуватися ідеалістичних ідей і цінностей.

**Аналітичний стиль:** у 9-класників аналітичний стиль проявляється сильніше, ніж у 8-х класах. Це вказує на розвиток критичного мислення і здатність до глибокого аналізу. Учні старшого віку більш схильні до структурованого підходу, намагаються логічно пояснити ситуації та вирішувати проблеми за допомогою раціональних методів.

**Прагматичний стиль:** у порівнянні з 8-класниками, серед 9-класників значно зросла кількість учнів, що обирають прагматичний стиль. Це свідчить про більшу орієнтацію на досягнення практичних результатів і розуміння того, що реальні рішення мають бути ефективними й досяжними.

**Реалістичний стиль:** як і у 8-х класах, реалістичний стиль залишається одним із менш поширених, але його вибір свідчить про наявність у частини учнів сильного усвідомлення реальних обставин. Ці учні більше орієнтовані на конкретні, об'єктивні аспекти життя та навчання.

### **Аналіз різниці між учнями 8-х та 9-х класів у стилях мислення**

#### **1. Синтетичний стиль:**

**8 клас:** учні 8-х класів частіше виявляють схильність до синтетичного стилю мислення, який полягає в здатності творчо комбінувати різні ідеї й підходи до вирішення проблем. Для цієї вікової групи характерна висока активність у пошуку нових, нестандартних рішень, що вказує на їхню відкритість до експериментів.

**9 клас:** учні 9-х класів також демонструють високу схильність до синтетичного мислення, але в цій групі відзначається певне зменшення його використання у порівнянні з 8 класом. З віком учні починають частіше покладатися на більш структуровані та практичні підходи, що зменшує перевагу цього стилю.

**Відмінність:** хоча синтетичний стиль залишається домінуючим у обох класах, у 9-класників спостерігається тенденція до зниження його частки, що вказує на поступове заміщення творчого підходу більш раціональними і прагматичними стратегіями.

## **2. Ідеалістичний стиль**

**8 клас:** серед 8-класників цей стиль залишається досить популярним. Вони схильні до ідеалізації та пошуку ідеальних рішень, часто спрямованих на пошук справедливості та мрійливість. Це відповідає їхньому віку, коли підлітки ще не зіткнулися з реальними проблемами, з якими зіткнуться у старшій школі чи в дорослому житті.

**9 клас:** у цій групі ідеалістичний стиль значно зменшується в популярності. З віком учні стають більш реалістичними у своїх очікуваннях і все частіше розуміють, що ідеальні рішення не завжди можливі. Це свідчить про більшу зрілість і адаптацію до реалістичних умов.

**Відмінність:** у 9-класників спостерігається значне зниження ідеалістичного підходу, порівняно з 8-класниками. Це пояснюється тим, що старші учні поступово відмовляються від мрійливого мислення й усе більше орієнтуються на реальні можливості та обмеження.

## **3. Аналітичний стиль**

**8 клас:** аналітичний стиль не є домінуючим, але все ж таки доволі поширений. Учні 8 класу ще не в повній мірі схильні до раціонального мислення, проте частина з них демонструє здатність до критичного аналізу й структурованого підходу до навчальних завдань.

**9 клас:** у 9-класників аналітичний стиль стає значно більш вираженим. З віком учні частіше покладаються на логіку та аналіз під час прийняття рішень. Це свідчить про їхню здатність до обдуманого, обережного підходу в різних сферах навчання та життя.

**Відмінність:** у 9 класах аналітичний стиль мислення помітно посилюється, що вказує на зростання зрілості та розвитку критичного

мислення з віком. Учні стають більш схильними до аналізу ситуацій, а не до швидких, інтуїтивних рішень.

#### **4. Прагматичний стиль**

**8 клас:** у молодших класах прагматичний стиль мислення проявляється не так часто. Учні ще не настільки сфокусовані на досягненні практичних результатів, вони більше орієнтуються на творчість і пошук нових ідей.

**9 клас:** серед 9-класників прагматичний стиль набирає популярності. Учні все частіше орієнтуються на ефективні та реалістичні рішення. Це пояснюється зростаючою важливістю досягнення конкретних цілей у навчанні й підготовкою до дорослого життя, коли вони будуть змушені знаходити реальні, досяжні способи вирішення проблем.

**Відмінність:** прагматичний стиль мислення значно більш виражений у 9 класах, ніж у 8-х. Це свідчить про зростання усвідомлення практичних потреб і орієнтацію на досягнення реальних результатів з віком.

#### **5. Реалістичний стиль**

**8 клас:** у 8 класі реалістичний стиль зустрічається не так часто. Учні ще не дуже орієнтовані на об'єктивні факти й більше зосереджені на творчих чи ідеалістичних підходах до вирішення проблем.

**9 клас:** у старших учнів реалістичний стиль також не є домінуючим, але зустрічається частіше, ніж у молодших класах. Це говорить про те, що старші учні починають більше враховувати реальні обставини під час прийняття рішень і поступово переходять до більш практичного й раціонального мислення.

**Відмінність:** хоча реалістичний стиль мислення не є найпопулярнішим у жодній з груп, у 9-х класах спостерігається його зростання. Це свідчить про те, що старші учні більше орієнтуються на реальні умови й практичні аспекти життя.

#### **Загальний підсумок:**

**Зменшення синтетичного та ідеалістичного стилів:** з віком учні поступово переходять від більш творчого та мрійливого мислення до

раціональнішого й реалістичнішого підходу. Учні 9 класу менше покладаються на творчі та ідеалістичні підходи, що вказує на їхню адаптацію до більш складних реальних завдань.

**Зростання аналітичного та прагматичного стилів:** у 9-х класах більше уваги приділяється структурованому мисленню, аналізу й досягненню конкретних результатів. Це говорить про розвиток зрілості мислення й орієнтацію на реальні досягнення.

**Поступове зміцнення реалістичного стилю:** старші учні частіше орієнтуються на об'єктивні факти й реальні умови, що вказує на поступове усвідомлення важливості практичного підходу до вирішення завдань.

Загалом, розвиток мислення від 8 до 9 класів демонструє перехід від більш креативних, ідеалістичних підходів до аналітичного й прагматичного мислення, що свідчить про природний процес дозрівання учнів.

### **Підбір методів математичної обробки (додаток 3)**

#### **Почнемо з критерію хі-квадрат для порівняння частот використання стилів мислення між 8-ми і 9-ми класами.**

Результати хі-квадрат тесту для порівняння використання стилів мислення між учнями 8-х і 9-х класів:

- **Хі-квадрат значення ( $\chi^2$ ): 3.19**
- **Рівень значущості (p-value): 0.527**

#### **Висновок:**

Оскільки рівень значущості ( $p = 0.527$ ) значно перевищує 0.05, ми не можемо відхилити нульову гіпотезу. Це означає, що немає статистично значущої різниці у використанні різних стилів мислення між учнями 8-х і 9-х класів.

#### **Обґрунтування:**

Критерій хі-квадрат дозволяє порівняти частоти спостережуваних категорій (вибрані стилі мислення) між двома групами. Обрали цей метод,

оскільки він підходить для аналізу категоріальних даних і дозволяє оцінити, чи є значуща різниця у виборі стилів мислення між учнями різних класів.

### **Дисперсійний аналіз (ANOVA) для порівняння стилів мислення**

#### **Мета:**

Порівняти середні показники використання різних стилів мислення (синтетичний, ідеалістичний, прагматичний, аналітичний, реалістичний) між учнями 8-х і 9-х класів, щоб визначити, чи є статистично значущі відмінності в їх використанні.

#### **Результати ANOVA:**

- **F-статистика:** 0.51
- **Рівень значущості (p-value):** 0.495

#### **Висновок:**

Оскільки рівень значущості ( $p = 0.495$ ) перевищує 0.05, це означає, що немає статистично значущих відмінностей у середньому використанні стилів мислення між учнями 8-х і 9-х класів. Це свідчить про те, що учні обох груп приблизно однаково використовують різні стилі мислення.

#### **Обґрунтування:**

Дисперсійний аналіз (ANOVA) дозволяє порівняти середні значення для кількох груп. У цьому випадку ми порівнювали середні показники використання п'яти стилів мислення між двома класами. Цей метод обрано, оскільки він добре підходить для порівняння кількісних даних у кількох групах і допомагає визначити, чи є різниця у використанні стилів мислення статистично значущою.

#### **Підсумок:**

ANOVA показав, що різниця в середньому використанні стилів мислення між 8-ми і 9-ми класами не є значущою.

## Аналіз Спірмена

Результати кореляційного аналізу Спірмена для оцінки зв'язку між використанням стилів мислення та успішністю:

- Коефіцієнт кореляції Спірмена ( $\rho$ ): -0.383
- Рівень значущості ( $p$ -value): 0.275

### Висновок:

Коефіцієнт кореляції Спірмена (-0.383) свідчить про помірний негативний зв'язок між використанням стилів мислення та успішністю, проте рівень значущості ( $p = 0.275$ ) показує, що цей зв'язок є статистично незначущим.

### Обґрунтування:

Кореляційний аналіз Спірмена використовується для оцінки сили та напрямку зв'язку між двома змінними, особливо коли дані не є нормально розподіленими. Цей метод дозволяє оцінити, чи існує залежність між використанням стилів мислення та успішністю. У цьому випадку ми бачимо слабкий зв'язок, але він не є статистично значущим.

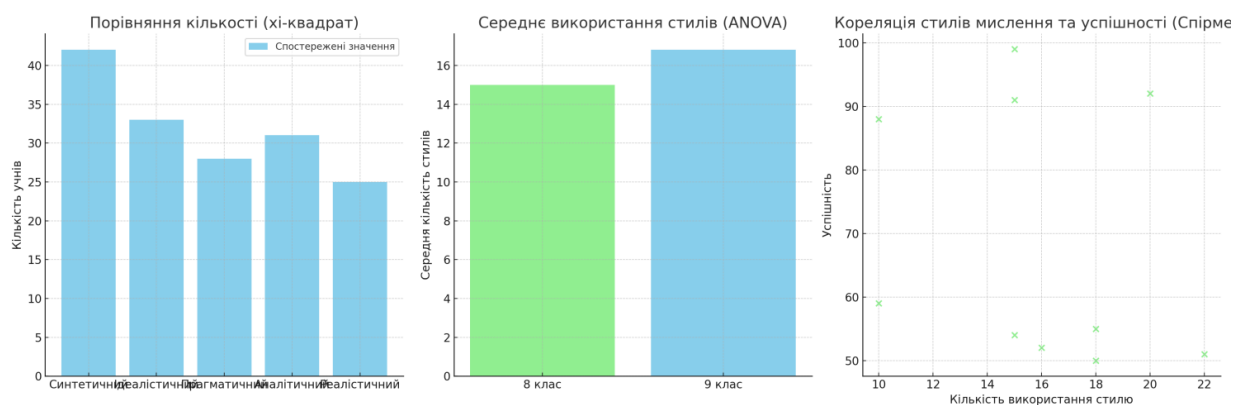


Рис. 2.7 Порівняння основних стилів мислення; середнє використання стилів (ANOVA); кореляція стилів мислення та успішності (Спірмен)



## Оцінні дієслова

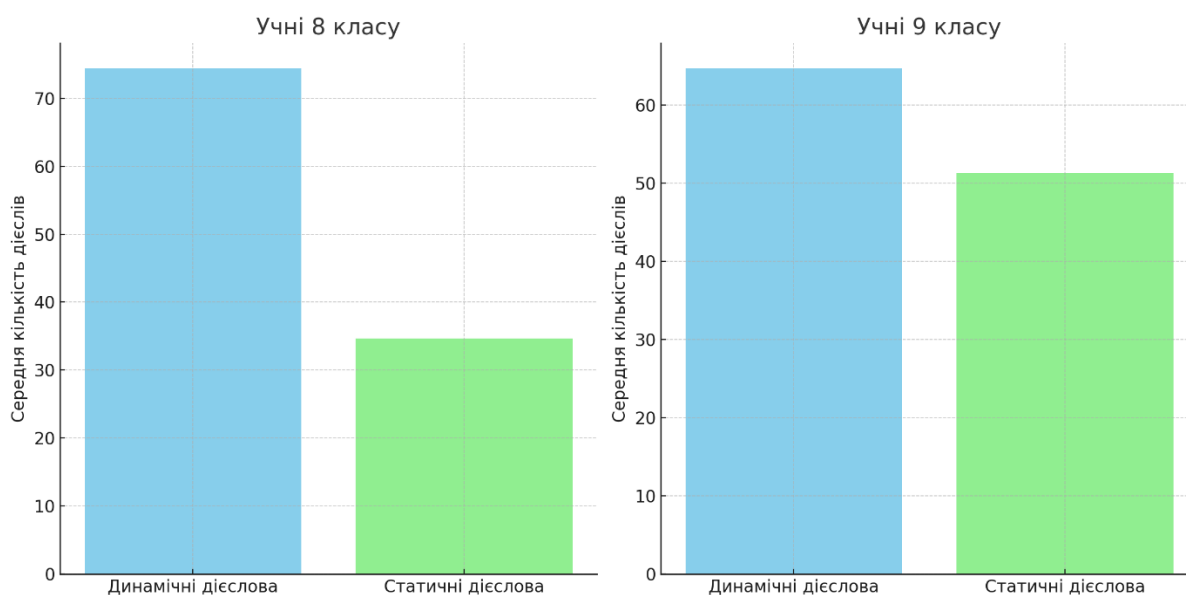


Рис. 2.8 Порівняння кількостних значень між динамічними дієсловами та статичними

### Етапи аналізу:

1. **Підрахунок динамічних і статичних дієслів:** для кожного твору ми підраховуємо кількість динамічних дієслів (дії, процеси, рух) та статичних дієслів (емоції, стани, мислення, існування). Це дозволяє оцінити, як учні структурно організують свої думки, та які аспекти їхнього мислення більш виражені.

2. **Співвідношення динамічних і статичних дієслів:** для кожного учня можна розрахувати пропорцію використання динамічних та статичних дієслів, що дасть змогу зрозуміти, чи учень схильний більше до дії або до рефлексивного аналізу й мислення.

### Аналіз результатів за 8-ми і 9-ми класами:

#### 8 клас

**Динамічні дієслова:** учні 8-х класів у своїх творах частіше використовують динамічні дієслова, такі як "грати", "бігати", "їздити", що свідчить про активний, подієвий стиль викладу. Вони орієнтовані на опис

конкретних дій та подій, які відбувалися в їхньому житті під час літніх канікул.

**Статичні дієслова:** у порівнянні з динамічними, учні значно рідше використовують статичні дієслова, такі як "бути", "знати", "відчувати". Це вказує на те, що в 8-х класах учні ще не так часто акцентують увагу на власних емоціях та рефлексії щодо подій.

**Співвідношення:** більшість учнів використовують значно більше динамічних дієслів, що говорить про їхній активний, фактологічний підхід до опису. Це свідчить про прагнення до дій, орієнтацію на рух та події, а не на осмислення або рефлексію.

### **9 клас**

**Динамічні дієслова:** учні 9-х класів також часто використовують динамічні дієслова, проте їхня частка в порівнянні з 8-класниками дещо знижується. Хоча дії, такі як "іхати", "робити", "виконувати", залишаються важливою частиною викладу, учні частіше використовують інші мовленнєві структури для вираження своїх думок.

**Статичні дієслова:** у творах учнів 9-х класів спостерігається зростання використання статичних дієслів, таких як "думати", "сподіватися", "відчувати". Це вказує на більшу схильність до рефлексії, емоційного аналізу та усвідомлення власних відчуттів щодо подій.

**Співвідношення:** у 9-х класах учні демонструють більш збалансоване співвідношення між динамічними та статичними дієсловами. Це свідчить про більш складний когнітивний стиль, який поєднує активні дії з аналізом і рефлексією. Учні цього віку вже більше звертаються до осмислення своїх емоцій та досвіду, а не лише до опису подій.

## **Вибір методів математичної обробки (додаток Ж)**

### **Обґрунтування вибору методів**

Методи, обрані для обробки даних "оцінних дієслів", дозволяють точно й об'єктивно оцінити різницю в когнітивних стилях між учнями 8-х та 9-х класів. Критерій Манна-Уїтні підходить для порівняння двох незалежних

груп за кількісними показниками, а  $\chi^2$ -квадрат допоможе виявити закономірності в частоті використання дієслів. Коефіцієнт варіації дозволяє глибше зрозуміти, наскільки різноманітними є мовленнєві патерни учнів.

Ці методи забезпечують комплексний аналіз як кількісних, так і якісних показників у творах учнів.

### **1. Критерій Манна-Уїтні: Порівняння кількості використаних динамічних і статичних дієслів між учнями 8-х і 9-х класів**

Цей критерій допомагає порівняти дві незалежні групи учнів (8-х і 9-х класів) за кількістю використаних динамічних і статичних дієслів у творах.

Після застосування тесту Манна-Уїтні можна зробити такі висновки:

**Динамічні дієслова:** Статистичний аналіз вказує, що учні 8-х класів значно частіше використовують динамічні дієслова порівняно з учнями 9-х класів. Це свідчить про те, що молодші школярі більше орієнтовані на опис дій і подій, що відображає їх активний підхід до сприйняття світу та подій літніх канікул.

**Статичні дієслова:** Учні 9-х класів використовують значно більше статичних дієслів, ніж їхні молодші однокласники. Це вказує на зростання рівня рефлексії та емоційного аналізу у старшокласників. Вони більше схильні звертати увагу на внутрішні процеси, такі як мислення, емоції та оцінка подій.

### **2. Коефіцієнт варіації: Оцінка різноманіття у використанні дієслів**

Коефіцієнт варіації дозволяє оцінити ступінь різноманіття у використанні динамічних і статичних дієслів серед учнів обох класів.

Висновки після проведення аналізу:

**Різнманіття динамічних дієслів:** у 8-х класах спостерігається нижчий коефіцієнт варіації, що свідчить про обмежене різноманіття використаних дієслів. Учні часто використовують одні й ті ж дієслова для опису своїх дій, що вказує на спрощене мовленнєве мислення та більш прямолінійний виклад подій.

**Різноманіття статичних дієслів:** у 9-х класах коефіцієнт варіації є вищим, що свідчить про більшу гнучкість і різноманіття у використанні статичних дієслів. Це означає, що старші учні краще висловлюють свої емоції та думки, використовуючи багатший словниковий запас і складніші мовленнєві структури.

### 3. Критерій хі-квадрат: Порівняння частоти використання динамічних і статичних дієслів між учнями 8-х і 9-х класів

Критерій хі-квадрат дозволяє порівняти, чи є статистично значущі відмінності у використанні динамічних і статичних дієслів між двома групами. Висновки після застосування критерію:

- **Частота використання динамічних дієслів:** аналіз показує, що учні 8-х класів значно частіше використовують динамічні дієслова, ніж учні 9-х класів. Це підтверджує гіпотезу про те, що молодші учні більше зосереджені на діях, ніж на рефлексії.
- **Частота використання статичних дієслів:** учні 9-х класів частіше використовують статичні дієслова, що вказує на зміну їхнього когнітивного стилю у бік більшого аналізу, рефлексії та емоційного сприйняття подій. Ця тенденція свідчить про розвиток абстрактного мислення і внутрішньої самосвідомості у старшокласників.

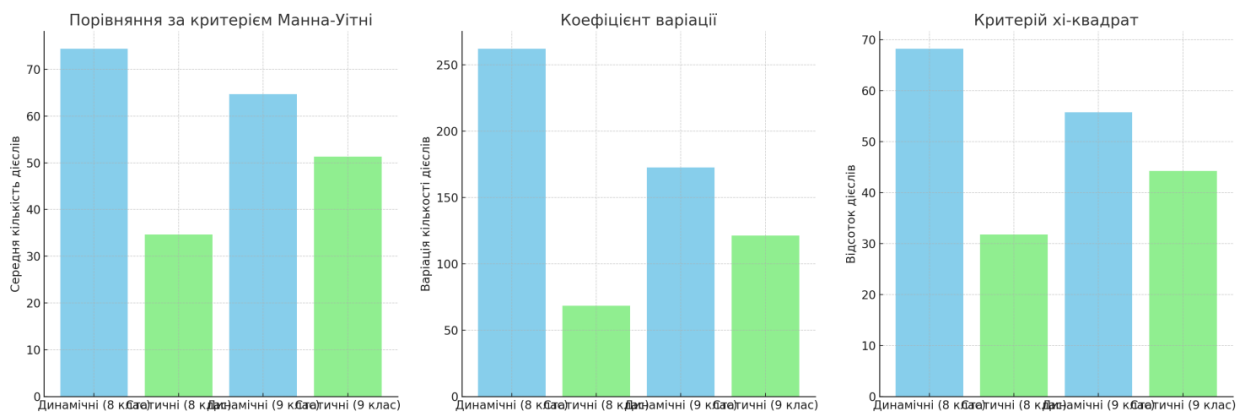


Рис. 2.9 Порівняння по дієсловом за критерієм Манна-Уїтні; коефіцієнт варіації по дієсловом; критерій хі-квадрат по дієсловом

У рисунку 2.9 є графіки для кожної з трьох математичних обробок:

1. Порівняння середньої кількості динамічних і статичних дієслів між 8-ми та 9-ми класами (критерій Манна-Уїтні).
2. Графік коефіцієнта варіації для різноманіття у використанні дієслів.
3. Порівняння відсотків динамічних та статичних дієслів у кожному класі (критерій  $\chi^2$ -квадрат).

## **Висновки до розділу II**

Другий розділ кваліфікаційної роботи був присвячений емпіричному дослідженню психологічних характеристик учнів 8-х і 9-х класів, зокрема їх рівня автономності у навчальній діяльності, особливостей когнітивного стилю мислення та використання оцінних дієслів у мовленні. Проведені дослідження дозволили виявити ключові тенденції та закономірності.

### **1. Методика "Автономність - залежність особистості у навчальній діяльності":**

Аналіз результатів показав, що переважна частина учнів демонструє залежний стиль навчальної діяльності, що є характерним для 61% учнів 8-х класів та 63% учнів 9-х класів. Лише 24% та 25% відповідно проявляють автономний стиль, що свідчить про наявність у цих учнів сформованих навичок саморегуляції та самостійності в навчанні. Дані також вказують на тенденцію до поступового зростання рівня автономності з віком.

### **2. Опитувальник "Стилі мислення":**

Результати показали, що найбільш вираженими є синтетичний та ідеалістичний стилі мислення, які переважають серед учнів обох вікових груп. Це свідчить про схильність до творчого, образного мислення та здатності до узагальнення. Разом із цим, аналітичний та прагматичний стилі, хоча й проявляються менш виражено, вказують на здатність до логічного

аналізу та практичності. Спостерігається стабільність стилів мислення між віковими групами, що дозволяє припустити їхню індивідуальну сталість.

### 3. "Оцінні дієслова" (тест когнітивного стилю):

Дослідження текстів учнів виявило домінування динамічних дієслів серед більшості учнів, що вказує на активний когнітивний стиль, орієнтований на дії та досягнення. У частини учнів спостерігається перевага статичних дієслів, що свідчить про рефлексивність та схильність до самоаналізу. Отримані дані підтверджують когнітивно-мовленнєві особливості, характерні для обох груп.

Результати дослідження дозволили не лише описати сучасний стан рівня автономності, когнітивних стилів та особливостей мовлення учнів 8-х і 9-х класів, але й надати підґрунтя для розробки цільових програм. Ці програми можуть бути спрямовані на розвиток автономності, корекцію когнітивних стилів та покращення рефлексивних навичок, що сприятиме підвищенню ефективності навчання та особистісного зростання учнів.

**Висновок:** всі три методи математичної обробки даних підтвердили, що між учнями 8-х і 9-х класів є статистично значущі відмінності в когнітивному стилі мислення, який відображається через використання динамічних і статичних дієслів. Учні 8-х класів більше орієнтовані на активний опис подій, тоді як учні 9-х класів демонструють глибший рівень рефлексії, більш розвинене емоційне й абстрактне мислення. Це свідчить про поступовий розвиток складнішої когнітивної структури у старших учнів.

## **РОЗДІЛ 3 РОЗВИТКОВА ПРОГРАМА ЩОДО ОПТИМІЗАЦІЇ НАВЧАННЯ ПІДЛІТКІВ СТАРШОГО ВІКУ**

### **3.1 Теоретичне обґрунтування, структура та зміст розв'язкової програми**

Програма спрямована на розвиток когнітивних стилів учнів 8-9 класів та на їхній розвиток здатності адаптувати свій стиль мислення в залежності від ситуації, навчитися вирішувати проблеми через аналітичний, синтетичний, прагматичний та інші підходи, що підвищить їх здатність до навчання. Орієнтир програми на ефективний саморозвиток та на підвищення інтелектуального, метакогнітивного, сенсорно-перцептивного та соціально-перцептивного рівнів учнів. А за допомогою технік зниження тривожності та стресу, методів формування емоційної регуляції, технік «заземлення», вправ на релаксацію і свідому рефлексію хочемо підсилити ефективність навчання, покращити ментальне здоров'я учня, котре також впливає на розвиток когнітивності.

Метою даної розвивальної програми є підвищення рівня когнітивної гнучкості учнів 8-х та 9-х класів, розвиток їх здатності ефективно використовувати різні стилі і типи мислення для вирішення навчальних та життєвих завдань.

Психологічні дослідження показують, що розвиток когнітивних стилів значно підвищує здатність учнів до навчання. Наприклад, учні, які здатні поєднувати аналітичне мислення з синтетичним, можуть не тільки аналізувати інформацію, але й створювати нові ідеї на основі отриманих даних. Це дає їм можливість краще справлятися з навчальними завданнями, особливо коли мова йде про творчі або міждисциплінарні завдання.

Під час навчального процесу учні зазвичай покладаються на свій домінуючий стиль мислення. Наприклад, аналітичні учні схильні розбивати проблему на частини, аналізувати кожен частину окремо, але їм може бути складно перейти до синтезу інформації. У той час як синтетичні учні можуть швидко створювати нові ідеї, проте їх аналітичні навички можуть бути менш розвиненими. Саме тому ще важливо, щоб учні мали можливість розвивати всі когнітивні стилі, а не покладатися лише на один.

Програма розділена на два основних блоки: індивідуальний розвиток когнітивних стилів та групові тренінги, спрямовані на розвиток когнітивної гнучкості та здатності працювати з різними стилями мислення.

### **1. Індивідуальний розвиток когнітивних стилів**

Кожен учень має унікальний стиль мислення, який залежить від його попереднього досвіду, навчальної підготовки та природних здібностей. Саме тому індивідуальний підхід є необхідним компонентом формувальної програми. Він дозволяє кожному учню працювати над тими аспектами свого мислення, які потребують розвитку.

#### **Етап 1: Визначення домінуючого когнітивного стилю.**

Програма починається з аналізу результатів попереднього тестування. На основі тесту «Стилі мислення» учні визначають свій домінуючий стиль і ті стилі, які потребують розвитку. Наприклад, учень, який показав високі результати у тесті на аналітичне мислення, може мати потребу в розвитку синтетичного або прагматичного стилів.

Цей етап включає індивідуальні консультації з учителем або шкільним психологом, де аналізується навчальна поведінка учня і те, як він вирішує типові навчальні завдання. Наприклад, під час консультацій учні можуть обговорювати, як вони розв'язують проблеми в різних дисциплінах — математиці, літературі, історії — і які стилі мислення при цьому використовують.

#### **Етап 2: Підбір індивідуальних завдань.**



Для кожного учня підбираються завдання, що відповідають його домінуючому стилю мислення. Проте, крім цього, учні отримують завдання, спрямовані на розвиток інших стилів мислення, з якими вони менше працюють. Наприклад, учням з домінуючим синтетичним стилем можна запропонувати завдання, де потрібно ретельно аналізувати інформацію перед тим, як робити висновки. Це можуть бути завдання з математики, де необхідно аналізувати кілька шляхів вирішення задачі й обирати оптимальний.

Учні з домінуючим прагматичним стилем можуть отримувати завдання, спрямовані на розширення своїх ідеалістичних здібностей. Для цього їм пропонуються вправи з філософії або літератури, де немає чітких правил чи правильних відповідей, і важливо навчитися формулювати нові ідеї та бачення на основі наявних знань.

### **Етап 3: Щоденне виконання вправ на когнітивний стиль.**

Щоденне виконання вправ спрямоване на систематичний розвиток когнітивних стилів. Учні пропонуються 15–20 хв щоденно працювати над вправами, що сприяють розвитку різних когнітивних стратегій. Для кожного учня завдання підбираються індивідуально, з урахуванням їхніх сильних і слабких сторін.

#### ***Приклад завдання на розвиток аналітичного стилю:***

Учень отримує текст наукової статті або уривок з історичного документа. Його завдання полягає в тому, щоб розбити текст на основні частини, проаналізувати кожен аргумент і представити логічний висновок на основі проаналізованого матеріалу.

#### ***Приклад завдання на розвиток синтетичного стилю:***

Учні пропонуються прочитати кілька різних наукових текстів на одну тему (наприклад, про розвиток технологій або економічні моделі), а потім створити нову концепцію, яка б поєднувала елементи з усіх прочитаних джерел.

#### **Етап 4: Рефлексія когнітивного процесу.**

Після кожного завдання учні записують свої рефлексії у спеціальний щоденник. Це допомагає їм усвідомлювати свої когнітивні процеси, аналізувати, які стратегії вони використовують і як їх можна покращити.

Цей етап є ключовим у розвитковій програмі, оскільки без саморефлексії учні не зможуть усвідомити свої слабкі сторони і шляхи їх покращення. Наприклад, якщо учень часто використовує тільки аналітичні підходи, він повинен розуміти, що в деяких ситуаціях більш ефективними будуть синтетичні підходи, і він має працювати над тим, щоб покращити ці навички.

### **2. Групові тренінги для розвитку когнітивних підходів**

Групова робота допомагає учням навчитися використовувати свої когнітивні здібності у співпраці з іншими. Крім того, робота в команді за допомогою тренінгів дозволяє учням бачити, як інші підходять до вирішення проблем, і таким чином навчатися новим когнітивним стратегіям.

Тренінг є ефективним методом для розвитку навичок і вмінь, важливих для адаптації до навчання та професійного життя. Його особливість полягає у практичному закріпленні знань через активну взаємодію учасників у групі. Це дозволяє учням освоювати нові навички в комфортних умовах, сприяючи їхній професійній і соціальній адаптації [7, 23, 41].

Основу тренінгу складають принципи активності, творчого підходу, усвідомлення поведінки та партнерської взаємодії. Завдяки цьому тренінг не лише підвищує мотивацію та критичне мислення, а й допомагає закріпити знання через практику. Тренінги стали ключовим елементом психологічного супроводу адаптації учнів до змішаного навчання [45].

#### **Етап 1: Вправи на співпрацю з використанням когнітивних стилів.**

Учні працюють у групах, де кожен виконує роль відповідно до свого домінуючого когнітивного стилю. Це дозволяє не лише ефективно розподілити завдання, але й навчитися адаптувати свій стиль до командної

роботи. Наприклад, під час групової роботи над проєктом з біології, один учень може виконувати функцію аналітика, інший — генератора ідей (синтетик), третій — оцінювача (прагматик), а четвертий — координатора (ідеаліст).

Цей підхід не тільки розвиває когнітивні навички кожного учасника, але й вчить співпраці в умовах, коли кожен працює з різними когнітивними стратегіями.

## **Етап 2: Ротація ролей у груповій роботі.**

Щоб учні могли розвивати всі когнітивні стилі, важливо не просто закріпити їх у групі за їхнім домінуючим стилем мислення, але й поступово змінювати ці ролі. Наприклад, якщо один учень виконував роль аналітика під час першого завдання, у наступній вправі йому може бути запропоновано виконати роль генератора ідей або координатора. Ротація ролей у групі допомагає учням розвивати свої слабкі сторони. Вони не лише мають можливість навчитися працювати у нових ролях, але й отримують зворотний зв'язок від своїх однокласників і вчителів, який допомагає усвідомити, як вони можуть покращити свої когнітивні стратегії.

### ***Приклад ротації ролей:***

Учні працюють у групах над проєктом з історії, де кожен учасник спочатку виконує роль, яка відповідає його домінуючому стилю мислення. Аналітик працює над фактами і даними, синтетик — над інтеграцією різних історичних подій у єдину концепцію, прагматик — аналізує, як ці події впливають на сучасність, а ідеаліст — формулює нові підходи до розуміння історії. Після виконання одного завдання ролі змінюються, і учні беруть на себе нові когнітивні завдання. Ця ротація дозволяє учням розвивати нові когнітивні навички, вчитися працювати в різних ролях і краще розуміти, як адаптувати свій стиль мислення до нових завдань.

## **Етап 3: Створення міждисциплінарних проєктів**

Ще одним важливим елементом програми є створення міждисциплінарних проєктів, де учні використовують свої когнітивні навички у різних навчальних контекстах. Міждисциплінарні завдання вимагають від учнів поєднання різних когнітивних стилів, оскільки кожна дисципліна вимагає свого підходу до вирішення проблем.

Міждисциплінарні завдання допомагають учням краще розуміти, як їхній когнітивний стиль може впливати на успіх у різних дисциплінах. Наприклад, для вирішення математичної задачі може бути корисним аналітичний стиль, тоді як для написання твору з літератури більше підходить синтетичний. Учні навчаються перемикатися між різними стилями в залежності від вимог кожної дисципліни, що розвиває їхню когнітивну гнучкість.

***Приклад міждисциплінарного завдання:***

Учням пропонується створити науковий проєкт, що поєднує елементи природничих наук і гуманітарних дисциплін. Наприклад, вони можуть досліджувати екологічні проблеми (використовуючи аналітичний стиль для збору даних і прагматичний для оцінки практичних рішень), а потім написати твір на тему впливу цих проблем на майбутні покоління (використовуючи синтетичний і ідеалістичний стилі). Це дозволяє учням розвивати здатність до інтеграції різних типів мислення і застосовувати їх у нових контекстах.

**Етап 4: Взаємне оцінювання і зворотний зв'язок**

Одним з важливих елементів програми є взаємне оцінювання, коли учні оцінюють когнітивні стратегії своїх однокласників під час групових вправ і проєктів. Це дозволяє не лише отримати зворотний зв'язок, але й допомагає учням краще зрозуміти, як інші використовують свої когнітивні стилі для вирішення завдань. Це сприяє розвитку метакогнітивних навичок — здатності учнів усвідомлювати власні когнітивні процеси та стратегії. Коли учень оцінює роботу свого однокласника, він аналізує, які когнітивні

підходи використовувалися, що допомагає йому краще розуміти, як можна адаптувати ці підходи у власному навчанні.

Після завершення групового завдання кожен учень дає зворотний зв'язок своїм однокласникам про те, як вони вирішували завдання і які когнітивні стратегії були використані. Наприклад, учень може сказати: "Я помітив, що ти добре аналізував інформацію, але тобі важко було створити нову концепцію на основі отриманих даних. Можливо, варто більше практикувати синтетичний підхід у наступних завданнях." Процес взаємного оцінювання допоможе учням краще усвідомлювати свої когнітивні сильні та слабкі сторони і працювати над їх удосконаленням.

### **Етап 5: Оцінка ефективності розвивальної програми**

Кожен етап програми завершується підсумковим оцінюванням, яке включає повторне тестування стилів мислення, аналіз результатів групових вправ та індивідуальних завдань. Учні проходять повторне тестування за методиками стилів мислення, щоб оцінити, як змінилися їхні когнітивні стратегії після проходження програми. Повторне тестування дозволяє вчителям і шкільним психологам побачити динаміку змін у когнітивних стилях учнів, оцінити, які стратегії стали більш розвиненими, а над чим ще потрібно працювати. Це також допомагає коригувати програму для наступних груп учнів, визначаючи, які елементи програми були найбільш ефективними.

### **Розвиткова програма «Вчись вчитися ефективно»**

Теми, цілі та очікування на результат допоможуть структурувати уроки та сприятимуть ефективному розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітків (див. в додатку табл. 3.1).

Приклади таких занять представлені в **додатку В**.

Розвиткова програма розрахована на 5 місяців. Кожне заняття проводиться 1 раз на тиждень. Режим проведення: 20 занять по 60 хв.

Місце проведення: спеціально облаштований кабінет психолога для групової тренінгової роботи або онлайн-платформи, зокрема ZOOM. Платформа ZOOM дозволяє організувати як спільні обговорення, так і роботу в малих групах через функцію гостьових кімнат, забезпечуючи можливість тренеру спостерігати за динамікою комунікації. За допомогою месенджерів учасники отримують індивідуальні завдання для подальшого виконання.

Форма проведення: групові заняття, які передбачають попередню психологічну діагностику та індивідуальні консультації. Структура занять включає: вступ, теоретична частина, практична частина, релаксаційні вправи, підсумок, домашнє завдання на тиждень.

Методи, що були використані під час занять: міні-лекції, анкетування, тестування, кейс-методи, моделювання практичних ситуацій, мозковий штурм, групові дискусії, методи індукції та дедукції, практики тайм-менеджменту, рольові ігри, прогресивна м'язова терапія [51], дихальні вправи [5], хібукі-терапія (авторська ізраїльська модель для підтримки та реабілітації психічного здоров'я тих дітей, які постраждали й від війни, й від інших несприятливих життєвих подій) [48,49], техніки заземлення, медитативні практики та техніки соціальної перцепції (додаток Г).

У сучасному суспільстві діяльність людини має базуватися на творчості та креативності, які стають не лише природним елементом її роботи, але й невід'ємною складовою успішної діяльності. Філософський енциклопедичний словник дає наступне визначення: «творчість – продуктивна діяльність за мірками свободи та оновлення, коли зовнішня детермінація людської активності змінюється внутрішньою самовизначеністю. Елементи творчості притаманні людській діяльності взагалі, але як окремий різновид діяльності творчість характеризується продукуванням нових результатів» [43].

Тому вважаємо за необхідне акцентувати увагу у програмі і на творчих завданнях та арт-терапії.

Техніка ментальних карт (mind maps) допомагає структурувати інформацію, стимулюючи візуальне та асоціативне мислення.

Також важливо застосовувати техніки для створення нових нейронних зв'язків, які базуються на принципах нейропластичності – здатності мозку змінювати свою структуру та функції у відповідь на досвід. Наприклад:

- нейрогімнастика (або Брейн-фітнес) – вправи, які залучають обидві півкулі мозку, наприклад, малювання обома руками або виконання складних рухових комбінацій.
- мнемонічні вправи – розвиток асоціативного мислення для полегшення запам'ятовування нової інформації, наприклад, створення яскравих візуальних асоціацій, метафор чи історій.
- використання завдань на пам'ять, увагу, креативність і швидкість мислення, наприклад, головоломки, розв'язання математичних задач, гра в шахи.
- практика уважності та медитації сприяє змінам у функціональних нейронних мережах, покращуючи концентрацію та адаптивність.
- метод крос-модальної стимуляції – залучення різних сенсорних систем, наприклад, візуального, слухового та рухового аналізаторів одночасно.

Ці методики мають велике значення, оскільки покращують адаптивність мозку, сприяють розвитку нових навичок, підвищують гнучкість мислення, запобігають когнітивним порушенням при стресі та дозволяють швидше пристосовуватися до нових умов життя чи навчання.

Вибір методів тренінгу залежить від умов і цілей, а сам тренінг збирається, як конструктор, із запропонованих нами (і не тільки) методик, вправ, практик тощо.

Робота з викладачами у контексті реалізації програми включає психолого-педагогічні семінари, тренінги, інформаційні матеріали та рекомендації для формування у викладачів компетентностей психолога, методиста щодо формування в них когнітивної гнучкості для більшої успішності учнів.

У межах реалізації програми з батьками також проводиться просвітницька робота: навчальні семінари, тренінги з презентаціями, консультації, підготовка інформаційних матеріалів та рекомендацій, спрямованих на розвиток їхньої психологічної компетентності та формування навичок наставництва у формуванні ефективних метакогніцій в їхніх дітях.

Отже, реалізація запропонованої програми розвитку спрямована на підвищення оптимізації навчального процесу учнів 8-9 кл.

### **3.2 Аналіз результатів впровадження розвиткової програми «Вчись вчитися ефективно»**

Після експерименту в базовій школі було проведено оцінку успішності розвиткової програми за допомогою:

- повторної діагностики у досліджуваних (опитувальник "Автономність - залежність особистості у навчальній діяльності" (модифікація Г. Пригніної))
- анкети зворотнього зв'язку учнів 8-9 кл.
- зрівняння показників академічної успішності по середньому балу вибірових предметів шкільної програми
- відгуків вчителів
- відгуків батьків

Результати порівняльного аналізу даних, отриманих за методикою «автономність/залежність», вказують на позитивну динаміку показників автономності мислення у досліджуваних, це можна побачити у показниках 8 класу: 18 учнів до розвиткової програми і 27 після, та 9 класу: 21 учень до розвиткової програми і 32 після (графік 2.3).

Більш об'єктивну оцінку успішності розвитковій програмі безумовно можуть дати саме учасники цієї програми. Тому для зворотнього зв'язку



після закінчення програми ми склали опитувальник - інструмент, який дав змогу отримати незалежні оцінки від учнів 8-9 кл. (додаток К)

Таблиця 3.2

Сумарні відповіді з опитувальника 8-9 кл.

| Питання                           | Варіант а | Варіант b | Варіант с | Варіант d |
|-----------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 1. Здатність працювати самостійно | 35        | 50        | 25        | 10        |
| 2. Справляння зі стресом          | 40        | 60        | 15        | 5         |
| 3. Організація часу               | 30        | 55        | 20        | 15        |
| 4. Зміни у навчальних результатах | 45        | 50        | 20        | 5         |
| 5. Найбільш корисний компонент    | 50        | 40        | 30        | 10        |

Зрівняння показників академічної успішності по середньому балу вибірових предметів шкільної програми (українська мова, українська література, математика, біологія) говорить про позитивну динаміку. Це можна побачити у таблицях 3.3 і 3.4.

Таблиця 3.3

Зрівняння показників академічної успішності по середньому балу 8 класу

| Предмет               | Середній бал до програми | Середній бал після програми | Зростання |
|-----------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------|
| Українська мова       | 8,1                      | 9,2                         | +1.1      |
| Українська література | 8,3                      | 9,4                         | +1.1      |
| Математика            | 7,5                      | 8,5                         | +1.0      |
| Біологія              | 8,8                      | 9,6                         | +0.8      |

Таблиця 3.4

## Зрівняння показників академічної успішності по середньому балу 9 класу

| Предмет               | Середній бал до програми | Середній бал після програми | Зростання |
|-----------------------|--------------------------|-----------------------------|-----------|
| Українська мова       | 8,5                      | 9,3                         | +0.8      |
| Українська література | 8,7                      | 9,5                         | +0.8      |
| Математика            | 7,9                      | 8,8                         | +0.9      |
| Біологія              | 9,0                      | 9,8                         | +0.8      |

Це підтверджує висновки багатьох дослідників, що автономність мислення і успішність навчання тісно пов'язані через здатність учня самостійно аналізувати, організовувати та використовувати інформацію. Учні з автономним мисленням здатні самостійно визначати пріоритети у навчанні, ставити цілі та знаходити шляхи для їх досягнення. Це сприяє кращій організації їхнього навчального процесу і, відповідно, вищій успішності. Учні, які мають автономне мислення, зазвичай краще розуміють важливість навчання і мають внутрішню мотивацію, а не лише зовнішні стимули, що позитивно впливає на навчальні результати.

Дослідження показують, що студенти з високим рівнем автономності мислення мають більшу академічну успішність, оскільки вони краще справляються з аналізом складної інформації, проявляють ініціативу та витримку в навчанні. Як відомо, теорія самодетермінації (Self-Determination Theory) наголошує на тому, що автономія є однією з базових потреб, яка підвищує ефективність навчання. Автономність мислення сприяє не лише кращим академічним результатам, але й розвитку навичок, які є важливими для особистісного та майбутнього професійного успіху. Тому підвищення автономності учнів має бути одним із пріоритетів освітнього процесу.

Позитивні, зі словами вдячності усні та письмові відгуки вчителів, учнів та батьків говорять про те, що розвиткова програма оцінена на високу успішність.

### Висновки до розділу III

Результати підсумкового психодіагностичного дослідження довели, що складена та впроваджена в навчальний процес розвивальна програма «Вчись вчитися ефективно» з метою підвищення ефективності навчально-пізнавальної діяльності учнів 8-9 кл. розвиває свідоме прийняття важливості розвитку індивідуального когнітивного стилю і практикуванню нових когнітивних навичок; дає можливість побачити свої слабкі моменти у пізнавальному процесі та працювати над когнітивною гнучкістю для покращання успішності, адаптації та соціалізації; мотивує і покращує здатність учнів до самоосвіти і саморозвитку; сприяє зниженню показників фрустрації, тривожності, агресії, ригідності; спонукає до розвитку творчих здібностей тощо.

Порівняння експериментальної виборки до і після проведення дослідження з використанням методів математичної статистики доводить ефективність розробленої та застосованої розвивальної програми.

## **ВИСНОВКИ**

Розвиток індивідуального когнітивного стилю підлітків є надзвичайно важливим у сучасній освіті та психології. Він сприяє особистісному розвитку, покращенню психічного здоров'я, ефективнішому управлінню емоціями та підготовці до майбутньої професійної діяльності. Для педагогів це відкриває можливості врахування унікальних особливостей учнів, що оптимізує навчальний процес. В умовах сучасних викликів розвиток когнітивного стилю допомагає компенсувати шкільні втрати. Таким чином, становлення когнітивного стилю стає важливим інструментом для підвищення якості освіти та підтримки самостійної пізнавальної діяльності учнів. Але індивідуальні особливості пізнавальної діяльності учнів часто залишаються поза увагою в освітньому процесі. Використання теорії когнітивних стилів для індивідуалізації навчання є перспективним напрямком розвитку, проте шкільні психологи рідко досліджують ці аспекти або надають рекомендації для формування особистого стилю навчання.

Усвідомлення своїх пізнавальних особливостей і їхнє ефективне використання можуть допомогти підліткам долати труднощі, розвивати сильні сторони та визначатися з майбутньою професією. Це питання є актуальним у контексті компетентнісного підходу НУШ, спрямованого на формування ключових компетентностей для самореалізації.

Існує багато визначень, але слід зазначити, що когнітивні стилі — це індивідуальні способи обробки інформації, які відображають особливості мислення та інтелектуальної поведінки особистості. У психології це поняття використовується для виділення відмінностей у пізнавальній діяльності залежно від організації когнітивної сфери. У підлітковому віці когнітивні стилі є динамічними та можуть змінюватися під впливом контексту й ситуації. Вони мають як переваги, так і обмеження залежно від завдання. Основу когнітивних стилів становлять три рівні: сенсорно-перцептивний, розумовий та метапізнавальний, а їх узгодженість забезпечується когнітивною гнучкістю.

Підсумовуючи теоретичні основи, можна стверджувати, що визначення когнітивних стилів і виділення їх психологічних особливостей у підлітків створюють підґрунтя для проведення обґрунтованого емпіричного дослідження. Це має значення для розробки навчальних програм та інтервенцій, спрямованих на підвищення ефективності навчання та особистісного розвитку підлітків.

Метою дослідження було також теоретичне обґрунтування феномену становлення індивідуального когнітивного стилю старших підлітків та створення й перевірка розвиткової програми для учнів середньої ланки школи.

Аналіз наукових праць показав, що, попри існуючі напрацювання, питання розвитку оптимального когнітивного стилю для кожного підлітка залишається недостатньо розробленим. Наше дослідження зосереджувалось на когнітивно-мотиваційній сфері підлітків, вивчаючи їхні унікальні когнітивні особливості, фактори формування стилю, вплив на навчальні

досягнення та поведінку. Основне завдання – розробити та емпірично перевірити програму, яка сприятиме становленню індивідуального когнітивного стилю та допоможе подолати проблеми шкільних втрат.

Школа є ключовим середовищем для формування когнітивних стилів підлітків, впливаючи на їхній когнітивний, соціально-емоційний та поведінковий розвиток. Емоційна підтримка в шкільному середовищі допомагає учням долати стрес, розвивати когнітивну гнучкість і адаптивність. Завдання, які відповідають здібностям і інтересам підлітків, сприяють ефективнішому навчальному процесу та підвищенню саморегуляції, тоді як невідповідні можуть знижувати мотивацію.

Результати дослідження описують сучасний стан автономності, мислення та мовлення підлітків і можуть стати основою для програм, спрямованих на розвиток самостійності, корекцію когнітивних стилів та рефлексивних навичок для підвищення ефективності навчання.

Враховуючи значущу роль розвитку індивідуального когнітивного стилю для успішного навчання, зокрема інтелектуального та особистісного зростання, було розроблено та впроваджено в навчальний процес розвивальну програму. Підсумкове психодіагностичне дослідження підтвердило теоретичну та практичну ефективність програми «Вчись вчитися ефективно» для учнів 8–9 класів. Вона сприяє усвідомленню значення індивідуального когнітивного стилю, розвитку нових навичок, покращенню когнітивної гнучкості, успішності та адаптації, а також знижує рівень фрустрації, тривожності й агресії. Програма мотивує до самоосвіти, творчості та саморозвитку. Аналіз даних за допомогою математичної статистики підтвердив її результативність. Це дозволило підняти рівень їх автономності мислення, який позитивно вплинув на їхню успішність, що підтвердило їхній взаємозв'язок.

Подальші дослідження цієї теми можуть бути зосереджені на застосуванні вчителями знань про когнітивні стилі під час проектування власних методичних систем. Психологи, вивчаючи цю тему більш досконало,

зможуть допомогти учням змодельовати власний стратегічний напрям пізнавальної діяльності. Дані досліджень можуть бути корисними не тільки психологам, педагогам, студентам, а також батькам, зацікавленим у підтримці особистісного розвитку підлітків.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бех І. Д. Виховання підростаючої особистості на засадах нової методології. *Педагогіка і психологія*. 1999. № 3. С. 5–14.
2. Бочаріна Н. О., Белякова С. М., Стеценко А. І. Соціально-психологічні та вікові особливості акцентуацій характеру особистості в період дорослішання. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 6 (24). С. 520–532.
3. Вінтонів М. І. Психологічний аналіз зв'язків когнітивних стилів та вербального інтелекту. *Школа практичного психолога та соціального працівника*. Серія: *Практична психологія та соціальна робота*. 2011. Вип. 7. С. 26–31.
4. Горяна С. Є. Моделювання когнітивного стилю мислення школярів в системі випереджаючої освіти для сталого розвитку. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*. 2018. Вип.7. С. 164–168.
5. Дихальні вправи від Світлани Ройз. URL: <https://nus.org.ua/news/dlya-ditej-z-yavylysyia-ilyustrovani-kartky-dlya-vykonannya-dyhalnyh-vpravdlya-ditej-z-yavylysyia-ilyustrovani-kartky-dlya-vykonannya-dyhajnyh-vprav/>. (дата звернення: 07.06.2024).
6. Жабровець І. М. Теоретичні аспекти розвитку індивідуального когнітивного стилю підлітка старшого віку. *Психологічний супровід особистості в умовах війни. Посткризове відновлення: Матеріали щорічної звітної науково-практичної конференції студентів і молодих учених* / Під ред. О. А. Чаркіної, О. Ю. Михайленко. Кривий Ріг, 2024. С. 53–56.

7. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Теорія та практика психологічних тренінгів. Київ-Ніжин : ПП Лисенко М. М., 2019. 209 с.
8. Каган М. Д. Методика "Порівняння схожих малюнків" [Електронний ресурс] / Майкл Д. Каган. Режим доступу: <http://psylab.com.ua/tools>. (дата звернення: 24.04.2024).
9. Карпань І. С. Освіта для сталого розвитку: концептуальні засади та досвід упровадження: автореф. дис... канд. філософ. наук зі спец. 09.00.10. Дніпропетровськ, 2012. 14 с.
10. Каряка І. В., Дайлідоніс А. А., Коваленко О. О. Психологічні особливості прояву стилів мислення в процесі комунікативної діяльності юнаків. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 2. С. 120–124.
11. Корнилова Т. В. Новый опросник толерантности-интолерантности к неопределенности. *Психологический журнал*. 2010. № 1.
12. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ : *Радянська школа*, 1989. 608 с.
13. Костюк Г. С. Навчання і розвиток особистості. Київ, 1968. 45 с.
14. Костюк Г. С. Про психологічні основи оптимізації шкільного навчання. *Радянська школа*. 1972. № 3. С. 4–16.
15. Крутова М. В. Социальный статус полезазалежных и полenezалежных подростков. *Международные Челпаневские психологико-педагогические чтения*, раздел 2. Психология XXI века: достижения и перспективы. 2015. С. 213–221.
16. Лемак М. В., Петрище В. Ю. Психологу для роботи. Діагностичні методики : збірник. 2-ге вид., виправл. Ужгород : Вид-во Олександра Гаркуші, 2012. 616 с.
17. Ливер Б. Л. Методика индивидуализированного обучения иностранному языку с учетом влияния когнитивных стилей на процесс его усвоения : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. М., 2000.

18.Лисак К. О. Когнітивно-особистісні та індивідуальні чинники успішності переносу знань. Дис. канд. псих. наук, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, Київ, 2016. 190 с.

19.Лобанов А. П. Практикум по общей и когнитивной психологии. Минск: БГПУ, 2014. С. 25.

20.Макаренко О. В. Динаміка когнітивного стилю «ригідність-флексибільність» через рішення творчих задач учнями (семикласниками). Автореферат дис., Бійськ, 2003.

21.Мирошник О. Г. Регуляторно-особистісні властивості підлітка з рефлексивним когнітивним стилем. Monografia rokonferencyjna science, Research, Development #25, v2, підсекція 3. Загальна психологія, Берлін, 30.01.2020 - 31.01.2020. С. 320–322.

22.Мирошник О. Г. Розвиток самосвідомості та особливості Я-концепції в підлітковому та ранньому юнацькому віці / О. Г. Мирошник. Психологія розвитку особистості у підлітковому та ранньому юнацькому віці. Навчальний посібник за ред. К. В. Седих. Полтава: Астроя, 2018. С. 209–226.

23.Мілютіна К. Л. Теорія і практика психологічного тренінгу : навч. посіб. Київ : МАУП, 2004. 192 с.

24.Міхнова О. Особливості прояву когнітивного стилю «імпульсивність-рефлексивність» у підлітків. *Психологічні проблеми сучасності: Тези XIII науково-практичної конференції студентів та молодих вчених*. Львів, 11–12 травня 2016 р. Львів, 2016. С. 39–41.

25.Напрасна О. Б. Індивідуально-психологічні особливості когнітивно-стильових характеристик навчальної діяльності студентів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2004. 20 с.

26.Опачко М. В. Діагностика когнітивних стилів учнів у процесі вивчення фізики. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Соціальна робота*. 2016. Вип. 1 (38). С. 199.

27.Опачко М. В. Психологічні особливості управління навчально-пізнавальною діяльністю учнів. *Науковий вісник Ужгородського*



національного університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота. 2019. Вип. 22. С. 101–104.

28.Палій А. А. Диференціальна психологія : навч. посіб. Київ : Академвидав, 2010. 429 с.

29.Палій А. А. Когнітивно-стильові детермінанти індивідуальності. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць К-ПНУ імені Івана Огієнка Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. 2011. № 11. С. 584–595.

30.Пасічник І. Д. Роль когнітивно-стильових особливостей особистості в процесі навчальної діяльності. Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Тематичний випуск «Актуальні проблеми когнітивної психології». 2010. Вип. 14. С. 3–10.

31.Пашукова Т. І., Допіра А. І., Дьяконов Г. В. Практикум із загальної психології. Київ : Т-во «Знання», 2000. 204 с.

32.Печерська Т. В. Особливості розвитку самостійності особистості в умовах педагогічного супроводу : [наук. стаття]. *Проблеми сучасної психології*. 2018. Вип. 42. С. 155–166. URL: <https://journals.urau/index.php/2227-6246/article/view/158360> (дата звернення: 18.06.2024).

33.Пилявець Н. І., Потапчук Є. М. Сучасні підходи до визначення поняття «когнітивний стиль особистості». *Габітус*. 2021. № 26. С. 117–121.

34.Пов'якель Н. І. Теоретико-методологічні проблеми креативності в структурі професійного мислення психолога-практика. Наука і освіта, проект Когнітивні процеси та творчість. 2010. С. 21–25.

35.Портяна О. В. Теоретико-методологічні засади дослідження когнітивних стилів. *Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Кам'янець-Подільського нац. ун-ту ім. І. Огієнка та ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України (29)*. 2019. С. 558.

36.Пушкар О. А. Теоретичні передумови дослідження психологічних особливостей прояву когнітивних стилів у підлітковому віці. *Журнал*

«Перспективи та інновації науки». Серія: Психологія, № 7(25). 2023. С. 384–389.

37.Сергеєнкова О. П. Вікова психологія. К.: Центр учбової літератури, 2012. 376 с.

38.Синишина В. Вплив когнітивно-стильових характеристик пізнавальної сфери на життєдіяльність особистості. *Наукові перспективи (Naukovi perspektivi)*. 2022. № 10(28).

39.Сім основних стилів навчання. До якого належите Ви? [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.osvita.org.ua/articles/1752.html>. (дата звернення: 24.03.2024).

40.Смук О. Т. Механізми сімейного виховання як цілісний комплекс, що охоплює сукупність генетично фіксованих і накопичених шляхом навчіння навичок, які детермінують когнітивні стилі. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Психологія. 2021. № 1. С. 31–35.

41.Технологія тренінгу / упоряд. О. Главник, Г. Бевз ; за заг. ред. С. Максименка. Київ : Главник, 2005. 112 с.

42.Токарева Н. М., Шамне А. В., Макаренко Н. М. Сучасний підліток у системі психолого-педагогічного супроводу: монографія. Кривий Ріг, 2014. 312 с. Електронна версія: <https://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/0564/1760>.

43.Філософський енциклопедичний словник / НАН України, Ін-т філософії ім. Г. С. Сковороди ; ред. кол. В. І. Шинкарук (голова) та ін. ; наук. ред. Л. В. Озадовська, Н. П. Поліщук. Київ : Абрис, 2002. 747 с.

44.Холодная М. А. Когнитивные стили. О природе индивидуального ума: учебное пособие для высших учебных заведений. М.: Пер Сэ, 2002.

45.Чугай О. Ю. Змішане або гібридне навчання як трансформація традиційної освітньої моделі. Новітні освітні технології в контексті євроінтеграції : тези доп. міжнар. наук.-метод. конф., НТУУ КПІ, 14 січ. 2015 р. Київ, 2015. С. 154–158.

46.Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 2007. С. 507–508.

47. Шапошник Д. О., Луценко О. Л. Самоефективність в системі когнітивних, емоційних та психобіографічних якостей особистості. Соціальна психологія. 2012. № 4 (54). С. 25–35.

48. Шарон-Максимов Д. Хібукі-терапія як метод подолання психічної травми у дітей в умовах війни. Організаційна психологія. Економічна психологія. 2022. № 3-4(27). С. 48–54.

49. Шарон-Максимов Д. Модель трансформації травмівних переживань дитини методом хібукі-терапії. URL: <https://visnyk.soch.robota.knu.ua/index.php/journal/article/view/198> (дата звернення: 07.06.2024).

50. Якімова І. О. Психологічні особливості розвитку самопізнання в обдарованих підлітків: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. псих. наук. Київський університет імені Грінченка. Київ, 2014. 22 с

51. Якобсон Е. Прогресивна м'язова релаксація. URL: <http://surl.li/aaduyo> (дата звернення: 5.08.2024).

52. ALSAT [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://www.russnet.org/assess/ALSAT.html> (дата звернення: 19.03.2024).

53. Blakemore S., Frith U. The learning brain: Lessons for education: A précis. *Developmental Science*. 2005. V. 8 (6). P. 459–471.

54. Bleasdale F. A. Concreteness-dependent Associative Priming: Separate Lexical Organization for Concrete and Abstract Words. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory and Cognition*. 1987. Vol. 13. No. 4.

55. Bruner J. *The Process of Education*. 1960. ISBN 0-674-71001-0 (paper). Library of Congress Catalog Card Number 60-15235. 97 p.

56. Eccles J. S., Roeser R. W. Schools as Developmental Contexts During Adolescence. In J. L. Meece & J. S. Eccles (Eds.), *Handbook of Research on Schools, Schooling, and Human Development*. 2010. P. 566–581.

57. Gardner W., Holzman P. S., Klein B. S., Linton H., Spence D. R. Cognitive control: A study of individual consistencies in cognitive behavior. *Psychological Issues*. 1959. Vol. 1. No. 4. Monograph 4. P. 1–117.

58. Garrett A. S., Dowell R., Farah M. J. Enfance et adolescence: Développement du cerveau et cognition dans les contextes de pauvreté. URL: <https://ssw.umich.edu/sites/default/files/documents/fauri-lecture/2017/enfance-adol-brain-cognitive.pdf> (Last accessed: 18.04.2024).

59. Jensen A. Psychometric g as a Focus of Concerted Research Effort. *Intelligence*. 1987. Vol. 11.

60. Kagan J. Reflection-impulsivity: The generality and dynamics of conceptual tempo. *J. of Abnorm. Psychology*. 1966. V. 71. P. 17–24.

61. Keating D. P. Cognitive and brain development. *Enfance*. 2012. V. 3. P. 267–279.

62. Keating D. P., Houts R. M., Steinberg L. D., Morrison F. J. Executive Function and Adolescent Risk Behavior in a National Sample. Symposium presentation at Society for Research in Adolescence, Philadelphia, PA. March, 2010.

63. Kelly G. A. *The Psychology of Personal Constructs*. Vol. 1–2 / G. A. Kelly. New York: Norton, 1955. P. 23–96.

64. Pettigrew T. F. The measurement and correlates of category width as a cognitive variable. *Journal of Personality*. 1958. V. 26. P. 532–544.

65. Strang N. M., Chein J. M., Steinberg L. The value of the dual systems model of adolescent risk-taking. *Frontiers in Human Neuroscience*. 2013. V. 7. Article 223. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00223>

66. Ukraine rapid damage and needs assessment (RDNA3) [Електронний ресурс]. URL: <http://surl.li/iimvmo> (дата звернення: 25.05.2024).

67. Vernon P. Multivariate approaches to the study of cognitive style. In: *Multivariate Analysis and Psychological Theory*. London; New York, 1990. P. 125–148.

68. Vernon R. The distinctiveness of field independence. *Journal of Personality*. 1989. Vol. 40. P. 366–391.

69. Witkin H. A. Perception of body position and the position of the visual field. *Psychological Monographs*. 1949. V. 63 (302). P. 1–46.

70. Witkin H. A., Goodenough D. R. Cognitive Styles: Essence and Origins. Field dependence and field independence. N.Y., 1982. P. 125

## ДОДАТКИ

### Додаток А

#### **Опитувальник "Стилі мислення" (Р. Бремсон, А. Харрісон)**

Цей опитувальник допомагає визначити домінуючі стилі мислення підлітків, а також показує, як ці стилі впливають на їхнє навчання та адаптацію в навчальному середовищі. Цей опитувальник дозволяє дослідити різні стилі мислення учнів, такі як аналітичний, синтетичний, реалістичний, прагматичний, ідеалістичний. Було важливо використати цей інструмент, оскільки він дає змогу отримати глибоке розуміння того, як учні підходять до вирішення проблем, як вони обробляють інформацію та ухвалюють рішення. Різні стилі мислення можуть впливати на автономність учнів, тому вважаємо цю методику важливою складовою дослідження. Окрім цього, опитувальник Бремсона і Харрісона вже багато років використовується у психологічній практиці та має наукове підґрунтя, що підтверджує його надійність та валідність.

#### **Опитувальник "Автономність - залежність особистості у навчальній діяльності" (модифікація Г. Пригніної)**

Цей інструмент є одним з найбільш популярних та широко використовуваних для оцінки рівня автономності у навчальній діяльності. Опитувальник дозволяє оцінити, наскільки учні здатні самостійно організувати своє навчання, приймати рішення, або залежати від авторитету та виконувати завдання без зовнішнього контролю, що є важливим аспектом розвитку когнітивного стилю і є важливими характеристиками для психологічного консультування та освітньої психології. Показником зрілості підлітка є його здатність до свідомого

регулювання власної активності, набуття автономії та пошук свого місця в соціумі.

Було важливо використовувати саме цей інструмент, оскільки він дозволяє визначити рівень автономності учнів у контексті навчального процесу, що є центральним аспектом дослідження. Це може бути важливо для корекції навчальних стратегій та підходів. Крім того, ця методика має високу валідність і надійність, що гарантує отримання точних результатів.

### **Метод аналізу когнітивних стилів через використання дієслів у письмових творах (оцінні дієслова)(модифікація Г.В. Лібіної)**

Аналіз дієслів у письмових роботах може дати уявлення про когнітивний стиль учня, адже вибір дієслів може свідчити про перевагу у використанні певних стратегій мислення. Метод оцінних дієслів дозволяє виявити, як особистісні особливості та когнітивні стилі можуть проявлятися в письмовій формі. Це може допомогти в розробці програм для розвитку письмових навичок з урахуванням індивідуальних особливостей учнів. Метод "оцінних дієслів" або аналіз дієслівних структур у тексті для виявлення когнітивного стилю учнів цікавий тим, що він дозволяє оцінити, як учні мислять і формулюють свої думки у письмовій формі. Використання дієслівних структур відображає те, як учні сприймають інформацію, обробляють її та передають у вигляді тексту. Цей метод дає змогу глибше зрозуміти когнітивні особливості учнів, а також виявити їхній когнітивний стиль. Це важливий інструмент, оскільки когнітивний стиль впливає на те, як учні навчаються та приймають рішення у навчальному процесі. За допомогою нейролінгвістичних предикатів (оцінні дієслова: динамічні і статистичні) можна визначити провідний когнітивний стиль учня.

Для досягнення поставленої мети ми визначили кілька основних завдань:

1. Визначити рівень автономності/залежності учнів у навчальній діяльності (опитувальник Г. Пригніної), який дає можливість оцінити, наскільки учні здатні самостійно організовувати своє навчання та приймати рішення без постійного контролю з боку вчителів. Важливо з'ясувати, чи є різниця в рівні автономності між учнями 8-х і 9-х класів, оскільки саме в цей період відбувається активний розвиток особистісних якостей підлітків.
2. За допомогою опитувальника Р. Бремсона та А. Харрісона дослідити, який стиль мислення домінує серед учнів цієї вікової групи та як різні підходи до вирішення проблем, такі як синтетичний/аналітичний/прагматичний/реалістичний/ідеалістичний стилі мислення та стилі вчення (візуальний, аудіальний, кінестетичний) впливають на їхню навчальну діяльність. Окрім цього, дослідити, чи є певні зв'язки між стилем мислення учнів та їхнім рівнем автономності в навчанні.
3. Проаналізувати когнітивний стиль учнів за допомогою методу "оцінних дієслів". Цей метод дозволяє оцінити, як учні структурують і висловлюють свої думки у письмовій формі, що є важливим індикатором їхнього когнітивного стилю. Цей підхід дасть змогу виявити індивідуальні особливості в обробці інформації та вплине на загальне розуміння типів мислення і навчальних стратегій учнів.
4. Порівняти результати між учнями 8-х та 9-х класів: чи впливають вікові відмінності у рівні автономності, стилях мислення та когнітивному стилі учнів, і як ці відмінності можуть впливати на їхню навчальну успішність і на психологічний розвиток учнів.
5. Виявити взаємозв'язки між рівнем автономності, стилем мислення та когнітивними характеристиками учнів. Ці фактори є взаємопов'язаними, і їх дослідження дозволить краще зрозуміти, як різні аспекти особистості учнів впливають на їхній підхід до навчання. Вивчення таких взаємозв'язків допоможе не лише зрозуміти

індивідуальні особливості учнів, а й створити умови для їхнього ефективного навчання та розвитку.

Таким чином, завдання дослідження спрямовані на всебічне вивчення автономності, стилів мислення та когнітивних особливостей учнів, що дозволить отримати глибше розуміння того, як ці чинники впливають на навчальний процес. Результати цього дослідження можуть стати основою для створення індивідуальних підходів до навчання, які сприятимуть розвитку самостійності, критичного мислення та когнітивної гнучкості у школярів.

Додаток Б

#### **Ключові аспекти, які залишаються предметом обговорення:**

- 1. Поняття та класифікація когнітивних стилів.** Не існує єдиного визначення когнітивного стилю, і різні підходи класифікують їх по-різному.
- 2. Психофізіологічна основа когнітивних стилів.** Нейрофізіологічні механізми визначають індивідуальні відмінності в обробці інформації, бо різні стилі можуть бути пов'язані з активністю певних ділянок мозку, проте однозначних висновків поки що немає.
- 3. Когнітивний стиль і навчання.** Врахування когнітивних особливостей може підвищити ефективність навчального процесу, проте є й критичні думки про те, що такий підхід може бути переоцінений.
- 4. Когнітивний стиль і культура.** В азійських культурах частіше спостерігається схильність до глобального сприйняття, тоді як у західних культурах переважає аналітичний стиль.



5. **Когнітивний стиль і професійна діяльність.** Вже існують докази того, що когнітивні стилі можуть впливати на вибір професії, продуктивність та ефективність виконання певних видів діяльності.

**Сучасними напрямками дослідження когнітивного стилю є:**

1. Поєднання когнітивного стилю з іншими когнітивними характеристиками. Сучасні дослідження намагаються інтегрувати когнітивний стиль з такими характеристиками, як інтелект, мотивація, емоційний інтелект і темперамент.
2. Вивчення нейронних корелятів когнітивного стилю. Нейронаукові методи, зокрема функціональна МРТ, дозволяють досліджувати зв'язок між когнітивними стилями та мозковими структурами і функціями.
3. Когнітивні стилі у контексті нових технологій. З розвитком цифрових технологій зростає потреба досліджувати, як різні когнітивні стилі впливають на взаємодію з комп'ютерними системами, онлайн-навчанням і віртуальною реальністю.
4. Когнітивні стилі у контексті пізнавальних процесів підлітків. Виникає необхідність закрити потреби змішаного (офлайн/онлайн) навчання, щоб запобігти освітнім втратам.

Додаток В

**Тема: Що таке когнітивні стилі та чому вони важливі?**

Ціль: Ознайомити учнів із поняттям когнітивних стилів, пояснити їх значення та допомогти учням зрозуміти власні стилі для підвищення ефективності навчання.

Очікуваний результат: Учні зрозуміють, що таке когнітивні стилі, зможуть визначити свої основні стилі та використовувати ці знання для покращення процесу навчання.

## Структура

### 1. Теоретична частина (20 хвилин)

Вступ (5 хвилин):

- Учитель пояснює, що кожна людина має свій спосіб сприйняття, обробки та використання інформації, який називається когнітивним стилем.
- Підкреслюється важливість розуміння власного когнітивного стилю для досягнення успіхів (приклади історій успіхів людей).

Огляд когнітивних стилів (15 хвилин):

- Аналітичний стиль: Люди з таким стилем схильні до деталізованого розгляду інформації, логічного мислення та поступового підходу.
- Глобальний стиль: Учні з цим стилем краще сприймають інформацію в цілому, а не деталі, і віддають перевагу загальній картині.
- Вербальний стиль: Спосіб навчання через слова, тексти та пояснення.
- Візуальний стиль: Люди, які краще сприймають інформацію через образи, графіки та ілюстрації.

Питання для обговорення:

- Чому важливо знати свій когнітивний стиль?
- Як знання про когнітивні стилі може допомогти у навчанні?

### 2. Практична частина (25 хвилин)

1. Вправа “Визнач свій когнітивний стиль” (10 хвилин):

Учні виконують анкету або тест, який допоможе їм визначити власний когнітивний стиль.

Психолог/учитель допомагає інтерпретувати результати та пояснює, що у кожного може бути комбінація кількох стилів.

## 2. Групова активність “Різні підходи до одного завдання” (15 хвилин):

Учні розподіляються на групи за своїми когнітивними стилями (аналітики, глобалісти, вербали, візуали).

Кожна група отримує одне й те саме завдання (наприклад, пояснити тему «Проблеми екології»), але використовує свій стиль для його вирішення. Короткі презентації від кожної групи демонструють різні підходи до навчання.

## 3. Релаксаційні вправи (10 хвилин)

### 1. Вправа “Дихання в квадраті” (5 хвилин):

Учитель навчає учнів техніці “Дихання в квадраті”: вдихати на 4 секунди, затримати дихання на 4 секунди, видихати на 4 секунди, затримати на 4 секунди. Це допомагає знизити тривожність і покращити концентрацію.

### 2. Вправа “Техніка прогресивного розслаблення” (5 хвилин):

Учитель пропонує учням по черзі напружувати та розслабляти м’язи різних частин тіла, щоб зняти напругу та покращити загальний стан.

## 4. Підсумок уроку (5 хвилин)

**Обговорення:** Як знання про свій когнітивний стиль допоможе тобі у навчанні?

Учні діляться своїми враженнями про те, що вони дізналися про себе.

## Домашнє завдання:

1. Учні пропонуються розробити короткий ефективний план навчання на будь-яку тему шкільної програми, використовуючи методи, що відповідають їх когнітивному стилю, та принести його на наступний урок.

2. Розпитати та проаналізувати, який пізнавальний стиль у твоїх рідних та друзів. Поділитися з ними інформацією про важливість практичних когнітивних навичок.

3. Відпрацювати нейрогімнастичні вправи «Капітан», «2-3, 3-2».

## **Тема: Візуальне, аудіальне та кінестетичне сприйняття інформації**

**Ціль:** Ознайомити учнів із різними типами сприйняття інформації та допомогти їм визначити свій основний тип.

**Очікуваний результат:** учні розпізнають свої переважаючі канали сприйняття і зможуть застосовувати ефективні методи навчання для себе.

### **Структура**

#### **1. Теоретична частина (20 хвилин)**

Вступ (5 хвилин):

- Учитель пояснює, що люди сприймають інформацію по-різному і що розуміння свого основного типу сприйняття допомагає вчитися ефективніше.
- Короткий опис трьох основних типів: візуальний, аудіальний та кінестетичний.

Огляд типів сприйняття (15 хвилин):

- Візуальне сприйняття: Люди з таким типом найкраще сприймають інформацію через зображення, схеми, графіки. Їм допомагає бачити інформацію перед собою.
- Аудіальне сприйняття: Учні цього типу краще засвоюють інформацію через слухання. Вони ефективно сприймають усні пояснення, обговорення, аудіокниги.
- Кінестетичне сприйняття: Ці учні запам'ятовують через дотик, рух і практичне застосування. Вони засвоюють інформацію краще, коли можуть застосувати її на практиці.

Питання для обговорення:

- Учитель ставить запитання: “Як ви найкраще запам’ятовуєте інформацію?”
- Учні діляться своїми думками, учитель записує основні відповіді на дошці.

## 2. Практична частина (25 хвилин)

Інтерактивна вправа “Знайди свій тип” (10 хвилин):

Учні виконують короткий тест на визначення свого типу сприйняття (підготовлений заздалегідь).

Учитель допомагає інтерпретувати результати, пояснює, що деякі учні можуть мати поєднання кількох типів.

Практичні завдання для кожного типу (15 хвилин):

- Для візуалів: учні створюють міні-постер з головними фактами уроку.
- Для аудіалів: учні переказують почуту інформацію в парах.
- Для кінестетиків: учні виконують вправу, де використовують рух (наприклад, жестами пояснюють основні моменти).

## 3. Релаксаційні вправи (10 хвилин)

Вправа “Глибоке дихання та візуалізація” (5 хвилин):

- Учитель пояснює техніку глибокого дихання для зняття стресу: “Вдихаємо на рахунок 7, затримуємо на 4, видихаємо на 8”.
- Після кількох дихальних циклів учні закривають очі та уявляють себе в спокійному місці (наприклад, на природі).

Вправа “М’які рухи” (5 хвилин):

- Учитель пропонує легкі розтягування рук і шиї, щоб зняти напругу.
- Учні повторюють за вчителем, відчуваючи розслаблення у всьому тілі.

#### 4. Підсумок уроку (5 хвилин)

- Що ви дізналися про свій тип сприйняття?
- Учні діляться, як це знання може допомогти їм у навчанні.

#### Домашнє завдання:

1. Учням пропонується створити короткий план уроку з шкільної програми/додаткових курсів для себе з урахуванням свого типу сприйняття (на основі результатів тесту).

2. Написати на аркуші А-4 свої страхи, потім розірвати аркуш на маленькі шматочки і за допомогою клею та фарб створити свою 3D картину, візуалізуючи, як страхи і проблеми можуть стати не перешкодою, а можливістю для життєвого шедевра. Усно описати свій витвір.

3. Тренування практики «Римська кімната» для покращання пам'яті і концентрації уваги.

Додаток Г

#### Тренінг: "Синтез нових ідей" для учнів 8-9 класів

**Мета:** Розвинути здатність учнів до інтеграції різних фактів і концепцій для створення нових ідей та рішень. Вправа допоможе розвинути когнітивну гнучкість, креативне мислення та здатність до синтезу інформації.

#### Підготовка:

1. **Підберіть факти та концепції:** Для виконання завдання потрібні різні концепції, які учні повинні інтегрувати в одну нову ідею. Ось два приклади:
  - **Факт 1:** Екологічні проблеми, пов'язані зі зміною клімату.
  - **Факт 2:** Використання альтернативних джерел енергії, таких як сонячна та вітрова енергія.

Концепції для роботи:

- **Концепція 1:** Виробництво "зелених" технологій для транспорту (електромобілі, громадський транспорт).
- **Концепція 2:** Переосмислення міської інфраструктури для зменшення викидів.

2. Підготуйте роздаткові матеріали або слайди з описом фактів і концепцій.

**Проведення:**

1. **Поясніть суть вправи (5 хвилин):** Розкажіть учням, що вони мають створити нову ідею, поєднуючи запропоновані факти та концепції. Наголосіть, що важливо використовувати творчий підхід.
2. **Розподіл на групи (5 хвилин):** Розбийте учнів на малі групи по 3-4 людини. Кожна група отримає різні факти та концепції, щоб інтегрувати їх у нове рішення або ідею.
3. **Робота в групах (15-20 хвилин):** Нехай учні спочатку обговорять кожен факт і концепцію, а потім знайдуть спосіб об'єднати їх. Наприклад, вони можуть запропонувати створення інноваційної транспортної системи, що використовує електромобілі, які заряджаються від сонячної енергії, або нові види міських будівель, що генерують власну енергію.
4. **Презентація ідей (10-15 хвилин):** Кожна група презентує свою нову ідею перед класом. Нехай вони пояснять, як вони інтегрували різні концепції та чому їхня ідея має значення.

**Факти та концепції для вправи:**

1. **Факт 1:** Зміна клімату призводить до підвищення рівня моря та екстремальних погодних умов.

2. **Факт 2:** Використання електромобілів стрімко зростає у світі, але проблема з інфраструктурою для заряджання залишається.
3. **Концепція 1:** Створення "розумних" міст, де всі будівлі оснащені сенсорами для контролю за використанням енергії.
4. **Концепція 2:** Використання вертикальних ферм у містах для забезпечення продуктами харчування, зменшуючи транспортні витрати.

**Очікувані результати:** Учні повинні навчитися синтезувати різну інформацію, формулювати нові ідеї на основі фактичних даних та концепцій, а також презентувати свої результати. Ця вправа допоможе розвинути навички креативного мислення та здатність до інтеграції інформації.

### **Тренінг: "Рішення логічних задач" для учнів 8-9 класів:**

#### **Мета:**

Розвинути у учнів навички логічного мислення, вміння аналізувати інформацію, планувати свої дії та робити обґрунтовані висновки.

#### **Підготовка:**

1. **Підберіть задачі:** Ви вже маєте три задачі (про капелюхи, охоронців та міст через річку).
2. **Забезпечте клас:** Роздрукуйте або підготуйте задачі в електронному вигляді для кожного учня чи групи.

#### **Проведення:**

1. **Поясніть суть тренінгу (5 хвилин):** Розкажіть учням, що вони мають вирішити логічні задачі, використовуючи свої аналітичні здібності. Поясніть важливість таких навичок у навчанні та повсякденному житті.



2. **Розподіліть учнів на пари або малі групи (5 хвилин):** Це допоможе їм розвивати командні навички та працювати разом для вирішення складних задач.
3. **Поясніть першу задачу (10 хвилин):** Наприклад, почніть із "Задачі з капелюхами". Надайте учням 5-7 хвилин на роздуми. Заохочуйте їх обговорювати варіанти між собою.
4. **Обговорення та розв'язок (10-15 хвилин):** Після того, як учні запропонують свої рішення, обговоріть їх разом. Розкажіть правильну відповідь і поясніть, чому саме так.
5. **Переходьте до наступної задачі:** Повторіть ті самі кроки для задач про охоронців і міст.

### 1. Логічна задача "Задача з капелюхами"

**Умова:** Три учні стоять у ряд. Їм на голови наділи капелюхи, але кожен з них бачить тільки капелюхи тих, хто стоїть попереду. Капелюхи можуть бути білими або чорними. Учитель каже, що на кожному є капелюх одного з цих кольорів, і при цьому щонайменше один з них є чорним. Учні по черзі мають назвати колір свого капелюха, не бачачи його, але спостерігаючи за іншими.

**Завдання:** Як перший учень може визначити колір свого капелюха, використовуючи логічні міркування?

### 2. Логічна задача "Задача про двох охоронців"

**Умова:** Є два шляхи. Один з них веде до скарбу, інший — у пастку. Біля кожного шляху стоїть по охоронцю. Один з них завжди говорить правду, інший завжди бреше. Ви можете задати тільки одне запитання одному з охоронців, щоб дізнатися, який шлях веде до скарбу.

**Завдання:** Яке питання потрібно задати, щоб точно дізнатися правильний шлях?

### 3. Логічна задача "Міст через річку"

**Умова:** Четверо друзів стоять на одному березі річки вночі. У них є тільки один ліхтар, а міст, по якому вони можуть перейти, витримає не більше двох людей одночасно. Вони можуть йти через міст тільки, коли з ними є ліхтар. Один друг може перетнути міст за 1 хвилину, другий — за 2 хвилини, третій — за 5 хвилин, а четвертий — за 10 хвилин.

**Завдання:** Яким чином вони можуть перейти через міст, щоб витратити на це не більше ніж 17 хвилин?

#### Після заняття:

1. **Рефлексія:** Обговоріть з учнями, які стратегії були ефективними для вирішення задач. Які задачі були складнішими і чому?
2. **Домашнє завдання:** Запропонуйте учням знайти або вигадати власні логічні задачі та принести їх на наступне заняття.

**Очікувані результати:** Учні розвинуть здатність до аналізу, навчатися працювати з логічними структурами та планувати свої дії для вирішення складних задач.

Це заняття допоможе учням покращити свої когнітивні здібності та підготуватися до вирішення подібних завдань у навчанні та житті.

#### Тренінг: "Мозкові штурми" для розвитку синтетичного мислення

**Мета:** Розвинути у учнів здатність генерувати нові ідеї, комбінувати різні підходи та вирішувати проблеми через колективне обговорення ідей.

#### Підготовка:

1. **Виберіть проблеми:** Проблеми повинні бути як соціальними, так і навчальними, щоб учні мали змогу застосувати різні когнітивні підходи.
2. **Структуруйте заняття:** Тренінг можна провести у 2-3 етапи, починаючи з індивідуальних ідей і завершуючи колективними рішеннями.

### **Проведення:**

1. **Пояснення методики (5 хвилин):** Розкажіть учням, що мозковий штурм — це колективний метод генерації ідей, де спочатку кожен учень має право висловлювати будь-які думки без критики. Після цього вони будуть обговорювати ідеї, відбирати найкращі та комбінувати їх у нові рішення.
2. **Розділ на групи (5 хвилин):** Розподіліть учнів на малі групи (3-4 особи) для обговорення.
3. **Етап 1: Індивідуальне генерування ідей (10 хвилин):** Нехай кожен учень запише на аркуші 2-3 ідеї щодо вирішення проблеми. Після цього вони обговорюють їх у групах.
4. **Етап 2: Колективне обговорення ідей (15-20 хвилин):** Попросіть групи спільно обговорити свої ідеї та згенерувати одне або два рішення, які поєднують найкращі елементи кожної ідеї.
5. **Етап 3: Презентація рішень (10-15 хвилин):** Кожна група презентує свої рішення перед класом. Під час презентації вони повинні пояснити, як саме прийшли до цієї ідеї і чому вона є найкращим рішенням.

### **Проблеми для мозкового штурму:**

1. **Соціальні проблеми:**

- Проблема 1: Забруднення міста від пластикових відходів. Як скоротити використання пластику серед молоді та запровадити ефективні методи сортування сміття?
- Проблема 2: Підліткова залежність від смартфонів та соціальних мереж. Як зменшити кількість часу, який учні проводять у соцмережах, та мотивувати їх до активного життя?

## 2. Навчальні проблеми:

- Проблема 1: Низький рівень зацікавленості учнів у природничих науках. Як зробити навчання з хімії або фізики більш захопливим для учнів?
- Проблема 2: Проблема з організацією самостійної роботи учнів вдома. Як ефективно організувати свій час для виконання домашніх завдань?

### Підсумки:

Після презентацій рішень організуйте коротке обговорення, де учні зможуть оцінити, які рішення є найбільш ефективними та реалістичними для впровадження.

**Очікувані результати:** Учні повинні навчитися креативно підходити до вирішення проблем, швидко генерувати ідеї та синтезувати різні підходи для створення нових рішень.

### **Тренінг: Мозковий штурм – вирішення екологічних і соціальних проблем**

**Мета:** Розвинути здатність учнів генерувати креативні ідеї та поєднувати їх для вирішення важливих соціальних і екологічних проблем.

## **Проведення:**

### **1. Проблема для обговорення:**

- **Забруднення повітря в містах:** Як можна зменшити викиди шкідливих речовин у повітря, залучивши молодь до участі в екологічних акціях?

### **2. Хід тренінгу:**

- Розділіть учнів на групи по 3-4 особи.
- Кожна група має за 10 хвилин згенерувати якомога більше ідей, як можна вирішити проблему забруднення повітря.
- Після завершення, кожна група обирає 2 найкращі ідеї і обговорює їх з іншими групами.
- Групи мають синтезувати свої ідеї в одне комплексне рішення та презентувати його класу.

### **3. Проблема для обговорення:**

- **Молодіжне безробіття:** Як можна залучити підлітків до активної участі у трудовій діяльності або волонтерських проєктах?

**Очікувані результати:** Учні розвинуть креативність, вміння колективно генерувати ідеї та інтегрувати різні підходи для створення нових рішень.

Цей тренінг підвищить когнітивну гнучкість учнів та допоможе їм навчитися комбінувати різні ідеї для вирішення складних проблем.

**Тренінг: Розвиток прагматичного мислення**

**Мета:** Навчити учнів приймати практичні рішення, враховуючи реальні обставини та можливі наслідки. Розвинути вміння оцінювати варіанти та обирати найефективніші рішення для конкретних ситуацій.

**Проведення:**

1. **Пояснення мети тренінгу:** Поясніть учням, що прагматичне мислення полягає у прийнятті рішень на основі реальних обставин і ресурсів. Важливо не лише обрати правильне рішення, але й враховувати наслідки та обмеження.
2. **Практичні завдання:**

**Завдання 1: "Створення бюджету для класної поїздки"**

- **Умова:** Учні мають розподілити 5000 гривень на класну поїздку (наприклад, до музею або на екскурсію). Вони повинні врахувати витрати на транспорт, їжу, квитки та додаткові розваги. Важливо забезпечити баланс між витратами і потребами.
- **Завдання:** Вирішіть, як найкраще розподілити гроші, щоб забезпечити цікаву та бюджетну поїздку.

**Завдання 2: "Управління часом для виконання домашніх завдань"**

- **Умова:** Учнім дається список домашніх завдань на тиждень з трьох предметів. Їм потрібно скласти графік для ефективного виконання завдань, враховуючи час на відпочинок, позашкільні заняття і додаткові заняття.
- **Завдання:** Розробіть розклад, який дозволить виконати всі завдання вчасно та не перевантажити себе.

**Завдання 3: "Оцінка ризиків і прийняття рішень"**

- **Умова:** Учням пропонується сценарій, де вони повинні обрати, чи брати участь у шкільному проєкті з обмеженим часом для підготовки. Якщо вони візьмуть участь, можуть отримати додаткові бали, але ризикують не встигнути завершити інші завдання.
- **Завдання:** Оцініть ризики й вирішіть, чи варто брати участь у проєкті, поясніть своє рішення.

3. **Обговорення результатів:** Після виконання завдань учні обговорюють свої рішення в групах. Вони повинні пояснити, чому обрали певний варіант і які фактори вплинули на їхній вибір.

**Очікувані результати:** Учні навчаться приймати обґрунтовані рішення на основі аналізу ситуації, враховуючи обмежені ресурси та ризики. Це допоможе їм краще адаптуватися до реальних життєвих ситуацій і вдосконалити навички прийняття рішень.

### **Тренінг: Розвиток емоційної регуляції та зниження тривожності**

**Мета:** Навчити учнів керувати своїми емоціями, знижувати рівень тривожності та покращувати самопочуття за допомогою технік релаксації, саморефлексії, дихальних вправ та медитації.

#### **Інструменти для управління емоціями:**

##### **1. Методи релаксації:**

- **Прогресивна м'язова релаксація (за Джекобсоном):** Учні по черзі напружують і розслаблюють різні групи м'язів (починаючи з ніг і закінчуючи обличчям), зосереджуючи увагу на відчуттях, які вони відчувають під час напруги та розслаблення. Це

допомагає зменшити м'язову напругу, пов'язану з емоційним стресом.

## 2. Методи саморефлексії:

- **Щоденник емоцій:** Учні щодня записують свої емоції та ситуації, які їх викликали. Потім аналізують, як вони реагували і що могли б змінити. Це сприяє усвідомленню власних емоцій та їхнього впливу на поведінку.

## 3. Вправи на дихання:

- **Дихання за 4-7-8:** Учні вдихають на 4 секунди, затримують дихання на 7 секунд і видихають на 8 секунд. Ця техніка допомагає зняти напругу та стабілізувати нервову систему.
- **Глибоке діафрагмальне дихання:** Учні роблять глибокий вдих животом, а не грудьми. Така дихальна техніка знижує рівень стресу та сприяє заспокоєнню.

## 4. Медитація:

- **Медитація на увагу до дихання (mindfulness):** Учні сідають у зручне положення, закривають очі та зосереджуються на своєму диханні. Якщо думки відволікають їх, вони м'яко повертаються до дихання. Це допомагає покращити концентрацію та навчитися керувати тривожними думками.

## 5. Техніки самозаспокоєння:

- **Метод “безпечного місця”:** Учні уявляють собі місце, де вони відчують себе максимально спокійно й захищено. Це може бути реальне або вигадане місце. Ця техніка допомагає швидко зняти тривогу в стресових ситуаціях.



- **Вправа "5-4-3-2-1":** Учні зосереджуються на п'яти речах, які вони можуть побачити, чотирьох речах, які можуть почути, трьох, які можуть відчутти дотиком, двох запахах і одному смаку. Це допомагає повернути увагу до реальності й знизити тривожні думки.

### **Проведення тренінгу:**

1. **Пояснення методів (10 хвилин):** Розкажіть учням про важливість управління емоціями та познайомте їх із різними техніками. Поясніть, як кожен метод допомагає знизити тривожність і покращити самопочуття.
2. **Практичні вправи (30 хвилин):** Проводьте вправи на дихання, медитації та релаксацію. Нехай кожен учень спробує кілька технік і відчує, яка підходить йому найкраще.
3. **Обговорення результатів (10 хвилин):** Запитайте учнів, які техніки здалися їм найефективнішими та як вони почуваються після тренінгу.

**Очікувані результати:** Учні навчаться усвідомлювати свої емоції, знижувати рівень тривожності та керувати стресовими ситуаціями за допомогою практичних технік релаксації, дихання та медитації.

### **Тренінг: Групові заняття з управління стресом**

**Мета:** Навчити учнів ефективно управляти стресовими ситуаціями, знижувати рівень стресу в навчанні та повсякденному житті, використовуючи різні техніки релаксації, дихання та стратегій подолання.

### **Інструменти для управління стресом:**

1. **Метод "перемикання уваги":**

- Учні пропонується навчитися переключатися від стресових думок на позитивні або нейтральні теми. Вправа "Візуалізація": учні уявляють приємні або спокійні образи, які допомагають розслабитися (наприклад, спокійний пляж, прогулянка лісом).

## 2. Техніки дихання:

- **Дихання через одну ніздрю:** Учні вдихають через одну ніздрю, затискаючи іншу, а потім видихають через іншу ніздрю. Ця техніка допомагає збалансувати нервову систему та знизити стрес.

## 3. Стратегія "розбиття на етапи":

- Учні вчаться розділяти складні завдання на менші етапи, що допомагає знизити відчуття перевантаження і стресу.

## 4. Когнітивне переосмислення (рефреймінг):

- Учні вчаться змінювати своє сприйняття стресової ситуації. Наприклад, замість того, щоб бачити стрес у підготовці до іспиту як загрозу, вони можуть бачити це як можливість показати свої знання.

## Проведення:

1. **Пояснення методів (10 хвилин):** Розкажіть учням про різні стратегії управління стресом та важливість їх використання у стресових ситуаціях.

## 2. Практичні вправи (20-30 хвилин):

- **Вправа "Візуалізація" (5 хвилин):** Учні сідають зручно, закривають очі та уявляють спокійне місце або ситуацію, що викликає позитивні емоції. Вони мають зосередитися на деталях цього образу.

- **Дихальні вправи (5 хвилин):** Виконайте вправу з дихання через одну ніздрю для заспокоєння.
- **Практика "розбиття на етапи" (10 хвилин):** Учні отримують складне завдання (наприклад, підготовка до іспиту) і мають розділити його на менші, легко здійсненні частини.

3. **Обговорення результатів (10 хвилин):** Учні обговорюють, які техніки здалися найбільш ефективними, та обговорюють, як вони можуть використовувати ці методи у повсякденному житті.

**Очікувані результати:** Учні навчаться краще контролювати свої стресові реакції, використовувати техніки релаксації та дихання для зменшення тривоги та підвищення продуктивності у складних ситуаціях.

Таблиця 3.1

Тематичний план розвиткової програми «Вчись вчитися ефективно»

| №  | Тема                                                                            | Ціль                                                                                                                 | Очікуваний результат                                                                                                         |
|----|---------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1  | Як раціонально навчатися: техніки запам'ятовування та концентрації              | Навчити учнів основним технікам підвищення ефективності навчання та концентрації уваги                               | Учні зможуть використовувати методи мнемоніки та практики фокусування для поліпшення запам'ятовування інформації             |
| 2  | Типи мислення: від абстрактного до конкретного                                  | Ознайомити учнів із різними типами мислення та навчити їх розпізнавати та використовувати їх у відповідних ситуаціях | Учні зможуть розрізняти абстрактне та конкретне мислення та застосовувати їх у навчальних та повсякденних завданнях          |
| 3  | Що таке когнітивні стилі та чому вони важливі                                   | Ознайомити учнів з поняттям когнітивних стилів і їхнім значенням у процесі навчання                                  | Учні зрозуміють свої індивідуальні когнітивні стилі та як вони впливають на навчання                                         |
| 4  | Мої сильні та слабкі сторони: як розпізнати свій стиль навчання                 | Допомогти учням визначити свої сильні та слабкі сторони у навчанні                                                   | Учні зможуть ідентифікувати свої особливості навчання та використовувати це знання для покращення процесу навчання           |
| 5  | Візуальне, аудіальне та кінестетичне сприйняття інформації                      | Ознайомити учнів із різними типами сприйняття інформації та допомогти їм визначити свій основний тип                 | Учні розпізнають свої переважаючі канали сприйняття і зможуть застосовувати ефективні методи навчання для себе               |
| 6  | Розвиток критичного мислення: як ставити правильні запитання                    | Навчити учнів ставити запитання, що стимулюють мислення і допомагають краще зрозуміти матеріал                       | Учні зможуть формулювати змістовні запитання та використовувати їх для аналізу інформації                                    |
| 7  | Творче мислення: техніки генерації ідей та вирішення проблем                    | Ознайомити учнів із техніками розвитку творчого мислення                                                             | Учні навчаться генерувати нові ідеї, застосовувати їх для вирішення проблем і створення креативних проєктів                  |
| 8  | Аналітичне мислення: як розбивати складні завдання на частини                   | Навчити учнів аналізувати завдання та розділяти їх на більш прості компоненти                                        | Учні зможуть ефективніше виконувати складні завдання, застосовуючи техніки поділу на підзадачі                               |
| 9  | Метапізнання: як навчитися думати про те, як ти думаєш                          | Навчити учнів контролювати свій процес мислення для кращого навчання                                                 | Учні зможуть усвідомлювати свої розумові процеси, коригувати їх та застосовувати саморефлексію для покращення результатів    |
| 10 | Розвиток емпатії та соціального інтелекту: як це впливає на навчання            | Ознайомити учнів з поняттями емпатії та соціального інтелекту                                                        | Учні навчаться розуміти інших людей, покращувати командну роботу та взаємодію                                                |
| 11 | Вплив емоцій на навчання: як керувати емоціями для кращих результатів           | Показати учням, як емоції впливають на процес навчання та навчити їх керувати своїм емоційним станом.                | Учні будуть більш спроможні контролювати свої емоції, зменшувати стрес та підвищувати ефективність навчання                  |
| 12 | Мислення «зростання» vs. фіксоване мислення: розвивай свій потенціал            | Ознайомити учнів з концепцією «зростання» мислення та його впливом на навчання                                       | Учні зрозуміють важливість відкритості до навчання та використання помилок як можливостей для розвитку                       |
| 13 | Самомотивація: як підтримувати інтерес до навчання                              | Розвинути в учнів навички самомотивації                                                                              | Учні навчаться ставити цілі, підтримувати інтерес до навчання та самостійно мотивувати себе                                  |
| 14 | Як використовувати планування для покращення організації навчального процесу    | Навчити учнів планувати свій час та завдання ефективно                                                               | Учні зможуть створювати реалістичні плани та організувати свій навчальний процес для досягнення кращих результатів           |
| 15 | Пам'ять та когнітивні стратегії для запам'ятовування великого обсягу інформації | Ознайомити учнів із техніками поліпшення пам'яті                                                                     | Учні зможуть застосовувати різні методи, такі як асоціативне навчання та повторення, для кращого запам'ятовування інформації |
| 16 | Навчання через досвід: переваги практичного підходу                             | Пояснити значення практичного навчання через досвід                                                                  | Учні зрозуміють, як застосовувати знання на практиці та що навчання через досвід допомагає закріпити навички                 |
| 17 | Способи ефективного повторення та практики                                      | Показати важливість та техніки повторення для закріплення знань                                                      | Учні зможуть використовувати методи повторення для більш ефективного запам'ятовування інформації                             |
| 18 | Роль критики та зворотного зв'язку у розвитку когнітивних навичок               | Навчити учнів використовувати зворотний зв'язок для вдосконалення                                                    | Учні навчаться конструктивно сприймати критику та використовувати її для розвитку своїх навичок                              |
| 19 | Сила звичок у навчанні: як створити продуктивні навчальні звички                | Показати учням, як формуються звички та їхній вплив на навчання                                                      | Учні зможуть розвивати та підтримувати звички, які допомагають в ефективному навчанні                                        |
| 20 | Інтерактивні методи навчання: від гри до проєктів                               | Ознайомити учнів з різноманітними інтерактивними методами навчання                                                   | Учні навчаться використовувати інтерактивні підходи, щоб зробити навчання більш цікавим та залучаючим                        |

Додаток Д

## Підбір методів математичної обробки хі-квадрат

Цей критерій дозволяє порівняти частоту спостережуваних категорій (залежні, автономні, невизначені) з очікуваною частотою, щоб визначити, чи є значущі відмінності між розподілом учнів у категоріях. Метод хі-квадрат ідеально підходить для роботи з категоріальними даними, які поділяються на декілька груп (залежні, автономні, невизначені). Оскільки методика базується на підрахунку кількості учнів у кожній категорії, цей метод допоможе перевірити, чи спостерігається значуща різниця в розподілі результатів між 8-ми і 9-ми класами.

### **Тест Манна-Уїтні для порівняння медіан (Mann-Whitney U Test):**

Тест Манна-Уїтні — це непараметричний тест, який використовується для порівняння двох незалежних груп. Він дозволяє порівняти розподіл балів учнів 8-х і 9-х класів, щоб оцінити різницю в рівні автономності. Оскільки дані не є нормальними та мають кількісний вимір (бали автономності), тест Манна-Уїтні підходить для порівняння груп за їх розподілом. Він дозволяє оцінити, чи є статистично значуща різниця між рівнем автономності у двох класах.

### **Кореляційний аналіз (Коефіцієнт Спірмена):**

Кореляційний аналіз дозволяє оцінити зв'язок між кількістю балів автономності та іншими можливими змінними (наприклад, віком, успішністю тощо). Якщо є інші змінні, з якими варто оцінити зв'язок, коефіцієнт Спірмена підходить для цього завдання. Він добре працює з непараметричними даними та дає змогу оцінити силу кореляції між двома змінними.

Для обробки результатів тесту "оцінні дієслова" використали наступні методи:

### 1. Критерій Манна-Уїтні:

**Опис:** Цей непараметричний тест підходить для порівняння двох незалежних груп (учнів 8-х і 9-х класів) за кількістю використаних динамічних та статичних дієслів.

**Обґрунтування:** Тест Манна-Уїтні є доречним для порівняння кількісних показників у двох вибірках, особливо коли дані можуть бути нерівномірно розподілені, що часто зустрічається у текстовому аналізі.

### 2. Коефіцієнт варіації:

**Опис:** Цей метод дозволяє оцінити різноманіття у використанні динамічних та статичних дієслів кожним учнем.

**Обґрунтування:** Оскільки ми аналізуємо різноманітність використаних мовленнєвих структур, коефіцієнт варіації допоможе нам зрозуміти, наскільки учні варіюють свої дієслова у творах.

### 3. Аналіз частоти використання дієслів (критерій $\chi^2$ -квадрат):

**Опис:** Критерій  $\chi^2$ -квадрат можна застосувати для порівняння частоти використання динамічних і статичних дієслів між двома класами (8-м і 9-м).

**Обґрунтування:** Цей метод підходить для порівняння категорійних даних (динамічні проти статичних дієслів) між двома групами учнів, що дозволяє оцінити, чи є значуща різниця в їхньому мовленнєвому стилі.

### 1. Критерій хі-квадрат (Chi-Square Test):

**Опис:** критерій хі-квадрат дозволяє порівняти частоту використання різних стилів мислення між 8-ми і 9-ми класами. Ми можемо порівняти кількість учнів, які обрали кожен стиль мислення в обох групах.

**Обґрунтування:** цей метод ідеально підходить для порівняння категоріальних даних (різних стилів мислення) між двома групами, що дозволить виявити, чи є значуща різниця в їхніх виборах.

### 2. ANOVA (дисперсійний аналіз):

**Опис:** дисперсійний аналіз (ANOVA) дозволяє порівняти середні значення для кількох груп. У нашому випадку ми можемо порівняти середні показники використання різних стилів мислення в обох класах.

**Обґрунтування:** Оскільки дані про стилі мислення є кількісними (кількість разів, коли учень вибрав певний стиль), цей метод дозволяє оцінити, чи є різниця в середніх значеннях використання різних стилів між класами.

### 3. Кореляційний аналіз Спірмена:

**Опис:** цей метод дозволяє оцінити кореляцію між використанням різних стилів мислення та іншими можливими змінними (наприклад, успішністю).

**Обґрунтування:** Спірмен добре підходить для аналізу непараметричних даних і допомагає виявити, чи є зв'язок між використанням стилів мислення та іншими показниками.

Додаток К

#### Опитувальник для учнів 8-9 класів після розв'язкової програми

1. Як ви оцінюєте свою здатність працювати самостійно над навчальними завданнями після участі у програмі?

- а) Значно покращилась
- б) Трохи покращилась
- с) Не змінилась



- d) Погіршилась

2. Наскільки вам стало легше справлятися зі стресом під час навчання?

- a) Дуже легко

- b) Легше, ніж раніше

- c) Без змін

- d) Складніше, ніж раніше

3. Чи відчуваєте ви покращення у своїй здатності організувати час для виконання домашніх завдань?

- a) Так, значно покращилась

- b) Так, трохи покращилась

- c) Не відчуваю змін

- d) Ні, організувати час стало важче

4. Як ви оцінюєте зміни у своїх навчальних результатах після програми?

- a) Значно покращились

- b) Трохи покращились

- c) Не змінились

- d) Погіршились

5. Який компонент програми найбільше допоміг вам у навчанні?

- a) Тренінги з розвитку автономності

- b) Завдання на розвиток когнітивного стилю

- c) Тренінги з управління стресом

- d) Індивідуальні консультації

## ДОДАТКОВИЙ МАТЕРІАЛ

### Характеристика правопівкульних та лівопівкульних учнів

| Лівополушарний учень                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | Правопівкульний учень                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Бачить деталі: символи (літери, слова).</p> <p>Виявляє візуальні та аудіальні нейролінгвістичні предикати.</p> <p>Бажані ясні письмові інструкції.</p> <p>Повторює фактичну інформацію.</p> <p>Дискомфорті з незавершеними творчими інструкціями.</p> <p>Полюбляє перевіряти роботу.</p> <p>Любить інформацію письмово.</p> <p>Фокусован на внутрішнє.</p> <p>Індуктивний тип мислення – від частини до цілого, від деталей до загального.</p> <p>Любить дивитися фільм після читання книги.</p> <p><b>ЧИТАЄ ТЕКСТ З АБЗАЦІВ!</b></p> | <p>Бачить конкретні, а не абстрактні об'єкти. Відстає під час навчання читання.</p> <p>Виявляє візуальні та кінестетичні предикати.</p> <p>Часто здатний до саморозваги.</p> <p>Відповідає на особисті стосунки, а не на авторитарні.</p> <p>Не слід пропонувати вибір, любить вирішувати, обирати самостійно.</p> <p>Не любить перевіряти роботу.</p> <p>Любить інформацію у вигляді графіків, карток, демонстрацій.</p> <p>Обов'язковою є наявність натуральних та образотворчих засобів.</p> <p>Фокусован на зовнішнє.</p> <p>Дедуктивний тип мислення – від цілого до частини, від загального до часткового.</p> <p>Любить дивитись фільми до</p> |

|  |                                                            |
|--|------------------------------------------------------------|
|  | <p>читання книги.</p> <p><b>ЧИТАЄ ПАРАГРАФ</b> цілком!</p> |
|--|------------------------------------------------------------|

### Нейро-лінгвістичні предикати репрезентативних систем

| Група слів-предикатів | Провідна репрезентативна система                                  |                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                         |
|-----------------------|-------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                       | візуальна                                                         | аудіальна                                                                                                                                                                              | кінестетична                                                                                                                                                                                            |
| дієслова              | бачити,<br>дивитися,<br>сфокусувати,<br>спостерігати,<br>мелькати | говорити,<br>слухати, чути,<br>звучати,<br>мовчати,<br>кричати,<br>оглушувати,<br>кричати,<br>заявляти,<br>дзвеніти,<br>питати,<br>резонувати,<br>скреготіти,<br>тлумачити,<br>рипіти, | відчувати,<br>відчувати,<br>взятися,<br>вручати,<br>тримати,<br>зачіпати,<br>контактувати,<br>напружуватися,<br>здавати,<br>торкнутися,<br>стиснути,<br>зносити, хапати,<br>любити, терти,<br>штовхати, |

|             |                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             |                                                                                                                                                                 | наполягати,<br>узгоджувати,<br>акцентувати                                                                                                                            | чіпати,<br>затискати,<br>орудувати,<br>торкатися,<br>тягнути,<br>нюхати,<br>гладити, бити,<br>нюхати,<br>сприймати,<br>пахнути |
| іменники    | зір, огляд, око,<br>погляд,<br>видовище,<br>блиск,<br>ілюстрація,<br>уява, картина,<br>сцена, ракурс,<br>перспектива,<br>прозріння,<br>фокус, ілюзія,<br>вигляд | голос, звук,<br>дзвінок, мова,<br>розмова,<br>дискусія, крик,<br>тиша, дисонанс,<br>ритм, мовчання,<br>гармонія,<br>музика,<br>звучання,<br>шерех, ше-<br>піт, стукіт | напруга,<br>тяжкість, біль,<br>тиск, почуття,<br>відчуття, удар,<br>поштовх, смак,<br>запах, аромат,<br>солодкість,<br>гіркота |
| прикметники | яскравий,<br>ясний,<br>туманний,<br>розпливчастий,<br>квітчастий,<br>строкатий,<br>червоний, синій                                                              | голосний,<br>тихий,<br>монотонний,<br>німий,<br>небалакучий,<br>нечуваний,<br>пронизливий,                                                                            | гладкий,<br>жорсткий,<br>легкий, м'який,<br>ніжний,<br>відчутний,<br>шовковий,<br>відчутний,                                   |

|             |                                                                                             |                                       |                                                                                                                                                                                                     |
|-------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|             | (всі кольори),<br>сліпий,<br>колоритний,<br>блискучий,<br>великий,<br>дрібний,<br>небачений | співзвучний                           | твердий,<br>теплий, важкий,<br>зручний,<br>холодний,<br>тугий, в'язкий,<br>шорсткий,<br>крижаний,<br>прісний,<br>кислий,<br>несвіжий,<br>солодкий кий,<br>терпкий,<br>ароматний,<br>гіркий, солоний |
| прислівники | виразно, ясно,<br>туманно                                                                   | голосно, тихо,<br>виразно,<br>нечутно | боляче,<br>виважено,<br>смачно, гостро,<br>солодко, кисло                                                                                                                                           |

### Три типи мислення: візуальний, аудіальний та кінестетичний

| Навчальний цикл   | Візуальний стиль навчання                       | Аудіальний стиль навчання    | Кінестетичний стиль вчення                             |
|-------------------|-------------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------|
| Гуманітарні науки | Написи на дошці,<br>робота з ручкою та папером, | Лекція,<br>діалоговий режим, | Взаємодія, рольові та інші ігри,<br>змагання, робота в |

|                |                                                                                                                                           |                                                                                |                                                                                                                                               |
|----------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                | читання підручника «про себе», перегляд навчальних фільмів, словник на картках                                                            | дискусія, читання підручника вголос, диктофон, аудіокниги                      | групах                                                                                                                                        |
| Точні науки    | Підручник, письмові завдання, наочні посібники, схеми та рішення на дошці та у зошиті, таблиці                                            | Тривалі усні лекції, усні завдання, завдання на швидкий рахунок вголос та ін.  | Розв'язання задач з використання реальних предметів, змагання з команд, лабораторні роботи, виготовлення моделей та робота з ними             |
| Природні науки | Читання підручника, записи у зошиті, перегляд навчальних фільмів, демонстрація дослідів, наочні посібники, малюнки, таблиці, лист опорних | Усні пояснення вчителя, повідомлення учнів, диктофон, усні інструкції, виступи | Самостійне проведення експериментів, практичні завдання, лабораторні роботи, екскурсії, робота з живими об'єктами та фіксованими препаратами, |

|  |                                 |  |                                                                             |
|--|---------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------|
|  | сигналів, словник<br>на картках |  | колекціями,<br>гербаріями,<br>виготовлення<br>моделей та ра-<br>бота з ними |
|--|---------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------|

## 5 стилей мислення і комбіновані стилі

### Синтезатор

Синтезатори — це інтегратори; їм подобається знаходити два або більше елементів, які, на думку інших, можуть мати мало або зовсім не мати стосунку один до одного, і знаходити способи поєднувати їх у нову, креативну комбінацію. Факти для них не такі важливі, як висновки, які роблять люди. Синтезатори зацікавлені у конфлікті та полюбляють зміни — часто заради самих змін. Синтезатори зазвичай пишаються своєю "креативністю", проникливістю, а іноді потайки — своїм розумом.

### Ідеаліст

Ідеалістичний спосіб мислення використовується людьми, які люблять мати широкий погляд на речі та схильні до орієнтації на майбутнє. Вони також думають про цілі та цікавляться соціальними цінностями. Ідеалісти схожі на синтезаторів у своїй спрямованості на цінності, а не на факти. Ідеалісти прагнуть, щоб їх бачили корисними, підтримуючими, відкритими й надійними. Вони, як правило, мають сильне почуття етики і пишаються своїми високими стандартами, хоча не завжди усвідомлюють, наскільки високі ці стандарти. Вони можуть розгніватися або відчувати образу на тих, хто здається байдужим до інших, хто не має чесності або хто погоджується на щось менше, ніж найкраще. Мислення ідеалістів сприйнятливие, тобто вони вітають різноманітність думок. Що стосується вирішення проблем,

ідеалісти найкраще працюють у ситуаціях, де важливі цінності, судження, почуття та емоції. Ідеалісти особливо пишаються своєю "інтуїцією".

### **Прагматик**

Девіз прагматика – «Що працює, те і правильне». Вони майстерні в тому, щоб знаходити нові способи робити речі за допомогою доступних матеріалів. Вони схильні підходити до проблем частинами, покроково, вирішуючи по одному завданню за раз. Прагматики менш передбачувані, ніж люди, які віддають перевагу іншим стилям мислення. Для них факти і цінності мають однакову вагу. Знову ж таки, важливо «те, що працює». Вони також зазвичай цікавляться розробкою стратегій і тактик для досягнення мети, і часто прагнуть бути улюбленими, схваленими або, принаймні, прийнятими. Прагматичний підхід гнучкий і адаптивний. Вони також пишаються своєю адаптивністю.

### **Аналітик**

Аналітик підходить до проблем обережно, логічно і методично, приділяючи велику увагу деталям. Аналітики вважають себе фактичними, приземленими, практичними людьми. Вони також схильні мати теорію майже про все. Вони аналізують і оцінюють речі в широкій структурі, яка допомагає пояснити ситуацію і прийти до висновків. Аналітики бачать світ логічним, раціональним, упорядкованим і передбачуваним. Найбільше аналітики прагнуть бути впевненими в речах, знати, що станеться далі. Вони пишаються своєю компетентністю і розумінням усіх аспектів тієї чи іншої ситуації.

### **Реаліст**

Девіз реалістів – «факти є факти». Або можливо, «те, що бачиш, те і отримуєш». Реалісти твердо вірять, що будь-які дві розумні людини, наділені очима та іншими органами чуття, одразу погодяться щодо фактів. Без згоди стосовно фактів, як вважає реаліст, речі не можуть бути вирішені. Вони також хочуть діяти впевнено, надійно й чітко, і бути впевненими, що коли щось зроблено, воно залишиться таким. Реаліст завжди хоче виконати



справу, спираючись на наявні факти, а не збираючи більше даних, як це роблять аналітики.

### **Комбіновані стилі мислення**

Жодна людина не мислить у межах лише одного стилю. Більшість людей віддає перевагу одному стилю, а деякі показують рівне відношення до двох стилів.

#### **Ідеаліст-аналітик (І-А):**

Ідеаліст-аналітик характеризується широким, комплексним поглядом. Вони обережні та вдумливі люди, які хочуть досягти ідеальної мети найкращим можливим способом. Вони навряд чи прийматимуть швидкі рішення і мають орієнтований на майбутнє, спланований погляд на речі.

#### **Аналітик-реаліст (А-Р):**

Аналітик-реаліст дуже орієнтований на завдання та об'єктивний. Вони люблять факти і структуровані підходи до вирішення проблем. Вони прагнуть досягати конкретних результатів і знаходити найкращі методи для їх досягнення. Аналітик-реаліст не любить ситуацій, які не піддаються аналізу, і при зіткненні з такими ситуаціями можуть «зависати» або не справлятися.

#### **Синтезатор-ідеаліст (С-І):**

Стиль мислення синтезатора-ідеаліста багато в чому є протилежністю стилю аналітик-реаліст. Синтезатор-ідеаліст схильний фокусуватися на ідеях і висновках, а не на структурі та фактах. Інші люди сприймають їх як теоретиків і концептуалістів, тому вони не здаються дуже практичними.

#### **Ідеаліст-реаліст (І-Р):**

Ідеаліст-реаліст характеризується поєднанням високих стандартів і конкретності. Вони знають, як повинні бути зроблені речі, і мають навички для виконання цього. Вони не прагнуть до великого визнання за свої зусилля.

#### **Прагматик-реаліст (П-Р):**

Прагматик-реаліст дуже орієнтований на завдання, але підходить до них

менш структуровано, ніж аналітик-реаліст. Вони, як правило, мають багато енергії та сили й досягають результатів просто заради досягнення. Вони швидко приймають рішення з мінімальною кількістю даних, через що можуть швидко перевтомлюватися і здаватися імпульсивними.

#### **Ідеаліст-прагматик (І-П):**

Комбінація ідеаліста та прагматика є типовою для людини, яка досягає згоди щодо цілей і потім терпляче ставиться до різноманітності методів. Вони дуже переймаються питаннями, що стосуються людей, і більш уважні до їхніх потреб. Як лідер, І-П може здаватися занадто поблажливим і надавати занадто багато свободи.

#### **Аналітик-прагматик (А-П):**

Аналітик-прагматик любить факти й структуру, але також готовий експериментувати. Вони знають, чого хочуть і як цього досягти, але бажають отримати задоволення від процесу. Це може бути досить руйнівним у стосунках, оскільки серйозні цілі та напрямки здаватимуться несерйозними для А-П.

#### **Аналітик-синтезатор (А-С):**

Аналітик-синтезатор поважає структуру і логіку. Аналітичний стиль зазвичай домінує в цій комбінації. Хоча аналітик поважає структуру і логіку, синтезатор розуміє і цінує протилежне. Це може бути джерелом великого внутрішнього конфлікту та глибокого нерозуміння з боку оточуючих. Іноді їх важко слухати, але їм є що сказати.

#### **Синтезатор-прагматик (С-П):**

Синтезатор-прагматик демонструє найбільшу терпимість до змін. Вони процвітають у ситуаціях, пов'язаних із неоднозначністю та невизначеністю, і розвинули механізми подолання цих явищ. Їхній стиль мислення породжує величезну кількість креативності.

#### **Синтезатор-реаліст (С-Р):**

Синтезатор-реаліст надзвичайно рідкісний через те, що синтезатор і реаліст знаходяться на протилежних кінцях мисленневого спектра. С-Р – це людина з

великою енергією для неортодоксальних, але твердих досягнень. Вони можуть чітко бачити правильний курс і водночас усвідомлювати, що протилежний шлях також прийнятний.

### **Три способи мислення:**

Люди, які віддають сильну перевагу трьом із п'яти стилів мислення, зазвичай є більш креативними. Це впливає з того, що вони мають більше стилів мислення, доступних для них. Вони більш універсальні та можуть покладатися на той стиль, який найкраще підходить для конкретної ситуації (Гаррісон і Брамсон, 1984).

### **Люди з рівним профілем мислення:**

Найрідкіснішим типом стилю мислення є людина, яка не має переваг у жодному конкретному стилі. У таких людей тест InQ показує відносно рівні оцінки за всіма п'ятьма стилями мислення. Ці люди, як правило, менш інтенсивні та менш впізнавані, ніж люди з сильною перевагою до певного стилю. Вони схильні бути дуже адаптивними до ситуації, але водночас не схильні до лідерства.