



Левченко А.Р.

НЕ ДЕТСКИЕ МЫСЛИ О КОГНИТИВНОМ ДИССОНАНСЕ

Изучив курс психологии на 1 курсе, я не переставала интересоваться данным предметом, а наоборот углубляла свои познания. Благодаря преподавателю кафедры языковой подготовки, педагогики и психологии доценту Золотарёвой И.Н., я нашла интересную, и довольно волнующую на данный момент, тему – когнитивный диссонанс. На эту тему были написаны тезисы на конференцию, в которых были «спроектированы» основы теории когнитивного диссонанса на нашу повседневную студенческую жизнь.

В течении дня каждый из нас испытывает разные эмоции. Они могут быть как положительными, так и отрицательными, а также чередоваться в зависимости от того, с какими обстоятельствами в течении учебного дня сталкиваются студенты и очевидно, преподаватели.

Мало кто задумывается о том, что же с ними происходит, когда возникает чувство дискомфорта, чем оно вызвано и особенно как его преодолеть.

Такое состояние человека психологи называют когнитивным диссонансом.



Он может возникать у любого участника учебного процесса, так как вызван столкновением, уже сложившихся представлений, ценностей, знаний, поведенческих установок, с иными представлениями, которые нарушают

установившийся порядок их учебной деятельности.

На протяжении всей жизни каждый человек приобретает определенный жизненный опыт, а также пытается, как можно чаще, пребывать в состоянии комфорта. Но приобретение жизненного опыта в основном происходит вне зоны комфорта. Поскольку мы не можем контролировать каждую ситуацию в нашей жизни, приходится действовать согласно сложившимся обстоятельствам, а иногда вразрез полученным знаниям и опыту, поэтому очень часто эта зона нарушается.

При нарушении зоны комфорта происходит внутренняя неудовлетворенность, которая вызывает психологический дискомфорт. Тот, кто не знаком с понятием когнитивный диссонанс, тому сложно осознать, что такое состояние может быть временным. Поэтому, если ему поддаться, то можно приобрести внутреннее напряжение, чувство безысходности и тревожности. Такое состояние человека психологи определяют, как фрустрация. Некоторые люди способны избежать, как состояния фрустрации, так и когнитивного диссонанса и длительное время находиться в зоне комфорта.

Если рассматривать учебно-профессиональную деятельность, то можно увидеть, что студенты, которые не прикладывают больших усилий для получения знаний, прибывают в меньшем психологическом дискомфорте, чем студенты-отличники, которые пытаются больше познать и систематизировать свои знания. Причиной такого положения может служить смирение студента-троечника со своим положением в учебной деятельности, а иногда и расстановкой своих личных предпочтений. Если рассмотреть студента-отличника, то

можно увидеть, что состояние когнитивного диссонанса у него присутствует гораздо чаще, поскольку он не только беспокоится за получаемые оценки, но и об удовлетворении его потребностей в повышении уровня реальных профессиональных знаний и их апробации.

Кроме того, в процессе учебной деятельности студент может чувствовать неудовлетворенность организацией учебного процесса, несоответствие содержания учебных дисциплин реальным интересам студента, предоставление на занятиях лишней и ненужной по его мнению информации. Все это и многое другое может вызывать у студентов когнитивный диссонанс и привести его к нежеланию продолжать свою учебную деятельность.

Хочу отметить причину возникновения когнитивного диссонанса из-за сложных межличностных отношений между студентами и преподавателями, особенно на первых курсах, которые в некоторых случаях подрывают студентам в веру в свои силы. На мой взгляд, истоки сложных межличностных отношений кроются в следующем. Во-первых, молодые люди за время обучения в школе формируют некоторый авторитет в своем микро коллективе одноклассников. Абитуриенту придя в новый коллектив одногруппников и однокурсников, с уже сформировавшимся авторитетом, приходится заново его формировать с учетом того, что каждый одногруппник претендует со своим авторитетом на определенное место в коллективе на основе своих амбиций.

Не только студенты могут прибывать в состоянии когнитивного диссонанса. Несовпадение ожиданий преподавателя, когда троечник начинает учиться лучше отличника, основанных на его прошлом опыте, с конкретными жизненными реалиями, может служить одним из примеров. Преподаватели могут находиться в состоянии когнитивного диссонанса еще и потому, что студенты слабо интересуются дисциплинами, которые они преподают. Интерес студентов к учебным дисциплинам может ослабевать из-за нескольких причин, в частности, если учебный материал устарел и знаком студентам, а также низкого качества его изложения, логики построения и т.д. В таких случаях, состояние когнитивного диссонанса у преподавателей наступает неизбежно.

Поэтому важно знать, что выйти из состояния когнитивного диссонанса можно при наличии соответствующей мотивации преподавателей с целью совершенствования учебных дисциплин и своего профессионального мастерства.

Каждый из нас может справиться с любым состоянием и эмоциями, самосовершенствоваться несмотря на учебные и жизненные трудности, а выход из зоны комфорта может привести не только к появлению состояния когнитивного диссонанса, но и к приобретению нового жизненного опыта, а также к достижению поставленных целей.