

Щодо можливості використання психологічного чат-боту «Woebot» при вивченні іноземної мови

Незаперечним на сьогодні є той факт, що стрімкий розвиток цифрових технологій впливає на усі сфери діяльності сучасного суспільства та людини зокрема. Фактично усі процеси життєдіяльності населення світу так чи інакше перебувають, все більше занурюючись, у плідне співіснування із технологічними продуктами, вплив від якого важко назвати однозначним. Зрозуміло, що неможливо залишити осторонь проблему психологічного впливу сучасних досягнень комп'ютеризації на спосіб життя, мислення, формування світогляду, оціночних орієнтирів тощо активних та навіть пасивних користувачів цифрових досягнень в освітній сфері. Відповідно до результатів дослідження корпорації Google, в Україні користувачами смартфонів є величезна частина населення, а серед молоді до 40 років – до 90 %. Тобто електронні гаджети, мобільні телефони із функцією завантаження різноманітних додатків (mobile applications) стають доступними та широко розповсюдженими, а це говорить про те, що користувач залишаючи свої звички «тачити», «скролити» і «свайпити» екран може не лише розважатись чи спілкуватись в соціальних мережах, а використати мобільний пристрій як інструмент для психологічної розгрузки, роботи над собою, оскільки це допомагає у проведенні самодослідження як для навчання, так і для роботи у зручний для користувача час.

На сьогодні, налічують величезну кількість мобільних додатків категорії Mental Health Care (серед них mental health tests, music for mental health, mental health journals, health preference і т. д.). Переважно, вони направлені на пропагування здорового способу життя, саморозвиток, самооцінювання, самотестування, самопізнання, психоедукацію тощо. Однак, варто розуміти, що мобільні додатки мають ефект легкої поверхневої психологічної інтервенції на когнітивному рівні і не є заміною професійних методів психотерапії.

З огляду на це, такі психологічні мобільні додатки, на нашу думку, є корисними і в психолого-педагогічній діяльності, зокрема дотичними вони можуть бути при вивченні іноземної (у нашому випадку англійської) мови. Велика кількість мобільних додатків існують лише в англійськомовному форматі, що, з однієї сторони, обмежує коло іншомовних користувачів, а з іншої – підвищує самооцінку тих, хто володіє мовою, а відтак, підвищує мотивацію до навчання.

Нашу увагу привернуто до такого мобільного додатку, який функціонує у форматі чат-боту, що створює сприятливу психологічну атмосферу інтимності та анонімності для користувача. Чат-бот Woebot розроблений викладачем психології Стенфордського університету. Він задає користувачеві різні запитання про його самопочуття, бажання, фізичний стан тощо, аналізує його настрій і відстежує можливість виникнення депресії. Запитання ставляться таким чином і в такій послідовності, що не докучають, не руйнують відчуття приватності і не викликають острах за втручання в особистий простір. Адже з

власного досвіду можемо стверджувати про обережність під час ініційних етапів спілкування навіть із незнайомими людьми, не лише з чат-ботом. Цікавим є те, що переважно пропонуються уже готові відповіді у вигляді іконок із текстом, що підтверджує інтенцію бота «витягнути» користувача із можливого суму чи депресивного настрою, а не отримати побільше приватної інформації. Також користувач може сам задавати Woebot запитання про те, як вплинути на свій настрій, якщо виникає необхідність.

Протестувавши цей мобільний додаток, можемо стверджувати, що це розумна система, яка поширює інтернет - культуру, ділиться цікавими численними посиланнями, які знайомлять користувачів із певними психологічними теоріями чи інструментами або просто показують поле проблеми, що обговорювалась, з кардинально іншого боку. Але це все проводиться у незмінно позитивно-доброзичливому, ненав'язливому форматі. Крім того, консультації та обмін інформацією відбувається на достатньо професійному рівні з психологічної точки зору. Woebot ознайомить користувачів із низкою підходів до когнітивних, афективних і поведінкових проблем, в основному із використанням стратегій, отриманих із когнітивної поведінкової терапії (Cognitive Behavioral Therapy) (модифікація негативного у внутрішньому мовленні, переосмислення судження, зародження відчуття потрібності та вдячності для поліпшення настрою і самозадоволення тощо). Цей інструмент має позитивні відгуки студентів, що вивчають іноземну мову, тому що він заохочує і подає нові уроки таким ненав'язливим чином, що це весело і розслаблено, ніяким чином не схожим на зубріння чи примусовість. Адже, кому, як не викладачам іноземної мови відомо про психологічні бар'єри, що перешкоджають навчанню іншомовній комунікації. Woebot дійсно схожий на колегу-порадника, який радіє, якщо ви щось цікаве і приємне зробили за день, або допоможе налаштувати на позитивне мислення та активну діяльність надалі. Для прикладу одне із посилань, яким ділиться Woebot <https://youtu.be/geEh063vPmE> «Language is important» налаштовує користувача на однозначно вірний меседж «think better – feel better» (позитивніше мислити означає почуватись краще). Посилання із глибоким психокорекційним життєстверджуючим змістом подаються у привабливих, легких для сприйняття форматах – забавні іконки, мультиплікаційні версії, формати GIF, Emojis, stickers тощо, тобто це те, з чим сучасні інтернет користувачі на «ти».

Ми вбачаємо у цьому додатку також великий потенціал, яким можна користуватись під час вивчення англійської мови: насиченість сучасною розмовною автентичною лексикою, варіативність використання граматичних структур при вираженні різних емоційних ситуацій, комунікативна спрямованість самого змістового контенту та сприятливий психологічний фон комунікації в чаті безумовно сприятимуть розвитку іншомовної комунікативної компетентності, пам'яті, мислення, збагаченню словникового запасу, вивченню сучасних розмовних конструкцій тощо, а в першу чергу розвитку пізнавальної сфери особистості користувача.