

УДК 372.881.1  
ББК 74.268.1

DOI: 10.31862/1819-463X-2024-2-192-204

## ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕФЛЕКСИЯ КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ КАЧЕСТВА ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ В ШКОЛЕ

С. В. Чернышов

**Аннотация.** В статье рассматривается проблема формирования у школьников рефлексивных умений на уроке иностранного языка в школе; обосновывается значимость их формирования для познавательно-коммуникативной деятельности учащихся; описываются пути развития рефлексивных умений у школьников на уроке иностранного языка; раскрываются функции рефлексии в образовательном процессе по иностранному языку; приводится перечень видов рефлексии; дается развернутая характеристика эмоциональной рефлексии учащегося и предлагаются приемы обучения, направленные на формирование умений эмоциональной рефлексии на разных образовательных уровнях в школьном иноязычном образовании; раскрываются критерии и показатели сформированности у школьников умений эмоциональной рефлексии средствами иностранного языка.

**Ключевые слова:** рефлексия, рефлексивное мышление, рефлексивность, эмоциональная рефлексия, эмоциональный интеллект, эмоционально-развивающее обучение иностранным языкам.

**Для цитирования:** Чернышов С. В. Эмоциональная рефлексия как фактор повышения качества обучения иностранным языкам в школе // Наука и школа. 2024. № 2. С. 192–204. DOI: 10.31862/1819-463X-2024-2-192-204.

© Чернышов С. В., 2024



Контент доступен по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 International License  
The content is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License

EMOTIONAL REFLECTION AS A FACTOR OF IMPROVING  
QUALITY OF FOREIGN LANGUAGE TEACHING AT SCHOOL

S. V. Chernyshov

**Abstract.** *The article deals with the problem of reflexive skills formation in schoolchildren in a foreign language lesson at school; it substantiates the importance of their formation for the cognitive and communicative activity of students; it also describes the ways of developing reflexive skills in schoolchildren in a foreign language lesson, reveals the functions of reflection in the educational process in a foreign language, provides a list of types of reflection. A detailed description of the student's emotional reflection is given and teaching methods aimed at the formation of emotional reflection skills at different educational levels in school foreign language education are proposed; criteria and indicators of the formation of students' emotional reflection skills by means of a foreign language are revealed.*

**Keywords:** *reflection, reflective thinking, reflexivity, emotional reflection, emotional intelligence, emotionally developing teaching of foreign languages.*

**Cite as:** Chernyshov S. V. Emotional reflection as a factor of improving quality of foreign language teaching at school. *Nauka i shkola*. 2024, No. 2, pp. 192–204. DOI: 10.31862/1819-463X-2024-2-192-204.

Развитие у учащихся способности к рефлексивной деятельности в процессе овладения иностранным языком выступает одной из приоритетных целей современного школьного иноязычного образования. Рефлексивные умения, лежащие в основе развития рефлексивного мышления школьников, являются залогом успешной и продуктивной познавательной-коммуникативной деятельности учащихся как на уроке иностранного языка, так и вне урока в условиях реального иноязычного общения с представителями других лингвокультурных сообществ.

Требования, устанавливающие необходимость формирования рефлексивных умений у школьников, находят закрепление в обновленных ФГОС и Программах по иностранным языкам на разных образовательных уровнях [1–3].

Так, в Рабочей программе основного общего образования предмета «Английский язык» в качестве требований к овладению универсальными регулятивными действиями указывается, что учащийся основной школы должен:

- 1) учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- 2) объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- 3) вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- 4) оценивать соответствие результата цели и условиям;
- 5) различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- 6) выявлять и анализировать причины эмоций и др. [1, с. 51].

Анализ методических работ, так или иначе затрагивающих вопросы формирования рефлексивных умений у учащихся средствами школьного иноязычного образования, позволяет констатировать факт отсутствия номенклатуры таких умений

и описания видов рефлексии, участвующих в образовательном процессе по иностранному языку и способствующих развитию познавательной-коммуникативной сферы личности школьника. Выделению и рассмотрению рефлексивных умений, лежащих в основе рефлексивной деятельности учащихся на уроке иностранного языка, а также описанию одного из видов рефлексии – эмоциональной рефлексии, реализуемого в содержании школьного иноязычного образования, посвящено настоящее исследование.

Важно отметить, что рефлексивные умения на уроке иностранного языка не формируются стихийно, а требуют целенаправленной и планируемой методической работы учителя. Как показали результаты эмпирического исследования, проведенного Л. А. Артюшиной, только 2% учащихся 5-х классов испытывают реальную потребность в осуществлении рефлексивной деятельности при отсутствии ее внешнего стимулирования [4, с. 3].

С целью понимания значимости формирования у школьников рефлексивных умений на уроке иностранного языка обратимся к анализу понятия «рефлексия» в психологических и педагогических исследованиях.

Проведенный нами анализ научных работ отечественных и зарубежных ученых (А. С. Арсеньева, А. В. Брушлинский, Л. С. Выготский, В. В. Давыдов, П. П. Блонский, Ж. Пиаже, С. Л. Рубинштейн, И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов, Н. Ф. Талызина, Г. А. Цукерман, Е. Н. Шиянов, Д. Б. Эльконин, N. Cantor, E. Diener, M. Wallbom), посвященных рассмотрению различных аспектов рефлексивной деятельности человека, показывает, что рефлексии рассматривают как важнейшую функцию сознания, обеспечивающую индивиду духовное и интеллектуальное развитие, познание окружающего и внутреннего мира и эффективное межличностное взаимодействие в общественном коллективе.

Л. С. Выготский определял рефлексии как направленность психических функций и речи ребенка на осознание собственных действий [5]. Известный психолог относил рефлексии к высшему уровню развития сознания, на котором восприятие становится осмысленным, а память осознанной [5].

С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что «возникновение сознания связано с выделением из жизни и непосредственного переживания рефлексии на окружающий мир и на самого себя» [6].

А. В. Брушлинский рассматривал рефлексии как проявление субъектности, поскольку благодаря ей человек «формирует и развивает цели деятельности, общения, поведения, созерцания и других видов активности» [7, с. 40].

В. В. Давыдов связывал рефлексивную деятельность ребенка непосредственно с формированием умения учиться, указывая, что «человек, умеющий учить себя, сам определяет границы своего знания (незнания) и сам находит условия расширения границ известного и доступного» [8, с. 241]. Рефлексия, по мнению ученого, «универсальный способ построения отношений человека к собственной деятельности», который способствует целенаправленному самоизменению и самосовершенствованию [8, с. 241].

В настоящем исследовании мы разделяем определение «рефлексия», представленное И. Н. Семеновым: «Рефлексия есть не что иное, как смысловое обращение к свершившемуся и содеянному в контексте предстоящего для понимания человеком ситуации и себя в ней, для смыслового извлечения из этого уроков в целях перестройки поведения и деятельности, а также для проектирования своего будущего» [9, с. 27].

Как видим, рефлексия выступает важнейшей функцией сознания индивида, благодаря которой человек выступает субъектом различных видов деятельности, орга-

низую и преобразую их с целью собственного развития, воспитания и познания окружающего мира.

Рефлексия – один из универсальных инструментов развития и воспитания ребенка, позволяющий ему преобразовывать и улучшать свою учебную и коммуникативную виды деятельности на уроке иностранного языка.

К. С. Серегин выделяет следующие функции рефлексии: 1) объективирующую или аналитическую (обнаружение, вскрытие и осознание противоречия в деятельности); 2) развивающую, интегрирующую или синтетическую (снятие деятельностного противоречия); 3) регулирующую функцию (контроля и управления деятельностью) [10, с. 24].

Объективирующая функция рефлексии на уроке иностранного языка раскрывается в осознании учащимся недостатка знаний, речевых навыков и умений для организации иноязычного общения в рамках тех или иных сфер, тем и коммуникативных ситуаций.

Развивающая функция рефлексии связана с осознанием школьником мотивов и целей иноязычного общения на уроке, значимости выполнения тех или иных упражнений для достижения высоких результатов в овладении иностранным языком, а также с осознанием им необходимости своего духовного и интеллектуального развития для организации полноценного диалога культур в будущем.

Регулирующая функция рефлексии связана с осознанием и оценкой допускаемых ошибок и последующей коррекцией своего речевого поведения, а также с регулированием и контролем своего эмоционального состояния в процессе межличностного взаимодействия в иноязычном общении на уроке.

Мы также выделяем культурную функцию рефлексии, которая обеспечивает формирование гражданской идентичности школьника посредством оценки и формирования личного отношения к фактам родной и иной культуры при их сопоставлении на уроке иностранного языка.

В современных психологических и педагогических исследованиях (Л. А. Артюшина, О. А. Боброва, А. В. Карпов, М. С. Мириманова, И. Н. Семенов, К. С. Серегин, В.Д. Шадриков) рефлексия рассматривают в коммуникативном, кооперативном (социальном), личностном и интеллектуальном аспектах.

Коммуникативный аспект рефлексии связывают с осмыслением индивидом своего коммуникативного поведения, оценкой им степени эффективности межличностного взаимодействия в ходе коммуникации.

Кооперативный или социальный аспект рефлексии направлен на осмысление человеком внутренних механизмов взаимодействия в коллективе, прогнозирование и планирование индивидом совместной деятельности с другими людьми.

Личностный аспект рефлексии обращен на внутренний мир человека и связан с осознанием индивидом собственных потребностей, мотивов, интересов, эмоций и настроений.

Интеллектуальный (предметный) аспект рефлексии связан с коррекцией человеком того или иного вида деятельности на основе осмысления и оценки складывающихся обстоятельств действительности и собственных мыслительных действий и операций.

В образовательном процессе по иностранному языку все указанные аспекты рефлексии взаимосвязаны и определяют отдельные рефлексивные умения, подлежащие формированию у школьников в процессе овладения иностранным языком.

Наблюдение и анализ педагогической практики преподавания неродных языков на разных образовательных уровнях в школе позволили нам выделить

следующие рефлексивные умения, формируемые у учащихся в образовательном процессе по иностранному языку и обеспечивающие его познавательное-коммуникативное развитие:

- 1) умение анализировать причины успеха и неудач межличностного взаимодействия в ходе иноязычного общения;
- 2) умение оценить степень достижения задач урока иностранного языка;
- 3) умение оценить свои коммуникативные возможности в достижении целей иноязычного общения;
- 4) умение дать оценку социального контекста и сделать выбор наиболее подходящих средств достижения цели иноязычного общения;
- 5) умение находить личностный смысл в учебном иноязычном общении;
- 6) умение осмыслить свои собственные мотивы иноязычной речевой деятельности;
- 7) умение оценить степень проявляемого интереса к предмету обсуждения на иностранном языке;
- 8) умение осмыслить свои эмоции и чувства в процессе иноязычного общения и причины их появления;
- 9) умение дать оценку своим словам и поступкам в ходе иноязычного общения на уроке;
- 10) умение осуществлять коррекцию своих учебных действий и операций посредством осмысления допущенных ошибок;
- 11) умение принимать ответственность за собственные коммуникативные действия, в том числе в ходе межличностного взаимодействия;
- 12) умение дать личностную оценку фактам иной культуры в сопоставлении с фактами родной культуры.

Перечисленные выше рефлексивные умения лежат в основе процессов осмысления, планирования, конструктивного анализа и коррекции познавательного-коммуникативной деятельности школьников в образовательном процессе по иностранному языку. Они позволяют учащимся уйти от шаблонности исполнения речевых актов, имитации как контрпродуктивной деятельности, направленной на воспроизведение готовых речевых образцов без понимания сущности межличностного взаимодействия на иностранном языке. Данные умения создают основу для включения школьника в подлинное иноязычное общение на уроке иностранного языка и служат основой его дальнейшего самообразования в области изучения неродных языков.

Указанные выше умения способствуют развитию у школьника рефлексивного мышления, которое определяют как «процесс, осуществляющийся на основе знания субъектом логических законов связи объекта с направленным на него действием и на основе осознания необходимости такой связи» [11, с. 33].

В контексте формирования рефлексивных умений и развития рефлексивного мышления у школьников средствами иностранного языка важно вести речь о рефлексивности как свойстве мышления и качестве личности [12]. Такое качество личности выступает залогом успешности иноязычного общения как во внутрикультурной среде, так и за ее пределами.

Мы полагаем, что выделенные рефлексивные умения должны целенаправленно формироваться у учащихся по четырем направлениям рефлексивной деятельности на уроке иностранного языка: процессуальном, результативном, культурном и личностном.

*Процессуальное направление* рефлексивной деятельности школьников связано с осмыслением ими своих учебных действий и операций, содержания иноязычного общения, степени своей активности в межличностном взаимодействии и др.

*Результативное направление* рефлексивной деятельности опирается на осмысление школьниками как целей, так и результатов образовательной практики по языку, конкретных достижений в овладении способами иноязычной речевой деятельности, а также уровня своего духовного и интеллектуального развития, достигнутого в ходе познания иноязычной действительности.

*Культурное направление* рефлексивной деятельности школьников предполагает объективную оценку фактов иной культуры в сопоставлении с фактами родной культуры и культурное самоопределение.

*Личностное направление* рефлексивной деятельности учащихся связано с осмыслением учащимися своего эмоционального отношения к тем или иным фактам родной и иной культуры, собственных познавательных-коммуникативных потребностей, интересов и мотивов к иноязычной речевой деятельности, а также с оценкой своего характера, качеств личности, влияющих на производство речевых поступков на иностранном языке.

Основными видами рефлексии, развиваемыми средствами школьного иноязычного образования, выступают интеллектуальная, коммуникативная, культурная, личностная и эмоциональная рефлексия.

Данные виды рефлексии определяют выбор учителем приемов обучения, обеспечивающих формирование рефлексивных умений средствами иностранного языка.

Формат данного исследования не позволяет подробно рассмотреть все виды рефлексии. Поэтому остановимся на развернутой характеристике такого вида рефлексии как эмоциональная рефлексия.

Эмоциональная рефлексия направлена на оценку школьниками прежде всего своего эмоционального состояния, связанного с ожиданиями от учебной деятельности, складывающихся межличностных отношений в учебном коллективе, иноязычного общения на уроке, содержания обучения и др.

На основе эмоциональной рефлексии осуществляется самокоррекция школьником личностных качеств, организация элементов собственной иноязычной речевой и учебной видов деятельности в единую систему эмоционально-развивающего обучения иностранным языкам.

Данный вид рефлексии обеспечивает развитие эмоциональной сферы школьника посредством осознания им своих эмоций и чувств в процессе овладения иностранным языком. Эмоциональная рефлексия также способствует снижению тревожности и интенсивности проявления эмоций у учащихся путем их объективации с помощью эмотивных средств иностранного языка. Названная, описанная и выраженная эмоция средствами иностранного языка – это всегда результат ее осознания индивидом и, соответственно, результат работы его рефлексивного мышления.

Экспериментально доказано, что люди, которые переживают свои эмоции с большей детализацией (один из показателей эмоциональной осознанности), с меньшей вероятностью прибегают к неадаптивным стратегиям саморегуляции, таким как агрессия и девиантное поведение, проявляют меньшую нервную реактивность на отвержение и испытывают менее серьезные тревожные и депрессивные расстройства [13].

Как показывают результаты исследований О. С. Юткиной, лишь только 41,8% детей в возрасте 10–14 лет обладают способностью легко выражать собственные эмоции, опознавать и описывать то, что они действительно чувствуют. Треть испытуемых (32,1%) характеризует сниженная способность или затрудненность в вербализации эмоциональных состояний. 26,2% детей показали выраженное наличие алекситимии [14].

Отсюда значимость формирования умений эмоциональной рефлексии у школьников не только на уроке иностранного языка, но и на других учебных предметах школьного курса обучения.

Остановимся подробнее на рассмотрении особенностей организации урока иностранного языка с целью формирования у школьников умений эмоциональной рефлексии.

Важно отметить, что рефлексивная деятельность учащихся всегда связана с ведущим видом деятельности [15].

Ведущим видом деятельности в младшем школьном возрасте выступает учебная деятельность, в которой успехи или неудачи становятся причиной появления у младшего школьника целого ряда негативных эмоций – от чувства превосходства до зависти, что создает препятствия для установления позитивных форм общения.

Поэтому в младшем школьном возрасте эмоциональная рефлексия школьников должна быть направлена на эмоциональную оценку их познавательной активности, учебных достижений, а также трудностей и неудач, которые неизбежно сопровождают любого человека при овладении иностранным языком.

Осознание младшим школьником собственных эмоций относительно учебной деятельности на уроке иностранного языка неизбежно обеспечивает поиск и нахождение причин их проявления, а соответственно, дает возможность улучшения и своевременной коррекции своего индивидуального образовательного маршрута овладения иностранным языком, способствует появлению у учащихся собственных метакогнитивных (антиципация, планирование, идентификация проблемы, анализ трудностей и др.), когнитивных (классификация, группировка, детализация, перенос и др.) и аффективных (сотрудничество, самоподбадривание, эмпатия, саморегуляция эмоций и др.) стратегий учения.

В начальной школе можно использовать различные приемы рефлексии – от использования смайликов (веселый, грустный, задумчивый) до подбора подходящей пословицы, позволяющей учащимся оценить свои успехи в овладении иностранным языком.

Одним из самых эффективных приемов рефлексии выступает прием «Дерево чувств», на котором учащиеся размещают рисунок красного яблока, если они получили заряд сил и энергии, отлично справившись со всеми заданиями на уроке, рисунок желтого яблока, если испытали неудовлетворенность своей учебной деятельностью, и рисунок зеленого яблока, если испытали страх и дискомфорт от урока.

В младшем школьном возрасте в качестве приема эмоциональной рефлексии можно предложить нарисовать учащимся пейзаж разными красками или карандашами, передав в красках свои чувства по поводу своих достижений в овладении иностранным языком на уроке.

В основе всех приемов эмоциональной рефлексии в начальной школе должны лежать красочные эмоциональные образцы, четко и однозначно передающие эмоции учащихся относительно своей учебной работы на уроке (тучка, раскат грома, молния – отрицательные эмоции, солнышко, птички – положительные эмоции).

Важно отметить, что учитель должен развивать у учащихся эмоциональную рефлексивность не только на заключительном этапе урока, но и в ходе выполнения каждого упражнения, управляя эмоциональной атмосферой в классе и своевременно оказывая помощь младшему школьнику в овладении иностранным языком.

Развитие эмоциональной рефлексии у учащихся начальной школы способствует достижению целей личностно-развивающего иноязычного образования в начальной школе [16]. Развитие ключевых способностей – речевой способности

к иноязычной речевой деятельности и способности к учебной деятельности – требует глубокого эмоционального осознания младшими школьниками своего эмоционального отношения к иностранному языку и к учебным действиям, реализуемым при овладении им.

В подростковом возрасте ребенок развернут в сторону познания своего внутреннего мира. «Я не ребенок» – ключевое новообразование подростка, которое определяет его отношение ко взрослым людям, в том числе и учителю. Чрезвычайно значимым становится общение со сверстниками.

Ведущим видом деятельности подростка становится интимно-личностное общение [17]. Учебная деятельность никуда не уходит, но интерес к ней в определенной степени может ослабевать у учащихся, что требует от учителя иностранного языка поиска новых способов и приемов поддержания коммуникативно-познавательной мотивации на основе учета их доминирующих эмоций, чувств и настроений, а также мотивов и установок.

Отсюда рефлексия в подростковом возрасте должна иметь выраженный акцент на эмоциональной оценке межличностных отношений, складывающихся на уроке и за его пределами.

Как отмечают Ю. В. Морозюк и С. Н. Морозюк, «в когнитивной структуре эмоций заложены внутренние причины стресса. Чем больше рассогласование между ожиданиями относительно поведения другого и его реальным поведением, тем сильнее эмоция. В системе межличностных отношений всегда есть повод для переживаний, если ожидания относительно поведения партнера по общению не осознаются, если не отрефлексированы источники собственных ожиданий» [18, с. 100].

Вслед за М. А. Ариян мы считаем, что «чем шире представлены различные позиции, с которых подросток оценивает свое поведение, тем богаче становится его самосознание и адекватнее оценка ситуации социально-коммуникативного взаимодействия» [19, с. 181].

С целью организации глубокой рефлексивной деятельности подростков на уроке иностранного языка учащимся можно предложить вести Дневник эмоций, в котором они ежедневно или еженедельно фиксируют свои настроения и чувства по отношению к окружающим, а в отчетный период анализируют состояние своей эмоциональной сферы, выделяя причины отрицательных эмоций и стресса и способы их нивелирования.

Еще одним приемом обучения, способствующим развитию эмоциональной рефлексии в подростковом возрасте является прием незаконченных предложений, например, *Today I felt proud of...., My feelings led me to ..., Masha's emotions allowed me to understand that ...*

Ранняя юность – это период физического созревания ребенка, который уже приобретает черты взрослого человека. В этот период у школьника существенно расширяется диапазон социальных ролей и интересов, наступает взросление, а вместе с ним самостоятельность и ответственность. Как отмечает Л. И. Божович, обращенность в будущее, построение жизненных планов и перспектив – «аффективный центр жизни юноши» [20].

Ведущий вид деятельности в ранней юности – учебно-профессиональный. Старшеклассник устремляет взоры на выбор будущей профессии, что делает его учебную деятельность более избирательной и мотивированной. Отсюда значимость знакомства учащегося с разнообразием мира профессий, в том числе на иностранном языке, демонстрация важности изучения языка для осуществления выбранных профессиональных функций в будущем.

Рефлексивная деятельность старшеклассников должна быть направлена на оценку своих эмоций относительно выбора будущей профессии, карьерного роста, семьи и детей, а также своих познавательных способностей и интересов.

В качестве одного из приемов эмоциональной рефлексии в старшей школе можно предложить учащимся вести Таблицу выбора будущей профессии. В такую таблицу учащимся следует предложить включить не только известные, но и необычные профессии (a laughter therapist, an ice cream taster, a skyscraper window washer, a stand-in bridesmaid, etc.). В течение определенного периода учащиеся фиксируют в таблице спектр эмоций, проявляемых к выбранным профессиям, и объективные и субъективные причины (встреча с известными людьми, посещение Дня открытых дверей в университете, посещение лекции, чтение текста о необычных профессиях и др.), которые прямо или косвенно влияют на интенсивность и частоту их проявления. В отчетный период (раз в месяц, четверть, полугодие) учащиеся анализируют устойчивость своего эмоционального отношения к выбору той или иной профессии, строя графики эмоций и комментируя причины их колебания.

Посредством такого приема эмоциональной рефлексии старшеклассники учатся не только делать свой выбор осознанным, но и развивают свою эмоциональную сферу, в частности способность к дифференциации эмоций, оценке их влияния на жизненный выбор и пр. На рис. 1 представлены возможные графики эмоций по пяти выбранным профессиям.

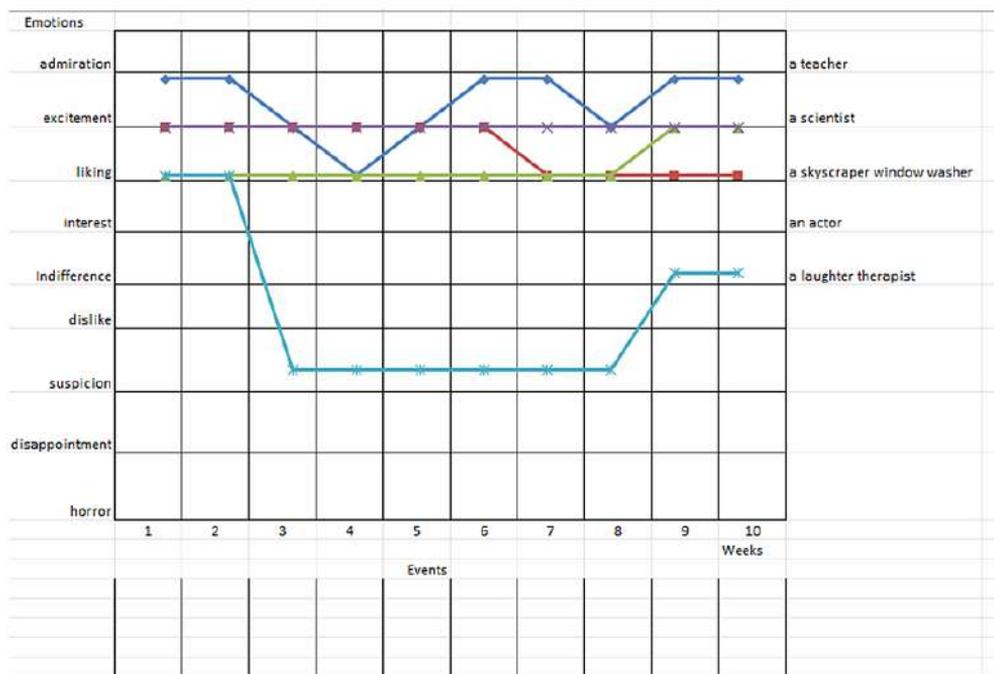


Рис. 1. Графики выбора будущей профессии

Важным моментом в организации рефлексивной деятельности учащихся на уроке иностранного языка выступает диагностика учителем сформированности умений эмоциональной рефлексии.

Мы выделяем следующие уровни сформированности умений эмоциональной рефлексии у школьников на уроке иностранного языка.

*Низкий уровень* характеризуется использованием школьниками коллективных образцов и поведенческих шаблонов в оценке своего эмоционального отношения к учебной деятельности, образовательному процессу по иностранному языку, содержанию школьного иноязычного образования и др.

*Средний уровень* предполагает осмысление группового иноязычного эмоционального опыта общения и его успешную экстраполяцию на собственное коммуникативное поведение.

*Высокий уровень* характеризуется самостоятельностью осмысления своих эмоций по отношению к содержанию иноязычного общения на уроке, другим людям, и наличием собственных аффективных стратегий и эмоционального стиля общения.

Критерии и показатели сформированности умений эмоциональной рефлексии у учащихся представлены нами в табл. 1.

Таблица 1

**Критерии и показатели сформированности у школьников умений эмоциональной рефлексии на уроке иностранного языка**

Критерии	Показатели
Экспликация эмоций	Умение самостоятельно описывать и выражать свои эмоции на иностранном языке. Умение выбирать вербальные и невербальные средства экспликации эмоций в соответствии с ситуацией общения и со своим внутренним эмоциональным состоянием
Адекватность эмоциональной оценки результатов учебной и коммуникативной видов деятельности	Умение соотносить свои эмоции с достигнутыми промежуточными и конечными результатами на уроке. Умение дать адекватную эмоциональную оценку своим речевым поступкам на уроке. Умение дать адекватную эмоциональную оценку своим успехам и неудачам в иноязычном общении на уроке. Умение дать адекватную эмоциональную оценку успешности межличностного взаимодействия в ходе осуществления иноязычной речевой деятельности. Умение дать адекватную эмоциональную оценку фактам иной и родной культуры при их сопоставлении
Эмоциональное управление	Умение осознавать и контролировать свои эмоции в ходе иноязычного общения на уроке. Умение изменять интенсивность и частоту проявления своих эмоциональных реакций в ходе иноязычного общения на уроке. Умение изменять знак эмоции в ходе межличностного общения на уроке. Умение осознавать мотивы иноязычной речевой деятельности

Выделенные нами рефлексивные умения, формируемые средствами иностранного языка, представленная развернутая характеристика одного из видов рефлексии – эмоциональной рефлексии – позволяет сделать вывод о прямой зависимости успешности овладения иностранным языком школьниками от уровня развития их рефлексивного мышления и рефлексивности как качества личности.

Отсюда обращение к формированию рефлексивных умений у школьников в образовательном процессе по иностранному языку, к развитию у них рефлексивности и рефлексивного мышления представляется на сегодняшний день одним из наиболее перспективных путей повышения качества школьного иноязычного образования.

Формирование у учащихся умений эмоциональной рефлексии (помимо повышения уровня успешности овладения иностранным языком и создания благоприятных условий для творческой активности школьника) преследует здоровьесберегающие цели и позволяет развивать эмоциональный интеллект учащихся, выступая фактором повышения качества обучения иностранным языкам в школе.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Рабочая программа основного общего образования предмета «Английский язык». URL: [https://edsoo.ru/Primernaya\\_rabochaya\\_programma\\_osnovnogo\\_obschego\\_obrazovaniya\\_predmeta\\_Anglijskij\\_yazik\\_proekt\\_.htm](https://edsoo.ru/Primernaya_rabochaya_programma_osnovnogo_obschego_obrazovaniya_predmeta_Anglijskij_yazik_proekt_.htm) (дата обращения: 24.07.2023).
2. ФГОС НОО Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400807193/> (дата обращения: 24.07.2023).
3. ФГОС ООО Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования». URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401333920/> (дата обращения: 24.07.2023).
4. *Артюшина Л. А.* Дидактические средства включения рефлексивных умений школьников в содержание образования: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Н. Новгород, 2008. 25 с.
5. *Выготский Л. С.* Собр. соч.: в 6 т. / гл. ред. А. В. Запорожец. М.: Педагогика, 1982–1984. Т. 2: Проблемы общей психологии / под. ред. В. В. Давыдова. 1982. 504 с.
6. *Рубинштейн С. Л.* Бытие и сознание. М.: Изд-во Акад. наук СССР, 1957. 328 с.
7. *Брушлинский А. В.* Проблемы психологии субъекта. М.: Ин-т психологии РАН, 1994. 108 с.
8. *Давыдов В. В.* Теория развивающего обучения. М.: Интор, 1996. 541 с.
9. *Семенов И. Н.* Рефлексивность самонаблюдения и персонология интроспекции: к онтологии и методологии рефлексивной психологии индивидуальности // Вестн. Московского ун-та. Сер. 14: Психология. 2015. № 3. С. 22–39.
10. *Серегин К. С.* Связь рефлексии и понятийного мышления подростков: дис. ... канд. психол. наук. М., 2013. 186 с.
11. *Степанов С. Ю., Семенов И. Н.* Психология рефлексии: проблемы и исследования // Вопросы психологии. 1985. № 3. С. 31–40.
12. *Шадриков В. Д.* Роль рефлексии и рефлексивности в развитии способностей учащихся // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2012. Т. 9, № 4. С. 133–144.
13. *Kashdan T. B., Barrett L. F., McKnight P. E.* Unpacking Emotion Differentiation: Transforming Unpleasant Experience by Perceiving Distinctions in Negativity // Current Directions in Psychological Science. 2015. Vol. 24, Iss. 1, pp. 10–16. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963721414550708>.
14. *Юткина О. С.* Уровень алекситимии у старших школьников // Амурский медицинский журнал. 2019. № 4 (28). С. 25–28.
15. *Морозюк С. Н., Гасанова Д. И.* Рефлексивные технологии формирования познавательной активности на разных возрастных этапах // Сибирский педагогический журнал. 2014. № 5. С. 146–150.
16. *Никитенко З. Н.* Концепция развивающего иноязычного образования в начальной школе: цели и содержание // Преподаватель XXI век. 2011. № 3. С. 49–56.

17. Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.
18. Морозюк Ю. В., Морозюк С. Н. Саногенная рефлексия как фактор стрессоустойчивости персонала организации // Вестник финансового университета. 2012. № 4 (70). С. 99–101.
19. Ариян М. А. Социально-развивающая методическая система обучения иностранным языкам в средней школе: проектирование и реализация: дис. ... д-ра пед. наук. Н. Новгород, 2009. 378 с.
20. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. М.: Просвещение, 1968. 464 с.

## REFERENCES

1. Rabochaya programma osnovnogo obshchego obrazovaniya predmeta “Angliyskiy yazyk”. Available at: [https://edsoo.ru/Primernaya\\_rabochaya\\_programma\\_osnovnogo\\_obschego\\_obrazovaniya\\_predmeta\\_Anglijskiy\\_yazik\\_proekt\\_.htm](https://edsoo.ru/Primernaya_rabochaya_programma_osnovnogo_obschego_obrazovaniya_predmeta_Anglijskiy_yazik_proekt_.htm) (accessed: 24.07.2023).
2. FGOS NOO Prikaz Ministerstva prosveshcheniya RF ot 31.05.2021 No. 286 “Ob utverzhdenii federalnogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta nachalnogo obshchego obrazovaniya”. Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400807193/> (accessed: 24.07.2023).
3. FGOS OOO Prikaz Ministerstva prosveshcheniya RF ot 31.05.2021 No. 287 “Ob utverzhdenii federalnogo gosudarstvennogo obrazovatel'nogo standarta osnovnogo obshchego obrazovaniya”. Available at: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/401333920/> (accessed: 24.07.2023).
4. Artyushina L. A. Didakticheskie sredstva vkhlyucheniya refleksivnykh umeniy shkolnikov v sodержanie obrazovaniya. *Extended abstract of PhD dissertation (Education)*. Nizhny Novgorod, 2008. 25 p.
5. Vygotskiy L. S. *Collected works. In 6 vols.* Chief Editor A. V. Zaporozhets. Moscow: Pedagogika, 1982–1984. Vol. 2: *Problemy obshchey psikhologii*. Ed. by V. V. Davydov. 1982. 504 p.
6. Rubinstein S. L. *Bytie i soznanie*. Moscow: Izd-vo Akad. nauk SSSR, 1957. 328 p.
7. Brushlinskiy A. V. *Problemy psikhologii subyekta*. Moscow: In-t psikhologii RAN, 1994. 108 p.
8. Davydov V. V. *Teoriya razvivayushchego obucheniya*. Moscow: Intor, 1996. 541 p.
9. Semenov I. N. Refleksivnost samonablyudeniya i personologiya introspektii: k ontologii i metodologii refleksivnoy psikhologii individualnosti. *Vestn. Moskovskogo un-ta. Ser. 14: Psikhologiya*. 2015, No. 3, pp. 22–39.
10. Seregin K. S. Svyaz refleksii i ponyatiynogo myshleniya podrostkov. *PhD dissertation (Psychology)*. Moscow, 2013. 186 p.
11. Stepanov S. Yu., Semenov I. N. Psikhologiya refleksii: problemy i issledovaniya. *Voprosy psikhologii*. 1985, No. 3, pp. 31–40.
12. Shadrikov V. D. Rol refleksii i refleksivnosti v razvitii sposobnostey uchashchikhsya. *Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki*. 2012, Vol. 9, No. 4, pp. 133–144.
13. Kashdan T. B., Barrett L. F., McKnight P. E. Unpacking Emotion Differentiation: Transforming Unpleasant Experience by Perceiving Distinctions in Negativity. *Current Directions in Psychological Science*. 2015, Vol. 24, Iss. 1, pp. 10–16. DOI: <https://doi.org/10.1177/0963721414550708>.
14. Yutkina O. S. Uroven aleksitimii u starshikh shkolnikov. *Amurskiy meditsinskiy zhurnal*. 2019, No. 4 (28), pp. 25–28.
15. Morozuk S. N., Gasanova D. I. Refleksivnye tekhnologii formirovaniya poznavatelnoy aktivnosti na raznykh vozrastnykh etapakh. *Sibirskiy pedagogicheskiy zhurnal*. 2014, No. 5, pp. 146–150.
16. Nikitenko Z. N. Kontsepsiya razvivayushchego inoyazychnogo obrazovaniya v nachalnoy shkole: tseli i sodержanie. *Prepodavatel XXI vek*. 2011, No. 3, pp. 49–56.
17. Elkonin D. B. *Izbrannye psikhologicheskie trudy*. Moscow: Pedagogika, 1989. 560 p.

18. Morozyuk Yu. V., Morozyuk S. N. Sanogennaya refleksiya kak faktor stressoustoychivosti personala organizatsii. *Vestnik finansovogo universiteta*. 2012, No. 4 (70), pp. 99–101.
19. Ariyan M. A. Sotsialno-razvivayushchaya metodicheskaya sistema obucheniya inostrannym yazykam v sredney shkole: proektirovanie i realizatsiya. *ScD dissertation (Education)*. Nyzhny Novgorod, 2009. 378 p.
20. Bozhovich L. I. *Lichnost i ee formirovanie v detskom vozraste*. Moscow: Prosveshchenie, 1968. 464 p.

---

**Чернышов Сергей Викторович**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры лингводидактики и современных технологий иноязычного образования, Московский педагогический государственный университет

**e-mail: Chernish25@yandex.ru**

**Chernyshov Sergey V.**, PhD in Education, Assistant Professor, Linguadidactics and Modern Technologies of Foreign Language Education Department, Moscow Pedagogical State University

**e-mail: Chernish25@yandex.ru**

*Статья поступила в редакцию 27.07.2023*

*The article was received on 27.07.2023*