

времени участники проводят на платформе, тем выше уровень беспокойства и негативного аффекта. Эти данные позволяют предположить, что частое использование TikTok может временно снижать эмоциональное напряжение, однако при длительном и регулярном взаимодействии способствует усилению негативных эмоциональных реакций.

#### **Список использованной литературы:**

1. Брюер, Ж. Зависимый мозг / Ж. Брюер. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2018. – 301 с.
2. Montag, C. Understanding Detrimental Aspects of Social Media Use: Will the Real Culprits Please Stand Up? / Montag, C., & Hegelich, S. *Frontiers in Psychology*, 2020. – 566.
3. Chiossi, F. Short videos impair prospective memory: the effect of context switching / F. Chiossi, L. Haliburton, Ch. Ou, A. Butz, A. Schmidt // *Proceedings of the 2023 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*. – 2023. – P. 1–13. – URL: <https://doi.org/10.1145/3544548.3580778>.

**Герасимова В.В.**

доцент, кандидат психологических наук,  
leto2301@mail.ru

КГМА – филиал ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России,  
УВО «Университет управления «ТИСБИ»», г. Казань, Республика Татарстан

УДК 159.955.4:[159.923.3+159.942]:37.015.32

### **ИНТЕГРАТОРЫ ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕФЛЕКСИИ В ПРОФИЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРАКТИКЕ**

В статье раскрываются организационные, методологические и инструментальные интеграторы формирования интеллектуальной и эмоциональной рефлексии у обучающихся профильных классов по психолого-педагогическому направлению подготовки, разработанные и реализуемые в рамках био-психо-социо-духовной научной парадигмы.

Ключевые слова: обучающиеся, классы психолого-педагогического профиля подготовки, интеграторы, интеллектуальная и эмоциональная рефлексия, био-психо-социо-духовная парадигма.

### **INTEGRATORS OF INTELLECTUAL AND EMOTIONAL REFLECTION IN SPECIALIZED EDUCATIONAL PRACTICE**

The article reveals the organizational, methodological, and instrumental integrators of the formation of intellectual and emotional reflection in students of specialized classes in the field of psychology and pedagogy, which were developed and implemented within the framework of the bio-psycho-socio-spiritual scientific paradigm.

Keywords: students, classes with a psychological and pedagogical focus, integrators, intellectual and emotional reflection, and the bio-psycho-socio-spiritual paradigm.

**Введение.** Современные условия жизни, развитие технологий искусственного интеллекта, специфика межличностных отношений представителей молодого поколения в семье, с сверстниками, с педагогами, обусловленная цифровизацией, наблюдаемые изменения в их поведении, эмоциональном реагировании, речевом функционировании указывают на необходимость поиска и определения доступных и результативных инструментов формирования феномена рефлексии.

Рефлексия – мыслительный процесс, направленный на анализ, понимание, осознание себя: собственных действий, поведения, речи, опыта, чувств, состояний, способности, характера, отношений с другими и к другим, своих задач, назначения, совершенные и будущие действия [1, с.459]. Это умение человека фиксировать и анализировать собственные мысли и эмоции, поведение и самочувствие, характер, склонности и личностные черты, ценности, желания и внутренние побуждения. Умение корректировать свое поведение в конгруэнтно сделанным в ходе самоанализа выводам. Это важный когни-

тивный механизм, помогающий человеку лучше понимать себя и других, развиваться, достигать поставленных целей, успешно самореализовываться в разных сферах деятельности, улучшать качество жизни.

Рефлексия обеспечивает эмоциональную стабильность, адекватную самооценку и самооценку личности, совершенствует адаптивность и механизмы осознанного проживания.

Востребованность в наличии сформированного навыка рефлексии наблюдается как в повседневной жизни, так и в подготовке обучающихся к профессиональной деятельности. В профильных классах аналитическая и чувственная рефлексия имеет особое значение, так как ориентирована на формирование будущих специалистов с разносторонними компетенциями.

Профессия педагога и психолога требует у ее обладателя развитой рефлексии на интеллектуальном и эмоциональном уровнях.

Интеллектуальная и эмоциональная рефлексия являются фундаментальными категориями в подготовке обучающихся по психолого-педагогическому направлению. Их становление напрямую зависит от возрастных, индивидуально-психологических особенностей обучающихся, а также от тех социальных и педагогических условий, в которых происходит обучение. Профильное образование в данном контексте выступает как пространство, где специфические методы и техники направлены на углубленное развитие рефлексивных навыков, необходимых для профессионального самоопределения и общего развития конгруэнтной, жизнестойкой, продуктивной и гуманной личности.

С 2023 года на базе МАОУ «Средняя общеобразовательная школа № 18 с углубленным изучением английского языка» Вахитовского района г. Казани (далее – школа) реализуется проект «Эскиз профессионального самоопределения», который представляет собой комплементарную педагогическую систему раннего профессионального самоопределения обучающихся в психолого-педагогическом направлении. Его приоритетной целью является создание условий для конструктивного и прогрессивного личностного развития обучающихся и осознанного проектирования ими своего жизненного пути в профессиональной деятельности.

Новизна проектных решений определена применяемой био-психо-социо-духовной научной парадигмы человека и общества, разработанной кафедрой психотерапии и наркологии Казанской государственной медицинской академии – филиала ФГБОУ ДПО РМАНПО Минздрава России под руководством профессора А.М. Карпова и био-психо-социального подхода, включенного в программу фундаментальных научных исследований в Российской Федерации на 2021-2030 годы. Применение этой методологии способствует сохранению единства, цельности, системности, этапности и конструктивности в образовательной, воспитательной, развивающей и проектной деятельности. Позволяет интегрировать человека в заданную свыше голограмму мироустройства и убедить в верности выбранного вектора функционирования и развития в универсальной иерархии потребностей, ценностей и смыслов: от биологических, через психологические и социальные к духовным [2]. Обеспечивает конгруэнтное развитие у обучающихся по психолого-педагогическому направлению подготовки интеллектуальной и эмоциональной рефлексии.

**Материал и методы.** Формирование интеллектуальной и эмоциональной рефлексии у обучающихся профильного класса по психолого-педагогическому направлению подготовки осуществлялось посредством организационных, методических и инструментальных интеграторов, разработанных в контексте био-психо-социо-духовной научной парадигмы. В указанный спектр интеграторов заложено активное, системное, экологичное субъект-субъектного взаимодействие в условиях образовательной практики. Детализируем базовые интеграторы, это:

- освоение содержания учебной программы факультативных занятий «Основы педагогики и психологии» для обучающихся 10-11 классов, по педагогическому профилю, образовательных организаций общего среднего образования;

- выполнение индивидуального исследовательского проекта по актуальной психолого-педагогической проблематике своей школы в современных условиях и последующей его публичной защиты перед авторитетным научным экспертным сообществом и сверстниками. Темы проектов раскрывают отношение к Искусственному интеллекту и применению его в образовательной практике, важности развития Естественного интеллекта у всех субъектов образовательной деятельности, учебной мотивации, применения игровых технологий, влияния цвета, музыкальных звонков на психоэмоциональное состояние учеников, совладения со стрессом, образа современного ученика и учителя, их идеальных портретов. В фокусе внимания работы по трудовому и нравственному воспитанию, изучению ценностных ориентаций современных подростков;

- подготовка и участие в работе дискуссионных тематических площадок ежегодной межрегиональной научно-практической конференции с международным участием «Практическая педагогика: от идеи до результата», которая третий год проводится на базе школы. В мероприятии принимают участие обучающиеся профильного класса, студенты – будущие педагоги и психологи, педагоги и выпускники школы, ученые и практики из научных и образовательных организаций субъектов РФ;

- проведение и анализ тематических занятий с детьми младшего возраста по определению их психолого-педагогической картины функционирования, ценностного фундамента, творческого самовыражения;

- совместных занятий обучающихся профильных классов со студентами магистрами по профилю подготовки «Социально-психологическое консультирование и психотерапия» УВО «Университета управления «ТИСБИ».

Типовой набор определения развития интеллектуальной и эмоциональной рефлексии у обучающихся профильного класса по психолого-педагогическому направлению подготовки включал: протокол самонаблюдения – саморефлексии, шеринг после мероприятий, опросник психологического здоровья для обучающихся 10-11 классов, разработанный профессором А.М. Карповым совместно с автором статьи.

**Результаты и их обсуждение.** В процессе учебного года уровни интеллектуальной и эмоциональной рефлексии у обучающихся профильного класса по психолого-педагогическому направлению подготовки демонстрируют стабильный рост в условиях системной работы в рамках проекта «Эскиз профессионального самоопределения» и доступной педагогической, методической и психологической поддержки обучающихся.

Педагогические наблюдения, результаты самодиагностики обучающихся, информация, полученная на шерингах и данные опросника психологического здоровья, свидетельствуют о том, что обучающиеся профильных классов по психолого-педагогическому направлению подготовки, успешно развивают навыки анализа собственных мыслей и чувств. Это улучшает их способность к саморегуляции и адаптации в сложных, стрессовых ситуациях, а также выводит на новый качественный уровень функционирования относительно своих сверстников, не включенных в профильное образование.

Этот контингент старшеклассников более ответственно, серьезно и качественно относится к процессу обучения, выполнению творческих и исследовательских заданий, контактированию с разными возрастными группами.

Обучающиеся профильного класса проявляют себя инициативными, трудолюбивыми, исполнительными и надежными, при результативной эмоциональной регуляции. Они достаточно хорошо распознают, понимают, осознают и регулируют свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние другого человека или группы. Владеют навыками саморегуляции и управления детским коллективом с нестабильным эмоциональным фоном, с риском развития конфликтной ситуации.

При возникновении конфликтной ситуации достаточно умело ее разрешают, руководствуясь принципами сотрудничества, соучастия, уважения и вдумчивого, сосредоточенного, на основных деталях, отношения, руководствуясь системой традиционных российских духовно-нравственных ценностей.

Обучающиеся этого класса каждый год занимают первые места на конкурсных мероприятиях психолого-педагогического профиля и другой предметной деятельности, успешно презентуют свои проектные инициативы на конференциях, дискуссионных площадках, полученные результаты по их внедрению, достойно раскрывают на публичных защитах, организуемых школой, Управлением образования г. Казани, научными учреждениями.

Активно и продуктивно проявляют себя в подготовке к межрегиональной научно-практической конференции с международным участием «Практическая педагогика: от идеи до результата» и других общешкольных мероприятиях. Становятся правой рукой заместителя директора по воспитательной работе школы, ответственного за безопасность здания, классных руководителей начального и среднего звена, администрации школы и органов самоуправления общеобразовательной организации.

Анализ результатов указывает, что профильное образование обучающихся старших классов по психолого-педагогическому направлению подготовки оказывает значительное влияние на прогресс развития рефлексивных навыков по сравнению с обучением в обычных классах.

**Заключение.** Формируемая интеграторами образовательная среда профильного класса, спроектированная на методологии био-психо-социо-духовной научной парадигмы человека и общества, представляет собой эффективно организованную систему поддержки обучающихся для формирования глубоких рефлексивных компетенций на интеллектуальном и эмоциональном уровнях. Такой подход способствует также более успешной социальной адаптации старшеклассников, развитию их критического мышления, эмоциональной грамотности и эмоциональной культуры. В условиях динамично меняющегося мира эти навыки являются ключевыми для будущих специалистов. Инвестиции в развитие рефлексивных умений обеспечивают устойчивость психологического здоровья будущих специалистов и самой образовательной системы будущего.

#### **Список использованной литературы:**

1. Современный психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко. – СПб: прайм – ЕВРОЗНАК, 2007. – С.459.
2. Карпов, А.М. Самозащита от саморазрушения. Образовательно-воспитательные основы профилактики и психотерапии зависимостей и стрессов / А.М. Карпов. – М.: МЕДпресс-информ, 2005. – 136 с.
3. Лефевр, В. А. Рефлексия / В. А. Лефевр. – Москва : Когито-центр, 2003. – 496 с.

**Гончаренко Е.С.**

gkalerina6996@yandex.by

ГУО «Специальная школа Оршанского района», г. Орша, Республика Беларусь

УДК 376

### **РАЗВИТИЕ РЕФЛЕКСИВНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ У УЧАЩИХСЯ С ИНТЕЛЛЕКТУАЛЬНОЙ НЕДОСТАТОЧНОСТЬЮ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ**

В статье рассматривается проблема формирования рефлексивной деятельности у учащихся с интеллектуальной недостаточностью. Обосновывается первостепенная важность рефлексии как психического новообразования для данной категории обучающихся. На основе теоретического анализа раскрывается сущность, цели и виды рефлексии. Подробно описывается алгоритм формирования рефлексивных навыков и специфика организации данной работы под руководством педагога. Особое внимание уделяется взаимосвязи рефлексии и целеполагания, а также роли учителя в формулировке вопросов, стимулирующих самоанализ. Приводятся практические примеры и ожидаемые результаты рефлексивной деятельности в образовательном процессе.