

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ Н.Г.ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ

Кафедра английского языка
и методики его преподавания

**РЕФЛЕВИСНОЕ ЭССЕ КАК ИСТОЧНИК ИНФОРМАЦИИ О
ТРУДНОСТЯХ И УСПЕХАХ В ОБУЧЕНИИ АНГЛИЙСКОМУ ЯЗЫКУ**

АВТОРЕФЕРАТ ВЫПУСКНОЙ КВАЛИФИКАЦИОННОЙ
БАКАЛАВРСКОЙ РАБОТЫ

Студентки 4 курса 411 группы
направления 44.03.01 Педагогическое образование
профиль – «Иностранный язык»
факультета гуманитарных дисциплин, русского и иностранных языков

Бызовой Полины Александровны

Научный руководитель

доцент кафедры английского языка и
методики его преподавания,
к. филол. н

20.05.2026

М. В. Золотарев

дата, подпись

Зав. кафедрой

английского языка
и методики его преподавания,
канд. пед. наук, доцент

20.05.2026

Г.А. Никитина

дата, подпись

Саратов 2026 год

Введение. *Актуальность* предпринятого исследования определяется тем, что современная система образования рассматривает своей основной задачей не только передачу знаний и формирование навыков, но и всестороннее развитие личности обучающегося, уделяя особое внимание формированию критического мышления, рефлексии и саморегуляции учебной деятельности. В связи с этим, особое влияние на развитие данных навыков и умений оказывают рефлексивные технологии, включая рефлексивное эссе, в котором студенты могут определить основные трудности и достижения в процессе изучения английского языка, а также поставить цели для дальнейшего развития. Таким образом, анализ рефлексивных эссе студентов представляет собой ценный источник информации о процессе обучения английскому языку и может способствовать повышению эффективности образовательного процесса.

Объект исследования: рефлексивная деятельность студентов при изучении английского языка.

Предмет исследования: содержание рефлексивных эссе студентов как источник информации о трудностях и успехах в изучении английского языка.

Цель исследования: выявить трудности и успехи студентов в процессе изучения английского языка на основе анализа рефлексивных эссе.

Задачи исследования:

- 1) Рассмотреть теоретические основы рефлексии и рефлексивных практик при обучении ИЯ;
- 2) Описать особенности рефлексивного эссе как формы учебной рефлексии;
- 3) Подготовить корпус рефлексивных эссе и описать педагогический кейс внедрения данной практики;
- 4) Провести контент-анализ рефлексивных эссе студентов с целью определения ключевых трудностей, успехов и целей студентов в изучении английского языка;

5) Интерпретировать полученные результаты и разработать методические рекомендации по модернизации педагогического кейса.

Методы исследования. В соответствии с характером поставленных задач и с учетом специфики проблемы использовались следующие методы исследования: анализ источников по исследуемой теме, контент-анализ, количественный анализ, интерпретация данных.

Методологическая и теоретическая база исследования. В основу данного исследования легли научные исследования таких ученых, как Дж. Дьюи, Д. Шон, Д. Колб, Дж. Мун и другие.

Материалы исследования. 20 рефлексивных эссе студентов 2 курса, написанные в 2024-2025 гг.

Научная новизна исследования заключается в подходе к рефлексивным эссе студентов как источнику информации о трудностях и успехах студентов в изучении английского языка, а также о восприятии студентами учебного процесса.

Теоретическая значимость исследования заключается в том, что полученные результаты вносят вклад в развитие лингводидактических исследований рефлексивных практик студентов, обучающихся по программам языковых факультетов.

Практическая значимость заключается в применимости полученных результатов для совершенствования методов преподавания дисциплины «Практика устной и письменной речи», а также для разработки заданий, направленных на развитие рефлексивных навыков студентов.

Структура исследования: Настоящая работа состоит из введения, двух глав основного текста, заключения, списка использованных источников и приложения. Во введении обоснована актуальность исследуемой проблемы, сформулированы объект и предмет, определены цель, задачи и методы исследования.

В первой главе рассматриваются теоретические основы рефлексивного обучения, анализируются понятие рефлексии, модели рефлексивного обучения и рефлексивное эссе как форма учебной рефлексии.

Во второй главе представлено описание педагогического кейса, проводится контент-анализ рефлексивных эссе студентов и интерпретируются полученные результаты.

В заключении представлены выводы по проведенному исследованию.

Список литературы включает 28 наименований научных работ отечественных и зарубежных исследователей.

Приложение содержит раздаточный материал, используемый на занятиях по рефлексии на факультете гуманитарных дисциплин, русского и иностранных языков Педагогического института СГУ имени Н. Г. Чернышевского.

Основное содержание. В первой главе «Теоретические основы рефлексивного обучения» рассматриваются ключевые подходы к понятию рефлексии в образовательном процессе, а также формулируется обобщающее определение рефлексии. В настоящем исследовании под рефлексией понимается мыслительный процесс, требующий активного участия индивида, возникающий в ответ на необычную или затруднительную ситуацию и предполагающий анализ собственных реакций и убеждений с учётом конкретного контекста, что в конечном итоге приводит к интеграции нового понимания в личный опыт.

Процесс рефлексии начинается с определения проблемы и осознанного решения приступить к поиску её решения. Второй этап процесса заключается в поиске дополнительной информации, относящейся к проблеме, прежде чем предпринимать дальнейшие действия. Этот этап может включать такие мыслительные процессы, как выдвижение гипотез, анализ и систематизация информации, формирование предположений и выводов. В результате сбора информации возникает план дальнейших действий, который рассматривается как третья стадия рефлексии. На этом этапе рефлексии происходит

изменение мышления, проявляющееся в появлении новых идей и подходов к решению проблемы. Заключительным этапом рефлексии является реализация действий на основе результатов рефлексивного процесса.

Для обучающегося должна быть создана такая среда, которая будет обеспечивать условия благоприятные для возникновения рефлексии. Данные условия включают автономию, обратную связь, взаимодействие с другими обучающимися и значительные требования к результатам деятельности. Благоприятные условия среды помогают поддерживать позитивное психологическое состояние и, таким образом, способствовать активному процессу рефлексии.

В первой главе исследования также рассматриваются несколько моделей обучения, в которых рефлексия имеет принципиальное значение. Цикл обучения Дэвида Колба является одной из самых распространённых моделей обучения в практике высшего образования. Сущность модели заключается в цикличности обучения, при котором опыт преобразуется в концепции, которые становятся ориентирами для выбора нового опыта. Цикл Д. Колба включает следующие этапы: непосредственный опыт, рефлексивное наблюдение, абстрактная концептуализация и активное экспериментирование.

Несмотря на то, что цикл Д. Колба остаётся одной из самых распространенных моделей обучения, он не раз критиковался исследователями за недостаточную эмпирическую обоснованность. Так, исследователь Джон Коуэн разработал диаграмму, представляющую собой модернизированную модель Д. Колба на основе идей философа Дональда Шона. Дж. Коуэн выделяет следующие этапы рефлексии в своей модели обучения. В рамках первого этапа студенты обращаются к рефлексии для действия, т.е. своему прошлому опыту и соотносят его с новой задачей. Далее следует рефлексия в действии, предполагающая осмысление выполняемой деятельности, выявление трудностей, их причин и способов их преодоления. На следующем этапе обучающиеся применяют полученные

знания на практике, корректируя свои действия и закрепляя достигнутые результаты. Завершающим этапом является рефлексия о действии, которая включает анализ полученного опыта и определение дальнейших шагов в обучении.

Модель рефлексивного обучения Д. Буда и других представляется одной из наиболее продуктивных для анализа личного опыта обучающихся, поскольку она учитывает как когнитивный, так и эмоциональный аспекты рефлексии и включает следующие этапы рефлексии: возврат к опыту, внимание к чувствам, повторная оценка опыта. Более того, авторы данной модели предлагают использование некоторых рефлексивных технологий, представляющих собой виды деятельности, направленные на осмысление обучающимися собственного опыта и формирование выводов для дальнейшего обучения. К рефлексивным технологиям относятся: ментальные карты, ролевые игры, портфолио и другие. Предложенные исследователями рефлексивные технологии также включают различные формы рефлексивного письма, в том числе рефлексивное эссе, которое позволяют обучающемуся возвращаться к пережитому опыту, анализировать свои чувства и переосмысливать полученные результаты.

Рефлексивное эссе – это форма письменной деятельности, в процессе которой обучающийся анализирует и осмысляет свой опыт, открывает и формирует новые идеи, способствующие более глубокому пониманию себя и пережитого опыта.

Исследователь Грэм Гиббс определил шесть последовательных этапов рефлексивного письма: описание опыта, осмысление чувств, оценка опыта, рассмотрение причин происходящего, формулирование уроков, полученных из опыта, план действий в будущем. Важно отметить, что данная модель рефлексивного письма соотносится с этапами рефлексивного обучения, предложенными Д. Будом, что подтверждает эффективность использования рефлексивного письма в образовательном процессе.

Написание рефлексивного эссе способствует развитию самоанализа и осознанию собственного прогресса, поддерживает личное и академическое развитие. Кроме того, рефлексивное письмо способствует развитию письменных навыков, а также формирует языковую осознанность, которая формируется в процессе редактирования текстов, что является особенно важным навыком для студентов, изучающих английский язык.

Эффективность рефлексивного письма во многом зависит от педагогической поддержки, создания благоприятной образовательной среды и применения четких критериев оценивания, например, с использованием рубрик. В совокупности это способствует более глубокому включению студентов в процесс рефлексии, развитию их рефлексивных компетенций и формированию способности осмысленно анализировать собственную учебную и профессиональную деятельность.

Существуют различные формы проверки и оценивания рефлексивного эссе, включая формирующее и итоговое оценивание, оценка преподавателем, самооценка и оценка студентами работ друг друга. Кроме того, критерии оценивания могут существенно различаться. Рефлексивное эссе может оцениваться с помощью рубрик или оценочных шкал, которые могут включать такие критерии как характер письменного изложения, степень присутствие автора в тексте, уровень анализа и другие. Использование подобных рубрик позволяет более объективно оценивать глубину рефлексии в письменных работах студентов.

В рамках второй главы «Контент-анализ рефлексивных эссе студентов, изучающих английский язык по программам языковых факультетов» был проведён контент-анализ рефлексивных эссе студентов второго курса, изучающих английский язык. Написание рефлексивного эссе является частью обучения в рамках дисциплины «Практика устной и письменной речи». В середине семестра преподаватель проводит серию занятий, посвященных рефлексии и написанию рефлексивного эссе, после чего студентам предлагается написать черновой вариант и затем финальное

рефлексивное эссе в конце года. Использование данной педагогической технологии осуществляется на факультете в течение трех лет. За это время был накоплен существенный банк рефлексивных эссе студентов факультета. Из этого банка были отобраны 20 эссе, которые были проанализированы с помощью метода контент-анализа.

Контент-анализ рефлексивных эссе проводился в четыре этапа. На первом этапе были определены три категории, согласно которым в дальнейшем осуществлялся анализ работ: 1) Трудности студентов при изучении английского языка; 2). Успехи студентов при изучении английского языка; 3). Цели студентов при изучении английского языка.

Второй этап контент-анализа включал разработку система кодов на основе индуктивного метода, а также кодирование всех 20 рефлексивных эссе. Далее была разработана категориальная сетка контент-анализа, отражающая успехи и трудности студентов, изучающих английский язык, а также цели на будущее.

На третьем этапе для каждого кода рассчитывалось среднее значение частотности его встречаемости в корпусе анализируемых текстов, а также была разработана таблица, отражающая относительную частоту реализации подкатегорий в проанализированных рефлексивных эссе.

На четвёртом этапе осуществлялась интерпретация результатов анализа.

Согласно полученным данным, наиболее частотным кодом категории «Трудности студентов при изучении английского языка» является «Страх говорить» (A1). Данный код был упомянут в почти половине рефлексивных эссе студентов. Это свидетельствует о том, что для студентов ключевой трудностью необходимость преодоления психологических барьеров. Таким образом, можно сделать вывод о выраженном психологическом характере данной трудности, оказывающей существенное влияние на процесс овладения иностранным языком.

Код «Недостаточный уровень владения грамматикой» (А7) имеет также высокую частоту (0.35). Студенты часто указывают на затруднения при использовании некоторых времени, непонимание правил употребления артиклей: “...sometimes I forget about articles, correct tenses”. Так, высокая частотность данного кода может свидетельствовать о том, что грамматика английского языка представляет собой одну из наиболее проблемных зон в изучении английского языка. Важно отметить, что только один из семи студентов, указавших на наличие грамматических трудностей, также отметил улучшения грамматических навыков. Это позволяет сделать вывод о том, что развитие грамматических навыков представляет собой сложный и комплексный процесс, требующий значительных усилий со стороны студентов и длительного времени для его освоения.

Согласно полученным данным, наиболее частотным кодом категории «Успехи студентов в изучении английского языка», присутствующем почти в половине рефлексивных эссе, является код «Расширение словарного запаса» (Б1). Это может свидетельствовать как о направленности учебной программы на активное усвоение лексики, так и о том, что именно лексический компонент курса является для студентов наиболее заметным и измеримым результатом обучения. Такие коды как «Преодоление страха говорения» (Б2) и «Развитие навыков устной речи» (Б8) также имеют высокую частоту (0.3 и 0.2). Полученные данные позволяют говорить о том, что одним из факторов, способствующих развитию навыков устной речи, является преодоление стеснения говорить на английском языке на занятиях. Таким образом, снижение психологических барьеров и создание комфортной и безопасной среды на занятиях является важным условием успешного овладения английским языком.

В рефлексивных эссе студенты писали не только о трудностях и успехах при изучении английского языка, но и об учебных целях, планируемых достичь в будущем. Стоит отметить, что цели, поставленные

студентами, как правило, были связаны с трудностями, которые, как они считали, им нужно преодолеть.

Однако стоит отметить, что цели на будущее были поставлены только в 13 рефлексивных эссе студентов, что позволяет говорить о том, что почти половина студентов не уделяет достаточного внимания поиску возможных способов решения возникающих трудностей в образовательном процессе.

Согласно полученным данным, для большинства студентов главной целью на будущее является «Преодоление страха говорения» (B1), частотность данного кода составляет 0,25. Важно отметить, что данная цель соответствует одной из самых частотных проблем среди студентов, а именно – страх говорения (A1). Однако, только половина студентов, указавших на трудности в данной области, поставила цель и нашла конкретные стратегии для ее достижения. Так, например, студенты пишут о том, что в будущем планируют чаще вступать в обсуждения: *“To overcome my nervousness, I have to speak more often in class”*.

Цель «Расширенный словарный запас» (B8) имеет высокую частоту, а именно 0,15. Обучающиеся не просто ставят себе цель изучить новые слова, а предлагают конкретные стратегии для достижения цели: *“...reading and practicing new expressions is still an old but gold method”*. Кроме того, студенты подчеркивают значимость практического закрепления новой лексики по средством ведения журнала или блокнота для использования изученных слов в предложениях: *“I have started keeping a vocabulary journal and trying to use new words in sentences and conversations”*.

Кроме того, цель «Развитые навыки аудирования» (B15) также характеризуется высокой частотностью (0,15). Важно отметить, что все студенты, указавшие на трудность восприятия и понимания английской речи (A9), также поставили цели для преодоления данной проблемы: *“I should listen to more podcasts, watch videos and films to improve my listening skills”*. Таким образом, студенты планируют развивать навыки аудирования прежде всего через увеличение объема прослушиваемого контента. Важно отметить,

что данная стратегия подразумевает пассивное восприятие информации и не включает активную работу с материалом. Это может указывать на ограниченное представление студентов о возможных способах развития навыков аудирования.

Наименее частотными кодами являются 12 кодов из 15, что позволяет говорить о низком уровне рефлексии. Студенты не в полной мере используют рефлекссию как инструмент для дальнейшего развития в образовательном процессе. В связи с этим представляется необходимым развитие рефлексивных умений, включая навыки постановки конкретных целей и стратегий их реализации.

Результаты контент-анализа выявили ряд особенностей рефлексивной деятельности студентов: преобладание фокуса на лексическом уровне языка и недостаточную сформированность навыков целеполагания и планирования. Кроме того, были зафиксированы трудности в грамматике и аудировании, что обуславливает необходимость совершенствования педагогического кейса и разработки методических рекомендаций.

В связи с тем, что студенты чаще осознают достижения в области лексики, целесообразно уточнить структуру рефлексивного эссе. В частности, первый пункт рекомендуется расширить, включив указание на различные аспекты языкового и личностного развития. Формулировка может быть представлена следующим образом: *“what your language learning achievements (vocabulary, grammar, speaking, listening) and personal achievements (e.g., gaining confidence, overcoming fear of speaking) are”*. Это позволит студентам не осмысливать достижения только в одной области изучения языка.

Аналогично следует уточнить пункт о трудностях, включив как языковые, так и личностные аспекты: *“what your challenges were concerning language learning and personal difficulties affecting your learning”*.

Также выявлено, что существующие пункты эссе недостаточно способствуют формированию навыков планирования. В связи с этим

рекомендуется ввести отдельный пункт, направленный на постановку целей и выбор стратегий их достижения: *“what specific goals you have for your further language development and what strategies you plan to implement...”*. Это позволит студентам выстраивать дальнейшую образовательную траекторию.

Таким образом, структура рефлексивного эссе может выглядеть следующим образом:

- *what your language learning achievements (vocabulary, grammar, speaking, listening) and personal achievements (gaining confidence, overcoming the fear of speaking) are;*
- *what your challenges were concerning language learning (vocabulary, grammar, speaking, etc.) and personal difficulties affecting your learning (e.g., lack of confidence, fear of speaking);*
- *what you did to be successful;*
- *what specific goals you have for your further language development and what strategies you plan to implement to overcome your current difficulties;*
- *how this experience has (has not) changed you.*

Вместе с тем, представляется необходимым включить некоторые задания, способствующие развитию навыков целеполагания и планирования, в уже существующие, которые выполняются на вводных занятиях по рефлексивному эссе. Студент должен определить трудности, поставить цель её преодолеть и сформулировать конкретные стратегии для достижения данной цели. Данная последовательность действий может быть реализована на вводном занятии в ответах на следующие вопросы:

1. *What difficulties do you currently have?*
2. *What exactly do you want to improve (grammar, speaking, confidence)?*
3. *How are you going to achieve your goals? What will you do? How often? What resources will you use?*

Внедрение подобной структуры заданий способствует формированию у студентов навыков осознанного целеполагания и планирования.

По результатам анализа, грамматика представляется наиболее трудным аспектом изучения языка для студентов. Представляется важным выделить как минимум одну пару для решения основных трудностей, возникающих у большинства студентов. Кроме того, преподаватель может помочь студентам в усвоении данных тем самостоятельно, например, задав дополнительно домашнее задание по теме.

Полученные результаты показали, что многие студенты имеют довольно общее представление о развитии навыков аудирования. В связи с этим представляется важным сформировать у студентов умения самостоятельной работы с аудиоматериалами. Важно объяснить студентам, что работа с аудиоматериалами может включать как первичное прослушивание с целью определения общей информации, так и повторное прослушивание с выделением ключевой информации и ответами на конкретные вопросы, а также работу с лексикой, воспроизведением содержания и обсуждения услышанного. Преподаватель также может ознакомить студентов с некоторыми ресурсами, направленными на развитие навыков аудирования, например, Breaking News English, ESL Lab и ELLLO.

Таким образом, совершенствование структуры рефлексивного эссе, развитие навыков целеполагания и усиление методической поддержки по сложным аспектам языка могут повысить эффективность как рефлексивной деятельности студентов, так и процесса обучения в целом.

Заключение. В первой главе настоящего исследования были рассмотрены теоретические основы рефлексивного обучения, включая понятие рефлексии, основные модели рефлексивного обучения, рефлексивные технологии и рефлексивное эссе как форму учебной рефлексии. Анализ научной литературы позволил уточнить сущность рефлексии как мыслительного процесса, направленного на преодоление затруднительной ситуации и осмысления опыта.

В ходе исследования моделей рефлексивного обучения было установлено, что, несмотря на широкое распространение модели Д. Колба и

её модификации в работах Дж. Коуэна, данные подходы преимущественно описывают цикличность обучения, не раскрывая в полной мере внутренние механизмы рефлексии. В отличие от них, модель Д. Буда, Р. Кио и Д. Уокера позволяет более глубоко проанализировать процесс рефлексии за счёт включения эмоционального компонента. В связи с этим данная модель была определена как наиболее продуктивная теоретическая основа для дальнейшего исследования.

Более того, в первой главе также было установлено, что рефлексивные технологии выступают эффективными средствами формирования и развития навыков рефлексии среди обучающихся. Написание рефлексивного эссе позволяет обучающимся осмыслять свой опыт обучения, анализировать достижения и определять трудности.

Во второй главе исследования был проведён анализ рефлексивных эссе студентов. Полученные результаты показали, что студенты в большей степени фокусируются на лексическом аспекте изучения языка, при этом недостаточно осознают развитие других языковых навыков, а также испытывают трудности в формулировании конкретных целей и стратегий их достижения. Кроме того, было выявлено, что грамматический аспект является одним из наиболее проблемных в изучении английского языка. Также многие студенты имеют довольно общее представление о развитии навыков аудирования. Студенты ставят основной задачей увеличение объема прослушиваемого контента на английском языке, без включения активной работы с ним.

На основе полученных данных были разработаны методические рекомендации, направленные на совершенствование структуры рефлексивного эссе, развитие навыков целеполагания и планирования, а также повышение эффективности работы с трудными аспектами языка. В частности, предложено уточнение структуры рефлексивного эссе, созданы ряд вопросов, способствующих развитию навыков целеполагания и

планирования, а также предложено усилить методическую поддержку преподавателя в освоении сложных языковых тем.

Таким образом, поставленные в исследовании задачи решены, а цель работы достигнута. Полученные результаты подтверждают эффективность использования рефлексивных технологий, в частности рефлексивного эссе, в образовательном процессе.

Перспективы дальнейшего исследования могут быть связаны с экспериментальной проверкой предложенных методических рекомендаций в образовательной практике.