

ИССЛЕДОВАНИЕ ПОЗИТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ В САМОСТОЯТЕЛЬНОМ ОБУЧЕНИИ СТУДЕНТОВ-РУСИСТОВ В КИТАЕ¹

Ли На

Доцент, Сианьский Нефтяной Университет КНР
ln@yandex.ru

A POSITIVE PSYCHOLOGY PERSPECTIVE OF CHINESE STUDENTS' RUSSIAN LANGUAGE LEARNING

Li Na

Summary: Using the P-Learning model, this article examines the impact of positive psychology strategies on students' autonomous learning in China. Through experimental intervention and mixed method approach, the present study found that emotional support significantly increases learners' self-efficacy ($\beta=0.35$, $p<0.01$), while cognitive activation tasks increase their ability to plan autonomous learning by 28%. The study provides empirical evidence for the application of positive psychology in Russian language teaching and learning. It is concluded that the effective implementation of emotional support and cognitive activation strategies in Russian classroom practice can significantly improve learning outcomes, enhance students' motivation, and enhance their ability to learn independently.

Keywords: positive psychology, autonomous learning, Russian language teaching, P-Learning model, self-efficacy.

Аннотация: В данной статье на основе модели P-Learning рассматривается влияние стратегий позитивной психологии на автономность в обучении студентов-русистов в Китае. С помощью экспериментов и смешанных методов исследования было выявлено, что эмоциональная поддержка значительно повышает самооэффективность обучающихся ($\beta=0.35$, $p<0.01$), а задания по когнитивной активации повышают способность к планированию автономного обучения на 28%. Исследование предоставляет эмпирические основания для применения позитивной психологии в обучении русскому языку. Сделано заключение, что эффективная реализация стратегий эмоциональной поддержки и когнитивной активации в российской аудиторной практике может значительно улучшить эффект обучения, повысить учебную мотивацию студентов и способность к самостоятельному обучению.

Ключевые слова: позитивная психология, автономное обучение, преподавание русского языка, модель P-Learning, чувство самооэффективности.

Введение

Позитивная психология как новая ветвь психологии занимается исследованием положительных эмоций, чувства самооэффективности и конструкций смысла, и тем самым открывает новые пути для решения текущих проблем, с которыми сталкивается преподавание русского языка. Она подчеркивает важность стимулирования внутренних положительных сил индивидуума для содействия его всестороннему развитию и росту. В этом контексте данное исследование основывается на модели P-Learning в качестве теоретической основы и сосредотачивается на двух ключевых вопросах: могут ли стратегии позитивной психологии реально и значительно повысить волю к самостоятельному обучению у изучающих русский язык и каковы конкретные пути применения и методики реализации модели P-Learning в процессе преподавания русского языка? С помощью ис-

следования этих вопросов целесообразно предоставить рекомендации и примеры для реформы преподавания русского языка, способствуя эффективному повышению способности студентов к самостоятельному обучению [1-2].

Материалы и методы исследования

Модель Perma Селимана (Positive Emotion, Engagement, Leila, Minin, Akon Pishment) утверждает, что положительные эмоции и опыт достижений стимулируют непрерывное обучение. Модель P-Learning применяет эту теорию к обучению языку, подчеркивая содействие самостоятельному обучению через эмоциональную поддержку (например, снижение тревожности) и когнитивную активацию (например, сложные задачи). Авторы в своих трудах отмечают, что эмоциональный интеллект как личностная характеристика (trait emotional intelligence) и ощущение продуктивности он-

¹ Данная статья посвящена исследованию путей реформирования преподавания иностранных языков и подготовки инновационных кадров в контексте развития «новых гуманитарных наук». Проект на 2024 год по плану научных исследований в области образования провинции Шэньси на период 14-й пятилетки (SGH24Y2708)

лайн-обучения у студентов университетов оказывают прогностическое влияние на уровень скуки на занятиях иностранным языком. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта способны эффективно управлять своими эмоциями и справляться со стрессом. Чем выше эмоциональный интеллект и ощущение продуктивности онлайн-обучения, тем ниже уровень скуки, причем ощущение продуктивности онлайн-занятий оказывает более значимое прогностическое влияние [3].

Лю (2021) в своей работе, опираясь на теорию контроля-ценности, выявил, что оценка студентами степени контроля над процессом изучения иностранного языка и его ценности имеет выраженное прогностическое значение для возникновения скуки, что подчеркивает актуальность реформирования методики преподавания [4]. В рамках позитивной психологии эмоциональная поддержка считается ключевым фактором, влияющим на психологическое состояние и результаты обучения учащихся. Данное исследование выдвигает гипотезу, что в условиях изучения русского языка предоставление учащимся достаточной эмоциональной поддержки, такой как поощрение со стороны преподавателя, позитивное взаимодействие между сверстниками и создание культурно насыщенной образовательной среды, может значительно повысить веру русских учащихся в свои способности к обучению, то есть их самооэффективность, при статистически значимом уровне $\alpha=0,05$. Эта гипотеза основана на теории, согласно которой эмоции стимулируют мотивацию к обучению и развитие самосознания. Когда учащиеся находятся в позитивной эмоциональной среде, они с большей вероятностью будут позитивно оценивать свои способности к обучению, что, в свою очередь, укрепляет уверенность и мотивацию для преодоления учебных трудностей [5].

Когнитивная активация играет важную роль в стимулировании активного участия учащихся в процессе обучения и повышении их способности к самостоятельному обучению. На основе этого данное исследование формулирует научную задачу, заключающуюся в разработке и внедрении целенаправленных заданий по когнитивной активации, таких как проведение практических межкультурных проектов и руководство метакогнитивными тренингами, способствующих углубленному размышлению студентов и активному применению знаний для решения проблем. При статистически значимом уровне $\alpha=0,05$ это может эффективно усилить способность студентов самостоятельно планировать процесс обучения русскому языку. Эта задача основана на принципах когнитивной психологии, а задания по когнитивной активации могут стимулировать активность мышления студентов, помогая им лучше понять цели обучения и собственное состояние в обучении, что в свою очередь позволяет им, исходя из собственных потребностей и особенностей, самостоятельно строить разумное учеб-

ное планирование, тем самым переходя от пассивного усвоения знаний к активному исследованию учебного материала [6].

Данное исследование использовало строгий экспериментальный дизайн с целью точного изучения влияния стратегий P-Learning на самостоятельное изучение русского языка студентами с точки зрения позитивной психологии. В исследовании были созданы экспериментальная и контрольная группы, что позволило четко продемонстрировать различия в эффектах, вызванных различными методами преподавания [2-3].

В качестве экспериментальной группы был выбрана группа специальностей по русскому языку в одном из вузов. В процессе обучения экспериментальной группы стратегия P-Learning была полностью принята. Основанная на теории позитивной психологии, эта стратегия предоставляет учащимся эмоциональную поддержку и когнитивную активацию различными способами, такими как проведение различных мероприятий по культурной эмпатии и направление учащихся на глубокое участие в межкультурных проектах, чтобы стимулировать положительные эмоции учащихся, повысить их самооэффективность и способствовать развитию способности к самостоятельному обучению.

Контрольная группа обучалась в традиционном лекционном стиле. Традиционное преподавание, основанное на лекциях, ориентировано на учителя и фокусируется на односторонней передаче знаний, и в этом режиме обучения автономия учащихся в обучении относительно ограничена. Путем сравнения с экспериментальной группой можно наглядно выявить уникальные преимущества стратегии P-Learning по сравнению с традиционным режимом обучения в продвижении самостоятельного обучения студентов.

Весь цикл исследования установлен на 16 недель и охватывает три ключевых этапа: предварительное тестирование, интервенцию и последующее тестирование. Предварительное тестирование проводится до начала исследования с целью полного понимания начального состояния студентов экспериментальной и контрольной групп в таких аспектах, как автономия в изучении русского языка, мотивация и самосознание, что обеспечивает базовые данные для последующей оценки эффективности учебных стратегий. В последующие 12 недель интервенционного этапа экспериментальная группа принимает участие в обучении по стратегии P-Learning, тогда как контрольная группа проходит традиционное лекционное обучение. Наконец, на 16-й неделе происходит последующее тестирование, в ходе которого сравниваются изменения показателей у обеих групп студентов после применения различных учебных стратегий, что позволяет точно оценить влияние стратегии P-Learning

на автономное обучение студентов русскому языку.

Для полного и точного сбора данных, необходимых для исследования, данное исследование использовало как количественные методы, так и инструменты сбора качественной информации. Шкала включала как разработанные самостоятельно шкалы, так и существующие. Для данного исследования была разработана самостоятельная «Шкала автономности учащихся, изучающих русский язык», которая включала три ключевых измерения: мотивацию, стратегии и саморегуляцию. Измерение мотивации предназначено для оценки внутренней мотивации и интереса студентов к изучению русского языка; измерение стратегии сосредоточено на методах и приемах, которые студенты используют в процессе обучения; измерение саморегуляции акцентирует внимание на способности студентов контролировать, оценивать и корректировать собственный учебный процесс. С помощью данной шкалы можно всесторонне и систематически оценить уровень автономности студентов в изучении русского языка. Также будет использована существующая шкала – мотивационная шкала Гарднера, которая широко применяется и пользуется высокой признательностью в области исследований мотивации к изучению языков, позволяя точно измерить типы и интенсивность мотивации студентов к изучению русского языка. В дополнение к этому, была применена шкала самооценки Бандуры для точной оценки уверенности и веры студентов в собственные способности к изучению русского языка, что разнообразило исследовательские данные с разных сторон [7].

Качественные материалы включали в себя записи наблюдений в классе, журналы обучения учащихся и записи интервью. Наблюдения в классе собирались на протяжении всего исследования. Подробные записи о взаимодействии в классе, участии учащихся, поведении учителей и атмосфере преподавания предоставляют богатую качественную информацию для глубокого понимания динамики в классе при различных стратегиях обучения. Студенты вели регулярный учебный дневник своих мыслей, мыслей и чувств в ходе изучения русского языка, включая трудности в обучении, успехи в обучении, использование стратегий обучения и отзывы о преподавательской деятельности. Изучение студенческих научных журналов дает ценную информацию для изучения внутреннего мира студентов, позволяет выявить закономерности их эмоционального и когнитивного развития в процессе обучения. В ходе исследования проводились индивидуальные беседы с некоторыми студентами. Тематика интервью охватывает учебный опыт студентов, их мнение о стратегиях преподавания, учебные цели и уровень самостоятельного обучения. Процесс интервью был записан, а затем был осуществлен полный стенографический перевод и глубокий анализ, что обеспечило многогранную качественную поддержку исследования.

Результаты

В данном исследовании применялась комбинация количественных и качественных методов анализа для всестороннего и глубокого изучения собранных данных. Количественный анализ с использованием статистического программного обеспечения SPSS проводился с помощью t-теста для сравнительного анализа данных различных шкал передних и задних тестов экспериментальной и контрольной групп, что позволило определить, существуют ли значительные различия между двумя группами студентов в аспектах самостоятельности в изучении русского языка, мотивации и самооценки. Одновременно проводился регрессионный анализ для исследования взаимосвязи между различными переменными, такими как анализ эмоциональной поддержки, когнитивной активации и повышения способности студентов к самостоятельному обучению, с целью определения путей и степени влияния стратегии P-Learning на самостоятельное изучение русского языка студентами.

Качественный анализ осуществлялся с использованием программного обеспечения NVivo для кодирования учебных журналов студентов и текстов записей интервью. Комплексный подход, включающий открытое, аксиальное и избирательное кодирование, позволил нам не только выявить основные темы и идеи текста, но и глубоко изучить эмоциональный опыт студентов, их когнитивные процессы и обратную связь по стратегиям обучения. Такая интеграция качественного анализа с количественными данными привела к более полным, глубоким и многомерным результатам исследования.

В области преподавания русского языка одной из ключевых задач учителей является поиск способов повышения эффективности обучения и укрепления интереса учащихся. Современные исследования всё чаще подчёркивают, что эмоциональная поддержка и активное вовлечение мыслительных процессов имеют решающее значение для успешного усвоения языка [8].

Обсуждение

Культурная эмпатия, выступающая в качестве значимой теоретической основы, открывает новые горизонты в обучении русскому языку. Благодаря знакомству с русской литературой, кино и другими культурными проявлениями у учащихся развивается чувство принадлежности к изучаемой культуре. Это, в свою очередь, эффективно снижает психологические барьеры в процессе изучения языка. Как подчеркнул Беннетт в 2013 году, такое чувство культурной принадлежности способствует лучшей адаптации учащихся в языковой среде и усиливает их стремление к обучению. Русская литература. Анализ персонажей русской литературы,

например, многогранности образа Наташи в романе «Война и мир», основанный на теории эмоционального реагирования, способен пробудить у учащихся глубокий интерес к русской культуре, стимулируя их к «эмоциональному вложению» [10-11]. Долгосрочная мотивация к обучению напрямую зависит от эмоциональной вовлечённости. В рамках развития культурной эмпатии эффективно многоуровневое построение обучения. Оно предполагает постепенное усложнение материала. На начальном этапе используются короткие видеоролики, например отрывки из фильма «Тихие ночи здесь», с подробными комментариями учителя, что делает материал понятным. Это позволяет учащимся сформировать базовые представления о русской культуре. Затем, на более продвинутом этапе, осуществляется переход к изучению классической литературы, например поэзии Пушкина, с использованием ролевых игр. Такой подход позволяет учащимся глубже понимать культурный контекст, переживать эмоции и образы, активно взаимодействовать с персонажами, что значительно усиливает их культурное восприятие и способствует более глубокому усвоению материала.

В контексте интерактивных образовательных форматов групповая дискуссия представляет собой метод высокой педагогической ценности. Например, формулировка дискуссионного вопроса типа «Кто вам больше нравится: Пьер Безухов или Дмитрий Нехлюдов?» может побудить учащихся к глубокому анализу характеров персонажей, их ценностных ориентаций и социокультурного контекста литературных произведений. Благодаря механизму столкновения различных точек зрения учащиеся получают возможность глубже понять многообразие русской культуры и углубить понимание её особенностей. Однако на этапе практической реализации данного метода могут возникнуть определённые трудности. Одна из таких проблем – потенциальный риск культурного недопонимания из-за существенных различий в китайской и русской культурных парадигмах, что может привести к недопониманию и, как следствие, к негативным эмоциональным реакциям учащихся. Для снижения этого риска учителю рекомендуется заранее предоставлять учащимся обширный контекстный материал, включающий информацию о ключевых событиях русской истории, обычаях и традициях. Дополнительной проблемой является ограниченность имеющихся ресурсов. Для преодоления этой проблемы целесообразно активно использовать открытые образовательные ресурсы, видеоуроки по русскому языку и бесплатные электронные библиотеки, которые позволяют предоставить студентам насыщенный образовательный контент и одновременно сократить финансовые затраты на обучение.

Механизм положительной обратной связи в русских классах имеет незаменимое значение для повышения

учебной мотивации и уверенности студентов. "Стена достижений" в качестве визуального инструмента мотивации обладает многогранной функцией. Демонстрация работ студентов, таких как оригинальные русские стихи и драматургические сценарии, может увеличить их "видимые достижения" и удовлетворить потребность в самореализации. Когда студенты видят свои работы, выставленные на показ, и получают признание и одобрение со стороны других, у них возникает сильное чувство достижения, которое далее стимулирует их учебный энтузиазм.

В процессе взаимной оценки среди сверстников структурированный подход имеет первостепенное значение. Предоставление шаблонов для оценки, таких как «Мне особенно понравилось использование слов в этой фразе, потому что», может направить студентов на целевые оценки, избегая неопределенной обратной связи. С ведением «языка роста» целесообразно дополнять поговорки, позволяя студентам четко понять свои сильные стороны и направления для повышения эффективности.

Информационные технологии позволяют использовать больше возможностей для оптимизации механизмов положительной обратной связи. Использование цифровых платформ способствуют повышению осведомленности студентов о результатах своего обучения, а также своевременно вносить корректировки в свои учебные стратегии. Кроме того, использование ИИ-помощников для письма, например, русскоязычного Grammarly, позволяет автоматизировать процесс аннотирования правильных грамматических конструкций, таких как «Правильное использование спряжения в прошедшем времени!». Это обеспечивает своевременное подтверждение учащимися своих компетенций и способствует росту их учебной мотивации [7-8].

При разработке заданий для развития когнитивных способностей в преподавании русского языка, особенно в рамках межкультурных программ, ключевым является принцип аутентичности. Это означает, что задания должны моделировать реальные ситуации, например планирование совместных проектов, таких как инициатива «Один пояс, один путь», или разработку программы российско-китайского культурного обмена. Такой подход позволяет студентам не только практиковать русский язык в контексте, но и глубже понимать межкультурное взаимодействие. Также важен принцип постепенного усложнения. На начальном этапе студенты могут составлять краткие описания мероприятий (до 50 слов, например, «Мы планируем провести российско-китайский культурный фестиваль»), что развивает базовые языковые навыки и умение доносить базовую информацию. Более сложные задания могут включать создание полноценной брошюры на русском языке с расписани-

ем, бюджетом и описанием достопримечательностей, что требует от студентов применения знаний и навыков системного планирования и комплексного самовыражения.

Заключение

В процессе реализации кросс-культурных проектов неизбежно возникают культурные конфликты. Для трансформации этих конфликтов эффективной стратегией является моделирование парадоксальных сценариев. Например, в «программе культурного обмена» ставятся точки разногласий, например, российская сторона хочет традиционные спектакли, китайская сторона предлагает витрину современных технологий, а студентам предлагается договориться о решении на русском языке.

В результате студенты не только смогут улучшить свои практические навыки владения русским языком, но и научатся эффективно разрешать конфликты, возникающие в процессе межкультурного общения, а также повысят свою способность адаптироваться к новой культурной среде. Культурная среда, на основе русских праздников и традиций, таких как Праздник весны или Новый год, дают сравнительное понимание кросс-культурных моделей на русском языке, способствуя твердому пониманию культурных особенностей и расширению межкультурного кругозора.

На основе метакогнитивного тренинга студенты формируют навыки самостоятельности. Применяя «анализ ошибок», который включает три этапа: исправление,

выявление причин и разработку стратегии исправления, они фиксируют свои типичные ошибки, например, в спряжении глаголов. На этапе определения причин различаются случайные и систематические ошибки, например, по невнимательности или путаницы в типах глаголов.

На этапе разработки стратегии формируются целевые упражнения для устранения систематических ошибок. С помощью ежедневного мониторинга изменений в употреблении глаголов можно повысить эффективность в решении языковых задач. Использование технологических решений способствует оптимизации метакогнитивного обучения, развивая интуитивное понимание текущего уровня освоения материала. В результате студенты получают возможность более эффективно преодолевать собственные учебные барьеры, разрабатывать рациональные стратегии обучения и развивать навыки саморегуляции.

Таким образом, эффективная реализация стратегий эмоциональной поддержки и когнитивной активации в российской аудиторной практике может значительно улучшить эффект обучения, повысить учебную мотивацию студентов и способность к самостоятельному обучению. С помощью мероприятий по культурной эмпатии, механизмов положительной обратной связи, межкультурных проектов и метакогнитивного тренинга мы создаем позитивную и эффективную учебную среду для того, чтобы студенты могли добиться прогресса в изучении русского языка.

ЛИТЕРАТУРА

1. Холек А. Автономия и изучение иностранных языков [М]. Оксфорд: Pergamon Press, 1981.
2. Ли Чэнчэнь, Ли Вэй. Взаимосвязь языковых установок, эмоций и успеваемости по иностранному языку: сравнительное исследование городских и сельских районов на основе моделирования структурными уравнениями [J]. Иностранные языки и их преподавание, 2024, (01):57-69.
3. Ли Чэнчэнь, Девалье Ж.-М. Прогнозирующая роль трейтового эмоционального интеллекта и чувства достижений в онлайн-обучении для скуки на занятиях иностранного языка [J]. Иностранные языки и их преподавание, 2020, (5): 33–44.
4. Лю Хунган, Ли Цзин. Исследование скуки при изучении иностранных языков: обзор и перспективы [J]. Вестник Института иностранных языков НОАК, 2021, 44(5):10-17,160.
5. Ли Чэнчэнь, Хань Е. Прогнозирующая роль удовольствия, тревоги и скуки при изучении иностранного языка для эффективности онлайн-обучения [J]. Современные иностранные языки, 2022, (2): 207–219.
6. Ли Чэнчэнь, Хань Е, Ли Баньбань. Исследование взаимосвязи между скукой на уроках иностранного языка и успеваемостью в начальной школе, а также различий между городскими и сельскими районами [J]. Преподавание иностранных языков, 2022, (3): 50–55.
7. Ли Чэнчэнь, Ли Вэй, Цзян Гуйин. Исследование эмоций при изучении второго языка: ретроспектива и перспективы [J]. Современные иностранные языки, 2024, (1): 63–75.
8. Чэ Маньхуэй, Бао Цифан, Лань Госин. Влияние формирования готовности к общению на втором языке на преподавание иностранных языков с позиции позитивной психологии [J]. Английская площадь, 2024, (33):96-99.
9. Чжан Линьлинь. Стратегии мотивации в эмоциональном преподавании иностранных языков в профессиональных вузах с точки зрения позитивной психологии [J]. Китайское профессионально-техническое образование, 2022, (14):90-96.
10. Лю Хунган. Исследование ключевых вопросов факторов обучающихся в базовом преподавании английского языка [М]. Чанчунь: Издательство Северо-Восточного педагогического университета, 2019.

11. Сюй Цзиньфэнь, Лун Цзайбо. Исследование агентности в преподавании иностранных языков [J]. Вестник Института иностранных языков НОАК, 2020, (5):93-100.
-

© Ли На (ln@yandex.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»