

**Научная статья**

DOI: 10.17748/2686–9969–2024–7–2–92–102

УДК 37

EDN DDKDYO

**ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КОГНИТИВНО–
ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА РАЗВИТИЯ
ОТВЕТСТВЕННОСТИ ПОДРОСТКОВ В УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ****Алина Дмитриевна Бондарь**

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

justalina62@gmail.com

Светлана Сергеевна Игнатович

Кубанский государственный университет

г. Краснодар, Россия

Researcher ID Web of Science: AAD–7258–2019

ORCID ID: <https://orcid.org/0000–0003–0479–6117>

ssign67@mail.ru

Аннотация. Введение. Статья посвящена проблеме выявления и научного обоснования эффективных средств развития активности подростков, проявляемой в учебной деятельности. *Целью* исследования выступает выявление возможностей использования когнитивно–поведенческой терапии как средства развития образовательной ответственности подростков. Гипотетически предполагается, что это средство может быть эффективным для развития когнитивного компонента личностного качества, лежащего в основе определения субъектом своего ценностно–смыслового отношения к проблеме обретения персональной ответственности в совместной деятельности с другими людьми.

Материалы и методы: теоретический анализ научной литературы и моделирование процесса развития ответственности подростков, реализуемой ими в различных видах учебной деятельности.

Результаты и обсуждение. Проанализированы подходы к определению понятия личной ответственности как черты характера, личностного качества и образовательного результата. Выделены базовые структурные компоненты этого интегративного личностного качества. Охарактеризована общая идея использования методов когнитивно–поведенческой терапии в целях повышения эффективности формирования когнитивного компонента ответственности подростков в учебной деятельности. Описаны шаги этой деятельности.

Выводы и заключение. Когнитивно–поведенческая терапия может способствовать развитию личной ответственности не только у взрослого человека, но и у подростка, у которого она проявляется, прежде всего, в социальных отношениях, связанных с учебной деятельностью.

Ключевые слова: подростки; личная ответственность, когнитивно–поведенческая терапия

Для цитирования: Бондарь А.Д., Игнатович С.С. Возможности использования когнитивно–поведенческой терапии как средства развития ответственности подростков в учебной деятельности // Педагогика: история, перспективы. 2024. Том 7 № 2. С. 92–102

DOI: 10.17748/2686–9969–2024–7–2–92–102

Благодарность: Благодарим анонимного рецензента за детальные и убедительные советы по совершенствованию данной статьи.

Original article

POSSIBILITIES OF USING COGNITIVE–BEHAVIORAL THERAPY AS A MEANS OF DEVELOPING ADOLESCENTS' RESPONSIBILITY IN LEARNING ACTIVITIES

Alina Dmitrievna Bondar

Kuban State University
г. Krasnodar, Russia
justalina62@gmail.com

Svetlana S. Ignatovich

Kuban State University
Krasnodar, Russia

ORCID ID: <https://orcid.org/0000–0003–0479–6117>

ResearcherID Web of Science: AAD–7258–2019

ssign67@mail.ru

Abstract. Introduction. The article is devoted to the problem of identifying and scientific substantiation of effective means of developing the activity of adolescents in learning activities. The aim of the study is to identify the possibilities of using cognitive-behavioral therapy as a means of developing the educational responsibility of adolescents. It is hypothesized that this means can be effective for the development of the cognitive component of the personal quality underlying the subject's determination of his or her value-sense attitude to the problem of acquiring personal responsibility in joint activities with other people.

Materials and methods: theoretical analysis of scientific literature and modeling of the process of development of adolescents' responsibility realized by them in various types of learning activities.

Results and discussion. Approaches to the definition of the concept of personal responsibility as a character trait, personal quality and educational result were analyzed. The basic structural components of this integrative personal quality were singled out. The general idea of using the methods of cognitive-behavioral therapy to increase the effectiveness of formation of the cognitive component of adolescents' responsibility in educational activity is characterized. The steps of this activity are described.

Findings and Conclusion. Cognitive-behavioral therapy can contribute to the development of personal responsibility not only in an adult, but also in an adolescent, in whom it manifests itself primarily in social relationships related to learning activities.

Keywords: adolescents; personal responsibility, cognitive behavioral therapy

For Citation: Bondar A.D., Ignatovich S.S. Possibilities of using cognitive-behavioral therapy as a means of developing adolescents' responsibility in learning activities. Pedagogy: history, prospects. 2024. Vol. 7. no. 2. p. 92–102 (In Russ.). DOI: 10.17748/2686–9969–2024–7–2–92–102

Acknowledgement: Thanks to the anonymous reviewer for the detailed and compelling tips for improving this article.

Введение

Ответственность считается важнейшим личностным качеством человека, реализуемым в различных видах социально значимой деятельности. Она проявляется в широком спектре межличностных отношений как необходимое условие достижения коллективных целей преобразования окружающего мира. Подростковый возраст характеризуется выходом становящейся ответственности за рамки собственно учебной деятельности, как это присуще младшим школьникам. Однако эта деятельность остается значимым фактором социализации, входя в широкий социальный контекст. Подросток при помощи взрослых определяет

сферы своей персональной ответственности в совместной творческой деятельности со сверстниками и со взрослыми и, реализуя ее, очень нуждается в признании себя как субъекта общества. Такая потребность, по данным исследования Д.И. Фельдштейна, выступает базовой на данном этапе возрастного развития ребенка [1].

Вполне понятно, что развитие ответственности является приоритетной задачей воспитания и образования. Этой теме посвящены многочисленные психологические, педагогические и социологические исследования (К.А. Абульханова–Славская, К. Муздыбаев, В.П. Прядеин, В.С. Собкин, В.Б. Токарева, Т.И. Пятова, Д.С. Молоков и др.). При этом особое внимание уделяется развитию образовательной ответственности, реализуемой в различных видах учебной и внеучебной деятельности.

Обзор литературы

Согласно ФГОС среднего общего образования, образовательная ответственность выступает одним из «сквозных» образовательных результатов, лежащих в основе формирования личности обучающихся [2]. Данные современных исследований свидетельствуют и о том, что образовательная ответственность неразрывно связана и с другими «сквозными» образовательными результатами, такими, как образовательная самостоятельность [3], активность и инициативность [4].

Ответственность как личностное качество и, в частности, образовательная ответственность как ее проекция на сферу образовательных отношений имеет достаточно сложную структуру. Поэтому задачи, связанные с педагогической организацией процесса ее развития, не могут иметь простых (одномерных) решений. В связи с этим ученые и практики образования на протяжении долгого времени интересуются *проблемой*: как выявить и обосновать комплексные, взаимодополняемые подходы к развитию подростковой образовательной ответственности. По данным проведенного нами теоретического анализа, эта проблема не решена в полной мере.

Ситуация характеризуется *противоречием* между внутренними закономерностями становления подростковой ответственности (как интегративного личностного качества, интериоризируемого в многомерном процессе социализации) и сохраняющейся ориентацией системы образования на формирование такой ответственности посредством трансляции социальных норм и контроля их усвоения подростками как внешне заданного требования.

Мы полагаем, что этот путь может быть в определенной степени эффективным для развития отдельных структурных компонентов ответственности (в первую очередь, поведенческого). Однако, для понимания подростком сути и осмысления собственной ответственности как глубинной характеристики своего «Я», такой подход не может считаться достаточным.

Целью нашего исследования выступает выявление возможностей использования когнитивно–поведенческой терапии как средства развития образовательной ответственности подростков. Гипотетически предполагается, что это средство может быть особо эффективным для развития когнитивного компонента данного личностного качества, лежащего в основе определения субъектом своего ценностно–смыслового отношения к проблеме обретения персональной ответственности в совместной деятельности с другими людьми.

Вопросам изучения возможностей когнитивно–поведенческой терапии посвящены исследования многих авторов (Ч. Чжан, С.Е. Lawlor). Однако в наибольшей степени их интересуют именно психотерапевтические эффекты использования данного метода, достигаемые при лечении депрессии [5; 6], тревожных расстройств [7], в целях снижения социально–психологической дезадаптации [8], коррекции антисоциального поведения [9] и т.п. По данным проведенного нами анализа, работ, посвященных обоснованию образовательного потенциала этого метода, практически нет.

Материалы и методы

На этой основе проведенного нами в ходе исследования теоретического анализа научной литературы и моделирования процесса развития ответственности подростков, реализуемой ими в различных видах учебной деятельности была разработана и апробирована методика формирования когнитивного компонента личной ответственности подростков с использованием методов когнитивно–поведенческой терапии.

Результаты и обсуждение

Данный анализ позволил установить, что под ответственностью в самом общем виде, как показано в педагогическом словаре, понимается «способность личности контролировать свою деятельность в соответствии с принятыми в обществе или коллективе социальными, нравственными и правовыми нормами и правилами, чувством долга» [10, с. 90]. В более узком смысле ответственность рассматривается как черта характера [11], как интегративное личностное качество [12] и как личностный образовательный результат [13]. Именно в двух последних смыслах необходимо рассматривать ответственность в контексте проблемы ее развития в педагогическом процессе.

Авторами выделяются различные структурные компоненты личностной ответственности как интегративного личностного качества. Так, в исследовании Г.Я. Гревцевой таких компонентов выделяется три: когнитивный, деятельностный и личностный [14].

В трактовке В.П. Прядеина таких компонентов уже шесть (мотивационный, эмоциональный, когнитивный, динамический, регуляторный и результативный) [12, с. 21–22]. Первый из них (мотивационный) связан с внутренней

устремленностью подростка к творческой самореализации в социально значимой деятельности [15].

Когнитивный компонент включает сформированные у субъекта знания и представления о сущности ответственности и том месте, которое она занимает в его жизни. Динамический компонент понимается как внутренняя устремленность субъекта к поиску оптимальных путей достижения поставленных целей, которая, как отмечает В.П. Прядеин, одновременно связана с лабильностью психики и стабильностью удержания цели [16].

Регуляторный компонент состоит в способности субъекта к саморегуляции «удержанию» реализуемой ответственности во взаимодействии с другими людьми. Суть результативного компонента состоит в обеспечении желаемого результата деятельности, который определяется самим субъектом как критерий реализованности собственной ответственности. Существуют и другие трактовки структурных компонентов личной ответственности.

Следуя этой логике, ответственность как образовательный результат может быть проинтерпретирована с точки зрения целостности и единства данных шести компонентов, формирование каждого из которых может рассматриваться как достаточно самостоятельная педагогическая задача. В то же время, в отечественной педагогике развитие ответственности рассматривается как целостный процесс, содержание структурных компонентов этого качества не влечет дифференциацию различных средств их формирования.

В исследовании Г.Я. Гревцевой воспитание ответственности личности подростка представлено в качестве целенаправленного специально организуемого процесса, который дает знания о ней, способствует развитию ценностно-мотивационной сферы и расширению опыта деятельности взрослых людей, достижению единства всех компонентов ответственности (когнитивного, личностного и деятельностного) [14, с. 62].

Вопрос о специфике средств формирования каждого из этих компонентов при этом рассматривается недостаточно глубоко. В особой степени это касается когнитивного компонента ответственности. Как правило, речь идет о беседах, убеждении, демонстрации примеров и других традиционных методах воспитания. Иногда речь идет просто о «пропаганде ответственного поведения» [17]. Недостаток такого подхода мы видим, прежде всего, в том, что они направлены на трансляцию общепринятых норм и значений понятий, сопряженных с личной ответственностью, в то время как подросткам необходимо обнаруживать индивидуальные смыслы ответственности, которые могли бы служить «знаниевыми» ориентирами при осуществлении совместно распределенной деятельности.

В концепции нашего исследования, как было сказано, в качестве эффективного средства решения этой задачи рассматривается использование методов когнитивно-поведенческой терапии. Методологическим основанием для этого служит философское учение стоицизма, базирующегося на идее отказа от «не-

постигающих представлений» и их переоценке [18]. Подростки, работа с которыми ведется методами когнитивно–поведенческой терапии, таким путем учатся осознавать и контролировать свои мысли, эмоции и поведение, что способствует становлению их смыслового отношения к ответственности и ее добровольному принятию в процессе осуществления учебной деятельности.

Психологическим механизмом формирования когнитивного компонента ответственности в данном случае выступает когнитивная реструктуризация – изменение негативных мыслей и убеждений путем переоценки и переформулирования их в более здоровые и реалистичные мысли [19]. Этот процесс включает в себя несколько шагов, которые могут быть адаптированы для различных проблем и целей терапии.

Первый шаг когнитивной реструктуризации – это идентификация негативных мыслей и убеждений, которые могут влиять на эмоциональное состояние и поведение подростка. Это может быть сделано путем записи и анализа мыслей в дневнике мыслей или во время терапевтических сессий.

Второй шаг – это оценка реалистичности этих мыслей. Подростки учатся распознавать ошибки в своих мыслях, такие как чрезмерная обобщенность, черно–белое мышление, преувеличение, личизация, фильтрация и другие. Они также учатся оценивать вероятность того, что негативные события, которые они предсказывают, произойдут на самом деле.

Третий шаг – это переформулирование негативных мыслей в более здоровые и реалистичные мысли. Подростки могут использовать различные стратегии, такие как выявление доказательств против негативных мыслей, поиск альтернативных объяснений, формулирование более точных мыслей и т.д.

Четвертый шаг – это практика новых мыслей и убеждений. Подростки учатся применять новые мысли и убеждения в повседневной жизни и в учебной деятельности, используя их для изменения своих эмоций и поведения.

(В разных источниках общее количество шагов варьируется в зависимости от степени их обобщенности.)

Выводы и заключение

Когнитивно–поведенческая терапия (как общий метод психологической поддержки, направленной на развитие ответственности), а также частные методики (реструктуризация убеждений, ментальные упражнения, положительный опыт решения проблем через поведенческую реализацию качества «ответственность» как самостоятельность в принятии важных решений) гипотетически может способствовать развитию данной характеристики не только у взрослого человека, но и у подростка. Ведь личная ответственность проявляется, прежде всего, в социальных отношениях, связанных с учебной деятельностью.

Перспективой развития этого направления работы может стать внедрение данного метода в проектируемые системы психолого–педагогического сопровождения и воспитания подростков.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Фельдштейн Д.И. Психология развития личности в онтогенезе. М.: Педагогика, 1989. 208 с.
2. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации № 413 от 17.05. 2012 г.) URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-soo/> (дата обращения 22.11.2023 г.).
3. Игнатович В.К. Образовательная самостоятельность старшеклассников: понятие, формирование, оценка: монография / В.К. Игнатович, П.Б. Бондарев, В.М. Гребенникова, С.С. Игнатович, В.Е. Курочкина; под науч. ред. В.К. Игнатовича. Краснодар: Просвещение–Юг, 2017. 168 с.
4. Абульханова–Славская К.А. Типология активности личности // Психологический журнал. 1985. Т. 6. № 5. С. 3–18.
5. Чжан Ч. Применение виртуальной модели для лечения подростковой депрессии с использованием терапии положительных эмоций и когнитивно–поведенческой терапии // Обзор педагогических исследований. 2023. Т. 5. № 3. С. 64–71.
6. Lawlor С.Е., Goodson Ja.Т., Haeffel G.J. Cognitive behavioral therapy for depression: a primer // Clinical Psychology and Special Education. 2022. Т. 11. № 2. С. 97–107.
7. Patriarca G.C., Pettit J.W., Silverman W.K. Implementing cognitive–behavioral therapy in children and adolescents with anxiety disorders // Clinical Psychology and Special Education. 2022. Т. 11. № 2. С. 108–122.
8. Подолкина Е.А., Трошина А.Е., Кузьмина А.С., Лекерова А.А. Когнитивно–поведенческая терапия одиночества и депрессии как средство снижения социально–психологической дезадаптации подростков // Вестник психологии и педагогики Алтайского государственного университета. 2020. № 4. С. 84–94.
9. Сергевнин В.А. Эффективность программ когнитивно–поведенческой терапии (КПТ) для коррекции антисоциального поведения у несовершеннолетних в США // Ученые записки. 2019. № 4 (32). С. 109–116.
10. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Педагогический словарь. М.: Академия, 2003. 171 с.
11. Гречко Т.Н. Ответственность как важная черта личности // Интерактивное образование: электронная газета. 2014. Вып. 52. URL: <http://io.nios.ru/articles2/1/10/otvetstvennost-kak-vazhnaya-cherta-lichnosti> (дата обращения 01.02.2024 г.).
12. Прядеин В.П. Ответственность как системное качество личности: монография. Екатеринбург : Урал.гос.пед.ун–т., 2001. 200 с.
13. Астемиров А.Ж. Ответственность как личностный результат образования по ФГОС в свете основных психологических концепций // Психологиче-

ское сопровождение безопасности образовательной среды школы в условиях внедрения новых образовательных и профессиональных стандартов. С. 7–12.

14. Гревцева Г.Я. Воспитание ответственности подростков в процессе гражданского образования // Вестник Южно–Уральского государственного университета. Серия: Образование. Педагогические науки. 2015. Т. 7. № 3. С. 58–67.
15. Зинченко В.П. Психологические основы педагогики. (Психолого–педагогические основы построения системы развивающего обучения Д.Б. Эльконина – В.В. Давыдова): учеб. пособие. М.: Гардарики, 2002. 431 с.
16. Прядеин В.П. Понятия ответственности, исполнительности, воли как объекты психолого–педагогического исследования // Научный диалог. 2012. № 1. С. 32 – 45.
17. Перевозный А.В. Ответственность как качество личности: сущность, формирование, значение // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия: Философия, психология, педагогика. 2021. Т. 21. Вып. 1. С. 101–105.
18. Некрасов А.С., Некрасова Н.А., Некрасов С.И., Жаворонкова И.А. Философские идеи стоицизма – теоретическая основа современной когнитивно–поведенческой терапии // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Философия. 2021. № 1 (55). С. 59–67.
19. Семяняк И.В., Новаков А.В., Корж Е.М. Особенности использования метода когнитивной реструктуризации в 12–шаговой программе // Мир психологии. 2022. № 3 (110). С. 105–119.

REFERENCES

1. Feldstein D.I. Psychology of personality development in ontogenesis. Moscow: Pedagogy, 1989. 208 p.
2. Federal State Educational Standard of Secondary General Education (Order of the Ministry of Education and Science of the Russian Federation No. 413 of 17.05. 2012) URL: <https://fgos.ru/fgos/fgos-soo/> (date of reference 22.11.2023).
3. Ignatovich V.K. Educational independence of high school students: concept, formation, evaluation: a monograph. V.K. Ignatovich, P.B. Bondarev, V.M. Grebennikova, S.S. Ignatovich, V.E. Kurochkina; under the scientific editorship of V.K. Ignatovich. Krasnodar: Prosveshchenie–South, 2017. 168 p.
4. Abulkhanova–Slavskaya K.A. Typology of personality activity. Psychological Journal. 1985. Vol. 6. № 5. P. 3–18.
5. Zhang C. Application of virtual model to treat adolescent depression using positive emotion therapy and cognitive–behavioral therapy. Review of Educational Research. 2023. Vol. 5. № 3. P. 64–71.

6. Lawlor C.E., Goodson Ja.T., Haeffel G.J.. Cognitive behavioral therapy for depression: a primer. *Clinical Psychology and Special Education*. 2022. Vol. 11. № 2. P. 97–107.
7. Patriarca G.C., Pettit J.W., Silverman W.K.. Implementing cognitive–behavioral therapy in children and adolescents with anxiety disorders. *Clinical Psychology and Special Education*. 2022. Vol. 11. № 2. P. 108–122.
8. Podolkina E.A., Troshina A.E., Kuzmina A.S., Lekerova A.A. Cognitive–behavioral therapy of loneliness and depression as a means of reducing socio–psychological maladaptation of adolescents. *Bulletin of psychology and pedagogy Altai State University*. 2020. № 4. P. 84–94.
9. Sergeevnin V.A. Effectiveness of cognitive–behavioral therapy (CBT) programs for the correction of antisocial behavior in minors in the United States. *Scientific Notes*. 2019. № 4 (32). P. 109–116.
10. Kodzhaspirova G.M., Kodzhaspirov A.Yu. *Pedagogical dictionary*. Moscow: Academy, 2003. 171 p.
11. Grechko T.N. Responsibility as an important personality trait. *Interactive Education: electronic newspaper*. 2014. Vol. 52. URL: <http://io.nios.ru/articles2/1/10/otvetstvennost-kak-vazhnaya-cherta-lichnosti> (date of circulation 01.02.2024).
12. Pryadein V.P. *Responsibility as a systemic quality of personality: monograph*. Ekaterinburg : Ural State Pedagogical University, 2001. 200 p.
13. Astemirov A.J. Responsibility as a personal result of education according to FSES in the light of basic psychological concepts. *Psychological support of safety of educational environment of school in the conditions of introduction of new educational and professional standards*. P. 7–12.
14. Grevtseva G.Ya. Education of responsibility of adolescents in the process of civic education. *Bulletin of South Ural State University. Series: Education. Pedagogical sciences*. 2015. Vol. 7. № 3. P. 58–67.
15. Zinchenko V.P. *Psychological bases of pedagogy. (Psychological and pedagogical bases of building the system of developing education D.B. Elkonin – V.V. Davydov): textbook. Davydov): textbook*. Moscow: Gardariki, 2002. 431 p.
16. Pryadein V.P. Concepts of responsibility, performance, will as objects of psychological and pedagogical research. *Scientific dialog*. 2012. № 1. P. 32–45.
17. Perevoznyi A.V. Responsibility as a quality of personality: essence, formation, importance. *Izvestia Saratov University. New series. Series: Philosophy, psychology, pedagogy*. 2021. T. 21. Vol. 1. P. 101–105.
18. Nekrasov A.S., Nekrasova N.A., Nekrasov S.I., Zhavoronkova I.A. Philosophical ideas of Stoicism – theoretical basis of modern cognitive–behavioral therapy. *Bulletin of Tver State University. Series: Philosophy*. 2021. № 1 (55). P. 59–67.
19. Semenyak I.V., Novakov A.V., Korzh E.M. Features of using the method of cognitive restructuring in the 12–step program. *World of Psychology*. 2022. № 3 (110). P. 105–119.

Информация об авторах: Бондарь Алина Дмитриевна, студентка ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Россия

e-mail: justalina62@gmail.com

Светлана Сергеевна Игнатович – канд. пед. наук, доцент кафедры педагогики и психологии, ФГБОУ ВО «Кубанский государственный университет»

г. Краснодар, Россия

ResearcherID Web of Science: AAD-7258-2019

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0479-6117>

e-mail: ssign67@mail.ru

Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи

Information about the authors: Bondar Alina Dmitrievna, student of the Federal State Budgetary Educational Institution of Higher Education "Kuban State University"

г. Krasnodar, Russia

e-mail: justalina62@gmail.com

Svetlana Sergeevna Ignatovich – Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, FGBOU VO "Kuban State University", Krasnodar, Russia

ResearcherID Web of Science: AAD-7258-2019

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0479-6117>

e-mail: ssign67@mail.ru

The authors have read and approved the final manuscript.

Статья поступила в редакцию / The article was submitted: 26.02.2024

Одобрена после рецензирования и доработки / Approved after reviewing and revision: 25.04.2024

Принята к публикации / Accepted for publication: 27.04.2024

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов. / The authors declare no conflicts of interests

© Бондарь А.Д. 2024

© Игнатович С.С. 2024

© «Педагогика: история, перспективы» 2024