



© Н. Н. Мироненкова, И. В. Абакумова

DOI: [10.15293/2658-6762.2103.05](https://doi.org/10.15293/2658-6762.2103.05)

УДК 159.923.33+378

Рефрейминг как дидактическая технология инициации смыслового выбора

Н. Н. Мироненкова (Новочеркасск, Россия), И. В. Абакумова (Ростов-на-Дону, Россия)

Проблема и цель. В статье представлена проблема формирования ценностно-смысловой сферы учащихся посредством ситуаций смыслового выбора как первого момента смыслообразования и применения соответствующих психологических технологий. Цель статьи – выявить особенности применения рефрейминга как технологии инициации смыслового выбора учащихся с целью повышения внутренней мотивации и развития их ценностно-смысловой сферы.

Методология. Исследование выстраивалось авторами в контексте смыслоцентрированного и психосемантического подходов. Для реализации поставленной цели авторы применили методы контент-анализа, системного, сравнительно-сопоставительного, терминологического анализа, обобщения и систематизации.

Результаты. Обоснована необходимость применения технологии рефрейминга в рамках учебного процесса. Выявлены основные виды рефрейминга, которые возможно реализовать в контексте смыслоцентрированного подхода в обучении: рефрейминг смысла, рефрейминг контекста. Обобщаются необходимые условия реализации технологии рефрейминга, влияющие на инициирование смыслов учащегося. К данным условиям авторы относят направленность на сенсорную систему обучающегося, опору на субъективный опыт учащегося, использование коммуникации (вербальной и невербальной), устремленность в будущее. Авторами выделяются влияющие на инициирование смыслов учащегося убеждающие приемы и техники, включая лингвистические конструкты.

Заключение. В заключении подчеркивается потенциал технологии рефрейминга в образовательном процессе как технологии психолого-педагогической поддержки и технологии, направленной на повышение внутренней мотивации учащихся.

Ключевые слова: рефрейминг; шестишаговая модель; рефрейминг смысла; рефрейминг контекста; сенсорная система; метафоры; аффирмации.

Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований (РФФИ) в рамках научного проекта № 20-113-50264

Мироненкова Наталья Николаевна – кандидат педагогических наук, доцент кафедры математики и математического моделирования, Южно-Российский государственный политехнический университет (Новочеркасский политехнический институт) имени М. И. Платова.

E-mail: vin-mir@bk.ru

Абакумова Ирина Владимировна – доктор психологических наук, декан факультета психологии, педагогики и дефектологии, заведующая кафедрой общей и консультативной психологии, Донской государственный технический университет.

E-mail: abakira@mail.ru

Постановка проблемы

Технология рефрейминга была разработана в рамках теории нейролингвистического программирования¹ как техника позитивного восприятия и механизм воздействия на поведение личности [1; 2]. Впоследствии технология получила широкое применение в различных областях науки (менеджмент, медицина, политика, судебная практика).

В теории принятия решений А. Kahneman, P. Supriya [3], А. Tversky, D. Kahneman [4] исследовали влияние контекста (фреймов) на выбор. Менеджеры часто используют рефрейминг, сознательно пытаясь переосмыслить исходные предположения о том, как подходить к ситуации принятия решений. Стратегический рефрейминг обеспечивает безопасное будущее, особенно в случае нестабильной стратегии [5]. Хотя рефрейминг и является надежной когнитивной стратегией, но, как считают J. Luoma, F. A. Martela [6], посвящение времени рефреймингу влечет за собой значительные альтернативные издержки и, таким образом, может использоваться только в умеренных количествах.

В деятельности организаций рефрейминг часто выступает как главный инструмент управления поведением работников [7]. В теории управления Л. Д. Болмэн, Т. Е. Дил [8] предлагают рассматривать организацию как систему взаимодействующих фреймов и в зависимости от необходимой цели кампании делается упор на соответствующий фрейм. В политических целях рефрейминг применяется чаще всего как когнитивно-лингвистический прием [9; 10].

Во врачебной практике и терапии, психотерапии, при клиническом консультировании прослеживается применение рефрейминга

контекста, а именно влияние формулировок на последующее решение пациентов [11; 12]. В зависимости от обрамления сообщения (рамки) возможно повлиять на точку зрения пациента или врача. Например, формулировка «выживаемость в 90 % случаев» воспринималась врачами гораздо оптимистичнее, нежели «смертность в 10 % случаев» [11]. Существует исследование, в котором рефрейминг рассматривается как стратегия помощи, снижающая родительский стресс, в семьях с детьми с расстройствами аутистического спектра [13]. S. R. Locke, R. C. McKay, M. E. Jung [14] выявили, что рефрейминг помогает справляться с негативными мыслями, связанными с нежеланием неклинических лиц (лица были с преддиабетом) заниматься физическими упражнениями. Благодаря выбранной стратегии консультирования испытуемые оценивали доказательства за и против своих предвзятых мыслей, что в конечном итоге уменьшило борьбу за принятие решений и усилило намерения выполнять упражнения.

В рамках образовательного процесса рефрейминг используется в основном в следующих направлениях: как раскрытие творческого потенциала обучающихся и/или как техника психолого-педагогической поддержки с целью уменьшения тревожности, страха [15–22]. Во всех работах прослеживается общая цель применения технологии – повышение учебной мотивации и/или преодоление неуспехов в учебе. J. Hilppö, R. Stevens [22] предложили переосмыслить взгляд на неудачу обучающегося с позитивной стороны: «Неудача – это еще одна попытка» (“Failure is just another try”). Для этого использовать в обучении – FUSE Studio – альтернативную инфраструктуру для обучения в школах, организованной

¹ Bandler R., Grinder J. Reframing: Neuro-Linguistic Programming and the Transformation of Meaning. – Moab, Utah, 1982. – 60 p.

на основе принципов выбора учащихся и их интересов.

Именно смысловой выбор выступает точкой соприкосновения смыслов культуры и смыслов обучающегося. Благодаря этому соприкосновению возможно трансформировать смысловое пристрастие ученика. Согласно альтернативности выбора, у него есть и негативная сторона: жертвенность одной альтернативы в пользу другой. Следовательно, адекватной технологией инициации ситуаций смыслового выбора может стать рефрейминг как «стратегия консультирования, используемая, чтобы помочь людям оценить доказательства за и против своих предвзятых мыслей» [14]. Человек начинает видеть ту же ситуацию в положительном ракурсе, происходит переоценка альтернативы. Смысловой выбор осуществляется на основе переформированного смысла ситуации. Благодаря «природе» рефрейминга негативная сторона выбора сводится к минимуму, что позитивно отражается на душевном состоянии обучающихся.

Таким образом, теоретико-методологические аспекты рефрейминга представлены отечественными и зарубежными исследованиями, но недостаточно раскрыты дидактические условия применения рефрейминга как технологии инициации смыслового выбора учащихся. Цель статьи – выявить особенности применения рефрейминга как технологии инициации смыслового выбора учащихся с целью повышения внутренней мотивации и развития их ценностно-смысловой сферы.

Методология исследования

Исследование выстраивалось авторами в контексте смыслоцентрированного и психосе-

мантического подходов. Для реализации поставленной цели авторы применили методы контент-анализа, системного, сравнительно-сопоставительного, терминологического анализа, обобщения и систематизации.

В соответствии с целью ставились задачи: а) подготовить аналитический обзор на основе систематизации и обобщения зарубежных и отечественных научных публикаций, посвященных проблеме рефрейминга в различных областях применения и в практике высшего образования; б) выделить теоретико-методологические аспекты применения рефрейминга как технологии, способной трансформировать ситуативные и устойчивые смысловые образования.

Результаты исследования

Фрейминг и рефрейминг были представлены как методы нейролингвистического программирования Р. Бендлером и Д. Гриндером еще в 1980-е гг.² Слово «рефрейминг» – это существительное от английского глагола «reframe», означающего «вставить в новую рамку (ту же картину)», «ставить в ту же рамку (новую картину)», «заново приспособить», «по-новому формулировать»³. Рефрейминг связан с необходимостью переосмысления и перестройки механизмов мышления и восприятия; задача рефрейминга – разрушить «рамку» восприятия, устойчивые формы взаимодействия, рефлексии. Благодаря возможному переосмыслению выбор в пользу альтернативы, наделенной «позитивным смыслом», будет протекать эффективнее и с меньшим трагизмом. По своей природе выбор – это всегда жертвенность. Единственное, степень трагизма зависит от наделенных качеств личности, от отношения ее к неопределенности и

² Бендлер Р., Гриндер Д. Рефрейминг: Ориентация личности с помощью речевых стратегий. – Воронеж: МОДЭК, 1995. – 255 с.

³ Там же.

умения адаптироваться в новых условиях. Так, Д. А. Леонтьев отмечал [23], что необходимо выработать более взрослую позицию к неопределенности, отказываясь от детской иллюзии стабильности и однозначности образа мира. Такая позиция дает новые возможности бытия, а позитивное отношение к неопределенным ситуациям на самом деле становится наиболее продуктивным для личностного развития и сопротивляемости стрессам.

Для переформирования восприятия Р. Бендлер и Д. Гриндер разработали модель рефрейминга, состоящую из поэтапных шести шагов⁴. На начальном шаге необходимо определить подлежащее изменению поведение или реакцию (стереотип), например, «Я хочу начать делать... но не могу» или «Я хочу делать... но меня что-то останавливает». Далее на втором этапе устанавливается коммуникация с частью, отвечающей за данное поведение. Причем для этого надо улавливать различные реакции эмоциональной и сенсорной сферы личности. Третий шаг характеризуется отделением позитивного намерения от поведения. На четвертом необходимо получить доступ к творческой части для генерирования новых вариантов поведения. Их минимальное количество должно быть не менее трех. Авторы интерпретируют это как вхождение пациента в страну выборов, позитивное намерение наделяется тремя возможностями (альтернативами). Именно в таких условиях проявляется истинный выбор. На данном этапе происходит временное освобождение от ограничивающих или иррациональных убеждений, которые не давали клиенту обнаружить собственные ресурсы. Пятый этап важен для нас, так как он ознаменует взятие ответственности за использование новых вариантов поведения,

т. е. выбор (принятие решения) должен быть не в холостую, а иметь все вытекающие последствия для личности. И, конечно, заключительный этап должен быть той конечной согласованностью между «личностью» и ее «подсознанием». Авторы модели назвали ее – экологическая проверка: нет ли частей личности, возражающих против трех новых выбранных вариантов поведения? И если есть, то необходимо вернуться на второй этап.

Отличительной особенностью рефрейминга при использовании данной модели от обычных психотерапевтических техник, по мнению самих авторов, является то, что собственно клиент является психотерапевтом, устанавливает коммуникации, а психотерапевт – консультантом его сознания⁵. Важно отслеживать как вербальную, так и невербальную коммуникацию. Исходя из этого, можно утверждать, что пациент должен обладать умением чувствовать себя, использовать свой сенсорный опыт. Действительно, смысловой выбор во многом зависит от впечатления и условий, воздействующих на целостную сенсорную систему [24].

Отметим, что в контексте смыслоориентированного подхода в обучении вербальная коммуникация как стратегия играет также важную роль в процессе смыслообразования [25], например, диалог рассматривается как дидактическая технология инициации смыслообразования учащихся в практике образовательного процесса [26]. В смыслодидактике существенной составляющей педагогической коммуникации определяют смысловую коммуникацию, которая «предполагает активное включение полученной информации, осмысленной, проинтерпретированной в систему жизненного опыта» [27, с. 49]. Следовательно,

⁴ Бендлер Р., Гриндер Д. Рефрейминг: Ориентация личности с помощью речевых стратегий. – Воронеж: МОДЭК, 1995. – 255 с.

⁵ Там же.

без коммуникации рефрейминг как инициация смыслового выбора невозможен, ведь учащийся должен выйти за пределы своих знаний, увидеть альтернативность намерения для нахождения своего личностного смысла.

Предложенный вид рефрейминга является универсальным методом по развитию личности, дающим возможность переформировать поведение. Однако его недостатком является громоздкость и длительное время на выполнение техники, что затрудняет его внедрение в рамках учебного процесса. Да и не каждый учащийся обладает необходимым уровнем самосознания. Но как психолого-педагогическая поддержка учащихся, например, в работе школьного психолога, имеет хороший потенциал.

Наиболее простым способом перестраивания восприятия, помимо шестишаговой модели, Р. Бендлер и Д. Гриндер представили новую технику – рефрейминг содержания (изменение смысла или контекста). С помощью рефрейминга содержания удастся сместить смысловые акценты в другой ракурс, что и приводит к созданию нового значения событий для субъекта, т. е. происходит в некотором роде подмена смыслового значения (смысла) или поведение (событие) приобретает новое обрамление (контекст).

Ясно, что такая упрощенная методика, изменяющая восприятие, мнение личности для дальнейшего выбора, будет являться эффективным инструментом взаимодействия среди социальных масс, что и обуславливает ее широкое использование среди различных сфер жизнедеятельности: рекламы, торговли, политики.

В целом рефрейминг тесно связан с фреймами (рамками). Если заключить в некую рамку или в определенные условия человека, то мы и получим в этом контексте жизненный

опыт, а с ним и приобретенные смыслы личности. Всегда присутствует некая зависимость поведения личности от фрейма. Фрейминг – это особый прием нейролингвистического программирования, который формирует на основе прогностики особый фокус восприятия в рамках конкретной формы фразодекодирования [28].

Под фреймом О. С. Мантуров предлагает понимать «матрицу, некую сжатую и закодированную систему, при этом включение в эту матрицу социальных отношений он обозначает как фреймирование, выявление этой матрицы, установление воображаемого характера реального и, наконец, ее декодирование и разрушение – как рефрейминг» [29, с. 74]. Обратим внимание, что, помимо психологического контекста, автор придает этим стратегиям важное социальное значение, выводя их на уровень социальных стратегий. «Стратегии фреймирования характеризуют не только один из способов восприятия реальности, но также и саму реальность как таковую, как сферу конструирования воображаемых значений» [29]. «Реальность фреймирована, и именно это позволяет людям воспринимать ее в качестве реальности. Каждое новое событие субъект включает в заданную ранее систему значений, матрицу легитимизированных смыслов, благодаря чему даже нереальные (не происходившие на самом деле) события всегда воспринимаются им как реальные» [29]. Следовательно, работа рефрейминга в некоторой степени связана с восприятиями людьми социальной реальности, с представлениями, с рамками (фреймами) картины мира.

Р. Дилтс расширил область применения нейролингвистического программирования, введя паттерны «фокусы языка» как «вербальные фреймы», оказывающие влияние на убеждения и ментальные карты, на основе которых строятся эти убеждения [1]. По его мнению,

выбор человека, его деятельность, поведение зависят от убеждений, в них сокрыта мощная сила, определяющая нашу жизнь. То, что убеждения в разной степени могут влиять на нашу жизнь отражено в различных публикациях [30–32].

Задача паттернов «фокусы языка» заключается в создании, с одной стороны, новых связей, цепочек между нашими обобщениями и ментальными моделями мира и, с другой стороны, нашим опытом и другими аспектами, составляющими метаструктуру убеждений (внутренние состояния, ожидания, ценности). Предложенные техники рефрейминга (намерение, переопределение, последствия, разделение, объединение, аналогия, изменение размера фрейма, другой результат, модель мира, стратегия реальности, противоположный пример, иерархия критериев, применение к себе, метафрейм) в большинстве случаев опираются на возможности языка. Р. Дилтс предоставляет языку (речи) главенствующую роль в стратегии изменения убеждений, ведь на нем строятся внутренние модели мира, он способен оказывать огромное влияние на то, как мы воспринимаем реальность и реагируем на нее [1]. Причем техники реализуются в большинстве случаев только посредством коммуникации, в которых важную роль играют язык, речь и язык тела.

Важным принципом при реализации техник нейролингвистического программирования является то, что следует разделять поведение личности и саму личность, т. е. необходимо отличать позитивное намерение, действие, убеждение и т. д., порождающее поведение, от поведения как такового. Согласно этому принципу более достойной, «экологически грамотной» и продуктивной является реакция на «глубинную структуру», а не на поверхностное проявление проблемного поведе-

ния. Воспринимая симптом или нежелательное поведение в более широких рамках позитивной цели, на достижение которой направлено поведение, мы создаем возможность для более гибкой внутренней реакции.

Немаловажным условием применения техник нейролингвистического программирования в проекции реализации смыслового выбора является основополагающий их принцип – опора на субъективный опыт человека. Р. Дилтс отмечал, что субъективный опыт является нетронутой, истинной реальностью, обладающей правом приоритета перед любыми теориями или интерпретациями, с которыми мы его соотносим [1]. Действительно, «субъективный опыт несет в себе следы всей жизни человека, но он же и регулирует дальнейшую деятельность через личностный смысл, который приобретают для каждого человека объекты и явления внешнего мира, поэтому такой опыт – всегда индивидуально особенная форма выражения проявлений человека» [33]. Опыт опосредует выбор. Другими словами, субъективный опыт будет являться основой смыслового выбора.

Основоположники нейролингвистического программирования считают, что изменить восприятие ситуации возможно, если изменить степень влияющей субмодальности на событие. Субмодальность – это метрические единицы внутри каждой модальности. Именно с их помощью мозг сортирует, кодирует информацию в опыт. Если тревожное событие в большей степени связано с аудиальной модальностью, то изменение определенных параметров субмодальностей (громкость, ритмичность, длительность и т. п.) позволит придать новый смысл событию и тем самым обновить опыт.

Следовательно, обладая большим потенциалом для обучения и преподавания, нейролингвистическое программирование с начала

XXI в. стало рассматриваться как дополнительный инструмент в обучении. Причем методы и техники нейролингвистического программирования в сфере образования влияют на увеличение мотивации к обучению и одновременно выступают психолого-педагогической поддержкой [17; 34–36]. Эксперимент А. Lashkarian, S. Sayadian [17] показал, что нейролингвистическое программирование можно включить в занятия по английскому языку и что эти техники заметно изменяют процесс обучения. Авторы указывают на то, что при рефрейминге учителю необходимо обратить особое внимание на индивидуальные различия студентов: некоторые студенты общительны и разговорчивы, а другие нет; а также учитель должен использовать язык тела, зрительный контакт.

Профессиональные консультанты карьерного консалтинга проходят обучение нейролингвистическому программированию с целью эффективного управления мыслями клиентов. Причем наиболее полезными навыками нейролингвистического программирования они считают технологию рефрейминга и стратегию Диснея. Умение применять данные технологии позволяет более углубленно понять человеческий разум, отношение клиентов к пониманию других и самих себя [19; 37; 38].

Рефрейминг как технология использовалась не только в нейролингвистическом программировании, но и нашла свое применение в различных областях. Например, в теории принятия решений [3; 4] изучался выбор личности при отсутствии риска. Анализ их исследований позволяет утверждать, что принятие решения зависит от смыслового контекста формулировок (фреймов), при этом субъективное состояние индивида после выбора может быть улучшено, если негативный исход будет восприниматься, скорее, как затраты, нежели как потери [4]. Человек чаще склонен

воспринимать последствия выбора как затраты, нежели потери. Такая позиция часто применяется при рефрейминге контекста, когда психотерапевт показывает возможный контекст потери и находит альтернативный «позитивный» контекст.

G. Jain, G. J. Gaeth, D. Nayakankuppam, I. P. Levin [39] сравнили влияние круглых и некруглых чисел, используемых в коммуникационном сообщении, на оценки и суждения потребителей в отношении соответствующей целевой организации и обнаружили, что использование некруглых чисел, в отличие от круглых чисел, в кадре сообщения (фрейма) приводит к повышенному вниманию к числовым значениям. Это приводит к усилению эффекта фрейма в условии некруглых чисел по сравнению с условием круглых чисел. Это может быть актуально в обучении дисциплин, связанных с числовыми данными.

Концепция рефрейминга нашла отражение в теории управления, менеджменте, в деятельности организаций [8; 40]. Л. Д. Болмэн, Т. Е. Дил [8] представили компанию (организацию) как систему фреймов: структурного (фабрика), человеческого (семья), политического (джунгли) и символьного (храм). Эффективность руководителя зависит от понимания в пользовании разных фреймов и умения видеть, соответствует ли фрейм данной ситуации. Заметим, что символичный фрейм имеет также большое значение в организации, ведь организация строится на сотрудниках, а сотрудник – это личность со своим уникальным опытом, культурой, смыслами и ценностями. Причем если для успеха важна индивидуальная самоотдача и заинтересованность, то авторы предлагают опираться в таком случае на человеческий и символичный фреймы. Рациональность должна отходить на второй план, и жизнью организации должны двигать идеи,

ритуалы, церемонии, мифы. А важными стратегиями, по мнению авторов, к осуществлению этого являются: обучение новым навыкам, участие и вовлеченность, психологическая поддержка, создание ритуалов, оплакивание прошлого, прославление будущего. Предложенные стратегии позволяют переосмыслить и перестроить механизмы восприятия, мышления и поведения в целях нахождения новых углов зрения на вещи, т. е. осуществить рефрейминг.

В рекламной отрасли одним из распространенных способов преднамеренного изменения точки зрения на определенные атрибуты продукта или бренда является рефрейминг сообщения, определяемый как техника коммуникации, которая изменяет концептуальную и/или эмоциональную установку или точку зрения относительно того, как воспринимается бренд, помещая его в другую рамку (фрейм) [41]. Рефрейминг сообщения не показывает ухудшения доверия к источнику и приводит к большему вниманию, воспринимаемой новизне и отношению к рекламе.

В медицине рефрейминг применяется в психотерапии, клинической практике (лечение депрессии, облегчение состояния беспокойства, тревожности, страха), терапии и нетрадиционной медицине [11; 12; 42; 43].

Существуют исследования, в которых одним из приемов реализации позитивного рефрейминга является выражение чувства благодарности, а также получения благодарности от других [44; 45]. Р. С. Watkins, L. Cruz, Н. Holben, R. L. Kolts [46] отмечают, что люди, размышляя о тревожном воспоминании из прошлого и впоследствии написав об этом опыте с благодарностью, начинают испытывать меньше стресса от пережитой ситуации. Позитивный рефрейминг опосредует отношения между благодарностью и социальной

согласованностью. N. M. Lambert, F. D. Fincham, T. F. Stillman [44] подчеркивают, что благодарные люди сообщают о меньшем количестве депрессивных симптомов, и позитивный рефрейминг частично опосредует эти отношения.

Установление межличностных отношений посредством благодарности способствует укреплению социальной позиции, обозначает пользу личности, что придает ей осмысленность, уверенность. Помощь и благодарность могут вызывать у людей чувство гордости и способствовать осознанию смысла жизни. Это также подтверждают результаты исследования в командах [45]: благодарность улучшила обмен идеями и развитие в командах; практика благодарности способствует творчеству команды. Следовательно, данное исследование в практике учебного процесса находит применение, если рассматривать класс как команду или разделение класса на группы. В учебном процессе форма благодарности может быть различной: от словесных высказываний до выдачи грамот, благодарностей. При таком контексте порождаются просоциальные смыслы, характеризующиеся внутренней смысловой устремленностью человека на создание чего-либо во благо другим.

Интересна работа, посвященная детской стоматологии, где рефрейминг применяется в качестве помощи и поддержки детей при лечении или удалении зубов [12]. При этом основным приемом по реализации рефрейминга автор выбрал метафоры, стихотворения, т. е. яркие немедицинские образы, возникающие при прочтении, могут помочь маленькому пациенту легко воспринять даже самые сложные процедуры. Действительно, образы, впечатанные в структуру сознания человека, играют важную роль в раскрытии смыслов, самораскрытии субъектного опыта учащихся [48]. Затрагивая эмоционально-чувственную сферу

личности, в которой впечатаны образы, возможно изменить и восприятие, а значит, смысловой выбор. Образ эффективен еще тем, что является источником нескольких каналов восприятия [49], поэтому может выступать универсальным ключом к раскрытию субъектного опыта. Вместе с этим доказано, что техники, опирающиеся на эмоционально-чувственную сферу учащегося, имеют значительный потенциал в трансформации личностных смыслов и способности создавать внутренние мотивы к обучению [50; 51].

К изложенному добавим, что в 2018 г. появилось исследование, посвященное одному из видов рефрейминга – позитивному визуальному рефреймингу [52]. Суть исследования заключалась в рисовании образов негативных переживаний и воспоминаний. После эти образы были перерисованы и переработаны для формирования новых позитивных эмоций. Далее всем участникам было предложено сфотографировать свое окончательное изображение (образ) и установить его в качестве фона для своего мобильного телефона на период в две недели, аргументируя это тем, что положительный повтор поддерживает положительные эмоции. Полученные результаты исследования подчеркивали потенциал позитивного визуального рефрейминга для улучшения эмоциональной регуляции при возникновении негативных эмоций. Кроме этого, визуальное и сенсорное воздействие, создаваемое путем рисования негативных воспоминаний, со временем также может привести к положительным результатам. В исследовании подчеркивается способность позитивного визуального рефрейминга регулировать эмоции и ослаблять интенсивность негативных или открытых воспоминаний, визуально трансформируя момент максимальной интенсивности восприятия.

Технология фреймирования в политической деятельности нашла свое отражение в работе Д. Яноу, М. ван Хульста [53], в которой уделяется внимание динамическому аспекту фреймирования. «Фреймирование – это процесс, в котором акторы одновременно создают значения событий/ситуаций и регулируют свое поведение в данных событиях/ситуациях сообразно присвоенным им значениям. В сфере принятия политических решений создание и использование значений является скорее публичным, нежели частным действием. Здесь фреймирование предполагает (ре)конструирование проблем посредством отбора, категоризации, именования и повествования» [53, с. 93]. Отметим, что производство значений опирается на простое допущение – «акторы действуют по отношению к вещам сообразно тем значениям, которые им приписывают» [53]. Это некая работа смыслообразования. После того, как выбран единственный вариант политического действия из множества возможных, ему необходимо придать смысл. Результаты ранее совершенных операций отбора, категоризации и именования «склеиваются» в нарратив благодаря определенному сюжету (повествованию).

Можно предположить, что аспекты рефрейминга в работе улавливаются в виде динамической составляющей фрейма. Так как люди (осознанно и не осознанно) постоянно вовлечены в процессы фреймирования, то акторы как бы созывают в политическую жизнь (новый фрейм), пытаются перестроить картину мира или сконструировать новые смыслы будущего. Причем вербальная и особенно невербальная коммуникации являются немаловажным условием в обозначивании смыслов. В данном аспекте стоит отметить частое использование «прототипического» языка, задающего различия через сходство с некоторым

общим прототипом. Эта категоризация оставляет немало места для расплывчатости и неопределенности, что важно в ситуациях выбора. Использование лингвистических категорий в виде метафор в политической сфере широко популярно, на что указывают И. В. Скрынникова [54], Г. Г. Молчанова [9]. Рефрейминг представляется в работах как речевая стратегия политических лидеров, как эффективный прием манипулятивного воздействия. «Активное употребление метафор в политическом дискурсе обусловлено их способностью влиять практически на каждый из этапов решения проблем в политической сфере: осмысление проблемной ситуации, поиск вариантов ее разрешения, оценка альтернатив, выбор варианта» [55, с. 12].

Американские основатели когнитивной лингвистики Дж. Лакофф и М. Джонсон [56] (первые их труды были опубликованы в Америке в 1980-е гг.) также указывали на возможности использования метафор, которые не только делают язык интересным, но и способны структурировать наше восприятие и понимание, или, наоборот, деструктурировать его. Отсюда вытекает влияние метафоры на смысловой выбор учащегося. Метафора выступает как единство образа и слов, в которые этот образ окутывается. Р. Т. Кокоева определяет «метафору как вид символического языка, который всегда использовался в целях обучения, ведь именно слово, создавая наглядно-чувственные образы предметов и явлений, преломляется в форме библейских притч, дзэн-буддистских коан, мифов, легенд, сказок и литературных аллегорий» [57]. Создавая образ и обращаясь к воображению, метафора порождает смысл, воспринимаемый разумом.

По мнению А. С. Майданова, метафора выступает местом скрещения смыслов, поскольку «смысл метафоры оказывается, во-

первых, синтетическим, поскольку соединяет в себе элементы прямого и косвенного значений, а во-вторых — синкретическим, поскольку в этом смысле происходит скрещение разнородных содержательных единиц» [58].

Р. Н. Thibodeau, Р. К. Hendricks, L. Voroditsky [59] считают, что метафоры могут тайно влиять на мысли людей. Человек не всегда осознает это влияние: люди думают о темах, которые описывают метафоры, формируя процесс мышления на подсознательном уровне. Авторы выделяют ряд условий, от которых зависят метафорические рассуждения и возможность влияния метафоры: роль предшествующих знаний (опыта); влияние метафоры значительно увеличивается, если она стоит вначале потока информации, а потом соответствующий текст или картинка, причем если информация, поступающая после, не связана с метафорой, то нивелируется и ее влияние.

На основе анализа основных методов нейролингвистического программирования (метамодель, фрейминг/рефрейминг, невербалика, якорение) В. А. Болдырева [60], кроме метафор, к языковым приемам с экспликацией пространства модальности в политическом дискурсе относит номинализацию, модальные операторы, выражения с квантором всеобщности, казуальные связи / восстановление причинно-следственных отношений, аффирмации. Однако в рамках реализации рефрейминга как технологии инициирования смыслового выбора учащихся нам интересны выражения с квантором всеобщности и аффирмации.

Выражения с квантором всеобщности подразумевают использование стилистического приема обобщения, или генерализации. Для усиления влияния на реципиента говорящий использует в своей речи прием генерализации, используя дополнительно такие слова: всегда, все, всё, никогда, никто, снова и т. д.

[60, с. 159]. Отметим, что мы выделяем данный прием как дополнительный языковой в возможности реализовать рефрейминг. Кажется, что жесткая конструкция всеобщности не дает свободу смыслу. Ведь в жестко детерминированных условиях, когда все варианты познаваемой реальности просчитаны и всесторонне определены, новому смыслу этой реальности возникнуть неоткуда [61], но не стоит забывать, что прежде учителю надо видеть реализуемую цель. Например, в случае сдачи итоговых экзаменов, которые ВСЕ сдают, придать смысл «зато вы сможете найти любимую работу, профессиональному обучению которой вы отдали годы университета!»

Е. В. Шелестюк, М. В. Галушак описывают специфику формирования позитивного психо-эмотивного фона при использовании аффирмаций как некое синергетическое воздействие в процессе многократного повторения и образования комплексов с эффектом создания целых ассоциативных сетей положительной коннотации [62]. Именно многократное повторение вербальной конструкции аффирмации оказывает эффект на сознание и подсознание произносящего указанную конструкцию.

Аффирмации (affirmation interventions) могут запускать серию взаимно усиливающих взаимодействий между системой Я и социальной системой, которые способствуют повышению адаптивного потенциала учащихся. Повышению адаптивного потенциала личности способствуют рекурсия, взаимодействие и субъективное толкование. Аффирмации могут уменьшить стресс, увеличить благополучие, улучшить успеваемость и сделать людей более открытыми для изменения поведения [63; 64]. G. L. Cohen, D. K. Sherman [63] давали обучающимся с целью утвердиться на разных этапах обучения написать краткие эссе о себе и своих интересах. Эти эссе (краткие рассказы)

опирались на ценностно-смысловой мир ученика (ценности, смысловые предпочтения, интересы), затрагивая личные ценности как субъективные предпочтения, которые детерминируют жизнь; они представляют личные убеждения о своем собственном поведении.

Добавим, что существует исследование, доказывающее важную роль письменных заданий в самоутверждении [65]. Для улучшения математической успеваемости перед тестом по математике ученикам в классе было предложено краткое письменное задание, посвященное анализу личных ценностей. Через восемь недель для оценки среднесрочной эффективности терапии был проведен контрольный тест достижений, но без вмешательства. Между экзаменами учащиеся получали письменные отзывы о своих оценках по математике. Результаты показывают, в экспериментальной группе учащиеся показали значительно лучшие результаты в тесте по математике сразу после вмешательства, чем их сверстники из контрольной группы.

По сути, попадая в класс, субъективный опыт каждого ученика различен, поэтому могут возникнуть различные причины, детерминирующие низкую успеваемость: неверие в собственные силы, тревожность, коммуникативно-смысловые барьеры. С помощью использования аффирмаций возможно улучшить данное положение, причем чем раньше, тем лучше, особенно если они приурочены к началу ключевых переходов в развитии или переходному этапу. Подростковый возраст, поступление в колледж и поступление на начальные курсы представляют собой чувствительные периоды, которые часто бывают опасными, непредсказуемыми и стрессовыми – именно такие периоды подходят для самоутверждения (аффирмаций) [63].

Для развития творческого потенциала студентов О. А. Тамочкина предлагает использовать фрейминг и рефрейминг [16]. Благодаря фреймам (вычленению) можно сфокусировать внимание на содержании и запустить творческий процесс в силу ограничения мышления учащегося, вынуждая тем самым его мыслить глубже. Автор выделяет оценочный (предполагает смену оценок предложенной в рамке ситуации за счет придумывания новой ситуации в самом контексте) и компенсаторный рефрейминг (нацеливает студентов на поиск компенсаций предложенной ситуации). Для реализации последнего используется языковой конструкт: союз «зато».

В рамках данного исследования мы согласны с мнением С. Ю. Полуйковой в том, что перлокутивный эффект рефрейминга зависит от ряда факторов [66]: актуальный или потенциальный характер потребностей адресата в получении новых когнитивных элементов; восприятие просветительской информации адресатом может носить как добровольный, так и вынужденный характер. При этом важным фактором, влияющим на эффективность речевого воздействия, является установка адресата на восприятие просветительской информации. В случае ситуации вынужденного контакта адресата с просветительской информацией эффект речевого воздействия присутствует, но он зависит от степени когнитивного диссонанса, т. е. состояния адресата, когда воспринятая информация не соответствует сформированной системе представлений адресата (диссонирует с ней) [66]. Другими словами, помимо коммуникативного диссонанса возникает и смысловой диссонанс, понимаемый как процесс не совпадения, а рассогласования смыслов между транслируемыми источниками ценностно-смысловой культуры (учитель, учебное содержание) и реципиентами

(учащимися) [67]. Такое состояние сопровождается отсутствием образования личностных смыслов, что впоследствии приводит к личностному отчуждению, формированию в сознании ученика целевой установки на отключение механизмом понимания изучаемого материала и в конце концов порождению негативной смысловой установки, выступающей барьером на пути к рефреймингу (переосмыслению). Для успешного протекания процесса рефреймирования, по мнению С. Ю. Полуйковой, благоприятными ситуациями будут те, в которых диссонанс отсутствует или невелик [66]. Поэтому в случае возникновения смыслового диссонанса необходим комплекс действий и условий по трансформации смыслов.

В ракурсе принятия решения и наделения ее позитивным ресурсом интересно исследование С. D. Zepeda, R. S. Martin, A. C. Butler [68]. В работе рассматриваются пять областей психологических исследований мотивации, которые обеспечивают стратегии повышения вовлеченности и настойчивости учащихся при трудностях в обучении: поиск ценности, снижение затрат, переосмысление оценок и атрибуции, создание соответствующих проблем, предоставление выбора. Роль рефрейминга представлена как техника по переосмыслению оценок и атрибуции, которые учащиеся делают в отношении своего учебного опыта, другими словами, по изменению концептуальной и/или эмоциональной установки на точку зрения относительно того, как воспринимается трудность или неудача, помещая его в другую рамку (фрейм). Авторы рекомендуют учителям создавать образовательную среду, способствующую развитию позитивного мышления, используя установки на рост, на важность, на чувство социальной принадлежности [68]. В силу врожденной психологиче-

ской потребности в автономии авторы определяют обязательное наличие предоставления выбора в обучении. Возможность делать выбор позволяет воспринимать учащимися обучение как отражение их собственных ценностей, интересов, предпочтений и целей. Но изначально для решения задачи на смысл учащемуся необходимо увидеть ценность решения, значимость, что непременно будет побуждать к решению столкнуться с желаемыми трудностями. Перед любой задачей человек просчитывает волей не волей возможные понесенные «затраты». И часто на этом шаге процесс вовлеченности просто останавливается, поэтому важно и учителю мотивировать учащихся. Например, авторы рекомендуют учителям собирать истории, анекдоты или цитаты предыдущих студентов о том, как они преодолели возникающие типовые проблемы. Следовательно, благодаря комплексным мерам возможно трансформировать ситуативные и устойчивые смысловые образования учащихся.

Итак, рефрейминг как технология обладает значительным дидактическим потенциалом в рамках смыслообразования. Однако, обобщая результаты проведенного исследования, мы выделяем необходимые условия реализации рефрейминга в рамках учебного процесса, влияющие на инициирование смыслов учащегося. В ситуациях выбора необходима направленность *на сенсорную систему обучающегося*, так как в классе, группе учащихся не малое количество, а каждый обучающийся имеет свою уникальную систему репрезентации (восприятия), поэтому и техники, методы, приемы и средства необходимо подбирать всеобъемлющие, которые могут задействовать большинство каналов модальностей сенсорной системы. Эмоции и ощущения в смыслодидактике играют важную роль в транзакции смыслов, являются активными механизмами

импортирования смыслов учащегося. Информация ощущений или их различия, воспринимаемые каждой из этих систем, иницируют или изменяют с помощью нейронных связей процессы поведения личности. Так как с помощью субмодальностей (метрические единицы внутри каждой модальности) мозг сортирует, кодирует информацию в опыт, вследствие чего он становится субъективным и уникальным, то и моделировать ситуации смыслового выбора необходимо именно с *опорой на субъективный (субъектный) опыт личности*, что и является важным условием реализации рефрейминга.

Важную роль в трансформации смыслов играет *коммуникация*. Ведь межличностный диалог выступает катализатором смыслообразования, запускающим поток сознания, переход от потенциального к актуализированному. При этом невербальная коммуникация играет также важное значение в процессе рефрейминга. Она позволяет понять оценку содержания, задать контекст (рамку, обрамление) ситуации. В рамках обучения это могут быть интонация и темп голоса, выражение лица, зрительный контакт, жесты, мимика, прикосновения.

Рефрейминг всегда предполагает тенденцию к прошлому опыту и *устремленность в будущее*. Невозможно сделать выбор с вырезкой из временного контекста «прошлое – настоящее – будущее». Иногда кажется, что может быть полезным разделение этих двух операций, но, по существу, они совершаются синхронно. Иначе позитивный контекст принятого решения может сойти на нет впоследствии. Такой опережающий характер дает возможность ориентации выбора на будущее и расширяет границы поиска и обретения смысла.

Заключение

Особенности применения рефрейминга как технологии инициации смыслового выбора учащихся заключаются в следующем.

Во-первых, рефрейминг в учебном процессе встречается как технология когнитивной психолингвистики, включающая в том числе различные языковые методы и приемы. Укрепление позитивных убеждений, намерения или создание ситуации «готовности усомниться» в убеждении за счет новых, расширяющих восприятие перспектив возможно в случаях:

1) использования убеждающих приемов и техник, представленных Р. Дилтсом (паттерны);

2) применения различных лингвистических приемов: метафор (И. В. Скрынникова, С. Б. Кураш, А. М. Амагов, Г. В. Свищёв, Дж. Лакофф, М. Джонсон, Р. Т. Кокоева, Р. Н. Thibodeau, R. K. Hendricks, L. Voroditsky); выражений с квантором всеобщности, аффирмаций и определенных языковых структур, влияющих на восприятие личности (например, формулировки с помощью слов: если бы; зато) (В. А. Болдырева).

Предложенные приемы и техники позволяют расширить «карту мира» учащегося, другими словами «смысловое поле».

Во-вторых, область применения рефрейминга в образовательном процессе в основном протекает в следующих направлениях: как техника поддержки, помощи в уменьшении тревожности, страхов на различных этапах обучения учащегося; как техника повышения самооценки, создания состояния самоутверждения. Эффективными приемами и методами по реализации этих направлений нами определены аффирмационные вмешательства (лингвистические аффирмации, установки на самоутверждение, благодарности). Все это в комплексе создает позитивное психологическое вмешательство на личность учащегося, что располагает его к преодолению трудностей, решению задач на поиск личностного смысла в ситуации выбора.

Таким образом, данное исследование вносит вклад в теорию «смысловой дидактики», расширять представления о возможностях использования смыслотехнологий в образовательном процессе с целью формирования личностно-смысловой сферы учащихся.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дилтс Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП: монография. – Санкт-Петербург: Питер, 2012. – 256 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20112947>
2. Kumar A., Supriya P. Impact of Neuro Linguistic Programming on Social Communities through Visual Kinesthetic Dissociation // International Journal of Computer Applications. – 2020. – Vol. 176 (13). – P. 40–44. DOI: <https://doi.org/10.5120 / ijca2020920101>
3. Tversky A., Kahneman D. The Framing of Decisions and the Psychology of Choice // Science, New Series. – 1981. – Vol. 211 (4481). – P. 453–458. DOI: <https://doi.org/10.1126/science.7455683>
4. Канеман Д., Тверски А. Рациональный выбор, ценности и фреймы // Психологический журнал. – 2003. – Т. 24, № 4. – С. 31–43. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17315914>
5. Mukherjee M., Ramirez R., Cuthbertson R. Strategic reframing as a multi-level process enabled with scenario research // Long Range Planning. – 2020. – Vol. 53 (5). – P. 101933. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lrp.2019.101933>



6. Luoma J., Martela F. A. Dual-processing view of three cognitive strategies in strategic decision making: Intuition, analytic reasoning, and reframing // *Long Range Planning*. – 2021. – Vol. 54 (3). – P. 102065. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lrp.2020.102065>
7. Цукарев С. С., Макурина Ю. А., Шибалева С. С. Рефрейминг как главный инструмент управления поведением работников агропромышленного комплекса в начале структурных адаптаций // *Проблемы управления (Минск)*. – 2016. – № 4. – С. 92–97. URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=26731861>
8. Болмэн Л. Д., Дил Т. Е. Рефрейминг организации: Компания как фабрика, семья, джунгли и храм: монография. – М.: Альпина Паблишер, 2012. – 625 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=19674552>
9. Молчанова Г. Г. Когнитивный рефрейминг как эффективное средство предвыборной аргументации (сопоставительный аспект) // *Вестник Московского университета. Серия 19. Лингвистика и межкультурная коммуникация*. – 2017. – № 3. – С. 7–15. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30102131>
10. Zeng W. H., Burgers C., Ahrens K. Framing metaphor use over time: ‘Free Economy’ metaphors in Hong Kong political discourse (1997–2017) // *Lingua*. – 2021. – Vol. 252. – P. 102955. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lingua.2020.102955>
11. Сокол А. Ф., Шурупова Р. В. Эффект фрейминга и его влияние на принятие решений в медицине (по концепции Д. Канемана и А. Тверски). // *Медицинский совет*. – 2017. – № 6. – С. 166–168. DOI: <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2017-6-166-168> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29430579>
12. Одегова И. Рефрейминг в детской стоматологии // *Стоматология детского возраста и профилактики*. – 2018. – Т. 18, № 5. – С. 64–66. DOI: <https://doi.org/10.25636/PMP.3.2018.5.12> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37027447>
13. Reed P. Child behaviour problems moderate effectiveness of coping strategies except for reframing for mothers of children with ASD // *Research in Autism Spectrum Disorders*. – 2020. – Vol. 76. – P. 101589. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101589>
14. Locke S. R., McKay R. C., Jung M. E. “I’m just too busy to exercise”: Reframing the negative thoughts associated with exercise-related cognitive errors // *Psychology of Sport and Exercise*. – 2019. – Vol. 43. – P. 279–287. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.03.011>
15. Одинцова И. В. Фрейм, фрейминг и рефрейминг в лингводидактике // *Мир русского слова*. – 2012. – № 1. – С. 73–80. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17854671>
16. Kudliskis V. Teaching assistants, neuro-linguistic programming (NLP) and special educational needs: ‘reframing’ the learning experience for students with mild SEN // *Pastoral Care in Education*. – 2014. – Vol. 32 (4). – P. 251–263. DOI: <https://doi.org/10.1080/02643944.2014.960533>
17. Lashkarian A., Sayadian S. The Effect of Neuro Linguistic Programming (NLP) Techniques on Young Iranian EFL Learners’ Motivation, Learning Improvement, and on Teacher’s Success // *Procedia – Social and Behavioral Sciences*. – 2015. – Vol. 199. – P. 510–516. – DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.07.540>
18. Savardelavar M., Kuan G. The use of neuro-linguistic programming as an educational-therapeutic programme: two case studies // *Education in Medicine Journal*. – 2017. – Vol. 9 (1). – P. 49–58. DOI: <https://doi.org/10.21315/eimj2017.9.1.5>
19. Kotera Y. A qualitative investigation into the experience of neuro-linguistic programming certification training among Japanese career consultants // *British Journal of Guidance & Counselling*. – 2018. – Vol. 46 (1). – P. 39–50. DOI: <https://doi.org/10.1080/03069885.2017.1320781>



20. Тамочкина О. А. Проект, фрейминг, рефрейминг, прайминг как психолого-педагогический инструментарий в модели развития творческого потенциала студентов вуза // Вестник Университета Российской академии образования. – 2019. – № 2. – С. 33–41. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39202040>
21. Keezhatta M. The Impact of Neuro-Linguistic Programming on English Language Teaching: Perceptions of NLP-Trained English Teachers // International Journal of English Linguistics. – 2019. – Vol. 9 (6). – P. 454–465. DOI: <https://doi.org/10.5539/ijel.v9n6p454>
22. Hilppö J., Stevens R. “Failure is just another try”: Re-framing failure in school through the FUSE studio approach // International Journal of Educational Research. – 2020. – Vol. 99. – P. 101494. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.10.004>
23. Леонтьев Д. А. Вызов неопределенности как центральная проблема психологии личности // Психологические исследования. – 2015. – Т. 8, № 40. – С. 2. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23593079>
24. Мироненкова Н. Н. Ассоциации и их влияние на ценностно-смысловой выбор учащихся // Историческая и социально-образовательная мысль. – 2016. – Т. 8, № 6–1. – С. 201–205. DOI: <https://doi.org/10.17748/2075-9908-2016-8-6/1-201-205> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28104408>
25. Абакумова И. В., Кагермазова Л. Ц., Ермаков П. Н. Технологии направленной трансляции смыслов в практике учебного процесса: монография. – М.: Кредо, 2016. – 234 с. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25571204>
26. Кагермазова Л. Ц., Масаева З. В., Абакумова И. В. Диалог как дидактическая инициация смыслообразования учащихся в практике образовательного процесса // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 68–3. – С. 324–328. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44325507>
27. Кагермазова Л. Ц. Смысловые коммуникации как тип взаимодействия учителя и учащихся в «Нашей новой школе» // Российский психологический журнал. – 2014. – Т. 11, № 3. – С. 49–57. DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2014.3.5> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21999073>
28. Бредихин С. Н. Когнитивно-семантическая модель параметризованной актуализации фразовой основы // Когнитивные исследования языка. – 2017. – № 30. – С. 419–422. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30280457>
29. Мантуров О. С. Стратегии воображаемого: виртуальное реальное // Ценности и смыслы. – 2015. – № 3. – С. 66–83. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23907363>
30. Alladin A. The Power of Belief and Expectancy in Understanding and Management of Depression // The American journal of clinical hypnosis. – 2013. – Vol. 55 (3). – P. 249–271. DOI: <https://doi.org/10.1080/00029157.2012.740607>
31. Гридасов А. П., Захарова Т. И., Ляндау Ю. В., Садыкова К. В., Стюрина Д. Е. Убеждения и их влияние на поведение людей // Инновации и инвестиции. – 2020. – № 3. – С. 109–112. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42764948>
32. Sawood J. S. A Threat and Violence Interventions: The Effective Application of Influence. Monograph. – Academic Press, 2021. – 192 p. DOI: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818425-7.09989-2>
33. Мироненкова Н. Н. Многоуровневая структура опыта учащегося в контексте смыслообразования // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. – 2015. – № 2. – С. 43–51. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23714774>



34. Kudliskis V. Neuro-linguistic programming and altered states: Encouraging preparation for learning in the classroom for students with special educational need // *British Journal of Special Education*. – 2013. – Vol. 40 (2). – P. 86–95. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12020>
35. Pishghadam R., Shayesteh S. Neuro-linguistic Programming (NLP) for Language Teachers: Revalidation of an NLP Scale // *Theory and Practice in Language Studies*. – 2014. – Vol. 4 (10). – P. 2096–2104. DOI: <https://doi.org/10.4304/tpls.4.10.2096-2104>
36. Hedayat N., Raissi R., Asl S. A. Neuro-linguistic programming and its implications for English language learners and teachers // *Theory and practice in language studies*. – 2020. – Vol. 10 (9). – P. 1141–1147. DOI: <https://doi.org/10.17507/tpls.1009.19>
37. Kotera Y., Sheffield D. Disney strategy for Japanese university students' career guidance: a mixed methods pilot study // *Journal of the National Institute for Career Education and Counselling*. – 2017. – Vol. 38 (1). – P. 52–61. DOI: <https://doi.org/10.20856/jnicec.3808>
38. Kotera Y., Van Gordon W. Japanese managers' experiences of neuro-linguistic programming: a qualitative investigation // *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*. – 2019. – Vol. 14 (3). – P. 174–185. DOI: <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-06-2018-0033>
39. Jain G., Gaeth G. J., Nayakankuppam D., Levin I. P. Revisiting attribute framing: The impact of number roundedness on framing // *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. – 2020. – Vol. 161. – P. 109–119. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2020.04.006>
40. Budiman A., Frankovský M., Birknerová Z., Benková E., Rajiani I. Identification of attributes of neuro-linguistic programming (NLP) structure with the focus on communication and techniques of its implementation in managerial work // *Polish Journal of Management Studies*. – 2018. – Vol. 17 (2). – P. 41–51. DOI: <https://doi.org/10.17512/pjms.2018.17.2.04>
41. Neudecker N., Esch F.-R., Schaefers T., Valussi S. Message reframing in advertising // *Psychology & Marketing*. – 2014. – Vol. 31 (11). – P. 946–957. DOI: <https://doi.org/10.1002/mar.20745>
42. Yazici G., Erdogan Z., Bulut H., Ay A., Kalkan N., Atasayar S., Yuksekkaya S. E. The Use of Complementary and Alternative Medicines Among Surgical Patients: A Survey Study // *Journal of PeriAnesthesia Nursing*. – 2019. – Vol. 34 (2). – P. 322–329. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2018.04.007>
43. Long N. J. Accept and utilize: alternative medicine, minimality, and ethics in an Indonesian healing collective // *Medical anthropology quarterly*. – 2018. – Vol. 33 (3). – P. 327–344. DOI: <https://doi.org/10.1111/maq.12448>
44. Lambert N. M., Fincham F. D., Stillman T. F. Gratitude and depressive symptoms: The role of positive reframing and positive emotion // *Cognition and Emotion*. – 2012. – Vol. 26 (4). – P. 615–633. DOI: <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.595393>
45. Armenta C. N., Fritz M. M., Lyubomirsky S. Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change // *Emotion Review*. – 2017. – Vol. 9 (3). – P. 183–190. DOI: <https://doi.org/10.1177/1754073916669596>
46. Watkins P. C., Cruz L., Holben H., Kolts R. L. Taking care of business? Grateful processing of unpleasant memories // *The Journal of Positive Psychology*. – 2008. – Vol. 3 (2). – P. 87–99. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760701760567>
47. Pillay N, Park G., Kim Y. K., Lee S. Thanks for your ideas: Gratitude and team creativity // *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. – 2020. – Vol. 156. – P. 69–81. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2019.11.005>



48. Абакумова И. В., Мироненкова Н. Н., Пеньков Д. В. Смыслотехники, обращенные к субъектному опыту обучающегося как основе его ценностно-смыслового выбора на примере математики // Российский психологический журнал. – 2019. – Т. 16, № 2. – С. 63–80. DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2019.2.4> URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41102102>
49. Ермолаева Е. В. Языковые и внеязыковые приемы в стратегиях и тактиках нейролингвистического программирования // Universum: филология и искусствоведение. – 2014. – № 11 – С. 3. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22515588>
50. Зорина Е. С., Зеленов А. А. Психологические основы смыслотехник как современных образовательных методов // Российский психологический журнал. – 2016. – Т. 13, №. 1. – С. 76–84. DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2016.1.6> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26002164>
51. Abakumova I. V., Zorina E. S. Sense-making techniques in educational process and their impact on the personal characteristics of students // International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education. – 2017. – Vol. 5 (2). – P. 41–46. DOI: <https://doi.org/10.5937/ijcrsee1702041A> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30778035>
52. Ruppert J. C., Eiroa-Orosa F. J. Positive visual reframing: a randomised controlled trial using drawn visual imagery to defuse the intensity of negative experiences and regulate emotions in healthy adults // Anales de Psicologia. – 2018. – Vol. 34 (2). – P. 368–377. DOI: <https://doi.org/10.6018/analesps.34.2.286191>
53. Яноу Д., ван Хульст М., Ткачева К., Вахштайн В. Фреймы политического: от фрейм-анализа к анализу фреймирования // Социологическое обозрение. – 2011. – Т. 10, № 1–2. – С. 87–113. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=16561057>
54. Скрынникова И. В. Манипулятивный потенциал метафоры в опосредованной политической коммуникации // Когнитивные исследования языка. – 2018. – № 34. – С. 425–428. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36423761&>
55. Кураш С. Б. Аматав А. М. Свищёв Г. В. Военная метафора в политическом дискурсе: тактика и стратегия // Научный результат. Вопросы теоретической и прикладной лингвистики. – 2018. – Т. 4, № 2. – С. 12–20. DOI: <https://doi.org/10.18413/2313-8912-2018-4-2-0-2> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35394055>
56. Лакофф Дж., Джонсон М. Метафоры, которыми мы живем: монография. М.: УРСС. – 2004. – 256 с. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=19787071>
57. Кокоева Р. Т. Терапевтическая метафора как метод в индивидуальной работе психолога // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. – С. 1562. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22878883>
58. Майданов А. С. Конструирование метафор и мифов и их истолкование // Философская мысль. – 2015. – № 4. – С. 79–225. DOI: <https://doi.org/10.7256/2409-8728.2015.4.15298> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23465518>
59. Thibodeau P. H., Hendricks R. K., Boroditsky L. How Linguistic Metaphor Scaffolds Reasoning // Trends in Cognitive Sciences. – 2017. – Vol. 21 (11). – P. 852–863. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2017.07.001>
60. Болдырева В. А. Классификация приёмов НЛП с экспликацией пространства модальности в политическом дискурсе // Профессиональная коммуникация: актуальные вопросы лингвистики и методики. – 2020. – № 13. – С. 155–162. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42585207>



61. Абакумова И. В., Годунов М. В., Гурцкой Д. А. Смысловой выбор как психологическая проблема // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». – 2019. – Т. 29, № 4. – С. 413–420. DOI: <https://doi.org/10.35634/2412-9550-2019-29-4-413-420> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41653658>
62. Шелестюк Е. В., Галушак М. В. Особенности аффирмаций как способа речевого воздействия // Вестник Курганского государственного университета. – 2019. – № 1. – С. 110–116. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36920021>
63. Cohen G. L., Sherman D. K. The psychology of change: self-affirmation and social psychological intervention // Annual review of psychology. – 2014. – Vol. 65 (1). – P. 333–371. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115137>
64. Liu C.-H., Huang P.-S. Beneficial effects of self-affirmation on motivation and performance reduced in students hungry for others' approval // Contemporary Educational Psychology. – 2019. – Vol. 56. – P. 1–13. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2018.10.008>
65. Lokhande M., Müller T. Double jeopardy – Double remedy? The effectiveness of self-affirmation for improving doubly disadvantaged students' mathematical performance // Journal of School Psychology. – 2019. – Vol. 75. – P. 58–73. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.07.006>
66. Полуйкова С. Ю. Стратегии фреймирования и рефреймирования в современном просветительском дискурсе // Филологос. – 2011. – № 4. – С. 18–27. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17702884>
67. Абакумова И. В., Годунов М. В. Смысловой диссонанс как психологическая проблема // Вестник психотерапии. – 2019. – № 72. – С. 113–131. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41576031&>
68. Zepeda C. D., Martin R. S., Butler A. C., Motivational Strategies to Engage Learners in Desirable Difficulties // Journal of Applied Research in Memory and Cognition. – 2020. – Vol. 9 (4). – P. 468–474. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2020.08.007>



DOI: [10.15293/2658-6762.2103.05](https://doi.org/10.15293/2658-6762.2103.05)

Natalya Nikolaevna Mironenkova

Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,
Department of Mathematics and Mathematical Modeling,
Platov South-Russian State Polytechnic University (NPI), Novocherkassk,
Russian Federation.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6461-930X>

E-mail: vin-mir@bk.ru (Corresponding Author)

Irina Vladimirovna Abakumova

Doctor of Psychological Sciences, Head, Dean,
Department of General and Counseling Psychology,
Faculty of Psychology, Pedagogy and Defectology,
Don State Technical University, Rostov-on-Don, Russian Federation.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2202-2588>

E-mail: abakira@mail.ru

Reframing as a didactic technology of initiating a semantic choice

Abstract

Introduction. *The article addresses the problem of developing students' value-semantic sphere by means of situations of a semantic choice as the first moment of meaning-making and application of relevant psychological technologies. The purpose of the article is to reveal the peculiarities of using reframing as a technology of initiating students' semantic choice in order to increase inner motivation and to develop their value-semantic sphere.*

Materials and Methods. *The research adopted meaning-centred and psycho-semantic approaches. The authors applied the methods of content analysis, systematic analysis, comparative analysis, terminological analysis, generalization and systematization.*

Results. *The article substantiates the necessity of using a reframing technology in the learning process. The main types of reframing that can be implemented in the context of the meaning-centred approach to learning are identified – reframing of meaning and reframing of context. The authors outline the key factors of implementing a reframing technology that affect the initiation of students' semantic choice. They include: the focus on the sensory system of the student, reliance on subjective experience of the student, use of communication (verbal and non-verbal), aspiration to the future. The authors highlight methods and techniques, including linguistic constructs, influencing the initiation of students' semantic choice.*

Conclusions. *The authors emphasize the potential of reframing in the learning process as a technology of psychological and educational support and a technology aimed at increasing students' inner motivation, thereby clarifying the specificity of reframing.*

Keywords

Reframing; Frame; Six-step mode; Sense reframing; Context reframing; Sensory system; Metaphors; Affirmations.

Acknowledgments

The reported study was funded by the RFBR (Russian Foundation for Basic Research), Project number 20-113-50264.



REFERENCES

1. Dilts R. *Sleight of Mouth. Changing beliefs with the help of NLP*. St. Petersburg: Peter, 2012. 256 p. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=20112947>
2. Kumar A., Supriya P. Impact of neuro linguistic programming on social communities through visual kinesthetic dissociation. *International Journal of Computer Applications*, 2020, vol. 176 (13), pp. 40–44. DOI: <https://doi.org/10.5120/ijca2020920101>
3. Tversky A., Kahneman D. The framing of decisions and the psychology of choice. *Science, New Series*, 1981, vol. 211 (4481), p. 453–458. DOI: <https://doi.org/10.1126/science.7455683>
4. Kahneman D., Tversky A. The rational choice, values and frames. *Psychological Journal*, 2003, vol. 24 (4), pp. 31–43. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17315914>
5. Mukherjee M., Ramirez R., Cuthbertson R. Strategic reframing as a multi-level process enabled with scenario research. *Long Range Planning*, 2020, vol. 53 (5), pp. 101933. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lrp.2019.101933>
6. Luoma J., Martela F. A dual-processing view of three cognitive strategies in strategic decision making: Intuition, analytic reasoning, and reframing. *Long Range Planning*, 2021, vol. 54 (3), pp. 102065. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lrp.2020.102065>
7. Tsukarev S. S., Makurina Yu. A., Shibaeva S. S. Reframing as the main tool of managing the behavior of agro-industrial complex employees in the beginning of structural adaptation. *Management Problems (Minsk)*, 2016, no. 4, pp. 92–97. URL: <http://elibrary.ru/item.asp?id=26731861>
8. Bolman L. D., Deal T. E. *Reframing Organizations: The company is like a factory, a family, a jungle and a temple*. Moscow: Alpina Publisher, 2012, 625 p. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=19674552>
9. Molchanova G. G. Cognitive reframing as an effective instrument of the political pre-election 2016 race (the comparative aspect). *The Bulletin of Moscow University. Series 19. Linguistics and Cross-Cultural Communication*, 2017, no. 3, pp. 7–15. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30102131>
10. Zeng W. H., Burgers C., Ahrens K., Framing metaphor use over time: ‘Free Economy’ metaphors in Hong Kong political discourse (1997–2017). *Lingua*, 2021, vol. 252, pp. 102955. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.lingua.2020.102955>
11. Sokol A. F., Shurupova R. V. Frame effect and its influence on decision-making in medicine (according to D. Kahneman and A. Tverski concept). *Medical Council (Meditsinskiy sovet)*, 2017, no. 6, pp. 166–168. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2017-6-166-168> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=29430579>
12. Odegova I. Reframing in pediatric dentistry. *Pediatric Dentistry and Dental Profilaxis*, 2018, vol. 18 (5), pp. 64–66. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.25636/PMP.3.2018.5.12> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=37027447>
13. Reed P. Child behaviour problems moderate effectiveness of coping strategies except for reframing for mothers of children with ASD. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 2020, vol. 76, pp. 101589. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rasd.2020.101589>
14. Locke S. R., McKay R. C., Jung M. E. “I’m just too busy to exercise”: Reframing the negative thoughts associated with exercise-related cognitive errors. *Psychology of Sport and Exercise*, 2019, vol. 43, pp. 279–287. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.03.011>
15. Odintsova I. V. Frame, framing and reframing in linguodidactics. *The World of Russian Word*, 2012, no. 1, pp. 73–80. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17854671>



16. Kudliskis V. Teaching assistants, neuro-linguistic programming (NLP) and special educational needs: ‘reframing’ the learning experience for students with mild SEN. *Pastoral Care in Education*, 2014, vol. 32 (4), pp. 251–263. DOI: <https://doi.org/10.1080/02643944.2014.960533>
17. Lashkarian A., Sayadian S. The effect of neuro linguistic programming (NLP) techniques on young Iranian EFL learners’ motivation, learning improvement, and on teacher's success. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 2015, vol. 199, pp. 510–516. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.07.540>
18. Savardelavar M., Kuan G. The use of neuro-linguistic programming as an educational-therapeutic programme: Two case studies. *Education in Medicine Journal*, 2017, vol. 9 (1), pp. 49–58. DOI: <https://doi.org/10.21315/eimj2017.9.1.5>
19. Kotera Y. A. qualitative investigation into the experience of neuro-linguistic programming certification training among Japanese career consultants. *British Journal of Guidance & Counselling*, 2018, vol. 46 (1), pp. 39–50. DOI: <https://doi.org/10.1080/03069885.2017.1320781>
20. Tamochkina O. A. Project, framing, reframing, priming as a psycho-pedagogical tool in the model of the development of the creative potential of university students. *Herald of the University of the Russian Academy of Education*, 2019, no. 2, pp. 33–41. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=39202040>
21. Keezhatta M. The impact of neuro-linguistic programming on English language teaching: Perceptions of NLP-trained English teachers. *International Journal of English Linguistics*, 2019, vol. 9 (6), pp. 454–465. DOI: <https://doi.org/10.5539/ijel.v9n6p454>
22. Hilppö J., Stevens R. “Failure is just another try”: Re-framing failure in school through the FUSE studio approach. *International Journal of Educational Research*, 2020, vol. 99, pp. 101494. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2019.10.004>
23. Leontiev D. A. The challenge of uncertainty as the key issue of the psychology of personality. *Psikhologicheskie Issledovaniya*, 2015, vol. 8 (40), pp. 2. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23593079>
24. Mironenkova N. N. Associations and their influence on the value-sense selection of students. *Historical and Social-Educational Idea*, 2016, vol. 8 (6/1), pp. 201–205. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.17748/2075-9908-2016-8-6/1-201-205> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28104408>
25. Abakumova I. V., Kagermazova L. Ts., Ermakov P. N. *Technologies of directional translation of meanings in the practice of the educational process*: monograph. Moscow: Kredo, 2016, 234 p. URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=25571204>
26. Kagermazova L. Ts., Masaeva Z. V., Abakumova I. V. Dialogue as a didactic initiation of sense-formation of students in the practice of the educational process. *Problems of Modern Pedagogical Education*, 2020, no. 68–3, pp. 324–328. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44325507>
27. Kagermazova L. Ts. Sense communications as a type of the interaction of the teacher and pupils in “our new school”. *Russian Psychological Journal*, 2014, vol. 11 (3), pp. 49–57. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2014.3.5> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21999073>
28. Bredikhin S. N. Cognitive-semantic model of parameterized phrase head attachment. *Cognitive Studies of Language*, 2017, no. 30, pp. 419–422. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30280457>
29. Manturov O. S. Strategy of the imaginary: The virtual real. *Values and Meanings*, 2015, no. 3, pp. 66–83. (In Russian) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23907363>



30. Alladin A. The power of belief and expectancy in understanding and management of depression. *The American Journal of Clinical Hypnosis*, 2013, vol. 55 (3), pp. 249–271. DOI: <https://doi.org/10.1080/00029157.2012.740607>
31. Gridasov A. P., Zakharova T. I., Lyandau Yu. V., Sadykova K. V., Sturina D. E. Beliefs and their influence on people's behavior. *Innovations and Investments*, 2020, no. 3, pp. 109–112. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42764948>
32. Cawood J. S. *A Threat and Violence Interventions: The effective application of influence*. Monograph. Academic Press, 2021, 192 p. DOI: <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818425-7.09989-2>
33. Mironenkova N. N. Multilevel structure of the learner's experience in the context of comprehension. *The Bulletin of Adyge State University. Series 3: Pedagogy and Psychology*, 2015, no. 2, pp. 43–51. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23714774>
34. Kudliskis V. Neuro-linguistic programming and altered states: Encouraging preparation for learning in the classroom for students with special educational need. *British Journal of Special Education*, 2013, vol. 40 (2), pp. 86–95. DOI: <https://doi.org/10.1111/1467-8578.12020>
35. Pishghadam R., Shayesteh S. Neuro-linguistic programming (NLP) for language teachers: Revalidation of an NLP Scale. *Theory and Practice in Language Studies*, 2014, vol. 4 (10), pp. 2096–2104. DOI: <https://doi.org/10.4304/tpls.4.10.2096-2104>
36. Hedayat N., Raissi R., Asl S. A. Neuro-linguistic programming and its implications for English language learners and teachers. *Theory and Practice in Language Studies*, 2020, vol. 10 (9), pp. 1141–1147. DOI: <https://doi.org/10.17507/tpls.1009.19>
37. Kotera Y., Sheffield D. Disney strategy for Japanese university students' career guidance: A mixed methods pilot study. *Journal of the National Institute for Career Education and Counselling*, 2017, vol. 38 (1), pp. 52–61. DOI: <https://doi.org/10.20856/jnicec.3808>
38. Kotera Y., Van Gordon W. Japanese managers' experiences of neuro-linguistic programming: A qualitative investigation. *The Journal of Mental Health Training, Education and Practice*, 2019, vol. 14 (3), pp. 174–185. DOI: <https://doi.org/10.1108/JMHTEP-06-2018-0033>
39. Jain G., Gaeth G. J., Nayakankuppam D., Levin I. P. Revisiting attribute framing: The impact of number roundedness on framing. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2020, vol. 161, pp. 109–119. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2020.04.006>
40. Budiman A., Frankovský M., Birknerová Z., Benková E., Rajiani I. Identification of attributes of neuro-linguistic programming (NLP) structure with the focus on communication and techniques of its implementation in managerial work. *Polish Journal of Management Studies*, 2018, vol. 17 (2), pp. 41–51. DOI: <https://doi.org/10.17512/pjms.2018.17.2.04>
41. Neudecker N., Esch F.-R., Schaefers T., Valussi S. Message reframing in advertising. *Psychology & Marketing*, 2014, vol. 31 (11), pp. 946–957. DOI: <https://doi.org/10.1002/mar.20745>
42. Yazici G., Erdogan Z., Bulut H., Ay A., Kalkan N., Atasayar S., Yuksekkaya S. E. The use of complementary and alternative medicines among surgical patients: A survey study. *Journal of PeriAnesthesia Nursing*, 2019, vol. 34 (2), pp. 322–329. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jopan.2018.04.007>
43. Long N. J. Accept and utilize: Alternative medicine, minimality, and ethics in an Indonesian healing collective. *Medical Anthropology Quarterly*, 2018, vol. 33 (3), pp. 327–344. DOI: <https://doi.org/10.1111/maq.12448>
44. Lambert N. M., Fincham F. D., Stillman T. F. Gratitude and depressive symptoms: The role of positive reframing and positive emotion. *Cognition and Emotion*, 2012, vol. 26 (4), pp. 615–633. DOI: <https://doi.org/10.1080/02699931.2011.595393>



45. Armenta C. N., Fritz M. M., Lyubomirsky S. Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change. *Emotion Review*, 2017, vol. 9 (3), pp. 183–190. DOI: <https://doi.org/10.1177/1754073916669596>
46. Watkins P. C., Cruz L., Holben H., Kolts R. L. Taking care of business? Grateful processing of unpleasant memories. *The Journal of Positive Psychology*, 2008, vol. 3 (2), pp. 87–99. DOI: <https://doi.org/10.1080/17439760701760567>
47. Pillay N, Park G., Kim Y. K., Lee S. Thanks for your ideas: Gratitude and team creativity. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 2020, vol. 156, pp. 69–81. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.obhdp.2019.11.005>
48. Abakumova I. V., Mironenkova N. N, Penkov D. V. Meaning techniques oriented towards students' subjective experience as the basis for their value-meaning choices: A case of studies in mathematics. *Russian Psychological Journal*, 2019, vol. 16 (2), pp. 63–80. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2019.2.4> URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=41102102>
49. Ermolaeva E. V. linguistic and extralinguistic devices in the strategies and tactics of neuro-linguistic programming. *Universum: Philology and Art History*, 2014, no. 11, pp. 3. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22515588>
50. Zorina E. S., Zelenov A. A. Psychological bases of sense techniques as modern educational methods. *Russian Psychological Journal*, 2016, vol. 13 (1), pp. 76–84. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.21702/rpj.2016.1.6> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26002164>
51. Abakumova I. V., Zorina E. S. Sense-making techniques in educational process and their impact on the personal characteristics of students. *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education*, 2017, vol. 5 (2), pp. 41–46. DOI: <https://doi.org/10.5937/ijcrsee1702041A> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30778035>
52. Ruppert J. C., Eiroa-Orosa F. J. Positive visual reframing: A randomised controlled trial using drawn visual imagery to defuse the intensity of negative experiences and regulate emotions in healthy adults. *Anales de Psicologia*, 2018, vol. 34 (2), pp. 368–377. DOI: <https://doi.org/10.6018/analesps.34.2.286191>
53. Yanow D., van Hulst M., Tkacheva K., Vakhshayn V. The political/process promise of policy framing. *Russian Sociological Review*, 2011, vol. 10, no. 1-2, pp. 87-113. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=16561057>
54. Skrynnikova I. V., Manipulative potential of metaphor in mediated communication. *Cognitive Studies of Language*, 2018, no. 34, pp. 425–428. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36423761&>
55. Kurash S. B., Amatov A. M., Svishchev G. V. Military metaphor in political discourse: Tactics and strategy. *Research result. Theoretical and Applied Linguistics*, 2018, vol. 4 (2), pp. 12–20. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.18413/2313-8912-2018-4-2-0-2> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=35394055>
56. Lakoff J., Johnson M. *Metaphors we live by*: Monograph. Moscow: URSS, 2004, 256 p. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=19787071>
57. Kokoeva R. T. Therapeutic metaphor as a method in individual work of psychologist. *Modern Problems of Science and Education. Surgery*, 2014, no. 6, p. 1562. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22878883>
58. Maidanov A. S. Construction of metaphors and myths and their interpretation. *Philosophical Thought*, 2015, no. 4, pp. 79–225. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.7256/2409-8728.2015.4.15298> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23465518>



59. Thibodeau P. H., Hendricks R. K., Boroditsky L. How linguistic metaphor scaffolds reasoning. *Trends in Cognitive Sciences*, 2017, vol. 21 (11), pp. 852–863. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2017.07.001>
60. Boldyreva V. A. Classification of NLP techniques with explication of modality space in political discourse. *Professional Communication: Topical Issues of Linguistics and Methodology*, 2020, no. 13, pp. 155–162. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=42585207>
61. Abakumova I. V., Godunov M. V., Gurtskoy D. A. Meaning choice as a psychological problem. *Bulletin of Udmurt University. Series Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2019, vol. 29 (4), pp. 413–420. (In Russian) DOI: <https://doi.org/10.35634/2412-9550-2019-29-4-413-420> URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41653658>
62. Shelestyuk E. V., Galushchak M. V. Features of affirmations as a method of verbal exposure. *Bulletin of the Kurgan State University*, 2019, no. 1, pp. 110–116. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36920021>
63. Cohen G. L., Sherman D. K. The psychology of change: Self-affirmation and social psychological intervention. *Annual Review of Psychology*, 2014, vol. 65 (1), pp. 333–371. DOI: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-010213-115137>
64. Liu C.-H., Huang P.-S. Beneficial effects of self-affirmation on motivation and performance reduced in students hungry for others' approval. *Contemporary Educational Psychology*, 2019, vol. 56, pp. 1–13. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2018.10.008>
65. Lokhande M., Müller T. Double jeopardy – Double remedy? The effectiveness of self-affirmation for improving doubly disadvantaged students' mathematical performance. *Journal of School Psychology*, 2019, vol. 75, pp. 58–73. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2019.07.006>
66. Poluikova S. Yu. Strategies of framing and reframing in the modern educational discourse. *Filologos*, 2011, no. 4, pp. 18–27. (In Russian) URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=17702884>
67. Abakumova I. V., Godunov M. V. Meaning dissonance as a psychological problem. *Bulletin of Psychotherapy*, 2019, no. 72, pp. 113–131. (In Russian) URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41576031&>
68. Zepeda C. D., Martin R. S., Butler A. C., Motivational strategies to engage learners in desirable difficulties. *Journal of Applied Research in Memory and Cognition*, 2020, vol. 9 (4), pp. 468–474. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jarmac.2020.08.007>

Submitted: 23 March 2021

Accepted: 10 May 2021

Published: 30 June 2021



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. (CC BY 4.0).