

УДК 159.943

НОСКО Л. А.

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ

РЕФЛЕКСІЯ ЯК ОСОБЛИВА ПСИХІЧНА РЕАЛЬНІСТЬ

У статті розглянуто поняття рефлексії як особливої психічної реальності. Висвітлено уявлення вчених про рефлексію. Підкреслюється, що рефлексія є синтетичною психічною реальністю, яка є одночасно процесом, властивістю і станом. Наголошується, що саме включення рефлексивних функцій у діяльність ставить її суб'єкта у позицію дослідника відносно власної діяльності і не зводиться до жодної з них. Рефлексія являє собою реконструкцію та проектування свого «Я», життєвого шляху й у підсумку – життя людини. Рефлексивне мислення розглядається як процес, що здійснюється на основі знання суб'єктом логічних законів зв'язку об'єкта з направленою на нього дією і на основі усвідомлення необхідності такого зв'язку.

Ключові слова: життєвий шлях, психічна реальність, реконструкція та проектування свого «Я», рефлексивне мислення, рефлексивні функції, рефлексія, форми рефлексії.

Постановка проблеми. Рефлексія – найбільш цікаве та загадкове психічне явище, яке своєю унікальністю привертає до себе увагу багатьох дослідників, проте залишається мало дослідженим. Загалом складно виділити загально прийняту концепцію, котра б презентувала цілісне уявлення про це психічне явище та мала б у своєму арсеналі його пояснювальну схему. Розмаїття ж методологічних підходів до дослідження рефлексії породжують різноманітність та слабку структурованість цього поняття, що й актуалізує подальші розвідки науковців у цьому напрямку. Саме тому ця проблематика і стала темаю нашого дослідження.

Так як психічна активність людини неможлива поза рефлексією, здатність до рефлексії стає одним з найважливіших суб'єктних атрибутів людини, а здібність до рефлексії стає однією з найважливіших професійно важливих якостей особистості, професійна діяльність якої включає у свою структуру рефлексію (наприклад, психологічна, педагогічна, управлінська діяльність тощо). Здібність до рефлексії (або рефлексивність) має індивідуальну міру вираженості, континуальність і варіативність. Такий підхід до дослідження рефлексії як особливої психічної реальності

уможливорює структурувати її, що дозволяє застосовувати арсенал психодіагностичних методів та отримувати емпіричні дані для подальшого наукового узагальнення. Крім того, для побудови цілісної психологічної теорії рефлексії, вважаємо за необхідне виокремити параметри дослідження рефлексії у різних психологічних підходах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У науковій літературі існує багато поглядів щодо розуміння поняття рефлексії. Одні науковці розглядають її як одну зі здатностей мислення, спрямовану на вирішення завдань різного рівня структурної складності, що відображає логіку розгортання діяльності (Ю. Н. Кулюткін, Г. С. Сухобська, Ю. А. Агачева, О. Ю. Воронова та ін.). Інші пов'язують психологічний феномен рефлексії саме з професійною діяльністю (С. Грант, П. Кербі, Ч. Тедлі, А. Том, Д. Холтон, А. І. Троянська та ін.).

М. М. Кашапов, С. В. Кондратьєв, В. А. Кривошеев та ін. розглядають рефлексію як функцію людини – «експерта по комунікації», стимулюючи синхронну рефлексію, що супроводжує дії, ніби обслуговує їх, тобто збігається з ними за часом.

О. Е. Лебедев, Л. А. Регуш, Д. Бланк та ін. розглядають рефлексію як функцію людини – «експерта-проектувальника».

Метою нашої статті став аналіз психологічних уявлень про рефлексію як особливу психічну реальність людини.

Виклад основного матеріалу дослідження. Рефлексія – це акт свідомості людини, звернений на своє пізнання.

Рефлексія розглядається як мисленнєвий (раціональний) процес, спрямований на аналіз, розуміння, усвідомлення себе. Власні почуття, стани, емоції є важливим предметом рефлексії. Рефлексія забезпечує здатність розуміти власні емоційні стани й орієнтуватися у своєму емоційному досвіді.

За допомогою рефлексії людина виходить за межі природного спонування. Рефлектуючи, вона порівнює таке спонування не тільки з засобами його задоволення, але і ці засоби, а також і самі спонування як один з одним, так і з цілями свого існування. Коли ж рефлексія закінчена, вона або віддається задоволенню спонування, або зупиняє задоволення і відмовляється від нього.

Здатність до рефлексії можна розуміти як уміння реконструювати й аналізувати план побудови власної чи чужої думки; як

уміння виділяти у цьому плані його склад і структуру, а потім об'єктивувати їх, опрацьовувати відповідно поставлених цілей.

Рефлексивність виступає як мета-здатність, що входить до когнітивної підструктури психіки, виконуючи регулятивну функцію для всієї системи, а рефлексивні процеси – як «процеси третього порядку» (вважаючи процесами першого порядку когнітивні, емоційні, вольові, мотиваційні, а другого порядку – синтетичні та регулятивні). Рефлексія являє собою найвищий за рівнем інтегрованості процес; вона одночасно є способом і механізмом виходу системи психіки за власні межі, що детермінує пластичність й адаптивність особистості.

У цьому підході рефлексія є синтетичною психічною реальністю, яка є одночасно процесом, властивістю і станом. Рефлексія – це одночасно і властивість, унікально притаманна лише людині, і стан усвідомлення чогось, і процес репрезентації психіці свого власного змісту.

Багато авторів указують на те, що саме включення рефлексивних функцій у діяльність ставить суб'єкта у позицію дослідника відносно власної діяльності і не зводиться до жодної з них.

Рефлексію часто пов'язують з інтроспекцією. Один з родоначальників методу інтроспекції англійський філософ Дж. Локк вважав, що існують два джерела всіх людських знань: перше – це об'єкти зовнішнього світу; друге – діяльність власного розуму.

На об'єкти зовнішнього світу люди спрямовують свої зовнішні почуття й у результаті отримують враження (або ідеї) про зовнішні речі. Діяльність же розуму, до якої Дж. Локк зараховував мислення, сумнів, віру, міркування, пізнання, бажання, пізнається за допомогою особливого внутрішнього почуття – рефлексії. Рефлексія, за Дж. Локком, – це «спостереження, якому розум піддає свою діяльність». Він указував на можливість «подвоєння» психіки, виділяючи у ній два рівні: перший – сприйняття, думки, бажання; другий – спостереження чи споглядання структур першого рівня. У зв'язку з цим під інтроспекцією часто розуміють метод вивчення властивостей і законів свідомості за допомогою рефлексивного спостереження. Іншими словами, всяка рефлексія, спрямована на вивчення закономірностей, властивих психіці кожної людини, є інтроспекцією, а, у свою чергу, індивідуальне самоспостереження, що не має такої мети, – тільки рефлексією.

Психологічною концепцією, у якій рефлексії відводиться провідна роль у самодетермінації людини, є суб'єктно-діяльний підхід С. Л. Рубінштейна. Він підкреслював, що «виникнення свідомості пов'язане з виділенням із життя і безпосереднього переживання рефлексії на навколишній світ і на самого себе».

З поняттями «рефлексія» і «самосвідомість» С. Л. Рубінштейн пов'язував визначення особистості. Даючи різні визначення особистості, він указував: «Особистість в її реальному бутті, в її самосвідомості є те, що людина, усвідомлюючи себе як суб'єкта, називає своїм «Я». «Я» – це особистість у цілому, в єдності усіх сторін буття, відображена у самосвідомості ... Особистістю, як ми бачимо, людина не народжується; особистістю вона стає. Тому, щоб зрозуміти шлях свого розвитку, людина повинна його розглядати у певному аспекті: чим я був? – Що я зробив? – Ким я став?». Усі три позиції «Я», які знаходяться у центрі розуміння особистості С. Л. Рубінштейном, є, безсумнівно, рефлексивними. У цій концепції рефлексія має не тільки функції аналізу того, що було, але й являє собою реконструкцію та проектування свого «Я», життєвого шляху й у підсумку – життя людини [6].

Окремо стоїть методологічна позиція Ж. Піаже, останні роботи якого присвячені також вивченню розвитку рефлексивного мислення у людини, зокрема її здатності до рефлексивної абстракції [4]. Ж. Піаже трактує рефлексивне мислення як процес, що здійснюється на основі знання суб'єктом логічних законів зв'язку об'єкта з направленою на нею дією і на основі усвідомлення необхідності такого зв'язку. Усвідомлення являє собою процес концептуалізації, тобто реконструкції схеми дії та перетворення її у поняття. Механізм такого роду усвідомлення пов'язаний із фізичною та логіко-математичною абстракціями. Перша (емпірична) забезпечує змістовно-предметне наповнення концепту, а друга (власне рефлексивна – як відображена від безпосередньої дії) здійснює схематичну реконструкцію цього змісту і його розвиток у поняття у процесі інтеріоризації. Періодизація онтогенезу рефлексивного мислення розглядається Ж. Піаже за аналогією з періодизацією розвитку інтелекту людини. На його думку, логічний зв'язок об'єкта і дії стає цілком рефлексивним лише на стадії формальних операцій [4].

Рефлексія є необхідною умовою продуктивності процесу спільно розподіленої мисленнєвої діяльності [3]. Звернення до

досвіду і результатів, отриманих іншими людьми, необхідно для досягнення об'єктивності оцінки результатів, отриманих у власному досвіді. Людина не просто присвоює знайдене, а тому уже соціально апробоване вирішення проблем, а сам стає творцем нового оригінального продукту. Природньо, у таких випадках людина потребує соціальної апробації отриманих нею результатів, психологічно приймаючої форму звернення до іншої людини з метою верифікації результатів. Таким чином, повноцінний акт продуктивного мислення вимагає рефлексії як адекватної самооцінки результатів з позиції іншої людини [3].

Рефлексія виступає однією з головних характеристик творчості. Людина стає для самої себе об'єктом управління, з чого випливає, що рефлексія як «дзеркало», що відображає всі зміни, що відбуваються у ньому, стає основним засобом саморозвитку, умовою і способом особистісного зростання.

Наявність рефлексії дозволяє людині свідомо планувати, регулювати і контролювати своє мислення (зв'язок із саморегуляцією мислення); дозволяє оцінювати не тільки істинність думок, а й їх логічну правильність; рефлексія дозволяє знайти вирішення завдань, які без її застосування рішенням не піддаються.

На сучасному етапі розвитку педагогічних і психологічних наук багато уваги приділяється рефлексії. Розвиток рефлексії необхідно починати з самих перших кроків формування професійних якостей, тому по відношенню до всіх інших якостей рефлексивність виступає як координуючий, організуючий та інтегруючий початок. Ступінь її сформованості проявляється у тому, наскільки суб'єкт діяльності є у змозі скоординувати та зінтегрувати всі інші свої якості для ефективної реалізації професійної діяльності.

Стан рефлексування – на противагу практично всім іншим психічним станам – принципово не має власного змісту. Однак це форма, яка безпосередньо пов'язана з механізмом усвідомлення: саме тому рефлексія – форма, що сама стає змістом; таким змістом і виступає усвідомлення, презентування свого «внутрішнього світу» собі ж самому.

Рефлексія як психічний стан завжди похідна від деякого іншого стану (або іншого «об'єкту рефлексувань»), це завжди «вторинний» стан, стан другого порядку відносно того, що підлягає рефлексуванню [2].

Найбільш загальними способами процесу рефлексії є вираження упевненості, припущення, сумнівів, питань. При цьому всі види рефлексії активізуються за умови створення установки спостерігати й аналізувати власне пізнання, поведінку і розуміння цієї поведінки іншими.

Виділено різні рівні рефлексії залежності від ступеня складності рефлектованого змісту:

- 1-й рівень – включає рефлексивну оцінку особистістю актуальної ситуації, оцінку своїх думок і почуттів у цій ситуації, а також оцінку поведінки у ситуації іншої людини;
- 2-й рівень передбачає побудову суб'єктом судження щодо того, що відчувала інша людина у тій же ситуації, що вона думала про ситуацію і про самого суб'єкта;
- 3-й рівень уключає уявлення думок іншої людини про те, як вона сприймається суб'єктом, а також уявлення про те, як інша людина сприймає думку суб'єкта про самого себе;
- 4-й рівень містить у собі уявлення про сприйняття іншою людиною думки суб'єкта з приводу думок іншою про поведінку суб'єкта у тій чи іншій ситуації.

Рефлексія власної діяльності суб'єкта розглядається у трьох основних формах залежності від функцій, які вона виконує у часі: ситуативна, ретроспективна і перспективна рефлексія.

У плані регуляції діяльності рефлексія виступає як системний механізм, представлений як мета-процес, мета-якість та мета-стан, що виконує інтегруючу і диференціюючу функції.

Інтегруюча функція рефлексії розкривається у співорганізації інших процесів, що регулюють діяльність, що стоять на нижчих щаблях ієрархії, інтеграції інших якостей особистості у цілісні синтези.

Диференціююча функція рефлексії забезпечує можливість людської психіки виділяти у собі самій певні властивості і репрезентувати їх як «власні», якісно специфічні.

Рефлексія може бути професійно важливою якістю діяльності, дозволяючи усвідомлено породжувати, розвивати у собі так звані «сильні» якості та інгібувати прояви «небажаних» для себе властивостей, тим самим формуючи неповторний і своєрідний індивідуальний стиль діяльності.

Ситуативна рефлексія виступає у вигляді «мотивувань» і «самооцінок» і забезпечує безпосередню включеність суб'єкта у

ситуацію, осмислення її елементів, аналіз того, що відбувається у даній момент, тобто здійснюється рефлексія «тут і тепер». Розглядається здатність суб'єкта співвідносити з предметною ситуацією власні дії, координувати, контролювати елементи діяльності відповідно до мінливих умов.

Ретроспективна рефлексія слугує аналізу та оцінці вже виконаної діяльності, подій, що мали місце у минулому. Рефлексивна робота спрямована на більш повне усвідомлення, розуміння і структурування отриманого у минулому досвіду, зачіпаються передумови, мотиви, умови, етапи та результати діяльності чи її окремі етапи. Ця форма може слугувати виявленню можливих помилок, пошуку причин власних невдач та успіхів.

Перспективна рефлексія включає у себе роздум про майбутню діяльність, уявлення про хід діяльності, планування, вибір найбільш ефективних способів, що конструюються на майбутнє.

Суб'єкт діяльності може бути представлений як окремим індивідом, так і групою. Виходячи з цього, описуються внутрішньо-суб'єктні та міжсуб'єктні форми рефлексії. У внутрішньо-суб'єктних формах розрізняють: коригувальну; виборчу; доповнюючу. Коригувальна рефлексія виступає засобом адаптації обраного способу до конкретних умов. За допомогою вибіркової рефлексії проводиться вибір одного, двох чи більше способів вирішення завдання. За допомогою доповнюючої рефлексії проводиться ускладнення обраного способу шляхом додавання до нього нових елементів. Міжсуб'єктні форми представлені: кооперативною; змагальною; протидіючою рефлексією. Кооперативна рефлексія забезпечує об'єднання двох чи більше суб'єктів для досягнення ними спільної мети. Змагальна рефлексія слугує для самоорганізації суб'єктів в умовах їх змагання чи суперництва. Протидіюча рефлексія виступає засобом боротьби двох чи більше суб'єктів за переважання чи завоювання чогось.

Академік М. К. Тутушкіна розкриває зміст поняття рефлексії, виходячи з характеру її функцій, – конструктивної та контрольної. З позиції конструктивної функції рефлексія – це процес пошуку та встановлення мисленнєвих зв'язків між існуючою ситуацією та світоглядом особистості у даній області; активізація рефлексії для включення її у процеси саморегуляції у діяльності, спілкуванні та поведінці. З позиції контрольної функції, рефлексія – це процес налагодження, перевірки та використання зв'язків між

існуючою ситуацією та світоглядом особистості у даній області; механізм відображення або використання результатів відбиття для самоконтролю у діяльності чи спілкуванні.

Також виділяють три форми рефлексії, що різняться за об'єктом роботи: рефлексія в області самосвідомості; рефлексія способу дії; рефлексія професійної діяльності, причому, перші дві форми є основою для розвитку і формування третьої форми.

Рефлексія в області самосвідомості – це така форма рефлексії, яка безпосередньо позначається на сформованості сенситивної здібності людини. Вона має три рівні:

- перший рівень пов'язаний з відображенням і подальшим самостійним конструюванням особистісних смислів;
- другий рівень пов'язаний з усвідомленням себе як самостійної особистості, відмінної від інших;
- третій рівень передбачає усвідомлення себе як суб'єкта комунікативного зв'язку, аналізуються можливості та результати власного впливу на оточуючих.

Рефлексія способу дії – це аналіз технологій, які застосовує особистість для досягнення тих чи інших цілей. Рефлексія способу дії відповідальна за правильне використання тих принципів дій, з якими людина уже знайома. Цей аналіз являє собою рефлексію (у чистому вигляді) як її уявляють у класичній психології, коли безпосередньо після якогось учинку рефлексуючий аналізує схему дії, власні відчуття, результати і робить висновки про досконалість і недоліки.

Висновки. Проблематика рефлексії широко представлена у працях психологів. Наявність різних підходів до визначення поняття рефлексії, взаємна критика дослідників сприяли розвитку й уточненню уявлень про рефлексію. Переконані, що потреба у рефлексії виникає тоді, коли з'являються сумніви в обґрунтованості вихідних посилок. Рефлексія проявляється у здатності суб'єкта до самоаналізу та осмислення підстав своїх дій, системи своїх відносин з навколишнім світом.

Рефлексія розуміється нами як універсальний спосіб аналізу свідомості, джерело адекватного самопізнання, збагачення пізнавальної діяльності, свідомого її контролю.

У той же час розмаїття трактувань рефлексії, класифікацій підходів до її вивчення не протистоять один одному, а різняться залежно від того, під яким кутом зору розглядається питання.

Науковці відмічають дифузність та складність структурування явища рефлексії. Проте, якщо розглядати рефлексію як інтегральне психічне утворення, зникає спірність і проблематичність об'єднання різних класифікацій.

Список використаних джерел

1. Андреева Г. М. Современная социальная психология на Западе / Г. М. Андреева. – М., 1978. – С. 249–257.
2. Карпов А. В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А. В. Карпов. – М.: ИП РАН, 2004. – 422 с.
3. Кулюткин Ю. Н. Ценностные ориентиры и когнитивные структуры в деятельности учителя / Ю. Н. Кулюткин, В. П. Бездухов. – Самара, 2002. – 400 с.
4. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Ж. Пиаже. – М.: Просвещение, 1969. – 658 с.
5. Практическая психология: Учебник / Под редакцией М. К. Тутушкиной. – 4-е изд., перераб., доп. – СПб: Издательство «Дидактика Плюс», 2001. – 368 с.
6. Рубинштейн С. Л. Человек и мир / С. Л. Рубинштейн // Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1973. – С. 347 – 348.
7. Троянская А. И. Профессиональная рефлексия личности в мире этнической культуры: Монография / А. И. Троянская. – Ижевск: УдГУ, 2011. – 119 с.

Spysok vykoristanyh dzherel

1. Andreeva G. M. Sovremennaya social'naya psihologiya na Zapade / G. M. Andreeva. – М., 1978. – S. 249 – 257.
2. Karpov A. V. Psihologiya reflektivnyh mekhanizmov deyatel'nosti / A. V. Karpov. – М.: IP RAN, 2004. – 422 s.
3. Kulyutkin YU. N. Cennostnye orientiry i kognitivnye struktury v deyatel'nosti uchitelya / YU. N. Kulyutkin, V. P. Bezduhov. – Samara, 2002. – 400 s.
4. Piazhe ZH. Izbrannyye psihologicheskie trudy / ZH. Piazhe. – М.: Prosveshchenie, 1969. – 658 s.
5. Prakticheskaya psihologiya: Uchebnyk / Pod redakciej M. K. Tutushkinoj. – 4-e izd., pererab., dop. – SPb: Izdateľ'stvo «Didaktika Plyus», 2001. – 368 s.
6. Rubinshtejn S. L. Chelovek i mir / S. L. Rubinshtejn // Problemy obshchej psihologii. – М.: Pedagogika, 1973. – S. 347 – 348.
7. Troyanskaya A. I. Professional'naya refleksiya lichnosti v mire etnicheskoj kul'tury: Monografiya / A. I. Troyanskaya. – Izhevsk: UdGU, 2011. – 119 s.

НОСКО Л. А.

РЕФЛЕКСИЯ КАК ОСОБАЯ ПСИХИЧЕСКАЯ РЕАЛЬНОСТЬ

В статье рассмотрено понятие рефлексии как особой психической реальности. Освещены представления ученых о рефлексии. Подчеркивается, что рефлексия является синтетической психиче-

ской реальностью, которая является одновременно процессом, свойством и состоянием. Отмечается, что именно включение рефлексивных функций в деятельность ставит ее субъекта в позицию исследователя относительно собственной деятельности и не сводится к одной из них. Рефлексия представляет собой реконструкцию и проектирование своего «Я», жизненного пути и в итоге – жизни человека. Рефлексивное мышление рассматривается как процесс, осуществляемый на основе знания субъектом логических законов связи объекта с направленным на него действием и на основе осознания необходимости такой связи.

Ключевые слова: жизненный путь, психическая реальность, реконструкция и проектирование своего «Я», рефлексивное мышление, рефлексивные функции, рефлексия, формы рефлексии.

NOSKO L. A.

REFLEXES AS A SPECIAL PSYCHIC REALITY

The article deals with the concept of reflection as a special psychic reality. Lighting performance reflection of scientists. It is emphasized that the reflection is a synthetic psychic reality, which is both a process and a state property. It is noted that it is the inclusion of reflective function in the work puts her in the position of the subject of the researchers about their own activities and can not be reduced to one of them. Reflection is the renovation and design of the «I» of the life and in the end – of life. Reflective thinking is seen as a process, effected on the basis of knowledge of the subject logical laws regard the object aimed at it, and the action on the basis of awareness of the need for such communication. It is argued that reflection is a prerequisite for the performance of the joint distribution activities. Appeal to the experience and results obtained by other people, it is necessary to achieve the objective assessment of the results obtained through personal experience. It is emphasized that the reflection one of the chief characteristics of creativity. Availability of reflection allows a person to consciously plan, regulate and control their thinking (communication with self-regulation of thinking); It allows to evaluate not only the truth of thoughts, but their logic is correct; Reflection allows us to find solutions of problems, which, without use of the decisions can not be.

Keywords: career, psychic reality, reconstruction and design of the «I», reflective thinking, reflective function, reflection, shape, reflection.

Стаття надійшла до редколегії 12.01.2015 року.