

Іллющенко С. Ю. ад'юнкт кафедри суспільних наук,
Національний університет оборони України
імені Івана Черняхівського
<http://orcid.org/0000-0002-5963-8020>

ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЗМІСТ ФЕНОМЕНА РЕФЛЕКСІЇ ЯК ВЛАСТИВОСТІ, ПРОЦЕСУ, СТАНУ

У статті представлений теоретичний аналіз поняття рефлексії і суміжних з нею понять у контексті психологічного знання. Розглянуто історичний аспект дослідження рефлексії в психології, проведено аналіз наукової літератури з проблеми дослідження, показано різноманіття форм рефлексії та підходів до її розгляду. Обґрунтовано значущість положення про можливість і необхідність вивчення рефлексії не тільки як психічної властивості, що має індивідуальну міру виразності, а й як процесу і стану.

Ключові слова: рефлексія; рефлексивність; румінація; рефлексивний аналіз; самоаналіз; рефлексивний ранг.

Вступ.

Актуальність теми обумовлена безпрецедентною складністю феномена рефлексії, наявності великої кількості підходів до його вивчення, що виражається у відсутності єдиної системи класифікації форм, видів і рівнів організації рефлексивної активності, які відображають різні її аспекти.

Важливість оволодіння рефлексивною компетентністю в професійній діяльності підкреслюється багатьма дослідниками, оскільки вона сприяє адекватній самореалізації фахівця через пізнання власних можливостей, якостей, і як наслідок, їх розвиток. Крім того, рефлексія відіграє важливу роль не тільки в професійній сфері, але і в багатьох інших сферах діяльності людини, сприяючи формуванню у неї цілісного бачення дійсності, в яку включений сам суб'єкт. Саме рефлексія дозволяє зробити процеси пізнання, самопізнання і життєтворчості більш цілеспрямованими і якісними.

Мета статті – дослідити психологічний зміст поняття рефлексії як властивості, процесу і стану.

Теоретичні підґрунтя.

Проблемі рефлексії серед вітчизняних і зарубіжних науковців приділяли увагу А. Буземан, Л. Виготський, В. Знаков,

А. Карпов, З. Карпенко, М. Клементьєва, В. Лефєвр, О. Савченко, І. Семенов, П. Тейяр де Шарден, А. Фурман, Г. Щедровицький та інші. У працях зазначених вчених визначається сутність поняття рефлексії, а також розглядаються основні аспекти розвитку і сучасного стану психології рефлексії.

Методи дослідження. Оглядово-аналітичне дослідження наукових джерел, синтез та інтроспекція.

Результати і обговорення.

Серед різних напрямків, що сформувалися в психології у першій половині ХХ століття, склалося неоднозначне ставлення до аспектів рефлексії – від повного заперечення необхідності дослідження цієї проблеми в контексті психологічного знання до визнання її основним психологічним методом [6, 22]. При цьому була відсутня не тільки єдина система поглядів на структуру рефлексивних процесів, але і не було визначено конвенційного поняття рефлексивної функції. Це було пов'язано, перш за все, з кризою методологічної психології В. Вунда, яка багатьом психологам на початку ХХ століття здавалась квазіпроблемою. Такий підхід призвів до того, що розуміння психології як науки про свідомість протиставлялося

Питання психології

розуміння її як науки про поведінкові реакції, що фіксуються на засадах позитивізму. Саме підходи до визначення ролі свідомості, які існували в рамках різних психологічних теорій, зумовили дві протилежні тенденції в розвитку проблематики рефлексії в психології початку ХХ століття. Перша тенденція пов'язана з розвитком біхевіоризму [6, 22], який взагалі відмовився від такої категорії, як свідомість, а, отже, і від поняття рефлексії. Друга виникла в результаті розвитку таких напрямків, як гештальтпсихологія, фрейдизм, гуманістична психологія, які критикували біхевіоризм за заперечення ролі свідомості в регуляції поведінки людини і проявляли інтерес до вивчення рефлексії як особливої психічної реальності.

Поняття «рефлексія» ввів французький біолог, гуманіст, філософ і теолог, послідовник концепції «християнського еволюціонізму» П. Тейяр де Шарден. У своїй праці «Феномен людини» він так сформулював це поняття: рефлексія – це «набуте свідомістю вміння сконцентруватися на самому собі та оволодіти самим собою як предметом, що володіє специфічною стійкістю та своїм специфічним значенням – здатність вже не просто пізнавати, а пізнавати самого себе; не просто знати, а знати, що знаєш» [15, 67]. Шарден вважав, що виникнення рефлексії – це можливість поглянути на самого себе. Він підкреслював, що рефлексія – це унікальна здатність, яка взагалі і робить людину людиною: «рефлексує створіння в силу самого концентрування на самому собі миттєво стає здатним розвинути в новій сфері. У дійсності – це виникнення нового світу. Абстракція, логіка, осмислений вибір та винахідливість, математика, мистецтво, розраховане сприйняття простору та тривалістю, тривоги та мрії про кохання... Вся ця діяльність внутрішнього життя є дещо інше, як збудження знов створеного центра (центра рефлексії), спалахуючого у самому собі» [15, 107]. Отже, без рефлексії було б

неможливим виникнення власне людської психіки, думки, розуму.

Психологічне вивчення рефлексії починається дослідженнями А. Буземана (1925, 1926 рр.). Він першим запропонував виділити розвідки з рефлексії в особливу область - «психологію рефлексії». В трактуванні А. Буземана рефлексія – це «перенесення переживань із зовнішнього світу на самого себе» [6, 22].

У другій половині ХХ століття у вітчизняній психології переважний розвиток проблематики рефлексії отримує в роботах послідовників С. Рубінштейна та Л. Виготського, які теоретично обґрунтували рефлексію як пояснювальний принцип функціональної організації людської психіки, пов'язуючи з ним становлення вищих форм свідомості (самосвідомості), мислення, діяльності, особистості [7, 26].

На теперішній час дослідження рефлексії проводяться в рамках більшості галузей психологічного знання: рефлексивні процеси вивчаються в соціальній психології в зв'язку з проблемами групової взаємодії, міжособистісного спілкування, соціальної перцепції, емпатії; в загальній психології в рамках проблем самосвідомості та саморозвитку особистості, регуляції пізнавальних процесів і діяльності; здібностей і довільної активності; у віковій психології в плані їх генезису і способів формування, а також в медичній, педагогічній, організаційній психології та психології управління. [6, 27].

В сучасному науковому апараті *рефлексія* визначається як «розумовий розвиток, спрямований на пізнання людиною себе: поведінки, дії і вчинків, психічних станів, почуттів, здібностей, характеру та інших властивостей своєї особистості» [11]. «Рефлексія (лат. відображення) - вища психічна функція, інтегруюча і регулююча взаємодію психічних процесів; забезпечує за допомогою самоспостереження і самоспілкування, усвідомлення і саморозуміння людиною власних почуттів,

Питання психології

думок, дій і переосмислення станів і вчинків свого Я, завдяки самосвідомості якого формується і розкривається його індивідуальність як суб'єкта життєдіяльності», – таке визначення поняття, яке дає І. Семенов, узагальнюючи різноманіття уявлень про рефлексію, що склалися в сучасній психологічній науці. [13, 35].

В психологічній літературі поряд з рефлексією використовується термін «рефлексивність» (в англійській літературі – «reflexivity»). Рефлексивність мислиться як категорія наукового аналізу, властивість суб'єкта, індивідуальна міра вираженості якого опосередковано враховує процесуальність рефлексії й особливий стан свідомості – рефлексування, більш глибокий рівень рефлексії, який бере участь у привласненні нових знань. Рефлексивність в психології розуміється багатозначно: як властивість суб'єкта, схильність до аналізу внутрішнього плану роздумів, «репрезентація суб'єкту того, що відбувається в його психіці», метауровень рефлексії [7, 28]. У ряді робіт рефлексія і рефлексивність розглядаються як синоніми. З точки зору ряду вчених (В. Знакова, А. Карпова і інших) в найзагальнішому вигляді суть рефлексивності зводиться до схильності суб'єкта аналізувати внутрішній план мислення і діяльності [5; 6]. Дослідник В. Знаків відзначає, що «рефлексія багатьма психологами розглядається як свідомий і переважно когнітивний процес. У цьому ключі рефлексивність постає як даність свідомості самому собі, репрезентація суб'єкту того, що відбувається в його психіці» [7, 29].

Суміжних терміном з рефлексією є поняття румінації (rumination) [7, 29]. Румінація описує процеси безцільного роздуму людини в пошуках самовиправдання, зосередженості на своїх негативних емоціях і виникає тоді, коли суб'єкт зіштовхується з проблемною ситуацією, яку він не може контролювати. Румінація негативно пов'язана з самоаналізом, уважністю і пам'яттю,

позитивно – з дезадаптацією і депресивними тенденціями. На відміну від румінації, рефлексивний аналіз сприяє адаптації та продуктивному вирішенню проблем в довгостроковій перспективі. Емпіричні дані свідчать про продуктивність рефлексії в осмисленні життя, саморегуляції життєдіяльності та адаптації до нових умов життя, якщо вона проявляється як:

- цілеспрямоване відволікання від поточних роздумів;
- неупереджене відчуження роздуму про те, що відбувається;
- ментальний вихід за рамки проблемної ситуації;
- контрольована і навмисна когнітивна обробка;
- зосередженість на вирішенні проблемної задачі.

Румінація ж виникає тоді, коли суб'єкт зіштовхується з проблемною ситуацією, яку він не в змозі контролювати і вирішувати. Така форма рефлексії забезпечує самовиправдання ескапізму і бездіяльності, абстрагування від рішення, зацикленість на емоційній оцінці себе і поточних обставин. Це захисний механізм, який виражається в переконанні себе в неконтрольованості процесу вирішення життєвоважливої проблеми, або процес, який сигналізує оточуючим про необхідність соціальної підтримки в подоланні несприятливих умов життя.

Дослідниця М. Клементьева у своїй роботі розділяє поняття рефлексія і румінації, пов'язуючи останню з порушеною рефлексивною позицією суб'єкта, дефіцитної аналітичної функції мислення [7].

Таким чином, очевидно, що розуміння рефлексії в сучасній психології багатозначне. На відміну від ряду семантично близьких понять, під рефлексією розуміється усвідомлення, аналіз, самосвідомість і осмислення людиною себе, свого життя, діяльності, відносин з метою оформлення цілісного бачення дійсності, в яку включена вона сама. А ідея А. Карпова [6], Д. Леонтьєва [9]

Питання психології

та інших дослідників про можливість вивчення рефлексії як психічної властивості, що має індивідуальну міру виразності, є перспективною та актуальною.

Вивчення рефлексії як індивідуально-психологічної властивості вперше у вітчизняній психології було здійснено Б. Зейгарник. Вчена розглядає рефлексію як стійку властивість особистості, що виникає в ході соціалізації [7, 31].

Докладний аналіз структури рефлексії як індивідуально-психічної властивості дає В. Лефевр. Вчений зробив спробу побудувати психофізіологічні моделі рефлексивних процесів, систематизувавши процеси рефлексії. З цією метою він ввів поняття про ранги рефлексії. На його думку, для аналізу рефлексії необхідно визначити тип операцій, здійснюваних в даний момент. Необхідно розрізняти, наприклад, наявність безпосереднього знання про те, що відбувається і рівень моделювання активності середовища [10].

Принципово важливим в роботах В. Лефевра було те, що він показав роль рефлексії в багатьох сферах діяльності у повсякденному житті. Характер роботи по відображенню відбувається в ситуації і аналізі рангів цього відображення дозволяють зрозуміти багато о структурі самої ситуації. Розглядаючи рефлексію в рамках конфліктології, В. Лефевр оперує поняттями «плацдарм» і «противник». Рефлексивний ранг може бути нульового рівня. Такий ранг рефлексії означає наявність у людини безпосереднього знання про те, що відбувається на плацдармі. Перший ранг рефлексії з'являється у людини, коли вона починає враховувати аналітичні можливості противника. Тоді всі можливі варіанти розгортання подій і протистояння до взаємодії на фізичному рівні програються в свідомості в процесі рефлексії. Другий ранг рефлексивної роботи - це вже складна аналітична діяльність. Особливість концепції В. Лефевра в тому, що він продемонстрував, як навички рефлексії різного рангу відповідають вимогам різної професійної діяльності, для

яких спеціальностей достатній нульовий ранг, а для яких необхідний більш високий [10]. У своїх дослідженнях В. Лефевр розглянув рефлексію як елемент професійної діяльності на прикладі військової справи, спорту, економіки, журналістики і т.д.

У своїй праці «Рефлексія» В. Лефевр дещо розширює саме поняття рефлексії: «рефлексія в її традиційному філософсько-психологічному розумінні – це здатність стати в позицію «спостерігача», «дослідника» або «контролера» по відношенню до свого тіла, своїм діям, своїм думкам. Ми розширимо таке розуміння рефлексії і будемо вважати, що рефлексія - це також здатність встати в позицію дослідника по відношенню до іншого «персонажу», його діям і думкам» [10, 16].

У роботах Г. Щедровицького, присвячених вивченню проблем методології системно-діяльнісного підходу, були запропоновані наукові описи і моделі рефлексії, розроблені в рамках «теорії діяльності». Рефлексія розглядалася Г. Щедровицьким, з одного боку, як процес і структура діяльності, з іншого – як механізм природного розвитку діяльності. Висуваючи гіпотезу про розгляд рефлексії з точки зору «ідеї кооперації діяльності», автор пропонує схему «рефлексивного виходу» за рамки діяльності в разі неможливості її здійснення. Перейшовши в позицію нової діяльності, рефлексивної за своєю суттю, людина знаходить можливість «будувати смисли», виходячи з яких по новому описувати, розуміти свою попередню діяльність. При цьому друга діяльність «поглинає» першу як матеріал (що дозволяє вийти на більш високий, інноваційно-творчий рівень рефлексії). Механізм поглинання, що дозволяє будувати системи кооперації діяльнісних позицій, здійснює зближення рефлексивної та рефлексуючої позицій [16, 12-28].

На думку Г. Щедровицького, об'єднання рефлексивної та рефлексуючої позицій здійснюється або на рівні свідомості, або на рівні логічного знання, що

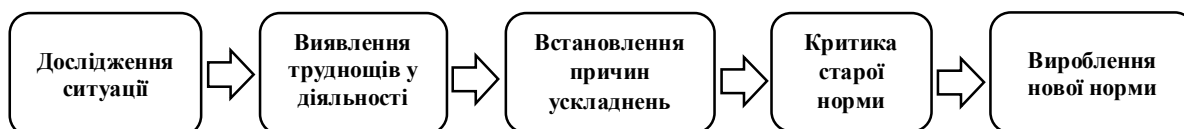
Питання психології

дає підстави розрізняти «смыслову» і «предметну» рефлексію.

Г. Щедровицький виділив наступні етапи рефлексивного освоєння діяльності:

дослідження ситуації; виявлення труднощів в діяльності; встановлення причин ускладнень; критика старої норми; вироблення нової норми (див. малюнок № 1).

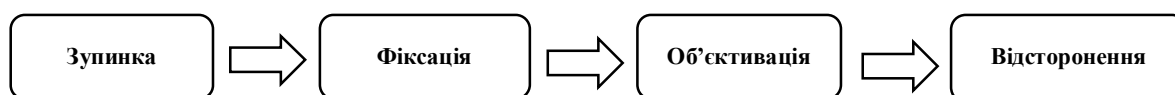
Малюнок 1. Етапи процесу рефлексії (Г. Щедровицький)



Створена Г. Щедровицьким модель «рефлексивного виходу» знайшла свою конкретизацію в роботах Н. Алексєєва [1,

85-102], який виділив етапи рефлексивного виходу: зупинка, фіксація, об'єктивація, відсторонення (див. малюнок № 2).

Малюнок 2. Схема рефлексивного акту (Н. Алексєєв)

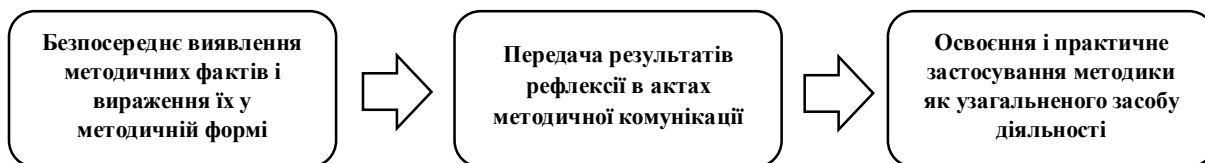


Під рефлексією Н. Алексєєв розуміє усвідомлення і зміну підстав власного руху. Слово «зміна» в розумінні Н. Алексєєва ключове, так як усвідомлення без націленості на те, щоб що-небудь змінити не має сенсу. Якщо ж інтенція до зміни присутня, значить існує певне внутрішнє протиріччя, проблема. Інакше потреба в зміні не пересилила б гомеостаз. Тому Н. Алексєєв відзначав, що його схема рефлексивного акту може бути застосована в разі проблемної ситуації. Під зупинкою в цій схемі розуміється початковий крок в будь-якій рефлексії – відбувається припинення розумового процесу. В іншому випадку немає місця для появи установки на аналіз. Для початку рефлексії з приводу діяльності потрібно цю діяльність «призупинити» і «вийти» за її межі. Фіксація – колишні дії недостатньо зупинити, їх необхідно утримати, виділити «вузлові пункти» і причинні зв'язки між ними. Вимога до фіксації кожного виділеного фрагмента – це вербалізація в одному, максимум двох-трьох словах. Об'єктивація – робота над зафіксованими пунктами, перетворення їх, зведення до «цілісної» форми, до одного або декількох об'єктів, суджень, понять. На відміну від фіксації, побудова об'єкта дає можливість працювати з ним в різних контекстах. Відсторонення – перехід в

нейтральну, неупереджену позицію по відношенню до рефлексивної задачі. На цьому етапі рефлексивний зміст як би відщеплюється від суб'єкта рефлексії, очищаючись від емоційного забарвлення, оцінок, різного роду установок. Якщо на цьому кроці результат не задовольняє рефлексуючого, то процес рефлексії запускається знову [2, 50-64].

О. Генісаретський також брав участь в розробках рефлексивної проблематики в групі дослідників, яку очолював на той час Г. Щедровицький. Він описує роль методичної рефлексії як найбільш важливого предмета освоєння і навчання. Передача цієї навички, на думку вченого, і є метою професійної підготовки. У динамічно мінливому соціумі сьогодні часто доводиться включатися в діяльність, де область досвіду максимально рухлива [3]. Він підкреслює: «Навчити людину тільки одній справі мало, вона повинна ще навчитися розуміти суть і досвід справи, повинен бачити його в собі і навколо, вміти робити новий досвід, що відповідає переживанню суті, а це все – функції методичної рефлексії» [3]. Вчений розглядає методологію як практичну форму організації громадської діяльності. У методичній рефлексії він виділяє три постійно практикуємі функції: (див. малюнок № 3).

Малюнок 3. Схема методичної рефлексії (О. Генісаретський)



Відомим фахівцем, що вивчає рефлексію в різних її аспектах, є А. Карпов. Вченим проведений глибокий аналіз існуючих на сьогоднішній день підходів до розгляду рефлексії [6]. У своїх роботах він докладно описує наступні напрямки у вивченні рефлексії: діяльнісний напрямок; системо-мислєдіяльнісний (СМД) напрямок; жізнєдіяльнісний підхід; когнітивний; комунікативний; генетичний; особистісний; психолого-педагогічний; розуміючий; управлінський. Вчений заявляє про «безпрецедентну складність рефлексії» як предмета загальнопсихологічного вивчення, недостатньою розробкою методичних аспектів проблеми, і про недостатність емпіричних і експериментальних методів її вивчення [6]. Однак, вчений підкреслює, що «мале число конкретних закономірностей, описаних в психології щодо рефлексії, не означає, що їх насправді мало, і вони незначні» [6, 124]. Проведений Карповим огляд науково-психологічних підходів до рефлексії досить повний, а запропонована ним систематизація наукових уявлень про рефлексію дуже корисна для розуміння рівня розбору явища і визначає повноваження прикладного застосування того чи іншого підходу. Карпов виділяє наступні форми рефлексії:

1) ситуативну рефлексію – «мотивування» та «самооцінки», що забезпечують безпосередню включеність суб'єкта в ситуацію, осмислення її елементів, аналіз того, що відбувається, координацію і контроль елементів діяльності відповідно до мінливих умов;

2) ретроспективну рефлексію – служить для аналізу вже виконаної діяльності та подій, що мали місце в минулому;

3) проспективну рефлексію – включає в себе роздуми про майбутню діяльність, уявлення про хід діяльності, планування, вибір найбільш ефективних способів її здійснення, а також прогнозування можливих її результатів.

Найбільш розгорнута класифікація рефлексивних процесів і феноменів, що враховує більшість основних підходів до їх вивчення, була запропонована І. Степановим і С. Семеновим [6, 30-31].

Намагаючись подолати звуження поняття «рефлексія», автори узагальнили основні психологічні трактування рефлексії, наведені в роботах сучасних дослідників (Л. Виготського, В. Давидова, А. Матюшкіна, А. Петровського, А. Тихомирова і інших психологів), встановили, що феномен рефлексії вивчається в наступних основних аспектах: комунікативному, кооперативному, особистісному та інтелектуальному.

Питання типологізації рефлексії вирішується в психології неоднозначно. Зокрема, Д. Дубровський і Д. Суарес Родрігес, вважаючи рефлексію «цілісним феноменом», виключають можливість її типологізації [6, 29]. Однак багато дослідників (С. Степанов, А. Холмогорова, В. Слободчиков та ін.) пропонують різні класифікації рефлексивних процесів, побудовані на різних критеріях.

Так В. Слободчиков, аналізуючи феномен рефлексії, виокремлює п'ять її основних форм:

1. Детермінуюча рефлексія – це така форма рефлексії, у якій простежується конкретна відмінність характеристик суб'єкта від можливих змістів реалізації його життєдіяльності. Звільнення свідомості як суб'єктивної властивості людини

Питання психології

відбувається у формі концентрації в деякому психічному утворенні. Свідомість звільнюється від буття, але, одночасно, фіксується в психічному «конструкті» (образі, дії та ін.). Утворюваний образ переміщується з однієї моделі або структури в іншу, але сам перехід залишається для людини несвідомим.

2. Порівняльна рефлексія забезпечує впізнання суб'єктом себе самого в реальному, цілком очевидному світі, а також ототожнення з ним. У даному разі свідомість уперше піднімається над конкретним психічним утворенням. Порівняльна рефлексія – найпоширеніша в сучасних емпіричних науках; скрізь, де є зведення окремих компонентів до одного загального поняття, там існує порівняльна рефлексія.

3. Визначальна рефлексія забезпечує відчуження й об'єктивізація людиною реальних законів суб'єктивної дійсності, що призводить до її опредмечування. Визначальна рефлексія здійснюється у формі цілісного структурного поняття, що виступає і у вигляді деякої об'єктності, і як засіб уявного відтворення. Перший момент дозволяє людині усвідомити незалежне від нього існування об'єкта, другий є шляхом до його розуміння.

4. Синтезуюча рефлексія, що моделює цілісну особистість. Синтезуюча рефлексія забезпечує вихід «Я» за будь-які актуальні межі самого себе; дозволяє людині зробити головне – не лише перебороти чіткі межі очевидності, але й виявити реальну дійсність, що, у свою чергу, постає у вигляді дійсності самого «Я». Синтезуюча рефлексія є першим кроком на шляху подолання людиною структурного протистояння суб'єкту й об'єкту. Об'єктивна реальність втрачає свою незалежність існування поза свідомості особистості.

5. Трансцендентна рефлексія, що, за своєю суттю, є «безмежною свідомістю», яка принципово не стосується певних конкретних явищ і не редукується щодо них. Верхня межа такої рефлексії являє собою нескінченність.

Таким чином, характеризуючи сутність рефлексії, В. Слободчиков вказує на те, що саме поняття рефлексії означає будь-яке вивільнення свідомості зі всякої сутності. Різні рівні рефлексії, у свою чергу, означають ступені такого вивільнення. Відповідно, відрефлексовану свідомість можна вважати відкритою структурою. Процес відрефлектації є шляхом встановлення людиною свого власного індивідуального способу існування, який не є наперед або остаточно даним [14].

А. Холмогорова, визначаючи рефлексію в якості особистісної форми регуляції мислення, виділяє наступні види рефлексії в залежності від функцій, виконуваних ними в діяльності: контрольну, конструктивну, мобілізуючу, захисну [12, 47].

У своєму дослідженні О. Савченко провела аналіз різноманітних підходів до вивчення рефлексії та визначила три основні функції, які здійснюють різні форми рефлексії у процесі життєдіяльності особистості: а) відображувальну функцію, спрямовану на аналіз власної діяльності, співвіднесення форм активності з умовами і вимогами предметної ситуації, яку здійснюють переважно інтелектуальні форми рефлексії, засновані на процесах самоусвідомлення та самопізнання; б) регулятивну функцію, спрямовану на врегулювання розумової активності суб'єкта та реалізацію саморегуляції власно рефлексивної активності, яку здійснюють здебільше метакогнітивні форми рефлексії, засновані на координації та оптимізації суб'єктом різних форм власної активності; в) перетворювальну функцію, спрямовану на здійснення самоорганізації, самооблізації власного потенціалу та саморозвитку особистості, яку реалізують переважно особистісні форми рефлексії, сформовані на підставі самодослідження системи власних цінностей та смислів [12].

У сучасній вітчизняній і зарубіжній психології поширене трактування рефлексії як метакогнітивної здатності, суть якої зводиться до здатності людини міркувати про своє мислення з метою його

Питання психології

вдосконалення. Таку позицію висловлює І. Чуприкова, відзначаючи, що «розвиток рефлексії як здатності міркувати про своє власне мислення веде до формування того нового вищого рівня розвитку мислення, якій в сучасній психології отримав назву метакогнітивного і метарегуляторного» [7, 38].

Розглядаючи метакогніцію як явище вищого рівня регуляції психіки, А. Карпов виділяє рефлексію як метакогнітивну структуру, завдяки якій суб'єкт не тільки отримує знання про свою когнітивну систему, а й здійснює її регуляцію [6].

Очевидна неоднорідність прояву рефлексії. Найбільш загальним в рефлексії є аналітичний механізм, що становить базис прогресивного саморозвитку особистості.

Вперше проблема рефлексії як самоаналізу була поставлена І. Сеченовим. Він писав, що доросла людина може «ставитися до актів власної свідомості критично, тобто відокремлювати усе своє внутрішнє від всього, що відбувається ззовні, аналізувати його і зіставляти (порівнювати) із зовнішнім, – словом, вивчати акт власної свідомості» [7, 44]. На думку Л. Виготського, рефлексія - це не тільки відображення психічних явищ у власній свідомості, а й їх аналіз, завдяки якому людина здатна довільно опанувати внутрішнім налаштуванням психічних процесів і поведінки в цілому [7, 44]. У підході А. Карпова рефлексія також зв'язується з самоаналізом. «Здатність до рефлексії можна розуміти, як вміння реконструювати і аналізувати зрозумілий в широкому сенсі план побудови власної або чужої думки; як вміння виділяти в цьому плані його склад і структуру, а потім, об'єктивувати їх, опрацьовувати відповідно ставлять цілям» [6, 36].

Самоаналіз як вищий рівень розвитку рефлексії розглянуто в концепції І. Чеснокової. Автор зазначає, що завдяки рефлексії аналізу людина співвідносить свої судження з їх відповідністю завданням і умовам діяльності [7, 44]. Для рефлексії самоаналізу характерно глибоке

проникнення в сутність, розуміння справжніх мотивів; за допомогою самоаналізу відбувається обговорення особистості із самою собою своїх цінностей.

Н. Гуткина виділяє рефлексивний аналіз як базову складову особистісної рефлексії, «під яким розуміємо самоаналіз людини, що призводить до отримання нового знання. Об'єктом рефлексивного аналізу можуть бути як психічні процеси, наприклад, мислення людини (логічна рефлексія), так і його самосвідомість (особистісна рефлексія). В експерименті рефлексивний аналіз може розглядатися як критерій наявності рефлексії» [7, 44].

Сучасне осмислення рефлексії як самоаналізу дає В. Знаків, виявляючи в ній не стільки розчленовування рефлексіруемого об'єкта на елементи, але і встановлення взаємозв'язків між ними, синтезу. На його думку, сутність аналітичного методу, заснованого на рефлексії «полягає не в спрямованості на розчленування об'єкта пізнання на окремі його складові. Кінцева мета <...> – інтеграція, синтетичне об'єднання частин пізнаваного в ціле» [7, 44-45].

В рамках теорії А. Леонтьєва про будову людської діяльності, рефлексія може розглядатися як дія, тобто як такий процес, що спрямований уявою про результат, який повинен бути досягнутий людиною [8]. Рефлексія – це дія, спрямована на виявлення власного способу здійснення активності. Співвіднесення категорій «рефлексія» і «діяльність» змушує по новому поглянути на природу рефлексії і рівень організації цього явища в порівнянні з іншими психічними процесами і властивостями. Таким чином, діяльнісний підхід до досліджуваного явища дозволяє розглядати рефлексію при пізнанні свого внутрішнього світу і при пізнанні зовнішнього світу, в тому числі і внутрішнього світу інших людей, як єдину психологічну реальність – рефлексивну дію.

З точки зору діяльнісного підходу, рефлексія розуміється А. Заком як «дія, спрямована на свій спосіб розв'язання

Питання психології

задачі». Мета його полягає у виявленні істотних і опосередкованих орієнтирів власного способу розв'язання задач людиною [4, 180-181].

Таким чином, рефлексія може здійснюватися на будь-якому етапі діяльності: від визначення мети до аналізу отриманих результатів. Рефлексія, актуалізована на кожному етапі, здатна збагатити досвід поміченого, обдуманого, зрозумілого та вибудувати його в смисловий ланцюжок, закріпити вміння, в тому числі через усвідомлення їх цінності.

Підводячи підсумки, перерахуємо рефлексивні процеси, які є базовими для свідомості людини і беруть участь в різних видах діяльності. Це планування; передбачення наслідків прийнятих рішень; оцінка етапів власної інтелектуальної діяльності; припинення або гальмування інтелектуальної діяльності на будь-якому етапі її виконання; вибір і модифікація стратегій поведінки і навчання.

Висновки.

Узагальнюючи все різноманіття поглядів на рефлексію, що існують в сучасній науці, і з огляду на міждисциплінарний характер проблем, пов'язаних з рефлексією, можна говорити про інтенсивний розвиток рефлексивного руху, який істотно розширює традиційні уявлення про деякі психологічні закономірності, але має також загальнонаукове і навіть світоглядне значення. Вже зараз можна провести досить диференційований аналіз методологічних орієнтацій, різноманітних підходів з самостійними теоретичними, методичними і експериментальними розробками, а головне, кваліфікувати характер взаємодії цих орієнтацій як синхронізуючий. Настільки широкий спектр досліджень цієї області обумовлений тим, що рефлексивні процеси включені в регуляцію практично всіх сфер людської активності. Останнє

свідчить про важливість вивчення цієї базисної, основопологаючої властивості.

Теоретико-методологічним підґрунтям нашого дослідження є концепція А. Карпова, яка визначає рефлексію як особливу синтетичну психічну реальність в структурно-функціональній організації психіки, як інтегруюче поліпроцесуальне утворення, звернене до внутрішнього світу людини. Рефлексія – це водночас і властивість, яка притаманна лише людині, і стан усвідомлення чого-небудь, і процес самопізнання та репрезентації психіці свого власного змісту. Рефлексивність особистості є способом і механізмом виходу системи психіки за власні межі, що детермінує пластичність й адаптивність, та забезпечує можливість самоконструювання, саморозвитку і самодетермінації, у тому числі у професійній сфері.

Специфіка рефлексії як здатності суб'єкта полягає у спрямованості не на зовнішній світ, а на сам спосіб його пізнання, завдяки чому уможливорюється усвідомлення і регуляція життєдіяльності та з'являється перспектива принципово нового типу взаємодії з дійсністю, даною вже не безпосередньо, а у формах мислення.

Хочеться відзначити, що рефлексія є різновидом пізнавальної діяльності суб'єкта, хоча і спрямована на самого себе. Фіксація зв'язку із пізнавальною сферою вимагає часу, зусиль та певних здібностей. Однак саме рефлексія дозволяє зробити процеси пізнання, самопізнання, екзистенції і життєтворчості людини більш цілеспрямованими і якісними та розширює можливості зовні впливати на розвиток особистості і формувати в неї внутрішній механізм саморозвитку.

Напрямок подальших наукових розвідок ми передбачаємо дослідження процесу впливу рефлексії на професійну діяльність військовослужбовців.

Питання психології

Список використаних джерел

1. Алексеев Н.Г. Проектирование и рефлексивное мышление. *Развитие личности*. 2002. № 2. С. 85-102.
2. Алексеев Н.Г. Проектный подход к формированию рефлексивного мышления в образовании и управлении. *Рефлексивно-организационные проблемы формирования мышления и личности в управлении и образовании*. Москва, 2003. С. 50-64.
3. Генисаретский О.И. Методическая рефлексия и методические коммуникации. URL: <http://gtmarket.ru/laboratory/expertize/2006/1927> (дата обращения: 13.03.2016).
4. Зак А.С. Рефлексия как условия авторского мышления. *Рефлексивные процессы и творчество*. Новосибирск, 1990. Ч.2. С. 180-181.
5. Знаков В.В. Самопонимание субъекта как когнитивная и экзистенциальная проблема. *Психологический журнал*. 2005. Том 26, № 1. С. 18-28.
6. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. Москва, 2004. 424 с.
7. Клементьев М.В. Биографическая рефлексия во взрослом возрасте: содержание, функции, генез: дис. ... докт. психол. наук : 19.00.13. Санкт-Петербург, 2018. 530 с.
8. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. Москва, 1975. 304 с.
9. Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «глупая»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2014. Т 11. №4. С. 110-135.
10. Лефевр В.А. Рефлексия. Москва, 2003. 496 с.
11. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
12. Савченко А.В. Психологія рефлексивної компетентності особистості: дис. ... докт. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2016. 657 с.
13. Семенов И.Н. Методологические проблемы этимологии и типологии рефлексии в психологии и смежных науках. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*. 2013. № 2. Т.10. С. 24-45.
14. Слободчиков В.И. Рефлексия как принцип существования индивидуального сознания. *Экспериментальные исследования по проблемам общей, социальной и дифференциальной психологии*. Москва, 1979. С. 20.
15. Тейяр де Шарден. Феномен человека. Москва, 2002. 214 с.
16. Щедровицкий Г.П. Коммуникация, деятельность, рефлексия. *Исследование речемыслительной деятельности*. Алма-Ата, 1973. С. 477-480.

References

1. Alekseev N.G. (2002) Proektirovanie i reflektivnoe myshlenie [Design and reflective thinking]. *Razvitie lichnosti*. 2002. № 2. S. 85-102 (in Russian).
2. Alekseev N.G. (2003) Proektnyy podkhod k formirovaniyu reflektivnogo myshleniya v obrazovanii i upravlenii [A project-based approach to the formation of reflective thinking in education and management]. *Refleksivno-organizatsionnye problemy formirovaniya myshleniya i lichnosti v upravlenii i obrazovanii*. Moskva, 2003. S. 50-64 (in Russian).
3. Genisaretskiy O.I. (2016) Metodicheskaya refleksiya i metodicheskie kommunikatsii [Methodical reflection and methodical communication]. URL: <http://gtmarket.ru/laboratory/expertize/2006/1927> (data obrashcheniya: 13.03.2016) (in Russian).
4. Zak A.S. (1990) Refleksiya kak usloviya avtorskogo myshleniya [Reflection as a condition of author's thinking]. *Refleksivnye protsessy i tvorchestvo*. Novosibirsk, 1990. Ch.2. S. 180-181 (in Russian).
5. Znakov V.V. (2005) Samoponimanie subekta kak kognitivnaya i ekzistentsialnaya problema [Self-understanding of the subject as a cognitive and existential problem]. *Psikhologicheskiy zhurnal*. 2005. Tom 26, № 1. S. 18-28 (in Russian).
6. Karpov A.V. (2004) Psikhologiya reflektivnykh mekhanizmov deyatelnosti [Psychology of reflexive mechanisms of activity]. Moskva, 2004. 424 s (in Russian).
7. Klementev M.V. (2018) Biograficheskaya refleksiya vo vzrosлом vozraste: sodержanie, funktsii, genez [Biographical reflection in adulthood: content, functions, genesis]: dis. ... dokt. psikhol. nauk : 19.00.13. Sankt-Peterburg, 2018. 530 s (in Russian).

Питання психології

8. Leontev A.N. (1975) Deyatelnost. Soznanie. Lichnost [Activity. Consciousness. Personality]. Moskva, 1975. 304 s (in Russian).
9. Leontev D.A., Osin Ye.N. (2014) Refleksiya «khoroshaya» i «glupaya»: ot obyasnitel'noy modeli k differentsial'noy diagnostike [Reflection "good" and "stupid": from an explanatory model to differential diagnosis]. Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki. 2014. T 11. №4. S. 110-135 (in Russian).
10. Lefevr V.A. (2003) Refleksiya [Reflection]. Moskva, 2003. 496 s (in Russian).
11. Psikhologichna entsiklopediya (2006) [Psychological encyclopedia] / avtor-uporyadnik O. M. Stepanov. Kiiv : Akademvidav, 2006. 424 s (in Ukrainian).
12. Savchenko A.V. (2016) Psykholohiia refleksyvnoi kompetentnosti osobystosti [Psychology of reflexive competence of personality]: dys. ... dokt. psykol. nauk : 19.00.01. Kyiv, 2016. 657 s (in Ukrainian).
13. Semenov I.N. (2013) Metodologicheskie problemy etimologii i tipologii refleksii v psikhologii i smezhnykh naukakh [Methodological problems of etymology and typology of reflection in psychology and related sciences]. Psikhologiya. Zhurnal Vysshey shkoly ekonomiki. 2013. № 2. T.10. S. 24-45 (in Russian).
14. Slobodchikov V.I. (1979) Refleksiya kak printsip sushchestvovaniya individual'nogo soznaniya [Reflection as a principle of the existence of individual consciousness]. Eksperimentalnye issledovaniya po problemam obshchey, sotsial'noy i differentsial'noy psikhologii. Moskva, 1979. S. 20 (in Russian).
15. Teyyar de Sharden (2002). Fenomen cheloveka [Human phenomenon]. Moskva, 2002. 214 s (in Russian).
16. Shchedrovitskiy G.P. (1973) Kommunikatsiya, deyatelnost, refleksiya [Communication, activity, reflection]. Issledovanie rechemyslitel'noy deyatelnosti. Alma-Ata, 1973. S. 477-480 (in Russian).

Резюме

Ільющенко С. Ю. ад'юнкт кафедри общественных наук, Национальный университет обороны Украины имени Ивана Черняховського

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ФЕНОМЕНА РЕФЛЕКСИИ КАК СВОЙСТВА, ПРОЦЕССА, СОСТОЯНИЯ

В статье представлен теоретический анализ понятия рефлексии и смежных с ней понятий в контексте психологического знания. Рассмотрен исторический аспект исследования рефлексии в психологии, проведен анализ научной литературы по проблеме исследования, показано многообразие форм рефлексии и подходов к ее рассмотрению. Обоснована значимость положения о возможности и необходимости изучения рефлексии не только как психического свойства, которое имеет индивидуальную меру выраженности, но и как процесса и состояния.

Ключевые слова: рефлексия; рефлексивность; руминация; рефлексивный анализ; самоанализ; рефлексивный ранг.

Summary

Iliuschenko S. adjunct National Defense University of Ukraine named after Ivan Chernyakhovskiy

PSYCHOLOGICAL CONTENT OF THE PHENOMENON OF REFLECTION AS A PROPERTY, PROCESS, STATE

Introduction. *The article presents a theoretical analysis of the concept of reflection and related concepts in the context of psychological knowledge. The historical aspect of the study of reflection in psychology is considered, the scientific literature on the problem of research is analyzed, and the variety of forms of reflection and approaches to its consideration is shown. The article substantiates the significance of the position on the possibility and necessity of studying reflection not only as a mental property that has an individual measure of expression, but also as a process and state.*

Purpose. *Investigate the psychological meaning of the concept of reflection as a property, process and state.*

Methods. *Review and analytical research of scientific sources, synthesis and introspection.*

Originality. *The relevance of the research is due to the unprecedented complexity of the phenomenon of reflection, the presence of a large number of approaches to its study, which is expressed in the absence of a*

Питання психології

unified system of classification of forms, types and levels of organization of reflexive activity, which reflect its various aspects.

Reflection plays an important role not only in the professional sphere, but also in many other areas of human activity, contributing to the formation of a holistic vision of reality, which includes the subject himself. It is reflection that allows us to make the processes of cognition, self-knowledge and life-creation more purposeful and qualitative.

Conclusion. *The specificity of reflection as a subject's ability lies in its focus not on the external world, but on the very way of its cognition, which makes it possible to realize and regulate life activity and creates the prospect of a fundamentally new type of interaction with reality, given not directly, but in the forms of thinking.*

Reflection is a kind of cognitive activity of the subject, although it is directed at himself. Fixing the connection with the cognitive sphere requires time, effort, and certain abilities. However, it is reflection that allows us to make the processes of cognition, self-knowledge, existence and life-creation of a person more purposeful and qualitative, and expands the ability to externally influence the development of the individual and form his internal mechanism of self-development.

Today we can talk about the intensive development of reflexive movement, which significantly expands the traditional ideas about certain psychological patterns, but also has a General scientific and even ideological significance. It is already possible to conduct a sufficiently differentiated analysis of methodological orientations, various approaches with independent theoretical, methodological and experimental developments, and most importantly, to qualify the nature of the interaction of these orientations as synchronizing. Such a wide range of research in this area is due to the fact that reflexive processes are included in the regulation of almost all spheres of human activity. The latter shows the importance of studying this basic, fundamental property.

Key words: *reflection; reflexivity; rumination; reflexiveanalysis; introspection; reflexiverank.*

Received/Поступила: 25.10 20