

- Ю.В. Коваленко ; Київ. нац. ун-т ім. Т. Г. Шевченка. – К., 2002. – 19 с.
4. Лозовой В. А. Человек: Проблемы саморазвития / В. А. Лозовой, О. М. Ерахторина. – Х. : Константа, 2007. – 100 с.
 5. Абульханова-Славская К. А. Типология активности личности в социальной психологии / К. А. Абульханова-Славская // Психология личности и образ жизни. – М., 1987.
 6. Єрахторіна О. М. До виявлення сутності та змісту явища самовдосконалення особистості [Електронний ресурс] / О. М. Єрахторіна. – Режим доступу : http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/VKhnpu/Filos/2008_28/20.html.
 7. Согоманов А. Ю. Генеалогія успіха і невдач / А. Ю. Согоманов. – М., 2005.
 8. Тертычная В. Ф. Самосовершенствование личности: культурологический аспект : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. филос. наук : 09.00.04 / В. Ф. Тертычная. – Х., [б. и.], 1999. – 21 с.
 9. Боришевський М. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності : монографія / М. Боришевський. – К. : Академвидав, 2010. – 416 с.
 10. Buhler Ch. Der menschliche Lebenslauf / Ch. Buhler. – Jena : Fischer, 1933.
 11. Хьелл Л. Теории личности / Л. Хьелл, Д. Зиглер. – С. Пб. : Питер-Пресс, 1997. – 608 с.

УДК 159.922

Ірина Яворська-Ветрова

РЕФЛЕКСІЯ ЯК МЕХАНІЗМ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТІСНОЇ ЕФЕКТИВНОСТІ

У статті представлено огляд й аналіз наукових розвідок проблеми рефлексії. На матеріалах вивчення психологічних досліджень вказаної проблематики аналізуються визначення рефлексії, її психологічний зміст, види, показники та рівні. Розглянуто підходи до вивчення рефлексії як механізму становлення особистісної ефективності на певних етапах онтогенезу.

Ключові слова: рефлексія, самосвідомість, особистісна рефлексія, особистісна ефективність.

The article presents the review and analysis of scientific research of the problem of reflection. Based on the materials of psychological studies of the given problem, the definition of reflection, its psychological content, types, indicators and levels are analysed. The approaches to studying reflection as the mechanism of developing of personal efficacy on certain stages of ontogenesis are examined.

Keywords: reflection, self-consciousness, personal reflection, personal efficacy.

Постановка проблеми. У реалізації завдань становлення особистості в системі освітнього простору особливо значущим є своєчасне виявлення й розвиток як актуальних, так і потенційних можливостей учнів. Особливо гострою є ця проблема на початковому етапі шкільного навчання, адже, як зазначає П.Р.Чамата, завдяки новій соціальній ситуації розвитку, новим умовам спілкування й діяльності учіння як провідній у дітей з'являються «логіко-психологічні підстави і та здатність до рефлексії, які так необхідні їм для переходу від уявлень про себе до думки про себе» [13, с.24]. Рефлексія дає змогу особистості пізнати свої якості й об'єктивно оцінити їх, проаналізувати власне «Я» та на основі особистісно-сислової оцінки своїх потенційних можливостей поставити нові цілі й адекватно реорганізувати уявлення про себе й свої стосунки з оточуючим

світом.

Метою статті є теоретичний аналіз підходів до вивчення проблеми рефлексії, її психологічного змісту та підходів до дослідження рефлексії як механізму становлення особистісної ефективності учнів на певних етапах онтогенезу.

Виклад основного матеріалу. Рефлексія, як «процес самопізнання суб'єктом внутрішніх психічних актів і станів», у психології є особливим предметом наукового вивчення. А.Буземан першим із психологів запропонував виділити дослідження рефлексії та самосвідомості в окрему сферу й назвати її психологією рефлексії. За оцінкою Л.С.Виготського, А.Буземан трактує рефлексію як «всьяке перенесення переживання із зовнішнього світу на самого себе» [1, с.228].

Дослідження проблем рефлексії у віковій психології пов'язують з ім'ям Ж.Піаже, останні роботи якого присвячені вивченню розвитку рефлексивного мислення дитини, зокрема її здатності до рефлексивної абстракції. Ж.Піаже розглядав рефлексивне мислення як процес, що здійснюється на основі знання суб'єктом логічних законів зв'язку об'єкта зі спрямованою на нього дією і на основі усвідомлення необхідності такого зв'язку. Усвідомлення являє собою процес концептуалізації, тобто реконструкції схеми дії, перетворення її в поняття. Аналогічно до періодизації розвитку інтелекту дитини, Ж.Піаже розглядав періодизацію онтогенезу рефлексивного мислення. На його думку, логічний зв'язок об'єкта й дії стає цілком рефлексованим лише на стадії формальних операцій.

У російській психологічній науці поняття рефлексії на теоретичному рівні аналізувалося в роботах Б.Г.Ананьєва, П.П. Блонського, Л.С.Виготського, С.Л.Рубінштейна як один із пояснюючих принципів організації та розвитку психіки людини, насамперед її вищої форми – самосвідомості. Проблеми рефлексії розглядались у конкретно-психологічних експериментальних дослідженнях мислення, пам'яті, спілкування, творчості, самосвідомості тощо.

У рамках останнього напрямку цікавим є теоретичне дослідження І.С.Кона, що стосується категорії «Я» в психологічній науці [7]. Аналізуючи зміст понять «самість», «ідентичність», «его», «Я» у різноманітних джерелах, І.С.Кон поділяє думку Канта про подвійну природу «Я»:

- «Я» як суб'єкт мислення, рефлексуюче «Я» (яке звичайно називають активним, діючим, суб'єктним або екзистенціальним «Я»);
- «Я» як об'єкт сприймання внутрішнього почуття (яке звичайно називають об'єктним, рефлексивним, феноменальним, категоріальним або «образом Я», «поняттям Я», «Я-концепцією» тощо).

Розглядаючи структуру й функції рефлексивного «Я», учений наголошує, що воно може розрізнятися за змістом, спрямованістю, інтенсивністю, стійкістю, ясністю, верифікованістю.

Аналізуючи різні теорії та напрями досліджень, І.С.Кон указує на думку багатьох авторів про необхідність вивчення самого процесу рефлексії, який ототожнюється із самоусвідомленням: «Індивід не може усвідомити себе поза конкретною ситуацією й системою відносин, у якій розгортається його діяльність. Однак у кожний певний момент його увага спрямована або на себе, або

на зміст і ситуацію своєї діяльності» [7, с.32].

С.Ю.Степанов і Н.І.Семенов [10] зазначають, що власне психологічний зміст поняття рефлексії мають такі її визначення, як: 1) здатність розуму звертати свій «погляд» на себе; 2) мислення про мислення; 3) аналіз знання з метою одержання нового знання чи перетворення знання неявного в явне; 4) самоспостереження за станом розуму чи душі; 5) вихід із поглинутості життєдіяльності; 6) дослідницький акт, скерований людиною на себе.

Аналізуючи експериментально-психологічні дослідження, автори вказують, що рефлексія вивчається в чотирьох основних аспектах: кооперативному, комунікативному, інтелектуальному та особистісному. При цьому перші два аспекти вирізняються в дослідженнях колективних форм діяльності й опосередковуючих їх процесів спілкування, а два інші – в індивідуальних формах прояву мислення й свідомості. Таке акцентування дозволяє виділити колективну й індивідуальну форми здійснення рефлексії, а також наочно представити різноманітність і часом суперечливість трактувань і визначень рефлексії.

За А.В.Карповим, рефлексивність як одна з найважливіших загальних здібностей суб'єкта являє собою «складний високоорганізований метакогнітивний процес». Учений наголошує; що «вираженість в особистості здібності до рефлексії багато в чому визначає рівень, стратегії та ефективність довільної психічної регуляції діяльності й поведінки» [5, с. 42].

Як інтегральну змістовно-функціональну характеристику саморегуляції розглядає рефлексивність М.Й.Боришевський. Він зазначає, що «саме здатність до рефлексії забезпечує індивіду можливість інтегрувати в собі одночасно дві функції: функцію суб'єкта поведінки та функцію об'єкта управління. Можливість інтеграції зазначених функцій нерозривно пов'язана зі здатністю індивіда до досить повного відображення у власній свідомості себе та інших людей, своїх актуальних та потенційних можливостей (сутнісних сил), ступеня адекватності та ефективності реалізації цих можливостей, усвідомлення своєї взаємодії з іншими людьми й цих останніх як особистостей, суб'єктів взаємодії, усвідомлення характеру сприйняття оточенням його (індивіда) як особистості» [2, с.23].

Розглядаючи здібності до рефлексії як такі, що зумовлюють процеси самовизначення, самосвідомості та саморегуляції в когнітивній, емоційно-вольовій, особистісній сферах, Г.В.Ожиганова підкреслює їхню особливу роль: «...Як духовні й творчі, рефлексивні здібності дозволяють людині успішно просуватися по шляху самовдосконалення й саморозвитку в усіх сферах життєдіяльності» [8, с.429].

Спеціальному вивченню було піддано механізм рефлексивної саморегуляції, що базується на відображенні самого себе як виконавця дій. Дослідження показали, що уявлення про своє актуальне «Я» впливає на визначення людиною своїх можливостей щодо досягнення тих чи інших цілей, на планування діяльності, на розвиток здатності до «внутрішнього опонування» (А.В. Візгіна), внутрішнього діалогу.

За допомогою рефлексії, на думку М.Келесі, «особистість набуває здатності зайняти подумки позицію «поза», «над» життям, виходити за межі життєвих ситуацій, розуміти сутність своїх життєствлень, узагальнювати значення

свого “Я”» [6, с.7]. Дослідниця вводить поняття «проблемної рефлексії» як «шляху й форми проблемного самопізнання»: «Розуміння суперечливо-проблемного характеру своєї життєдіяльності повинне поєднуватися з вибором конструктивних, адекватних своєму «Я» способів вирішення життєвих проблем, які сприяють саморозвитку й самовдосконаленню особистості» [6, с.11]. Умовами розвитку проблемної рефлексії є «наявність процесів об'єктивації й категоризації, що виражається в здатності розуміти об'єктивний характер власних життєвих проблем, умінні їх узагальнювати» [6, с.21–22].

Роботи Є.Р.Новикової, І.Н.Семенова, Н.І.Гуткіної та ін. присвячені вивченню особистісного аспекту рефлексії, де цей феномен розуміється як процес переосмислення, як механізм «не тільки диференціації в кожному розвинутому й унікальному людському “Я” його різноманітних підструктур (типу: “Я” – фізичне тіло; “Я” – біологічний організм; “Я” – соціальна істота; “Я” – суб'єкт творчості та ін.), але й інтеграції “Я” у неповторну цілісність...» [10, с.38].

С.Дюваль і Р.Віклунд виокремили чотири фази в розвитку особистісної рефлексії: «1) зосередження уваги на собі, 2) самооцінка, 3) афективна реакція, 4) намагання зменшити виявлені розбіжності між своєю поведінкою й ідеалом чи нормою, що маються на увазі» [7, с.32].

Низку робіт присвячено розгляду онтогенетичних аспектів рефлексії. На думку С.П.Тищенко, розвиток рефлексивної самосвідомості в дошкільному періоді онтогенезу визначається грою як провідною діяльністю в цьому віці. Дослідниця встановила, що завдяки грі однією з тенденцій у становленні «образу Я – центральної інстанції у структурі самосвідомості» старших дошкільників є зростання ступеня когнітивної складності образу Я дитини, яка не тільки має «знання про себе як суб'єкта предметно-практичної діяльності і спілкування, а й усвідомлює ступінь вираженості певної якості в однолітків» [11, с.157]. Саме в процесі гри, підкреслює С.П.Тищенко, у дитини в основному розвиваються два важливі новоутворення у сфері внутрішнього світу: особистісні очікування щодо оточення й здатність оцінювати себе, свої ігрові вміння, дії, знання, рольові функції, комунікативні якості з точки зору ігрової групи, тобто рефлексивність самооцінки» [12, с.72].

Базуючись на визначенні А.В.Брушлинським рефлексії як «своєрідного способу активного ставлення до власного життя, який починає розвиватися на ранніх етапах онтогенезу», А.Г.Самохвалова вивчала вікову динаміку рефлексії спілкування в дитячому віці [9]. Вона розглядає рефлексію «системоутворювальною ланкою», що гармонійно організовує «соціально-психологічні якості дитини як суб'єкта діяльності та спілкування: перетворювальну активність, цілісність, автономність, свободу діяльності, гармонійність, цілеспрямованість й усвідомлення» [9, с.146]. Виокремивши в структурі рефлексії суб'єкта спілкування когнітивні процеси, «внутріособистісні» якості й поведінкові особливості, показниками розвитку рефлексії А.Г.Самохвалова вважає «вміння дитини аналізувати, обдумувати власні комунікативні дії; визнавати допущені в процесі спілкування помилки і виправляти їх у подальших комунікаціях» [9, с.146]. На підставі проведених досліджень автор доходить висновку про те, що розви-

ток рефлексії спілкування протягом дитячого етапу онтогенезу «іде гетерохронно – у періоди вікових криз відбуваються стрибки в актуалізації рефлексивних якостей» [9, с.148].

Початок систематичної, планомірної навчальної діяльності створює нову соціальну ситуацію розвитку дитини. Діяльність учіння стає провідним фактором не тільки для інтелектуальної сфери, а й для всієї особистості дитини, визначаючи напрям та специфіку її розвитку.

В.В.Давидов та його співробітники [3; 4] визначили, що основними психічними новоутвореннями молодшого шкільного віку, які виникають у функціонуванні діяльності учіння, є аналіз, рефлексія та внутрішній план дій (планування). Бути суб'єктом навчальної діяльності в молодшому шкільному віці, за В.В.Давидовим, означає насамперед уміти вчитися, тобто вчити самого себе. Уміння вчити себе – у широкому розумінні цього поняття – означає «здатність долати власну обмеженість не тільки в галузі конкретних знань та навичок, але і в будь-якій сфері діяльності та людських сосунків, зокрема в стосунках із самим собою – невмілим чи ленивим, неуважним чи неграмотним, але здатним змінюватися, ставати (робити себе) іншим» [3, с.14]. Необхідною умовою уміння вчитися є рефлексія як універсальний спосіб побудови ставлення людини до власної життєдіяльності.

Автори ставлять питання про особливості суб'єкта рефлексії в навчальній діяльності. Проведені експериментальні дослідження показали, що суб'єкт рефлексивної роботи існує в інтерпсихічній формі, не індивідуалізований. Шлях становлення рефлексивної ініціативності та самостійності автори бачать у формуванні вміння будувати стосунки із самим собою, як з «іншим», в об'єктивації для дитини тих змін, що відбуваються в ній у процесі учіння.

Запропонована В.В.Давидовим і співавторами схема «трьох шарів учбової діяльності» наочно демонструє, що із трьох шарів існування рефлексії, а саме: мислення, комунікація та кооперація, самосвідомість – тільки у сфері самосвідомості суб'єктом навчальної діяльності є сам учень. А в результаті спільної роботи учня і вчителя, яка полягає в переході молодшого школяра від однієї позиції до іншої: незнання до знання, від невміння до вміння, «вирощується рефлексія як індивідуальна здатність до самозміни, до встановлення меж «Я-самості» [3, с.17]. Автори вважають, що включення в «канву навчальної діяльності» ставлення дитини до самої себе як до «іншого», яке формується задовго до школи, дитячої «Я-самості» (я сам можу, я сам хочу, я сам спробую) буде сприяти розвитку дійсного вміння вчитися, становленню дійсного суб'єкта учіння.

Підкресливши, що «рефлексії навчити не можна, можна тільки надати можливість її навчитися», Г.А.Цукерман зазначає: «Навчальне співробітництво з ровесниками є однією з необхідних умов «вирощування» рефлексивних здібностей дітей» [14, с.42].

А.В.Захарова і М.Е.Боцманова провели експериментальне дослідження рефлексії як психічного новоутворення в діяльності учіння. Працюючи в руслі наукової школи В.В.Давидова, вони визначають рефлексію як «уміння суб'єкта виокремлювати, аналізувати і співвідносити з предметною ситуацією свої влас-

ні способи діяльності» [4, с.152]. Автори розглядають функціонування рефлексії в мисленнєвій діяльності учнів, її роль у регулюванні цієї діяльності через певні особистісні характеристики, оскільки специфіка діяльності учіння пов'язана зі змінами в самому учневі як суб'єкті діяльності.

За даними дослідження А.В.Захарової та М.Е.Боцманової, можна говорити про існування зв'язку між специфічними показниками самооцінки молодших школярів і рівнем функціонування у них рефлексії в інтелектуальній сфері – під час розв'язання мисленнєвих задач. Дослідниці виокремили три групи учнів щодо рівнів розвитку рефлексії: «з повною рефлексією», «з неповною рефлексією» та «із нульовою рефлексією». При цьому виявилось, що «із підвищенням рівня рефлексії спостерігається збільшення кількості обережних, проблематичних і невпевнених оцінок як ситуації задачі, так і своїх можливостей її розв'язання» [4, с.161]. Це свідчить про те, на думку авторів, що достатньо високий рівень рефлексії пов'язаний у молодших школярів з деякою невизначеністю в оцінці самого себе як суб'єкта діяльності, а це, своєю чергою, зменшує категоричність оцінних і самооцінних суджень. При цьому дослідниці наголошують: «Так звана невпевненість у собі цих учнів є, по суті, функцією проблематичного підходу до об'єкта, що виключає можливість висловлювання категоричних суджень. Разом із тим ця обережність ніякою мірою не блокує інтелектуальну активність учнів: вони проявляють готовність досліджувати незнайому ситуацію» [4, с.162].

Висновки. Отже, рефлексія виконує суттєві функції становлення людини як особистості й суб'єкта діяльності. Вона дозволяє особистості створювати цілісне уявлення про своє «Я», пізнавати й об'єктивно оцінювати свої якості та власні способи діяльності, критично ставитись до себе та своєї діяльності, адекватно змінювати уявлення про себе, свої дії, тобто виконує регулятивні функції.

1. Выготский Л. С. Детская психология : собранные сочинения : у 6 т. Т. 4 / Л. С. Выготский. – М. : Просвещение, 1984. – 433 с.
2. Боришевский М. И. Развитие саморегуляции поведения школьников : автореф. дис. на здобуття д-ра психол. наук : 19.00.07 / Боришевский М. И.; Киевский гос. пед. ин-т им. М. П. Драгоманова. – К., 1992. – 78 с.
3. Давыдов В. В. Младший школьник как субъект учебной деятельности / В. В. Давыдов, В. И. Слободчиков, Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1992. – № 3–4. – С. 14–19.
4. Захарова А. В. Особенности рефлексии как психического новообразования в учебной деятельности / А. В. Захарова, М. Э. Боцманова // Формирование учебной деятельности школьников / под ред. В. В. Давыдова, И. Ломпшера, А. К. Марковой. – М. : Педагогика, 1982. – С. 152–163.
5. Карпов А. В. О понятии метакогнитивных способностей личности / А. В. Карпов // Психология интеллекта и творчества: традиции и инновации / отв. ред. А. Л. Журавлев, М. А. Холодная [и др.]. – М. : Ин-т психологии РАН, 2010. – С. 41–58.
6. Келеси М. Особенности рефлексии как формы самопознания личности : автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук : 19.00.01 / М. Келеси ; Киевский госуд. ун-т им. Тараса Шевченко. – К., 1996. – 22 с.
7. Кон И. С. Категория «Я» в психологии / Игорь Семенович Кон // Психологический журнал. – 1981. – Т. 2, № 3. – С. 25–39.
8. Ожиганова Г. В. О высших рефлексивных способностях и методах их исследования / Г. В. Ожиганова // Идеи О. К. Тихомирова и А. В. Брушлинского и фундаментальные

- проблемы психологии: материалы Всерос. науч. конф. (Москва, 30 мая – 1 июня 2013 г.) / отв. ред. Ю. П. Зинченко, А. Е. Войскунский, Т. В. Корнилова. – М. : Моск. гос. ун-т им. М. В. Ломоносова, 2013. – С. 429–431.
9. Самохвалова А. Г. Возрастная динамика рефлексии общения в детском возрасте / А. Г. Самохвалова // Идеи О. К. Тихомирова и А. В. Брушлинского и фундаментальные проблемы психологии : материалы Всерос. науч. конф. (Москва, 30 мая – 1 июня 2013 г.) / отв. ред. Ю. П. Зинченко, А. Е. Войскунский, Т. В. Корнилова. – М. : Мос. гос. ун-т им. М. В. Ломоносова, 2013. – С. 146–148.
 10. Степанов С. Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С. Ю. Степанов, Н. И. Семенов // Вопросы психологии. – 1985. – № 3. – С. 31–40.
 11. Тищенко С. П. Про розвиток самосвідомості в онтогенезі (дошкільний вік) / С. П. Тищенко // Актуальні проблеми психології. Т. 4 ; Актуальні проблеми генези особистості в контексті навчання і виховання : зб. наук. статей / за заг. ред. С. Д. Максименка. – К. : Нора-прінт, 2001. – С. 154–159.
 12. Тищенко С. П. Развитие внутреннего мира ребенка / С. П. Тищенко // Воспитание детей дошкольного возраста / под ред. Л. Н. Проколиенко. – К. : Рад. школа, 1990. – С. 69–83.
 13. Чамата П. Р. Самосвідомість та її розвиток у дітей / П. Р. Чамата. – К. : Знання, 1965. – 48 с.
 14. Цукерман Г. А. Условия развития рефлексии у шестилеток / Г. А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1989. – № 2. – С. 39–46.