

**НАПРЯМКИ ДОСЛІДЖЕННЯ РЕФЛЕКСІЇ В ЗАРУБІЖНІЙ  
ПСИХОЛОГІЇ**

**THE DIRECTIONS OF RESEARCH ON REFLECTION IN  
FOREIGN PSYCHOLOGY**

*Щербина-Прилука В.М., науковий співробітник лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх, Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України (ORCID ID 0000-0003-3284-9474)*

*Shcherbyna-Pryluka V.M., researcher of the laboratory of psychology of socially maladjusted adolescents, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of NAES Ukraine (ORCID ID 0000-0003-3284-9474)*

*Анотація.* У роботі розглядаються і аналізуються основні особливості сучасного стану проблеми рефлексії і найбільш перспективні шляхи її подальшої розробки. Виділяються і характеризуються основні напрямки зарубіжних досліджень в області психології рефлексії. Піддаються аналізу схожість і відмінність в предметі і методах теоретико-експериментального вивчення.

*Ключові слова:* рефлексія, рефлексивність, методи дослідження, наукові теорії.

*Summary.* The article analyses the main features of the current understanding of reflection and the most perspective directions of this problem's further development. We highlight and characterize the main directions of foreign research in the field of the psychology of reflection. The performed analysis shows a similarity and difference in the subject and methods of theoretical and experimental study

*Keywords:* reflection, reflectivity, research methods, scientific theories.

**Актуальність** дослідження із теоретико-методологічним обґрунтуванням проблеми. На сучасному етапі розвитку суспільства спостерігається поширення кризових явищ у багатьох сферах життя, що впливає на зниження адаптаційних ресурсів особистості. Для оптимізації соціалізації, зміни картини світу, відкриття нових можливостей у розвитку і

саморозвитку потрібно більш поглиблене вивчення особливостей особистісних характеристик, особливо таких як рефлексія і рефлексивність, які сприяють підвищенню рівня соціальної адаптації особистості [1].

У сучасній науці актуалізований інтерес до людини як суб'єкту не лише різноманітних ситуацій, а й свого буття в цілому. Кожна людина протягом життя є учасником багатьох ситуацій, визначених соціокультурним простором і часом. Значною мірою поведінка людини може бути адекватна ситуації тільки тоді, коли вона усвідомив і засвоїв соціальні приписи, правила, норми. Так людина опиняється в умовах неминучості рефлексії ситуації як нормативного простору, в якому необхідно конструювати свою поведінку. Дослідження рефлексії особистості набуває особливої гостроти, коли мова йде про неповнолітні, що знаходяться сьогодні в соціальній ситуації, що характеризується неоднозначністю, суперечливістю в ставлення до нормативного компоненту ситуації. Своєрідність проблеми рефлексії обумовлена неповторністю самої властивості рефлексивності, завдяки якій людина розуміє, що має таку унікальну якість, якої не має жодна жива істота, як усвідомлення. Разом з тим, багато в чому завдяки цій власності виникає і сама психологія як така, що і має відбиток на специфіці проблеми дослідження рефлексії та сучасному її стані. Істотні труднощі теоретичного плану обумовлені також надзвичайною широтою і варіативністю підходів до дослідження рефлексії. До теперішнього часу відсутня не тільки цілісна психологічна концепція рефлексії, а й єдиний підхід до її розробки, що є підґрунтям для еkleктичності уявлень. Важливим є те, що рефлексія характеризується вираженою невизначеністю свого понятійного статусу і місця в системі психологічних понять. Рефлексія розглядається з позицій різних базових психологічних категорій (психічних процесів, здібностей, властивостей тощо), однак недостатньо чітко осмислена щодо своєї якісної визначеності і специфіки, що свідчить про невизначеність уявлень про сам предмет, недостатню його диференційованість. У якості принципів труднощів теоретичного осмислення рефлексії виступає слабка розробленість

методичних аспектів даної проблеми, недостатність емпіричних і, особливо, експериментальних методів її вивчення

**Метою дослідження** став аналіз сучасних зарубіжних досліджень рефлексії, виокремлення предмету і методів теоретико-експериментального вивчення.

Теоретико-методологічною основою дослідження виступають принципи детермінізму, розвитку і гуманізму, структурно-діалектичний метод аналізу соціальних явищ.

**Результати** теоретичного аналізу проблеми. Аналіз зарубіжної наукової літератури дозволяє виділити наступні основні напрямки досліджень в психології рефлексії: схильність до самоаналізу (psychological mindedness); інтелектуальна рефлексія (метакогнітивний підхід, metacognitions); уявлення про психічне (theory of mind). [2]. Кожен із цих напрямків для позначення процесу, хоча б частково схожого з рефлексією, використовувало свій власний новий термін.

Розглянемо їх специфіку та механізм рефлексії детальніше.

Схильність до самоаналізу (psychological mindedness) найчастіше визначається як здатність і схильність думати про себе і інших як суб'єктів, рухомих внутрішніми станами. Або, інакше кажучи, здатність і схильність враховувати вплив внутрішніх станів (думок, почуттів тощо) на поведінку як власну, так і інших людей [3]. Розглянута схильність до самоаналізу пов'язана як з розумінням людиною себе, так і з розумінням нею інших людей. Був виявлений взаємозв'язок цієї схильності і самосвідомості, а також когнітивної і афективної емпатії. Більш того, схильність до саме аналізу пов'язана не тільки з усвідомленням людиною себе як такого, але також і з усвідомленням нею власних відносин з іншими людьми [4]. Це поняття з самого початку інтуїтивно пов'язувалося з успішністю психотерапії. Передбачалося, що клієнти, більш схильні замислюватися про себе, аналізувати власну поведінку і поведінку інших людей, більш відкриті для терапії, особливо інсайтної, і отримують більше користі від неї. Вважалося, що схильні до самоаналізу

клієнти мають більш розвинену здатність до розуміння психотерапевта. Однак численні емпіричні дослідження, присвячені цій проблемі, не дали однозначного результату. Вони швидше свідчили проти цього припущення [4].

У результаті досліджень було показано, що схильність до самоаналізу має не більше значення для інсайтно́ї терапії, ніж, скажімо, для поведінкової. І навіть вплив інсайтно́ї терапії на розвиток схильності до самоаналізу виявилось незначним. Більш того, було виявлено, що при високому рівні схильності до самоаналізу страждає самооцінка, і схильні до самоаналізу люди мають тенденцію приховувати свої справжні почуття. При цьому схильність до самоаналізу психотерапевта, як показала емпірична перевірка, впливу на успішність терапії в кращому випадку не робить, а можливо, і знижує ефективність його роботи [4].

На відміну від інших варіантів трактування рефлексії в зарубіжній психології - таких, як самоусвідомлення (self-awareness) або розуміння інших людей (theory of mind) - розглянута схильність до самоаналізу пов'язана як з розумінням людиною себе, так і з розумінням інших людей. Виявлено взаємозв'язок цієї схильності і самосвідомості, а також когнітивної і афективної емпатії [5]. Більш того, схильність до самоаналізу пов'язана не тільки з усвідомленням людиною себе як такого, але також і з усвідомленням нею власних відносин з іншими людьми [5]. Незважаючи на те, що схильність до самоаналізу вважається особистісною рисою з когнітивними компонентами, проводилося також і окреме вивчення саме когнітивних компонентів цієї здібності. При цьому було виявлено, що висока схильність до самоаналізу пов'язана з гнучкістю, усвідомленням відповідальності (внутрішнім локусом контролю) та реалістичністю мислення. Важливо підкреслити, що саме ці компоненти схильності до самоанаізу сприяють успішності психотерапії.

Необхідно відзначити, що для робіт, присвячених схильності до самоаналізу характерна відносна не розробленість центрального поняття - власне схильності до самоаналізу. Найяскравіше це проявилось в

неоднозначності визначення цього феномена в базових психологічних термінах. Але для емпіричних досліджень в рамках цього підходу ця проблема не є принциповою, оскільки його представники не ставлять собі за мету вивчити механізм впливу схильності до самоаналізу на поведінку або психічні функції. Метою більшості розглянутих досліджень є визначення взаємозв'язку між схильністю до самоаналізу і іншими рисами і здібностями особистості.

Прихильники цього напрямку вивчення рефлексії розробили декілька методик оцінки схильності до самоаналізу. Всі вони представляють опитувальники або стандартизовані інтерв'ю. Однак за різними методиками стоїть різне розуміння самого явища, а це створює певні проблеми для проведення і подальшого аналізу емпіричних досліджень рефлексивних процесів. Аналізуючи цю онтологічну проблематику, А.М. Грант запропонував альтернативний варіант визначення схильності до самоаналізу через метакогніції. На його думку, ця схильність має вимірюватися не сама по собі, але через оцінку метакогнітивних процесів рефлексії та осяяння [6].

Метакогнітивний підхід (metacognitive approach) виник як продовження вивчення когнітивного розвитку дитини. Під метакогніціями розуміється знання про себе як суб'єкті, що пізнає, та регуляція власного пізнання [7]. Структура і конкретний набір метакогнітивних процесів різними авторами описуються по-різному, але практично всі згодні з поділом метакогніцій на метакогнітивні знання і метакогнітивний досвід (або контроль, в основі якого лежить рефлексія когнітивних процесів). У цьому напрямку досліджень рефлексії розвиток метакогніцій описується в основному як розвиток знань дитини про себе в контексті розв'язання різних проблемних ситуацій. Так, в онтогенезі раніше всього з'являється здатність розрізняти зрозумілі і незрозумілі дитині ситуації, пізніше - диференціювати ситуації, що були зрозумілі правильно і неправильно, і т.д. Деякі дослідження свідчать про те, що рефлексія як метакогнітивні знання з'являється пізніше, ніж фактична регуляція пізнання на поведінковому рівні.

Уявлення про психічне (theory of mind) - це розуміння того, що існують психічні стани, відмінні від зовнішніх подій і дій. В англійській літературі використовується термін «theory of mind» - буквально «теорія психічного». Причому цими словами позначаються як самі уявлення про психічне, так і даний напрям в психології. Початок цьому напрямку поклало введення методичного критерію наявності у суб'єкта (не тільки дитини і навіть не тільки людини, оскільки мова йшла про мавп) уявлень про психічне. Трактують уявлення про психічне по-різному: як здатність визначати власні психічні стани і стани інших; як інтуїтивне розуміння власних і чужих психічних станів, таких, як думки і погляди; як метарепрезентативну здібність, тобто специфічну здатність представляти ситуацію з різних точок зору [8]. Запропонований методичний принцип полягає в розведенні фактичної ситуації і уявлень людини про неї. Так, наприклад, досліджуваному пред'являється ситуація, в якій діє якийсь суб'єкт (сам досліджуваний або інша людина), причому уявлення суб'єкта про цю ситуацію помилкове. Після цього досліджуваного просять спрогнозувати дії описаного суб'єкта в описаній ситуації. Тоді здібність, яка визначається в такому експерименті, отримала назву «розуміння можливості помилкової думки» [9].

Практично всі представники розглянутого підходу поділяють деякі загальні припущення, що прийшли з когнітивної психології. Так, більшість дослідників уявлення про психічне згодні з принципом гетерогенності, який стверджує відносну незалежність розвитку когнітивних функцій в різних галузях пізнання. При цьому вважається, що уявлення про психічне - одне з основних і найбільш ранніх в психічному розвитку дитини [9].

Однак в рамках даного підходу існує ряд серйозних методологічних проблем і протиріч. Найвиразніше ці проблеми проявляються в дискусії між двома основними теоріями уявлення про психічне. Це так звані «теорія теорії» і «теорія симуляції». Відповідно до першої теорії, уявлення про психічне - це набір вихідних припущень і правил дії з ними. При цьому розвиток уявлень про психічне відбувається в формі побудови такої теорії на основі життєвого

досвіду. Критерієм сформованості уявлень про психічне є визнання можливості помилкової думки. Визнання наявності уявлень про психічне у дитини можливо, тільки якщо вона здатна розміркувати про психічні стани вербально, адже поведінкових проявів розуміння психічного інших людей недостатньо [9].

В теорії симуляції уявлення про психічне розглядаються як інтуїтивне розуміння власних і чужих психічних станів, механізм якого - поставити себе на місце іншого. Прихильники цієї теорії визнають поведінкові прояви такого розуміння як свідчення наявності у дитини уявлень про психічне і схильні вважати визнання можливості помилкової думки завищеними критерієм наявності уявлень про психічне. Для того щоб вирішити протиріччя між цими двома теоріями, довгий час намагалися встановити, що ж з'являється раніше - рефлексія (самозвіт про власні психічні стани) або уявлення про психічне інших людей [8; 10].

Відповідно до теорії симуляції, уявлення про психіку інших людей розвиваються на основі досвіду безпосереднього переживання психічних станів. Тоді як теорія теорії стверджує, що навіть власний досвід таких переживань опосередкований життєвою теорією психічного і, відповідно, звіт про власні переживання неможливий до появи уявлень про психічне [11].

У рамках цієї дискусії значного розвитку набули методи вивчення рефлексії у маленьких дітей: були розроблені спеціальні завдання, що дозволяють дитині дати звіт про свої переживання [10], а також визначені ситуації, що дозволяють зафіксувати рефлексивні висловлювання дитини. Однак цей шлях не привів до вичерпної відповіді, яка примирила б обидві сторони. Швидше, результатом дискусії стала тенденція визнавати взаємодію цих двох механізмів у розвитку уявлень про психічне [4; 8].

Разом з тим, останні дослідження уявлень про психічне відкривають нову перспективу розгляду розвитку рефлексії, особливо на ранніх етапах онтогенезу психіки людини. Зокрема, ці дослідження ставлять нові питання

про роль соціальних відносин у розвитку рефлексії та про рефлексії дитиною цих самих відносин.

**Висновки.** Аналіз феноменології рефлексивних процесів і напрямків їх дослідження дозволив виділити проблемні теми і диференціювати предметні області сучасної зарубіжної психології рефлексії. Межі перетину психології рефлексії - це дослідження ефективності рефлексії в темі схильності до самоаналізу, тема контролю у педагогічній психології, пов'язана з рефлексією, але виходить за рамки даної статті, присвяченій загальнопсихологічній проблематиці рефлексії. Характерним є і вихідний акцент на теорії (з її онтологічним і методологічним обґрунтуванням), а не на емпіричних дослідженнях (спочатку експлікують феноменологію рефлексивних процесів). Спостерігається явний брак методів їх емпіричної верифікації, тому розроблені в зарубіжній психології експериментальні методики «поділу» усвідомлення, рефлексії та діяльності, можуть стати основою емпіричної перевірки функцій рефлексії..

**Перспективами** досліджень є експериментальне співставлення теорій рефлексії, що передбачає детальний аналіз і узагальнення масиву сучасної феноменології рефлексії, та може допомогти по-новому підійти до деяких старих, але досі не вирішених проблем.

### Література

1. Психологічні механізми ресоціалізації осіб з девіантною поведінкою в умовах суспільних змін: монографія / за ред. Н.Ю. Максимової. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. 272 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/712821> (дата звернення: 10.03.2020).
2. Аникина В.Г., Коваль Н.А., Семенов И.Н. Исследование экзистенциальной рефлексии в проблемно-конфликтных ситуациях. Тамбов: Издво ТГУ, 2002. 108 с.
3. Hua W., Beitel M., Schuman-Olivier Z., Barry D. Psychometric properties of a Chinese version of the Psychological Mindedness Scale. *Journal of the American Psychoanalytic Association*. 2007. 55(1). P. 300–305.



4. A dictionary of psychology (4 ed.) / A.M.Colman (ed.). New York: Oxford university press., 2015. 479 p.
5. Beitel M., Ferrer E., Cecero J.J. Psychological mindedness and awareness of self and others. *Journal of Clinical Psychology*. 2005. 61(6). 739–750.
6. Grant A.M. Rethinking psychological mindedness: Metacognition, self-reflection, and insight. *Behavior Change*. 2001. 18 (1). P. 8–17.
7. Veenman M., Van Hout-Wolters B., & Afflerbach P. Metacognition and learning: conceptual and methodological considerations. *Metacognition and Learning*. 2006. 1. P. 3–14.
8. Flavell J.H. Development of children's knowledge about the mental world. *International Journal of Behavioral Development*. 2000. 24 (1). 15–23.
9. Astington J.W. Theory of mind, Humpty Dumpty, and the icebox. *Human Development*. 1998. 41. 30–39.
10. Estes D. Young children's awareness of their mental activity: The case of mental rotation. *Child Development*. 1998. 69. №5. P. 1345–1360.
11. Nelson K., Plesa D., Henseler S. Children's theory of mind: an experiential interpretation. *Human Development*. 1998. 41. 7–29.