

DOI [https://doi.org/10.32405/2522-9931-8\(37\)-84-98](https://doi.org/10.32405/2522-9931-8(37)-84-98)  
УДК 159.955.4:159.923

**Павелків Роман Володимирович,**  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри вікової та педагогічної психології  
Рівненського державного гуманітарного університету.  
Рівне, Україна.  
ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-6564-4507>  
[pavelkiv\\_rv@ukr.net](mailto:pavelkiv_rv@ukr.net)

## **РЕФЛЕКСІЯ ЯК МЕХАНІЗМ ФОРМУВАННЯ ІНДИВІДУАЛЬНОЇ СВІДОМОСТІ ТА ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

**Анотація.** У статті висвітлюється сутність психологічного змісту поняття рефлексії, її поліфункціональність, зазначається важливість та унікальність ролі даного феномену в структурі особистості людини. Рефлексія розглядається як механізм самосвідомості, як особливий дослідницький акт, що спрямовує людину на осмислення й усвідомлення власних форм свідомості з метою предметного розгляду знання про себе та інших людей, критичного аналізу його змісту й методів пізнання. Аналізуються особливості функціонування різних видів, форм рефлексії які сприяють формуванню багатьох новоутворень особистості, визначають її цілісний образ «Я» та сприяють самовдосконаленню особистості, успішності її діяльності й спілкування у стосунках з іншими людьми. Встановлено, що рефлексія виступає як родова здатність людини, що проявляється у зверненості свідомості на себе, на внутрішній світ людини, на її місце у взаємовідносинах з іншими, на форми та способи пізнавальної та перетворювальної діяльності. Рефлексія як можливість виходу за межі наявної ситуації дає змогу усвідомлювати її, мотиви власних дій, свій стан, актуалізувати свої знання, оцінити власний вчинок, а також з'ясувати позицію партнера по взаємодії, зрозуміти його стан. З'ясовано, що в процесі формування мотиву поведінки рефлексія узгоджує такі фундаментальні характеристики особистості, як її світоглядні установки, переконання, цінності з інтересами, потребами, бажаннями іншої людини. З позицій наукових досліджень констатовано, що рефлексія як єдність процесів самоусвідомлення та усвідомлення ставлення «Я-Інший» виступає провідним механізмом саморегуляції поведінки особистості. Встановлено, що рефлексія є одним із механізмів саморозвитку та самовдосконалення особистості. На шляху самовдосконалення рефлексивні процеси дають змогу особистості актуалізувати процеси самоорганізації, мобілізуючи власний потенціал, інтелектуальні та духовні ресурси в умовах професійної діяльності.

**Ключові слова:** особистість; свідомість; самосвідомість; самопізнання; рефлексія; діяльність; спілкування; міжособистісна взаємодія.

## 1. ВСТУП / INTRODUCTION

**Постановка проблеми.** У сучасній психології спостерігається інтенсивне зростання теоретичних та експериментальних досліджень сфер самосвідомості, самопізнання та міжособистісного пізнання, які пов'язані з розвитком і вдосконалюванням здатності розуміти себе та іншу людину, що призвело до виділення й становлення такої окремої області знань у психології, як психологія рефлексії. Поняття «самосвідомість» і «рефлексія» увійшли в психологію з філософії з певним смисловим навантаженням, а потім стали вивчатися в психологічній науці. Рефлексія (від пізньолатинського *reflexio* – звернення назад) означає принципи людського мислення, що спрямовують людину на осмислення й усвідомлення власних форм свідомості з метою предметного розгляду самого знання, критичного аналізу його змісту й методів пізнання, а також аналізу особистістю своєї діяльності з метою глибокого самопізнання, що розкриває внутрішню будову й специфіку духовного світу людини. У філософії поняття рефлексії означає процес міркування індивіда, що відбувається в його власній свідомості.

Загалом, рефлексія дозволяє людині критично ставитися до себе та своєї діяльності, робить особистість суб'єктом власної активності. Це підкреслює велике значення рефлексії для розвитку особистісних якостей, оволодіння повноцінними знаннями, освоєння нових видів діяльності тощо.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У психологічній літературі рефлексія розглядається як процес пізнання суб'єктом своїх внутрішніх психічних станів і процесів (Б. Ананьєв, Л. Божович, І. Кон, Л. Виготський, К. Абульханова-Славська, В. Столін та ін.); виступає в процесах кооперації і спілкування у формі усвідомлення діючим суб'єктом того, як він сприймається і оцінюється іншими індивідами або спільнотами (В. Рубцов, Н. Якушина, Г. Щедровицький, Г. Андрєєва та ін.); тлумачиться як здатність людини усвідомлювати власну поведінку і діяльність, формувати мислення, яке само себе обрало об'єктом свого пізнання (В. Давидов, А. Зак, Я. Пономарьов, І. Семенов, С. Степанов та ін.). Рефлексія дозволяє людині критично ставитися до себе та своєї діяльності, робить її суб'єктом власної активності. Це підкреслює велике значення рефлексії для розвитку особистісних якостей, оволодіння повноцінними знаннями, освоєння нових видів діяльності.

## 2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

**Метою** даної статті є розкриття та аналіз феномену рефлексії як форми активного особистісного переосмислення людиною певного змісту своєї індивідуальної свідомості та власної діяльності.

Відповідно до зазначеної мети у статті поставлено такі **завдання**: здійснити теоретичний аналіз сутності, структури та функцій особистісної рефлексії, дослідити психологічні чинники, які сприяють розвитку рефлексії в онтогенетичному аспекті, окреслити психологічні умови становлення та розвитку особистісної рефлексії.

## 3. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ / THE THEORETICAL BACKGROUNDS

Починаючи з самого дитинства людина намагається розуміти себе та інших. На кожному етапі особистісного розвитку у людини більш глибоко розвиваються самосвідомість та механізми сприймання оточуючого світу. Зв'язок між поведінкою і рефлексією простежується в межах такого поняття, як «життєва ситуація» [7]. Ситуація (зовнішні стосовно людини умови й обставини) істотно впливає на поведінку й розвиток особистості. Успішність розв'язання певних ситуацій великою мірою залежить від адекватності аналізу зовнішніх обставин, внутрішніх ресурсів психіки і, головним чином, – від індивідуальних особливостей процесу осмислення, тобто, від рефлексії. Завдяки рефлексії у людини виникає інтерес до свого внутрішнього світу, з'являється нова потреба – зрозуміти риси свого характеру, власні можливості, знайти в собі відмінності від інших людей, спробувати проаналізувати свої переживання. Інакше кажучи, з'являється рефлексія, яку розуміють як механізм самосвідомості, як особливий дослідницький акт, завдяки якому особистість не просто досліджує свій внутрішній світ, але ще й вивчає себе як дослідника. Але для того, щоб уявити, що про неї думають інші люди, людині насамперед слід зрозуміти, якою її бачать інші, а це, в першу чергу, має призводити до аналізу й розуміння своєї поведінки, тобто до дослідження власної діяльності, своїх особистісних властивостей, стосунків з іншими людьми.

Виходячи з аналізу вітчизняних досліджень, рефлексія розглядається як процес пізнання суб'єктом своїх внутрішніх психічних станів і процесів (Б. Ананьєв, Л. Божович, І. Кон, Л. Виготський, К. Абульханова-Славська, В. Столін та ін.); виступає в процесах кооперації і спілкування у формі усвідомлення діючим суб'єктом того, як він сприймається і оцінюється іншими індивідами або спільнотами (В. Рубцов, Н. Якушина, Г. Щедровицький, Г. Андреева та ін.); тлумачиться як здатність людини усвідомлювати власну поведінку і діяльність, формувати мислення, яке само себе обрало об'єктом свого пізнання (В. Давидов, А. Зак, Я. Пономарьов, І. Семенов, С. Степанов та ін.).

У сучасній закордонній психології в роботі щодо розгляду феномену рефлексії включені проблеми «Я» людини, у яких рефлексія розуміється в основному як самосвідомість (Р. Віклунд, М. Волбом, Е. Дінер, С. Д'ювал), як самоконтроль (Н. Кантор, Д. Міченбаум, Дж. Пурвис, М. Шнайдер, Ч. Хоппер), як самовиховання (А. Фенігстейн). В цих дослідженнях всі прояви рефлексії людини зводяться до здійснення особистісного аналізу: аналізу почуттів, переживань і вчинків. Аналізуючи ці підходи щодо феномену рефлексії, можна стверджувати, що в основному в роботах з категорії «Я» вивчається особистісна рефлексія. Але слід зазначити, що науковцями аналізується, як правило, не стільки сама рефлексія як психологічне явище, скільки її вплив на розвиток особистості. Зокрема, у роботі Д. Міченбаума наводяться дані, які дозволяють вважати, що розвиток особистісної рефлексії має велике значення в процесах самовиховання, а у роботах Е. Дінера й М. Волбома показано, що чим краще розвинена особистісна рефлексія, тим більшою мірою зменшується прояв неадекватної поведінки. Але, незважаючи на наявність цілого ряду цікавих даних, накопичених закордонними вченими в дослідженнях феномену рефлексії, ці дані не можуть цілком допомогти в розумінні сутності рефлексії як психологічного утворення. Представники закордонної психології в більшості випадків не виокремлюють рефлексію в спеціальний об'єкт дослідження, а в основному розглядають її в межах вивчення «Я» особистості.

Таким чином, окреслений обсяг психологічного змісту рефлексії, її поліфункціональність, значний спектр ознак і властивостей свідчить про важливість та унікальність ролі даного механізму в структурі особистості людини. Тому однозначно можна стверджувати, що саме рефлексія сприяє формуванню багатьох новоутворень особистості, які визначають її цілісний образ «Я» та сприяють самовдосконаленню особистості, успішності її діяльності й спілкування в подальшому житті.

#### **4. МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH METHODS**

Для вирішення поставленої мети використано теоретичні методи наукового дослідження: аналіз сучасного стану досліджуваної проблеми у філософській, психологічній та спеціальній літературі, класифікація критеріїв та показників розвитку особистісної рефлексії.

#### **5. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH RESULTS**

Аналізуючи процеси пізнання, вчені приходять до висновку, що акт індивідуального пізнання передбачає наявність рефлексії як акту усвідомлення і розуміння. Результатом такої рефлексії вважається вихід особистості за межі існуючої системи знань, породження нового знання, тобто рефлексія, таким чином, відкриває можливості до метапізнання. На думку

Г. Костюка особливість рефлексивного процесу полягає в «опосередкованому, узагальненому відображенні людиною предметів і явищ об'єктивної дійсності в їх істотних властивостях, зв'язках, відношеннях» [16, с. 195]. Саме тому Ю. Шваб вважає рефлексію певною сполучною ланкою між мисленням та спогляданням і вказує на те, що рефлексія не є самостійним процесом, а її варто розглядати як особливий механізм свідомості особистості [15, с. 31]. Досліджуючи процес мислення, В. Давидов, А. Зак, Я. Пономарьов, І. Семенов, С. Степанов тлумачать рефлексію як здатність людини усвідомлювати власну поведінку та діяльність, і найчастіше говорять про мислення, яке саме себе обрало об'єктом свого пізнання [5, с. 65].

А. Зак вважає, що рефлексію слід розглядати як психічний процес, який спрямовується уявленнями людини про результат, якого вона має досягти. На думку А. Зака, рефлексія передбачає «спеціальне звернення людини до схем реалізації власних дій з метою їх узагальнення» та має велике значення для пізнання опосередкованого змістового та смислового ставлення особистості до власне засобів пізнання [3].

Виходячи з досліджень С. Рубінштейна, І. Семенов виділив основні аспекти рефлексії:

- онтологічний аспект, в якому рефлексія допомагає людині виокремити межі психічного, що проявляється у здатності людини до пізнання себе через своє відображення в інших; гносеологічний аспект, в якому рефлексія «розглядається як специфічний спосіб психічного самопізнання внутрішнього світу людини шляхом інтроспективного проникнення особистістю у переживання власної свідомості, які виступають для індивіда як безпосередньо дані в самоспостереженні показники внутрішнього досвіду»;
- методологічний аспект рефлексії виражається у формі детермінізму, тобто «зовнішні причини зумовлюються внутрішніми умовами»;
- екзистенційно-етичний аспект рефлексії розглядається на основі виділених двох способів існування людини, де саме рефлексія є тим механізмом екзистенційного переходу від першого до другого способу, що забезпечує вихід особистості за межі ситуації та досягнення глибокого осмислення її змісту [11].

З метою здійснення більш глибокого аналізу предмету нашого дослідження, розглянемо існуючі в науковій літературі види рефлексії.

Аналіз досліджень таких авторів, як Б. Ковальов, Я. Коломинський, А. Кроник, Ю. Кулюткин, С. Максимов та інших, дозволяє виокремити три основних види рефлексії:

1. Соціально-перцептивна (саморефлексія або усвідомлення уявлень інших людей щодо себе самого);
2. Комунікативна (рефлексія іншого, взаєморефлексія або конструювання характеристик внутрішнього світу партнерів по взаємодії).



### 3. Соціально-психологічна (рефлексія ситуації або взаємодії).

Виділені види рефлексії подібні за своєю психологічною природою, здійснюють схожі функції в процесах міжособистісної взаємодії, та можуть розглядатися як прояв певного складного психічного утворення, позначеного в науковій літературі як «рефлексія в спілкуванні». Зазначені види рефлексії в контексті міжособистісної взаємодії виступають структурними компонентами рефлексії в спілкуванні.

В. Давидов і А. Зак виділяють два типи рефлексії за змістово-пізнавальною основою: формальну й змістову. Формальна рефлексія характеризується орієнтацією людини на окремі ситуативні властивості проблемної ситуації. Ці латентні властивості представляються у свідомості у вигляді основи для реалізації власних дій, тобто являють собою так звані «підстави за формою». Змістова рефлексія також характеризується орієнтацією людини на узагальнені й позаситуативні властивості проблемної ситуації. Вона дозволяє виявити значимі для успішного розв'язання характеристики, які «утримуються в свідомості особистості в різних обставинах» [2].

Автори співвідносять зазначені типи із внутрішнім планом реалізації людиною дій: формальну рефлексію – із частковим планом дій (кожний наступний крок планується після здійснення попереднього), а змістову – із цілісним планом (наступні кроки плануються раніше, ніж виконуються попередні). Експериментально доведено, що внутрішній план дій на рівні цілісного планування виступає необхідною, але недостатньою умовою функціонування змістової рефлексії (В. Давидов, А. Зак) [2].

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

*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 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. Виявлення даного переходу й зв'язано з наступною формою рефлексії.

*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 (або мисленнева) рефлексія – найпоширеніша в сучасних емпіричних науках; скрізь, де є зведення окремих компонентів до одного загального поняття, там існує порівняльна рефлексія.

Третьою формою є *визначальна рефлексія*. На цьому рівні постійно відбувається 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.

Четверта форма – *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.

П'ята форма – *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 [13].

Таким чином, характеризуючи сутність рефлексії, В. Слободчиков вказує на те, що саме поняття рефлексії означає будь-яке вивільнення свідомості з 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 [13].

У працях І. Семенова, С. Степанова виділено чотири типи рефлексії: кооперативна, комунікативна, інтелектуальна та особистісна [14]. При цьому перші два аспекти виокремлюються у дослідженнях колективних форм діяльності, а два інших – у індивідуальних формах прояву мислення та свідомості.

На виявлення специфіки кооперативного аспекту рефлексії спрямовані роботи Н. Олексієва, В. Рубцова, А. Тюкова, Г. Щедровицького та ін. Ці дослідження мають пряме відношення до організаційної психології й реалізуються в таких суміжних науках і областях практики, як педагогіка, проектування, дизайн, ергономіка, спорт та ін. Психологічні знання про кооперативний аспект рефлексії забезпечують, зокрема, проектування колективної діяльності з урахуванням необхідності координації професійних позицій та групових ролей суб'єктів, а головне, кооперації їхніх спільних дій. При цьому рефлексія трактується як «вивільнення» суб'єкта із процесу діяльності, як його «вихід» у зовнішню позицію стосовно цієї діяльності [14]. За

такого підходу акцентуються, передусім, результати рефлексії, а не її процесуальні механізми або індивідуальні відмінності у шляхах прояву.

На дослідження специфіки комунікативного аспекту рефлексії спрямовані переважно соціально-психологічні дослідження Н. Гуткіної, І. Берлянд, К. Даніліна, О. Петровського, Л. Петровської та інших. Науковцями рефлексія розглядається як істотна складова розвиненого спілкування й міжособистісного сприймання, що характеризується О. Бодальовим як специфічна якість пізнання людини людиною [1].

Розглядаючи інтелектуальну рефлексію, Н. Олексієв, Л. Берцфаї, Л. Гурова, А. Зак, І. Семенов, С. Степанов вважають, що вона дозволяє розкрити уявлення щодо психологічних механізмів теоретичного мислення. Автори виділяють наступні її види: екстенсивну, інтенсивну й конструктивну. Екстенсивна рефлексія визначає й контролює рух в зрозумілому для суб'єкта змісті проблемної ситуації й реалізується у формі установок. Інтенсивна рефлексія, в свою чергу, виражає питання й оцінки, тобто безпосереднім чином пов'язана зі ставленням суб'єкта до змісту предмета рефлексії як до дещо сумнівного, навіть – незрозумілого. Конструктивна рефлексія моделює загальну стратегію рефлексивного руху за допомогою таких функціональних елементів, як припущення й ствердження [10].

Дослідженню особистісної рефлексії присвятили свої роботи Н. Гуткіна, Е. Новикова, І. Семенов, С. Степанов, В. Зарецький та інші. Ці автори звернули увагу на те, що окрім інтелектуальних новоутворень, які традиційно досліджуються в структурі особистості, слід враховувати ще й особистісні новоутворення. Було виявлено зміну існування початкової репродуктивної особистісної позиції суб'єкта діяльності по відношенню до майбутнього пошуку рішення щодо нової, продуктивної особистісної позиції, що й є новоутворенням, яке виникає у разі стимулювання розвитку особистісної рефлексії. Особистісна рефлексія розуміється науковцями як процес переосмислення, як механізм «не лише диференціації у кожному розвиненому та унікальному людському «Я» його різних підструктур («Я» – фізичне тіло», «Я» – соціальна істота», «Я» – біологічний організм» та інше), але й інтеграція «Я» у неповторну особистісну цілісність...» [12]. І. Семенов та С. Степанов зазначають, що особистісна рефлексія спрямована на процес самоорганізації через осмислення людиною себе і власної мисленнєвої діяльності в цілому як способу реалізації цілісного «Я» [12]. У контексті дослідження особистісної рефлексії заслуговує на увагу виокремлення вченими наступних видів особистісної рефлексії: ситуативного, ретроспективного, перспективного. Роль ситуативної особистісної рефлексії, передусім, – у здійсненні «мотивувань» і «самооцінок», що забезпечує безпосереднє залучення суб'єкта як цілісного «Я» у мисленнєвий процес шляхом осмислення людиною значущості окремих моментів пошуку істини. Тобто, ситуативний вид рефлексії безпосередньо пов'язаний зі ставленням



суб'єкта до дій, що застосовуються ним з метою подолання проблемної ситуації, а також з ціллю оцінки своїх особистісних якостей, які актуалізуються завдяки саме цієї ситуації. Однак ситуативної рефлексії виявляється недостатньо, коли у випадку тривалого здійснення мисленнєвого процесу й достатньої вичерпаності різних можливостей пошуку в особистості залишається відчуття конфлікту, тому що відсутнім є бачення реальної перспективи розв'язання проблемності ситуації. Виходом з такого конфліктного для особистості стану може бути ретроспективне осмислення вже реалізованого шляху з метою виявлення причин здійснення можливих помилок. Таким чином, ретроспективна рефлексія – це ставлення суб'єкта до здійсненого мисленнєвого пошуку, з'ясування причин власних помилок та їхнє виправлення, корекція тощо.

Але лише ретроспективної оцінки того, що вже здійснено, як правило, також виявляється недостатнім для подолання конфліктності, оскільки це вимагає осмислення ситуації в більш широкому контексті, що включає не тільки аналіз причин виникнення конфлікту, але й окреслення можливих перспектив його подолання, які у своїй сукупності створюють перспективну форму особистісної рефлексії. Перспективна рефлексія – це осмислення ситуації в більш широкому контексті й розгляд можливих варіантів розв'язання проблемної ситуації.

Відмінність між ретроспективною й перспективною рефлексією полягає в тому, що співвіднесення людиною способу своєї дії з особливостями умов, у яких цю дію слід виконати, відбувається стосовно того способу, який вже здійснився, або, навпаки, – ще не реалізованої дії. Зіштовхуючись із такого роду завданням, людина або намагається використати вже відомий їй спосіб (співвіднесення реальних умов з добре відомим способом), або намагається розробити новий спосіб (співвіднесення реальних умов з можливим способом).

Якісна особливість функціонування всіх форм особистісної рефлексії в тому, що вони створюють нові можливості для саморозвитку особистістю як певної цілісності, причому тою мірою, якою особистість збагачується внутрішніми еталонами самобудови, які, у свою чергу, виникаючи в процесі подолання проблемно-конфліктної ситуації, виступають як критерії організації власної діяльності [12].

## **6. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH**

У психології рефлексія виступає у формі усвідомлення діючим суб'єктом, особистістю того, як вона в дійсності сприймається й оцінюється іншими індивідами. Рефлексія – не просто знання або розуміння суб'єктом самого себе, але й з'ясування того, як інші знають і розуміють дану

особистість, особливості її характеру, емоційні реакції й когнітивні новоутворення тощо. Продуктом рефлексії, у свою чергу, виступає не само по собі явне знання, а спосіб отримання цього явного знання, тобто знання, з яким ми зазвичай маємо справу. Досліджуючи самосвідомість особистості, Б. Ананьєв, Л. Божович, І. Кон, Л. Виготський, К. Абульханова-Славська, В. Столін розглядають рефлексію як процес пізнання суб'єктом своїх внутрішніх психічних станів і процесів, як один з центральних компонентів становлення особистості та найважливішу складову успішної власної діяльності.

Загалом в психологічній літературі поняття рефлексії має досить багато тлумачень, аналізуючи котрі, можна виокремити три основні групи:

1. Власне психологічні визначення, у яких рефлексія представляється як міркування, в якому наявними є безліч сумнівів, протиріч, коливань. У такому розумінні рефлексія постає як міркування людини про свій психічний стан, як здатність до аналізу своїх переживань.

2. Логіко-гносеологічні визначення, у яких рефлексія – дослідження пізнавального акту, принцип мислення людини, що спрямовую особистість на осмислення власних форм і передумов існування та буття. В логіко-гносеологічному розумінні рефлексія аналізується через предметний аналіз самого знання, критичне ставлення до його змісту й методів пізнання.

3. Соціологічні або соціально-філософські визначення, у яких рефлексія розуміється або як самосвідомість людини, що є елементом цілісної особистості й фактором її розвитку, або ширше – як інтелект системи, що відбиває не лише структуру самої системи, але й взаємодіючі в ній підсистеми.

Вважаємо, що якщо раніше рефлексія була лише пояснювальним засобом функціонування психічних процесів або залучалася як категоріальна дефініція для обґрунтування теоретичних концепцій психічного розвитку то тепер дана дефініція виступає ще й особливим психологічним предметом експериментального вивчення, який має спеціально розроблені для цього методи. Ефективність їхнього використання з метою розв'язання цілого ряду прикладних завдань в області педагогічної, вікової, інженерної, соціальної психології свідчить про органічний зв'язок психології рефлексії із уже існуючими психологічними традиціями й про зростаючий і подалі вплив на розвиток останніх в умовах науково-технічного прогресу.

**Перспективи подальших досліджень.** Подальше теоретичне осмислення і практичне дослідження проблеми рефлексії у психологічній науці визначається потребою поглибленого вивчення особливостей даного психологічного явища в процесі становлення та розвитку особистості.

## 7. СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] А. А. Бодалев, *Личность и общение*. Москва, Россия, 1983, с. 42–43.
- [2] В. В. Давыдов, А. З. Зак, «Уровень планирования как условие рефлексии», *Проблемы рефлексии. Современные комплексные исследования*. Новосибирск, Россия: Наука, с. 44–47, 1987.
- [3] А. З. Зак, «Проблемы психологического изучения рефлексии», *Исследование речи-мысли и рефлексии. Психология*. Алма-Ата, Россия, вып. 10, с. 6–13, 1979.
- [4] Г. С. Костюк, *Избранные психологические труды*; Л. Н. Проколиенко, Ред. Москва, Россия: Педагогика, 1988, 304 с.
- [5] И. С. Ладенко, С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов, *Философские и психологические проблемы исследования рефлексии*. Новосибирск, Россия, 1989, 65 с.
- [6] В. А. Лефевр, *Рефлексия*. Москва, Россия: Когито-Центр, 2003, 496 с.
- [7] *Основи практичної психології*, В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева та ін.; С. Головки, Ред. Київ, Україна: Либідь, 2006, 534 с.
- [8] Р. В. Павелків, «Рефлексія як психологічний механізм моральної саморегуляції поведінки особистості», *Психологія: реальність і перспективи: зб. наук. праць*; упоряд. Р. В. Павелків; Р. В. Павелків, В. І. Безлюдна, Н. В. Корчакова, Ред. Рівне, Україна: РДГУ, вип. 11, с. 5–10, 2018.
- [9] Р. В. Павелків, «Розвиток моральної свідомості та самосвідомості в молодшому шкільному віці», дис. д-ра наук. Київ, Україна, 2005, 455 с.
- [10] *Рефлексия в науке и обучении*, И. С. Ладенко, Ред. Новосибирск, Россия, 1989, 184 с.
- [11] И. Н. Семенов, «Психология рефлексии в научном творчестве С. Л. Рубинштейна», *Психологический журнал*, т. 10, № 4, с. 67–74, 1989.
- [12] И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов, «Содержательно-смысловой метод изучения творческого мышления», *Мысли о мыслях*. Новосибирск, Россия, т. 1, ч. 2, с. 40–50, 1996.
- [13] В. И. Слободчиков, «Рефлексия как принцип существования индивидуального сознания», *Экспериментальные исследования по проблемам общей, социальной и дифференциальной психологии*. Москва, Россия: НИИОПП, 1979, с. 15–20.
- [14] С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов, «Психология рефлексии: проблемы и исследования», *Вопросы психологии*, № 3, с. 35, 1985.
- [15] Л. Хьел, Д. Зиглер, *Теории личности: Основные положения, исследования и применение*. СПб., Россия: Питер, 1999, 608 с.

- [16] Ю. Б. Швалб, *Психологические модели целенаправленного поведения*. Киев, Украина: Стило, 1997, 240 с.
- [17] Г. П. Щедровицкий, *Мышление. Понимание. Рефлексия*. Москва, Россия, 2005, 800 с.

## REFLECTION AS A MECHANISM FOR THE FORMATION OF INDIVIDUAL CONSCIOUSNESS AND ACTIVITY OF A PERSONALITY

**Roman Pavelkiv,**

doctor of Sciences in Psychology, professor

head of a department of developmental  
and educational psychology

Rivne State University of the Humanities.

Rivne, Ukraine.

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0002-6564-4507>

[pavelkiv\\_rv@ukr.net](mailto:pavelkiv_rv@ukr.net)

**Abstract.** The article covers the essence of the psychological content of the concept of reflection and its polyfunctionality, so as the importance and uniqueness of the role of this phenomenon in the structure of the personality. Reflection is considered to be a mechanism of self-consciousness, a special research act, which directs a person to processing and realization of their own forms of consciousness to consider, in a substantive fashion, the knowledge about themselves and other people, a critical analysis of its content and methods of cognition. The author analyses features of different types and forms of reflection functioning, which contribute to the formation of many new traits of personality, determine its complete «self-image» and promote self-perfection of personality, success of its activity and communication in relations with other people. It has been defied that reflection acts as the generic ability of a man, manifested in the attitude of consciousness on oneself, on the inner world of a man, in his/her place in relationships with others, on forms and methods of cognitive and transformative activity. Reflection as an opportunity to go beyond the existing situation makes it possible to realize it, the motives of personal actions, the condition, to update personal knowledge, to evaluate the own actions, as well as to find out the position of the partner in the interaction, to understand his/her condition. It has been found out that in the process of the motive creating behavior, the reflection agrees with such fundamental characteristics of the personality as outlook installations, beliefs, and values with the interests, needs, and desires of another person. From the standpoint of the scientific research it has been stated that the reflection as a unity of processes of self-

awareness and awareness of the attitude of «I-the Other» serves as the leading mechanism of self-regulation of personality's behaviour. It is established that reflection is one of the mechanisms of self-development and self-improvement of the personality. On the path to self-improvement, reflexive processes enable an individual to actualize the processes of self-organization, to mobilize their own potential, intellectual and spiritual resources in terms of professional activity.

**Key words:** personality; consciousness; self-consciousness; self-knowledge; reflection; activity; communication; interpersonal interaction.

## **РЕФЛЕКСИЯ КАК МЕХАНИЗМ ФОРМИРОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОЗНАНИЯ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЧНОСТИ**

**Аннотация.** В статье освещается сущность психологического содержания понятия рефлексии, ее полифункциональность, отмечается важность и уникальность роли данного феномена в структуре личности человека. Рефлексия рассматривается как механизм самосознания, как особый исследовательский акт, который направляет человека на осмысление и осознание собственных форм сознания с целью предметного рассмотрения знания о себе и других людей, критического анализа его содержания и методов познания. Анализируются особенности функционирования различных видов, форм рефлексии которые способствуют формированию многих новообразований личности, определяют ее целостный образ «Я» и способствуют самосовершенствованию личности, успешности ее деятельности и общения в отношениях с другими людьми. Установлено, что рефлексия выступает как родовая способность человека, проявляющаяся в обращенности сознания на себя, на внутренний мир человека, на его место во взаимоотношениях с другими, на формы и способы познавательной и преобразовательной деятельности. Рефлексия как возможность выхода за пределы сложившейся ситуации позволяет осознавать ее, мотивы собственных действий, свое состояние, актуализировать свои знания, оценить собственный поступок, а также выяснить позицию партнера по взаимодействию, понять его состояние. Установлено, что в процессе формирования мотива поведения рефлексия согласовывает такие фундаментальные характеристики личности, как ее мировоззренческие установки, убеждения, ценности с интересами, потребностями, желаниями другого человека. С позиций научных исследований констатируется, что рефлексия как единство



процессов самосознания и осознания отношения «Я-Другой» выступает ведущим механизмом саморегуляции поведения личности. Установлено, что рефлексия является одним из механизмов саморазвития и самосовершенствования личности. На пути самосовершенствования рефлексивные процессы позволяют личности актуализировать процессы самоорганизации, мобилизуя свой потенциал, интеллектуальные и духовные ресурсы в условиях профессиональной деятельности.

**Ключевые слова:** личность; сознание; самосознание самопознания; рефлексия; деятельность; общения; межличностное взаимодействие.

#### REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

- [1] A. A. Bodalev, *Lichnost' i obshchenie*. Moskva, Rossiya, 1983, s. 42–43.
- [2] V. V. Davydov, A. Z. Zak, «Uroven' planirovaniya kak uslovie refleksii», *Problemy refleksii. Sovremennye kompleksnye issledovaniya*. Novosibirsk, Rossiya: Nauka, s. 44–47, 1987.
- [3] A. Z. Zak, «Problemy psihologicheskogo izucheniya refleksii», *Issledovanie rechi-mysli i refleksii. Psihologiya*. Alma-Ata, Rossiya, vyp. 10, s. 6–13, 1979.
- [4] G. S. Kostyuk, *Izbrannye psihologicheskie trudy*; L. N. Prokolienko, Red. Moskva, Rossiya: Pedagogika, 1988, 304 s.
- [5] I. S. Ladenko, S. YU. Stepanov, I. N. Semenov, *Filosofskie i psihologicheskie problemy issledovaniya refleksii*. Novosibirsk, Rossiya, 1989, 65 s.
- [6] V. A. Lefevr, *Refleksiya*. Moskva, Rossiya: Kogito-Centr, 2003, 496 s.
- [7] *Osnovy praktichnoi psikhologii*, V. Panok, T. Tytarenko, N. Chepelieva ta in.; S. Holovko, Red. Kyiv, Ukraina: Lybid, 2006, 534 s.
- [8] R. V. Pavelkiv, «Refleksiiia yak psikhologichnyi mekhanizm moralnoi samorehuliatcii povedinky osobystosti», *Psikhologhiia: realnist i perspektyvy: zb. nauk. prats; uporiad.* R. V. Pavelkiv; R. V. Pavelkiv, V. I. Bezliudna, N. V. Korchakova, Red. Rivne, Ukraina: RDHU, vyp. 11, s. 5–10, 2018.
- [9] R. V. Pavelkiv, «Rozvytok moralnoi svidomosti ta samosvidomosti v molodshomu shkilnomu vitsi», *dys. d-ra nauk*. Kyiv, Ukraina, 2005, 455 s.
- [10] *Refleksiya v nauke i obuchenii*, I. S. Ladenko, Red. Novosibirsk, Rossiya, 1989, 184 s.
- [11] I. N. Semenov, «Psihologiya refleksii v nauchnom tvorchestve S. L. Rubinshtejna», *Psihologicheskij zhurnal*, t. 10, № 4, s. 67–74, 1989.
- [12] I. N. Semenov, S. YU. Stepanov, «Soderzhatel'no-smyslovoj metod izucheniya tvorcheskogo myshleniya», *Mysli o myslyah*. Novosibirsk, Rossiya, t. 1, ch. 2, s. 40–50, 1996.

- [13] V. I. Slobodchikov, «Refleksiya kak princip sushchestvovaniya individual'nogo soznaniya», Eksperimental'nye issledovaniya po problemam obshchej, social'noj i differencial'noj psihologii. Moskva, Rossiya: NIIOPP, 1979, s. 15–20.
- [14] S. YU. Stepanov, I. N. Semenov, «Psihologiya refleksii: problemy i issledovaniya», Voprosy psihologii, № 3, s. 35, 1985.
- [15] L. H'el, D. Zigler, Teorii lichnosti: Osnovnye polozheniya, issledovaniya i primenenie. SPb., Rossiya: Piter, 1999, 608 s.
- [16] YU. B. SHvalb, Psihologicheskie modeli celepolaganiya. Kiev, Ukraina: Stilos, 1997, 240 s.
- [17] G. P. SHCHedrovickij, Myshlenie. Ponimanie. Refleksiya. Moskva, Rossiya, 2005, 800 s.