

МРНТИ:15.31.35

<https://doi.org/10.51889/2022-1.1728-7847.40>

Арганчиева Д.Б.¹, Касымжанова А.А.¹
¹Университет «Туран» Алматы, Казахстан
20210748@turand-edu.kz, a.kassymzhanova@turand-edu.kz

РОЛЬ РЕФЛЕКСИИ В ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ИССЛЕДОВАНИЯХ: ЗАРУБЕЖНЫЙ ОПЫТ

Аннотация

В статье проведен теоретический обзор, раскрывающий проблему роли и значения рефлексии в психологическом онтогенезе человека. Рассмотрены восемь зарубежных научных подходов и несколько видов рефлексии. Проведен анализ научной литературы, дающей представление о современных теоретических и эмпирических направлениях в изучении рефлексии. Среди диагностических инструментов были рассмотрены методики, посвященные изучению дифференциальной и онтогенетической рефлексии. По результатам теоретического обзора и анализа методик полагаем, что будет интересно изучить и пополнить психологическую базу эмпирических исследований данными об онтогенетической и дифференциальной рефлексии с точки зрения зрелого возраста. Считаем, что в контексте пандемии Covid-19 и трагических событий в Алматы в январе 2022 года, данное исследование будет иметь особую актуальность, а проблема онтогенетической рефлексии приобретет особенный смысл.

Ключевые слова: рефлексия, онтогенетическая рефлексия, дифференциальная рефлексия, взрослое поколение, психологическое благополучие.

Arganchiyeva D.B.¹, Kassymzhanova A.A.¹
¹«Turan» University Almaty, Kazakhstan
20210748@turand-edu.kz, a.kassymzhanova@turand-edu.kz

THE ROLE OF REFLECTION IN PSYCHOLOGICAL RESEARCH: FOREIGN EXPERIENCE

Abstract

The article presents a theoretical review that reveals the problem of the role and significance of reflection (self-awareness) in the psychological ontogenesis of a person. Eight foreign scientific approaches and several types of reflection are considered. The analysis of scientific literature giving an idea of modern theoretical and empirical directions in the study of reflection is carried out. Among the diagnostic tools, the methods devoted to the study of differential and ontogenetic reflection were considered. Based on the results of the theoretical review and analysis of the methods, we believe that it will be interesting to study and replenish the psychological base of empirical research with data on ontogenetic and differential reflection from the point of view of adulthood. We believe that in the context of the Covid-19 pandemic and the tragic events in Almaty in January 2022, this study will be of particular relevance, and the problem of ontogenetic reflection will acquire a special meaning.

Keywords: reflection, ontogenetic reflection, differential reflection, self-awareness, psychological mindedness, adult generation, psychological well-being.

Арганчиева Д. Б.¹, Қасымжанова А. А.¹
¹ «Тұран» университеті Алматы, Қазақстан
20210748@turand-edu.kz, a.kassymzhanova@turand-edu.kz

ПСИХОЛОГИЯЛЫҚ ЗЕРТТЕУЛЕРДЕГІ РЕФЛЕКСИЯНЫҢ РӨЛІ: ШЕТЕЛДІК ТӘЖІРИБЕ

Аңдатпа

Мақалада адамның психологиялық онтогенезіндегі рефлексияның рөлі мен маңызына теориялық шолу жасалады. Сегіз шетелдік ғылыми көзқарас және рефлексияны зерттеудің бірнеше түрі қарастырылған. Рефлексияны зерттеудегі заманауи теориялық және эмпирикалық бағыттар туралы түсінік беретін ғылыми әдебиеттерге талдау жасалды. Диагностикалық құралдардың ішінде дифференциалды және онтогенетикалық рефлексияны зерттеуге арналған әдістер қарастырылды. Теориялық шолу және әдістерді талдау нәтижелері бойынша эмпирикалық зерттеулердің психологиялық базасын ересек жастағы онтогенетикалық және дифференциалды рефлексия туралы мәліметтермен зерттеу және толықтыру қызықты болады деп санаймыз. Covid-19 пандемиясы және 2022 жылғы қаңтардағы Алматыдағы қайғылы оқиғалар контекстінде бұл зерттеу ерекше өзектілікке ие болады, ал онтогенетикалық рефлексия проблемасы ерекше мәнге ие болады деп санаймыз.

Түйінді сөздер: *рефлексия, онтогенетикалық рефлексия, дифференциалды рефлексия, ересек буын, психологиялық әл-ауқат.*

Актуальность. Понятие рефлексии в современной научной психологии изучается с середины прошлого века, и с разной интенсивностью. В результате большинства исследований феномена рефлексии в психологии дальнего и ближнего зарубежья сформировались несколько подходов к изучению данного понятия. Так, в англоязычных работах сложилась ситуация, в которой каждое научное направление, связанное с описанием рефлексии, дает этому понятию свое определение. В результате основными направлениями исследования рефлексии в англоязычных странах являются: 1) исследование склонности к самоанализу (psychological mindedness); 2) интеллектуальная рефлексия (metacognitions); 3) представления о психике других людей (theory of mind); 4) проблема осознания разных процессов и видов деятельности (consciousness) [1, с.103]. Как следствие, появились разные виды рефлексии, имеющие в своей основе различную этимологию. На территории русскоязычного пространства в психологии также сложилось четыре подхода, истоки которых опираются на философско-методологические и историко-научные обоснования советской психологии, а также, на разработанные в рамках этих обоснований, теорию деятельности А.Н. Леонтьева и культурно-историческую теорию Л.С. Выготского и их учеников. Это - 1) кооперативный; 2) коммуникативный; 3) когнитивный и 4) личностный подходы. Российские авторы, в рамках указанных выше подходов, рассматривают виды и типы рефлексии, исходя из этимологии теории, критериев, направленности процессов рефлексии [2, с.31]. Например, в последние годы одним из изучаемых видов рефлексии является онтогенетическая рефлексия. В научных работах это понятие исследуют, в основном, применительно к изучению детей, подростков и молодых людей [3, с.41]. В значительной степени ощущается недостаток существующего знания в области изучения взрослых людей, особенно, когда это касается изменений, связанных с возрастом. По мере взросления и перехода к зрелому и пожилому возрасту, изменения, происходящие в психике, во многом связаны с переосмыслением жизни, анализом опыта прошлого, настоящего и возможного будущего.

Способность к рефлексии является важным качеством личности, благодаря которому становится возможным осознание, осмысление и регуляция ею своей деятельности, а также

ощущение и восприятие качества жизни. Под онтогенетической рефлексией мы понимаем механизм, обеспечивающий взаимосвязь зависимости жизни индивида от его прошлого опыта и индивидуального смысла будущего, включая такие компоненты будущей жизни, как благополучие и удовлетворенность. Применительно к зрелому возрасту представляет научный интерес исследовать взаимосвязь индивидуального понимания смысла текущего момента и будущего жизни индивида в зависимости от его способности к рефлексии. В связи с этим, мы провели анализ литературных источников, раскрывающих и исследующих подходы и механизмы формирования психологического феномена рефлексии.

Несмотря на то, что на протяжении последних нескольких десятилетий активно разрабатываются подходы, связанные с изучением рефлексии, до сих пор нет единых принципов к использованию и механизмов к исследованию данного понятия. Ощущается явная недостаточная исследованность проблемы онтогенетической рефлексии у зарубежных авторов, а в отечественной литературе она имеет ограниченный подход. Ограниченность подхода к изучению онтогенетической рефлексии у зарубежных (в том числе российских) авторов, как упоминалось выше, связана с изучением детей, подростков и молодежи постольку, поскольку изучение онтогенеза является задачей детской психологии. В процессе общения и социализации ребенок присваивает и интериоризирует атрибуты внешнего мира, благодаря чему формируется его психика, сознание и личность. В дальнейшем, по мере взросления субъекта и получения им жизненного опыта с одной стороны, и воздействия общества с другой, мы можем продолжать говорить об онтогенезе. В биологии онтогенез человека делят на эмбриональное и постэмбриональное развитие. Последнее включает в себя периоды развития взрослого человека, включая юношеский, зрелый, пожилой, старческий возрасты и долгожителей. Поэтому, мы считаем, что онтогенетическая рефлексия - это феномен, который присутствует на протяжении всей жизни человека, и в связи с этим, мы считаем необходимым исследовать разные возрастные группы. Мы предполагаем, что результаты исследования разных возрастных групп покажут значимость и наличие онтогенетической рефлексии. Этим объясняются причины, которые побудили нас заняться исследованием обозначенной проблемы, в результате решения которой мы могли бы подойти ближе к пониманию роли рефлексии в психологическом онтогенезе человека, и расширению понимания смысла онтогенетической рефлексии.

Мы считаем, что нахождение путей ее решения будет важным не только для профессионального сообщества, но и для населения Казахстана в целом. Понимание проблемы тесно связано с современными реалиями жизни. Например, на формирование психологического благополучия в целом влияет увеличение продолжительности жизни населения на планете и формирование благополучного образа жизни, но, в частности онтогенетическая рефлексия переживания таких явлений как пандемия Covid-19 и трагические события в январе 2022 года в Алматы, могут повлиять на пересмотр представлений о психологическом благополучии. Благодаря меняющимся жизненным процессам, современная психология рассматривает различные подходы к исследованию таких понятий, как счастье, осмысленность, удовлетворенность жизнью и психологическое благополучие. В этой связи, для нас является актуальным изучение такого фактора, влияющего на достижение психологического благополучия, как онтогенетическая рефлексия.

Целью данной статьи является проведение теоретического анализа для выявления определений, общих подходов и закономерностей в изучении феномена рефлексии. Выбор направления, проведенный на основе изучения теории, позволит сформулировать концептуальную модель будущего эмпирического исследования онтогенетической рефлексии.

Для достижения цели исследования, нам необходимо последовательно ответить на следующие **исследовательские вопросы** по данной проблеме:

- Какова история развития понятия рефлексии?
- Какие подходы существуют к изучению рефлексии за рубежом?
- Какие виды рефлексии рассматривают в различных подходах?
- Какие исследовательские инструменты подойдут для изучения психологического онтогенеза?

На основании поставленных исследовательских вопросов, нами сформулирован **центральный тезис** для данной статьи: Анализ теоретических данных о феномене рефлексии в зарубежных психологических исследованиях позволит определить методологию, методы и аспекты исследования, а также обозначить и конкретизировать структуру онтогенетической рефлексии, и в соответствии с этим проанализировать исследовательские инструменты, подходящие для исследования онтогенетической рефлексии.

Рефлексия (от лат. reflexio «обращение назад» или reflectere «отражать») – это понятие, которое включает в себя широкий круг явлений и концепций, определяющих форму умственной деятельности человека, направленную на осмысление своих действий, всей человеческой культуры и ее основ [4].

Обсуждение. Изучение «рефлексии» берет свое начало в науках классической Греции и затем продолжает развитие в средневековой европейской философии, как обращение разума и духа человека к своим собственным действиям. Впервые о проблеме рефлексии заговорил Сократ, который считал, что предметом знания является собственно деятельность души. Платон связывал самопознание с благоразумием, как знанием самого себя [4]. Аристотель отмечал, что для высшего божественного ума справедливо то, что «...ум мыслит сам себя, если только он превосходнейшее и мышление его есть мышление о мышлении» [5, с.316]. Философы средневековья Августин и Фома Аквинский рассматривали рефлексию как способ объяснить существование божественного разума и возможность объяснить движение духа на пути к вере. Они полагали, что человек, углубляясь в свое сознание, может постичь истину, заключенную в душе, и таким образом прийти к Богу.

В философии Нового времени трактовка рефлексии связана с двумя именами. Р. Декарт считал, что рефлексия – это автономный способ организации знания – добытое с помощью рефлексии знание о самом себе, единственное и достоверное, определяющее существование человека: «...идеи, которые приобретаются умом при помощи размышления о своей собственной деятельности внутри себя.» [6, с.155]. Дж. Локк отвергает идею об опытном происхождении знания и отделяет чувственный опыт (ощущения) от рефлексии (внутреннего опыта), объясняя их взаимосвязь следующим образом: «Эти два источника (...) внешние материальные вещи, как объекты *ощущения* и внутренняя деятельность нашего собственного ума как объект *рефлексии*, по-моему, представляют собой единственное, откуда берут начало все наши идеи.» [6, с.155].

В XVIII-XIX вв. изучение рефлексии поднялось на значительную высоту, особенно в Германии. Это понятие развивалось от представителей немецкой классической философии И. Канта (трансцендентальная рефлексия), И.Г. Фихте (наукоучение – научное знание о самом себе), Ф.В. Гегеля (рефлексия как движущая сила развития духа) до представителей марксизма, которые считали рефлексией способом эмпирического познания [4].

Следует отметить, что историческим моментом возникновения научного интереса к изучению рефлексии в психологии является 1896 год. В этом году О. Кюльпе открыл в Вюрцбургском университете психологическую школу экспериментального исследования мышления, где вместе со своими учениками проводил эксперименты по изучению развития и формирования умозаключений. Считается, что во многом Вюрцбургская школа состоялась благодаря В. Вундту, который почти на 20 лет ранее, в 1875 году основал на базе Лейпцигского университета первую в мире психологическую экспериментальную лабораторию. Одним из методов, которыми пользовались ученые в лаборатории В.Вундта,

был метод интроспекции. Метод интроспекции или самонаблюдения позволял психологам конца XIX века исследовать психические состояния и содержание сознания. Интроспективный взгляд или взгляд «вовнутрь» психической жизни давал психологам понимание рефлексивного анализа человека. О. Кюльпе и его ученики внесли новый и целостный взгляд на проблему мышления как с точки зрения процесса, так и с понимания его содержания. В Вюрцбургской школе был выработан метод систематической интроспекции, который позволял отслеживать основные стадии процесса мышления на основе ретроспективного отчета. Это положение имело большое значение и стало фундаментом для развития изучения рефлексии в XX веке.

А. Бузман (1925, 1926), по оценке Л.С. Выготского, предлагал выделять исследования по рефлексии и самопознанию в особую область и назвать ее психологией рефлексии, он трактовал рефлексия как «всякое перенесение переживания с внешнего мира на самого себя» [7, с.227]. Однако молодые европейские психологические школы XX века склонялись к постепенному вытеснению изучения рефлексии из своей проблематики. Метод интроспекции был признан ненаучным. На американском континенте тенденция вытеснения рефлексии из психологии была еще более резкая. Причиной этому стало развитие таких направлений, как бихевиоризм и когнитивизм. [1, с.102].

В советской школе психологии проработка научных подходов к вопросам рефлексии тоже имела место, и ею занимались основоположники: И.М. Сеченов, Б.Г. Ананьев, П.П. Блонский, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн. На теоретическом уровне с помощью понятия рефлексия ими был построен один из объяснительных принципов организации и развития психики человека, и ее высшей формы – самосознания [8, с.92]. С.Л. Рубинштейн отмечал, что «возникновение сознания связано с выделением из жизни и непосредственного переживания рефлексии на окружающий мир и на самого себя» [9, с.260]. А.Н.Леонтьев определял сознание как «рефлексию субъектом действительности, своей деятельности, самого себя» [10, с.150]. Следует отметить, что при общем падающем интересе к изучению рефлексии в Европе и Америке, в советской психологии, она была включена как базовое понятие в основные разделы общей психологии, социальной психологии, дифференциальной психологии, психологии личности, психологии творчества, акмеологию и др.

Научное развитие рефлексии в XX веке имело противоречивый характер. С одной стороны интерес к ней снижался, и в философии даже была отмечена «девальвация рефлексии». С другой стороны рефлексия вышла за рамки только философской и психологической наук, и стала предметом изучения филологов, педагогов, политиков, экономистов и представителей других наук. В то же время, после десятилетий угасания, к середине XX века в Европе, и в 1970-х годах в англо-американской психологии происходит новый расцвет изучения рефлексии.

Современное положение дел с направлениями к изучению рефлексии удивляет разнообразием. В результате анализа зарубежных источников по вопросам изучения рефлексии были выделены четыре основных направления проведения исследований [1, с.104-106]. Характерным для психологии дальнего зарубежья является тот факт, что авторы разных методов исследования рефлексии, касаясь изучения вопросов самоанализа, психического мира другого или размышления о себе, не используют термин «рефлексия», а предлагают использовать новые определения. Рассмотрим эти направления и определения.

1) Склонность к самоанализу (psychological mindedness). Данный подход возник в 1970-х годах как ответ для оценки эффективности психотерапии аналитического направления. Изучением этого направления занимались Boroto, 1972, Huebner, 1988, Hua et al., 2007, Allen et al., 2004 [11]. Данный подход предполагал, что эмпирическим путем можно изучить способность к самоанализу и выявить, каким образом склонность учитывать различные внутренние состояния в виде мыслей, эмоций, чувств влияет на поведение собственное и других людей. Важно отметить, что в рамках исследований данного подхода нет точного

определения центрального понятия – склонности к самоанализу. По всей видимости, это связано с тем, что исследователи в большей степени интересуются взаимосвязью между склонностью к самоанализу и другими особенностями личности.

2) Метакогнитивный подход (metacognitive approach) или интеллектуальная рефлексия. Данный подход также, как и предыдущий, начал формироваться в 1970-х годах и получил свое начало с исследования, посвященного изучению когнитивного развития детей, который развивал Flavell, 1979 и др. [12]. Метакогнитивный подход подразумевает, что у человека формируется знание о себе, как о познающем субъекте, который может регулировать собственное познание. В рамках подхода рефлексия рассматривается как метакогнитивные знания, которые появляются у ребенка дифференцировано. Сначала появляются когнитивные способности различать понятные и непонятные ситуации, а затем рефлексивные - различать правильно и неправильно понятые ситуации.

3) Представления о психическом мире других людей (theory of mind). В данном направлении существует много определений, уточняющих центральное понятие – представление о психическом. В основном они зависят от угла постановки эмпирического вопроса. Общую формулировку дал Astington, 1998, которая звучит следующим образом: представление о психическом – это понимание того, что существуют психические состояния, отличные от внешних событий и действий [1, с.109]. В это понятие также входят способности личности представлять ситуацию с разных точек зрения (Пернер, 1991), понимать собственные и чужие психические состояния (Примак, Вудраф, 1978), а также способность разведения фактической ситуации и представлений о ней [1, с.109]. Несмотря на проведение большого количества исследований в данном направлении, тем не менее, многие вопросы еще остаются дискуссионными.

4) Проблема осознаваемости разных процессов и деятельности (consciousness) возникла в 1980-х годах. В современной зарубежной психологии осознание психических процессов получило название «когнитивное бессознательное» (Килстром, 1987, Хассин, 2005) [13]. Представители данного подхода говорят о разделении понятий осознанности и контролируемости, что поднимает вслед за этим разделением вопросы неосознанности и автоматизмов. Автоматизмы должны характеризоваться как неосознаваемые, не требующие усилий процессы, а контролируемые процессы (когнитивные), выполняющие функции планирования, переключения, регуляции и др. требуют усилий и считаются осознанными. Суть данного подхода появилась в ранней когнитивной психологии с положения В. Вундта о том, что сознание человека ограничено. При этом, предполагается, что большинство психических процессов осуществляется осознанно – постановка целей, достижение, регуляция поведения, мыслительная деятельность, мотивация, обработка информации и т.д. Тогда возникает логичный вопрос, как при ограниченном сознании мозга в нем может происходить такое большое количество осознанной работы? Так, представители подхода когнитивного бессознательного, изучая вопросы осознанности, пришли к решению осуществить попытку диссоциировать контролируемые и осознаваемые процессы, которые традиционно считаются едиными. Кроме того, были поставлены вопросы о достоверности ощущения контроля, свойственного человеку: для чего оно нужно, если человеку свойственно ошибаться? Значит не все то, что поддается контролю, подвластно людям. И второй главный вопрос о функции сознания – существует ли оно для того, чтобы управлять сложными когнитивными процессами? На самом деле, что как не непосредственное управление личностными процессами является прямой функцией сознания. Рефлексия и осознание – понятия одного порядка. Оба предполагают обдумывание и осознание какого-то личного опыта, но, данные понятия имеют и существенные различия только лишь потому, что рефлексия может быть ошибочной, а осознание – это процесс, когда человек узнает истинную правду о своих психических процессах. Так или иначе, оба понятия имеют взаимосвязь и больше сходств, чем различий. Утверждать какое-либо положение в

отношении проблемы осознания еще пока рано, исследование данных вопросов только в начале пути и требует проведения большого количества экспериментальной работы.

В российской современной психологии также выделяют четыре глобальных подхода к изучению рефлексии, которые опираются на теории авторов советской классической психологии и философии А.Н. Леонтьева, Брушлинского А.В., Бодалева А.А., Андрееву Г.М., Мамардашвили М.К., Щедровицкого Г.П., Семенова И.Н. Мы говорим о следующих подходах [14, с.112]:

1) Кооперативный подход в изучении рефлексии связан с рассмотрением субъект-субъектных отношений. Анализируются виды деятельности, которые возникают между субъектами, а также между субъектами и коллективами. При данном подходе авторами Карповым А.В., Емельяновым Е.Н., Лефевром В.А., Щедровицким Г.П. рассматриваются роли и профессиональные позиции субъектов в процессе их совместной деятельности. В рамках данного подхода Карповым А.В. была разработана методика, предназначенная для измерения степени развития рефлексивности (2003), которую он понимает как одну из трех составляющих рефлексии наряду с процессуальным статусом и рефлексированием как особым психическим состоянием [2, с.410]. Таким образом, данная методика учитывает рефлексивность как психическое свойство, рефлексию как процесс и рефлексирование как состояние. Опираясь на данную конструкцию следует держать во внимании, что рефлексия имеет критерий направленности, так как обозначается автором как процесс. В связи с этим он выделяет два типа рефлексии: интрапсихическую рефлексию и интерпсихическую рефлексию. Кроме того, он выделяет три вида рефлексии по временному критерию: ситуативная (актуальная) рефлексия, ретроспективная и проспективная рефлексии.

2) Коммуникативный или социально-психологический подход разрабатывался Бодалевым А.А. и Андреевой Г.А., в рамках теории общения, где рефлексия рассматривалась как специфическое качество познания человека человеком. В данном подходе рефлексия представляет собой составляющую развитого общения и межличностного восприятия в группе.

3) Когнитивный или интеллектуальный подход изучал рефлексию с точки зрения теоретических механизмов мышления. В рамках когнитивного подхода рефлексия понимается как умение субъекта познавать, выделять, анализировать и соотносить свои собственные действия в связи с той ситуацией, в которой он находится. Можно говорить о том, что отдаленно работы Брушлинского А.В., развивающего научные положения в данном направлении, перекликаются с подходом «когнитивного бессознательного», развиваемого за рубежом, но не имеющего еще аналогичных исследований в российской и отечественной психологии.

4) Личностный или общепсихологический подход наиболее широко разработанный в российской психологии. К изучению рефлексии в данном направлении подходили такие ученые, как Аллахвердов В.М., Василюк Ф.Е., Леонтьев Д.А., Петренко В.Ф., Семенов И.Н., Степанов С.Ю. и др. В общем, если говорить о личностной рефлексии, то имеется ввиду работа такого психологического механизма, который позволяет изменять индивидуальное сознание. В зависимости от научных интересов автора, личностная рефлексия рассматривается как процесс самосовершенствования на пути развития личности. Благодаря личностной рефлексии, авторы говорят о построении новых образов «Я», выработке новых знаний об окружаем мире и «Другом», порождении новых смыслов и ориентаций, саморегуляции и формировании ответственности и свободы, как специфической формы активности, ведущей к новым возможностям в будущем. Наилучшим образом дает определение личностной рефлексии Россохин А.В., основываясь на «уникальной способности личности к осознанию бессознательного (рефлексия нерелексивного) – внутренней работе, приводящей к качественным изменениям ценностно-смысловых

образований, формированию новых стратегий и способов внутреннего диалога, интеграции личности в новое, более целостное состояние» [15, с.21].

Помимо рассмотрения теоретико-методологических аспектов в проблеме изучения рефлексии важным является разработка и накопление эмпирических инструментов. В каждом подходе, рассмотренном выше, разные авторы предлагают свои инструменты для исследования данного феномена. Авторы каждого подхода, посредством предложенных инструментов, исследуют структуру рефлексии с различных ракурсов:

- исходя из практических требований, например, психоанализа;
- с позиций изучения механизмов мышления, например, дифференциации формирования познания у детей или когнитивного бессознательного;
- с точки зрения взаимоотношений в группе;
- с точки зрения теории разума, в рамках которой сравнивается собственная психическая действительность с внешними событиями, а также восприятие фактической ситуации и представления о ней «Я» и «Другого».

Последнее нас интересует в отношении исследования онтогенетической рефлексии по методике, предложенной Н.П. Фетискиным «Самооценка уровня онтогенетической рефлексии» [16, с.171]. Автор считает, что оценка уровня онтогенетической рефлексии позволяет изучить то, как личность воспринимает и анализирует опыт своей жизни, а также оценивает его с точки зрения «ошибок прошлого» и успешной и неуспешной жизнедеятельности, сравнивает и анализирует собственную психическую действительность с теми событиями, которые имели место в его опыте. Например, инструмент включает такие вопросы, как «Рассказывали ли вы кому-либо из самых близких о своей самой большой жизненной ошибке?», «Если бы вы могли изменить важнейшие события, имевшие место в прошлом, построили бы вы иначе свою жизнь?» и др. Данная методика имеет три шкалы, которые автор обозначил как 1) полное отсутствие рефлексии прошлого опыта; 2) рефлексия со знаком «-» и 3) рефлексия со знаком «+». Интерес представляет последняя шкала, которая определяет перспективу планирования будущего на основе конструктивного анализа прошлого, что, по нашему мнению, имеет тесную связь с формированием представления о психологическом благополучии. В то время как вторая шкала определяет неконструктивную переработку прошлого, заикливание на ошибках, боязнь перед будущим и в меньшей степени связана с психологическим благополучием.

Опираясь на определения, разработанные в рамках подхода Theory of mind, которые выделяют рефлексивную природу человеческого разума и определяют ее как способность личности приписывать себе и другим различные психические состояния, в том числе переживание жизненного опыта, а затем использовать эти состояния для объяснения и предсказания поведения, мы можем позиционировать инструмент «Самооценка уровня онтогенетической рефлексии» внутри границ данного подхода. Такое понимание онтогенетической рефлексии позволяет использовать сравнительный аспект исследования, в котором интересно изучить самооценку онтогенетической рефлексии у разных возрастных групп испытуемых с позиции оценки рефлексии со знаком «+». Результатом данного исследования является возможность получить данные о том, как разные возрастные группы, а особенно испытуемые старшего (зрелого) возраста осознают и оценивают свой жизненный опыт и способны в дальнейшем регулировать свое поведение в перспективу благополучия по сравнению с группами более молодого возраста.

Если говорить о структуре рефлексии и рассматривать ее с точки зрения строения психики, как это делают авторы, работающие в рамках личностного подхода, то рефлексия – это психический процесс. В этой связи для нас представляет интерес другой авторский диагностический инструмент, разработанный Д.А. Леонтьевым и Е.Н. Осиним – «Дифференциальный тест рефлексивности» (ДТР). Данная методика как раз рассматривает рефлексивность как процесс и раскрывает роль этого процесса в саморегуляции личности [14,

с.114,116]. Авторы полагают, что рефлексивные процессы дифференцированы и имеют два полюса – позитивный и негативный, а также две направленности – «во вне» и «во внутрь» психической деятельности. Сочетание этих четырех компонентов позволяют авторам разделить рефлексию на четыре процесса: 1) системную рефлексию, 2) квазирефлексию, 3) интроспекцию и 4) арефлексию, которые обозначены в методике ДТР одноименными шкалами:

- Шкала «системная рефлексия» помогает определить насколько личность в состоянии самодистанцироваться и посмотреть на себя и ситуацию со стороны. По данным этой шкалы мы можем говорить о сформированном механизме самопознания и личностного развития.

- Шкала «квазирефлексия» определяет направленность «во вне», на объект, такой рефлексивный процесс отрывает личность от актуальной ситуации и уводит ее в мир эфемерных представлений в сослагательном наклонении о прошлом и будущем («что было бы, если бы»).

- Шкала «интроспекция», наоборот, показывает направленность «во внутрь», определяет насколько глубоко человек сосредоточен на своем внутреннем мире, на субъективных переживаниях, состояниях и мыслях (самокопание).

- Шкала «арефлексия» показывает действие механизма, при котором человек фокусируется только на внешних объектах и при этом у него полностью отсутствует рефлексивный процесс – возможность сосредоточиться на самопознании.

Мы считаем, что данная методика, созданная в рамках личностного подхода, разрабатываемого в России, по своим характеристикам также очень хорошо подходит к изучению проблемы осознваемости жизненных процессов и деятельностей, разрабатываемых в рамках зарубежного подхода Consciousness. Осмысливая данный подход, мы принимаем, что рефлексия и осознанность – понятия одного порядка, которые показывают, что без рефлексии внутренней и внешней психической активности осознание жизненного опыта невозможно. Наше предположение заключается в том, что только при высокой степени осознанности, после того, как человек сделал рефлексивную самооценку и внес корректировки в свое поведение и взаимодействие с окружающим миром, путем саморегуляции и самодетерминации он способен сформировать представления и достигнуть состояния психологического благополучия.

Учитывая вышесказанное, в качестве результата мы планируем увидеть сравнительные данные взаимосвязи типов рефлексии (по ДТР) и способности к осознанию жизненного опыта (по методике «Самооценка уровня онтогенетической рефлексии»), сочетание обоих инструментов в исследовании для разных возрастных групп испытуемых позволит сформулировать понимание дифференцированной функции рефлексии в зависимости от возраста.

Важно принять во внимание, что для более точного раскрытия механизмов и видов рефлексии, способствующих формированию представления, понимания, оценки и анализа смысла жизни, жизненных достижений, удовлетворенности и благополучия, требуется рассмотреть возрастные периодизации личности, принятые в психологии. Определение четких границ возраста испытуемых в эмпирическом исследовании поможет обнаружить наличие или отсутствие разницы во вспомогательной функции рефлексии для формирования представления о психологическом благополучии.

В заключение подчеркнем, что в результате теоретического анализа мы определились осуществлять научную работу в рамках следующих зарубежных подходов: 1) изучение проблем теории разума (theory of mind), 2) изучение осознанности жизнедеятельности (consciousness) и 3) личностный подход. Учитывая подходы, мы подобрали диагностические инструменты: 1) «Самооценка уровня онтогенетической рефлексии» Н.П. Фетискина и 2) «Дифференциальный тест рефлексивности» Д.А. Леонтьева и др., которые на наш взгляд лучше подойдут для изучения психологического онтогенеза человека. Мы считаем, что

изучение онтогенетической и дифференциальной рефлексии имеет важное значение в понимании того, как возраст влияет на оценку и восприятие жизненных событий, раскрывает пути осмысления человеком своей жизни, позволяет принимать жизненные решения и влиять на представления о психологическом благополучии. Реалии современной жизни показывают, что население «зрелого» возраста увеличивается, границы старости значительно отодвинулись. По данным ВОЗ за период с 2015 по 2050 г.г. число людей в возрасте 60 лет и старше возрастет с 900 миллионов до 2 миллиардов, что составит рост с 12% до 22% в общей численности населения мира [17]. Это позволяет сделать вывод, что у населения в мире открылась возможность продлить не только возраст активной и содержательной жизни, но и период психологического благополучия, что, на наш взгляд, является важной темой для изучения.

Выводы. Полученные результаты теоретического анализа литературных источников дают возможность подробно рассмотреть феномен рефлексии и сформулировать концептуальную модель исследования в виде сочетания двух диагностических инструментов, изучающих дифференциальную и онтогенетическую рефлексии. Проведенный анализ подтвердил дефицит научной информации, касающейся исследования взрослых и пожилых групп населения, поэтому, мы считаем, что круг эмпирических исследований можно расширить, рассматривая и группы зрелого возраста.

Данные теоретического обзора дают возможность обозначить пробелы в отношении изученности рефлексивных процессов, которые сопровождают психологический онтогенез у взрослого населения. Необходимо прояснить влияние рефлексии жизненного опыта и осознанности на формирование представлений о будущей жизни. В этой проблеме мы видим перспективы для построения дальнейшего эмпирического исследования и изучения понятия онтогенетическая рефлексия.

Список использованной литературы:

1. Dudareva, V.U. Semenov, I.N. Fenomenologiya refleksii i napravleniia ee izucheniia v sovremennoi zarubezhnoi psikhologii / V.U. Dudareva, I.N. Semenov // *Psikhologiya. Zhurnal Vysshei shkoly ekonomiki* - 2008 – T.5. - № 1. – S. 101-120.
2. Karpov, A.V. *Psikhologiya refleksivnykh mekhanizmov deiatelnosti: monografiia* / A.V. Karpov – M.: Izd-vo “Institut psikhologii RAN”, 2004. - 424 s.
3. Kaiasheva, O.I. *Ontogeneticheskie aspekty razvitiia refleksii cheloveka: teoreticheskii analiz problemy* / O.I. Kaiasheva // *Vestn. Mosk. Gos. Obl. un-ta. Ser. Psikhologicheskie nauki.* - 2020 – 4. DOI 10.18384/2310-7235-2020-4-40-50.
4. *Novaia filosofskaia entsiklopediia: v 4-kh t. / In-t filosofii RAN; nats. obshchestv.-nauch. fond; Preds. Nauchno-red. soveta V.S. Stepin.* – M.: Mysl, 2000-2001.- ISBN 5-244-00961-3.
5. Aristotel. *Sochineniia* / Aristotel // *Sobr. Soch.:* v 4 t. – M.: Mysl, 1976.- T.1. – s.316.
6. Lokk, Dzh. *Ob ideiakh voobshche i ikh proiskhozhdenii* / Dzh. Lokk // *Sobr. Soch.:* v 3 t. – M., 1985. - T.1. – s.155
7. Vygotskii, L.S. *Detskaia psikhologiya* / L.S. Vygotskii // *Sobr. Soch.:* v 6 t. – M., 1984.- T.4. – s.227.
8. Grigorovich, M.V. *Lichnostnaia refleksiiia kak faktor razvitiia lichnosti podrostka* / M.V. Grigorovich // *Molodoi uchenyi.* – 2011. - №6 (29). – T.2. – S. 92-94.
9. Rubinshtein, S.L. *Bytie i soznanie* / S.L. Rubinshtein. - M.: Izdatelstvo AN SSSR, 1957, - 328 s.
10. Leontev, A.N. *Izbr. psikhologicheskie proizvedeniia* // *Sobr. soch.:* v 2 t. M.: Pedagogika, 1983. - 320 s.
11. Allen, J.R., Bennett, S., Kearns, L. *Psychological mindedness: A neglected developmental line in permissions to think* // *Transactional Analysis Journal.* 2004. 34 (1). 3-9.
12. Flavell, J.H. *Metacognition and cognitive monitoring: a new area of cognitive developmental inquiry* // *American Psychologist.* 1979. 34. 906-911.

13. Hassin, R.R. *Nonconscious control and implicit working memory* // R.R. Hassin, J.S. Uleman, J.A. Bargh (eds.). *The New Unconscious*. Oxford university press, New York, 2005. P. 196-224.
14. Leontev, D.A., Osin, E.N. *Refleksiiia “khoroshaia” i “durnaia”: ot obieiasnitelnoi modeli k differentsialnoi diagnostike* / D.A. Leontev, E.N. Osin // *Psikhologiiia. ZHurnal Vysshei shkoly ekonomiki*. – 2014. – T.11 - № 4. S.110-135.
15. Rossokhin, A.V. *Refleksiiia i vnutrennii dialog v izmenennykh sostoianiiakh soznaniia: Intersoznanie v psikhoanalize* // A.V. Rossokhin.- M.: “Kogito-TSentr”, 2010. – S. 21-31.
16. Fetiskin, N.P., Kozlov, V.V., Manuilov, G.M. *Sotsialno-psikhologicheskaiia diagnostika razvitiia lichnosti i malykh grupp; ucheb. pos. dlia VUZov* / N.P. Fetiskin, V.V. Kozlov, G.M. Manuilov. – M. Izd-vo Instituta Psikhoterapii. 2002. - 337 s.
17. *10 faktov o starenii i zdorove. Mai 2017. Tematicheskii obzor o starenii.*- (<https://www.who.int/features/fastfiles/ageing/ru/>)