

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ МЕХАНИЗМЫ РЕФЛЕКСИВНЫХ ПРОЦЕССОВ



*Вощинин А.В. – к.псих.н.,
доцент, кафедры
психологии РГУФКСМиТ*

Ключевые слова: рефлексия, рефлексивная позиция, рефлексивные процессы, психологические механизмы, рефлексивный акт.

Keywords: reflection, reflective stance, reflexive processes, psychological mechanisms, reflexive act.

Резюме. В статье обсуждается проблема психологических механизмов рефлексивных процессов. определены психологические механизмы, являющиеся основой осуществления рефлексивных процессов личности: механизм инициации рефлексии на основе динамики самоотношения, механизм феноменологизации «Я – действенного», механизм означения способов и средств осуществления деятельности, механизм центрации-децентрации «Я действующего» и «Я-познающего», механизм означения актуального проблемно-конфликтного содержания с точки зрения личностных оснований, механизма амплификации «аргументации За», механизма смыслопорождения через преобразование «Я-значения».

Summary. The article discusses the problem of the psychological mechanisms of reflexive processes. The psychological mechanisms that are the basis of the reflexive processes of personality: the mechanism of initiation of reflection based on the dynamics of the self-mechanism phenomenologization "I – an effective" mechanism signifying ways and means of implementing activities, the mechanism centration-decentration "I am active" and "I-knowing" signifying mechanism current problem-conflict content from the point of view of personal reasons, the mechanism of amplification "argument for", the mechanism through which meaning is the transformation of "self-importance".

Актуальность. В структуре деятельности тренера рефлексия занимает особое место, так как является механизмом сознания, определяющим эффективность профессионального становления и качественную проработку личности, позволяющую повышать эффективность взаимодействия в системе тренер-спортсмен за счет формирования единого смыслового поля, рефлексивного пространства данного взаимодействия.

Рефлексия, выполняющая функцию интеграции и дифференциации личности, несет продуктивную функцию в плане осознания средств, способов деятельности и ее личностных оснований. Продуктами рефлексивных процессов являются и качественная перестройка структур личности, и интеграция психических процессов, которые становятся более осознанным и осмысленным средством конструктивного преобразования проблемно-конфликтных содер-

жаний деятельности [4, 5]. Высокий уровень рефлексии, системность ее осуществления во временном континууме (ретроспективная, ситуативная, перспективная) и высокая степень целостности рефлексивных процессов определяют стойкие тенденции к самоактуализации и самореализации личности в процессе деятельности [7]. Продуктивная реализация рефлексивных процессов основывается на развитой рефлексивной способности, сформированности навыков рефлексивного анализа и перспективного самоопределения, стремлении к сознательной регуляции собственной деятельности, пониманию личностных оснований ее осуществления [2]. Рефлексия рассматривается как процесс рефлексивного выхода субъекта за пределы деятельности с последующим установлением отношений между ее структурными образованиями при условии реализации целостного «Я» через переосмысление и пере-

стройку субъектом содержаний своего сознания, деятельности и общения [1, 6].

Рефлексия как процесс подразумевает сложную работу личности по осознанию целостным «Я» средств и способов деятельности и ее личностных оснований путем феноменологизации собственного «Я» и квалификации содержаний сознания в ретроспективном плане с последующей проблематизацией и самоопределением в перспективном плане, относительно способов деятельности и личностных оснований ее осуществления, а следовательно, не сводима к пониманию лишь в традиции когнитивизма и психологии познания. Таким образом, актуальной становится проблема встает влияния личностных детерминант осуществления рефлексивных действий, а следовательно, проблема изучения психологических механизмов, обеспечивающих включение, процессуальные качества, эффективность рефлексивных процессов, их конструктивность в отношении личности и продуктивность в отношении результатов деятельности. Традиционное рассмотрение рефлексивного акта, предложенного Н.Г. Алексеевым, как преобразование проблемного содержания через этапы внутренних действий субъекта, таких как остановка, фиксация, объективация, отчуждение, установление отношений и, в конечном итоге, изменение оснований мышления, требует доработки и уточнения.

Методы исследования. В результате эмпирических исследований, в которых были задействованы методы тестирования, формирующего эксперимента, качественного анализа и авторский метод «рефлексивной референции актуального опыта деятельность» и «рефлексивной регуляции психических состояний», было установлено, что для достижения целостности процесса рефлексии необходима сформированность осознанной рефлексивной позиции, в структуре которой возрастает интегрирующая функция самоотношения и снижается дезинтегрирующая функция личностных свойств с накоплением опыта профессиональной деятельности и рефлексии, последовательной и самостоятельной фиксации знаково-символических средств рефлексии [3].

Результаты исследования. В ходе исследования были определены четыре типа рефлексивных позиций: конструктивная, внеситуативная, арефлексивная, личностно-самоуничтожительная.

Конструктивная рефлексивная позиция характеризуется выраженными высокими показателями общего уровня рефлексивности, коэф-

фициента конструктивности рефлексии, рефлексии общения, ситуативной, перспективной, социорефлексии, силой «сверх Я», смелостью, самоконтролем. Достаточно высокие показателями системной, ретроспективной, саморефлексии, самоуверенности, самопривязанности, сила «Я», и низкие показатели внутренней конфликтности, самообвинения, неуверенности, тревожности, фрустрированности определяют потенциал целостности рефлексии как процесса в ситуации деятельности и в ходе ретроспективного анализа ее результатов, способов их достижения и личностных оснований ее осуществления. Конструктивная рефлексивная позиция определяет возможность повышения эффективности рефлексии, как в ситуации деятельности, так и при анализе совершенных действий с последующей проблематизацией актуальных содержаний, самоопределением и переосмыслением, с последующей реализацией целостным «Я» выработанных принципов, норм, оснований, с учетом условий деятельности и ситуаций общения.

Внеситуативная рефлексивная позиция характеризуется высокими выраженными показателями самокопания, системной рефлексии, квазирефлексии, рефлексивной активности, ретроспективной и саморефлексии, внутренней конфликтностью, самообвинением, практичностью и самодостаточностью. Достаточно высокие показатели коэффициента конструктивности рефлексии, общего уровня рефлексивности и перспективной рефлексии, а так же низкие показатели ситуативной рефлексии, тревожности, доминантности и самоконтроля определяют высокий уровень осуществления рефлексивного анализа деятельности в ретроспективном плане. То есть, внеситуативная рефлексивная позиция определяет возможность повышения уровня ретроспективного анализа проблемно-конфликтных содержаний деятельности. При этом ряд личностных особенностей затрудняет осознание способов и личностных оснований непосредственно в ситуации деятельности.

Арефлексивная позиция характеризуется низкими показателями самокопания, системной рефлексии, квазирефлексии, рефлексивной активности, общего уровня рефлексивности, ретроспективной рефлексии, а так же низким уровнем тревожности, внутренней конфликтности и самообвинения. Выраженность показателями самоуверенности, самопривязанности, силы Я, доминантности, подозрительности, гибкости и радикализма, достаточно высокие показателями силы «сверх – Я», смело-

сти, практичности и самоконтроля определяют недостаточную включенность собственного целостного «Я» в деятельность по осознанию способов и личностных оснований деятельности, отсутствие мотивации и ценностно-смысловой регуляции рефлексии в целом.

Личностно-уничжительная рефлексивная позиция характеризуется низкими показателями коэффициента конструктивности рефлексии, общего уровня рефлексивности, ретроспективной, перспективной, само- и социорефлексии, низким уровнем самоуверенности, самопривязанности, силы «сверх Я», смелости и практичности. При этом отмечается высокий уровень самокопания, квазирефлексии, внутренней конфликтности, самообвинения, тревожности, самодостаточности и фрустрированности. Данная рефлексивная позиция подвержена сильному воздействию фактора «Невротической направленности рефлексии». Сочетание низкой самопривязанности с высокой внутренней конфликтности и самообвинением представляют собой, так называемое невротическое кольцо. С учетом высокой тревожности и фрустрированности данный тип можно отнести к «зоне риска» невротизации в процессе рефлексирования, который принимает деструктивные формы [3].

Обсуждение результатов. На основании полученных результатов, можно заключить следующее: рефлексивная позиция детерминирует процесс осуществления рефлексивного акта как внутреннего действия, осуществляемого личностью. Проблема исследования психологических механизмов рефлексии становится особо актуальной, так как определяет качество и продуктивность процесса рефлексии в целом.

Рефлексивный акт, в традиционном представлении, включает ряд этапов на которых происходит преобразование первичных содержаний сознания подвергающихся рефлексивной проработке: остановка, фиксация, объективация, отчуждение, установление отношений, изменение оснований мышления.

Нами был выделен ряд психологических механизмов, обеспечивающих переход от этапа к этапу и определяющих качественные характеристики процесса рефлексии.

Этап остановки осуществляется при включении механизма инициации рефлексии на основе динамики самоотношения. Данный механизм определяет невозможность дальнейших действий в привычном ключе на основе снижающегося принятия собственного «Я» с точки зрения ситуации деятельности и субъективных условий ее осуществления. Когда резуль-

таты не соответствуют ожиданиям субъекта и осознается бессмысленность осуществления дальнейших действий стереотипными способами понижается самопринятие, за которым нарастает конфликтность для личности при столкновении с проблемными содержаниями деятельности. Восстановление самопринятия возможно двумя способами, конструктивным и деструктивным. В конструктивном ключе иницируются процессы рефлексии, и на первый план выходят конструктивная рефлексивная позиция и внеситуативная рефлексивная позиция. В деструктивном ключе нарастает самообвинение, и на первый план выходит личностно-самоуничжительная рефлексивная позиция.

Продуктивность этапа фиксации определяется включением механизма феноменологизации «Я – действенного» с последующим переходом к этапу объективации на основе механизма означения способов и средств осуществления деятельности. Знак позволяет преобразовать свое поведение в предмет собственного познания, выступая психологическим орудием воздействия на поведение и его организацию. При этом овладение значением имеет не «вещную», а действенную форму и включает в себя: субъекта, действующего с определенной позиции, задаваемой реальным или воображаемым «другим»; способ действия; продукт действия.

Значение знака есть не просто определенный круг вещей или предметов, а определенный способ действий с вещами или предметами с определенной позиции. Содержание значения знака позволяет подняться над ситуацией и, во-первых, преобразовать структуру ситуации в соответствии с таким значением, во-вторых – преобразовать свое поведение в ситуации в соответствии с таким значением. Субъект не просто воспринимает себя или ситуацию по-новому, он реконструирует целостное видение процесса в его динамике в рамках системы взаимодействия. Основная трудность состоит в том, что в процессе рефлексии и ее продукт, и наработанные средства обладают субъективной новизной, более того, качественно изменяется личность, ее отношение к себе и ситуации. Возникает проблема фиксации значений в процессе актуализации личностных смыслов. Субъективное значение и соответствующий смысл должны, как бы, претерпеть трансформацию в рамках процесса рефлексивного означения при котором актуализируются личностные реакции, направленные на сохранение самооценки и снижение конфликтности ситуации.

Этап отчуждения ознаменуется работой механизма центрации-децентрации «Я действующего» и «Я-познающего», создающего основу для рассмотрения и выявления личностных оснований для реализации стереотипных и нерезультативных способов действий в прошлом.

Этап установления отношений проходит на основе включения нейрокогнитивных функций целеполагания, прогнозирования, планирования и т.д., на основе механизмов означения актуального проблемно-конфликтного содержания с точки зрения личностных оснований. Так же на данном этапе рефлексивные процессы подвергаются мощному воздействию механизма амплификации «аргументации За», приводящего к возвращению к привычным способам действий, подкрепленных стереотипными личностными основаниями.

Дальнейшая работа рефлексивных процессов, традиционно связывается В.К. Зарецким с изменениями оснований мышления, что является завершающим этапом осуществления рефлексивного акта. По нашему мнению, последний этап является более сложным по своей структуре. Изменения происходят по двум направлениям. Во-первых, изменение личностных оснований осуществления действий происходит под воздействием механизма смыслопорождения или смыслотворчества, через преобразование «Я-значения». Во вторых, изме-

нение способов и средств действий на основе формирующейся смысловой регуляции деятельности по осознанию и преобразованию ее операционального компонента.

Завершающим этапом осуществления рефлексивного акта является выработка знаково-символических средства рефлексии, наличие которых и позволяет говорить об изменении оснований для осознания собственного «Я» в процессе осуществления деятельности.

Выводы. Таким образом, определены психологические механизмы, являющиеся основой осуществления рефлексивных процессов личности: механизм инициации рефлексии на основе динамики самоотношения, механизм феноменологизации «Я – действительного», механизм означения способов и средств осуществления деятельности, механизм центрации-децентрации «Я действующего» и «Я-познающего», механизм означения актуального проблемно-конфликтного содержания с точки зрения личностных оснований, механизма амплификации «аргументации За», механизма смыслопорождения через преобразование «Я-значения».

Этапом, завершающим рефлексивный акт, является этап изменения оснований для осознания собственного «Я» на основе знаково-символических средств рефлексии выработанных и зафиксированных субъектом.

Литература.

1. Воцинин, А.В. Метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера / А.В. Воцинин // Спортивный психолог. – 2012. – № 2 (26). – С. 67-72.
2. Воцинин, А.В. Рефлексия в структуре деятельности тренера: от рефлексивной позиции к рефлексивной культуре / А.В. Воцинин // Теория и практика физической культуры. – 2013. – №2. – С. 12 -18.
3. Воцинин, А.В. Особенности рефлексивной позиции тренеров на различных этапах профессионализации: Дис. ... канд. пс. наук / А.В. Воцинин. – Москва, 2013. – 208 с.
4. Ильков, В.А. Рефлексивная культура спортивного педагога : Современные полипредметные представления о категории "рефлексия" / Ильков В.А., Неверкович С.Д. // Спортивный психолог. – 2008. – N 1 (13). – С. 8-11.
5. Неверкович С.Д. Сознание, мышление и деятельность в антропных технологиях образования / С.Д. Неверкович, С.В. Дмитриев // Спортивный психолог. – 2012. – № 3(27). – С.13-21.
6. Неверкович С.Д. Личностно ориентированная технология формирования продуктивного действия / С.Д. Неверкович, С.В. Дмитриев, Е.В. Быстрицкая // Спортивный психолог. – 2013. – № 1(28). – С. 5-10.
7. Петров, И.П. Рефлексивный механизм психологической готовности личности к самоопределению: Дис. ... канд. пс. наук / И.П. Петров. – Улан-Удэ, 2004. – С. – 161.