

Езунова Татьяна Павловна

магистрант

Научный руководитель

Силакова Марина Михайловна

канд. психол. наук, заведующая кафедрой

ФГБОУ ВО «Ульяновский государственный
педагогический университет им. И.Н. Ульянова»

г. Ульяновск, Ульяновская область

ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ РЕФЛЕКСИИ У СТАРШЕКЛАССНИКОВ

Аннотация: статья посвящена изучению уровней рефлексии у старших подростков. В результате проведенного исследования было выявлено, что некоторые старшеклассники проявляют высокий уровень рефлексии, активно анализируя свои мысли, чувства и действия, а также стремясь к самосовершенствованию. Другие же старшеклассники проявляют более поверхностную рефлексия или даже не задумываются о своих поступках.

Ключевые слова: старшеклассники, рефлексия, образование, системная рефлексия, интроспекция, квазирефлексия.

Актуальность проведения данного исследования обусловлена повышенным интересом в области новых психологических методов, механизмов, ресурсов, способных эффективно организовать образовательный процесс, направленный на индивидуальное развитие личности старшеклассника. Одним из ключевых элементов этого процесса является рефлексия, являясь важной психологической функцией, которая позволяет осознавать, анализировать и оценивать свои мысли, эмоции и действия. Рефлексия играет важную роль в развитии личности, особенно в период старшей школы, когда подростки формируют своё самосознание и принимают решения, которые оказывают влияние на их будущее.

Изучением рефлексии занимались Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн, А.В. Карпов, С.Ю. Степанов, И.Н. Семенов, Н.И. Гуткина и др.

Л.С. Выготский, исследуя развитие рефлексии у подростков, считал, что формирование рефлексии у данной возрастной группы связано с особыми условиями, в которых они находятся. В первую очередь, это общение с окружающими людьми, способствующее развитию сознательности и самоанализа. Также важную роль играет образование и профессиональное обучение, которые помогают расширять кругозор, осваивать новые знания и развивать критическое мышление. Л.С. Выготский подчеркивает важность развития социальной и культурной среды, в которой живут подростки, считая, что для формирования рефлексии необходимо создавать условия для разнообразной культурной жизни, а также предоставлять доступ к новым технологиям и информационным ресурсам.

С.Л. Рубинштейн рассматривает рефлексия как особое направление существования бытия человека, которое определяется ценностным отношением человека к самому себе, к другому и окружающему миру. Это позволяет осознанно относиться к жизни, а также осуществлять её творческое становление [3]. С.Ю. Степанов пишет: «Рефлексия – это деятельность человека, направленная на осмысление и переосмысление своих собственных действий, отношения к окружающему миру и культуры» [6, с. 34].

В психологических исследованиях Г.П. Щедровицкого обосновывается, что рефлексия играет ключевую роль в процессе выхода из трудных ситуаций, формировании конструктивного отношения к окружающему миру и самому себе. Этот механизм способствует созданию новых образцов поведения, развитию более глубоких знаний о самом себе и окружающей действительности, отражает уровень умственного развития и является одной из ключевых черт мышления [7].

В педагогической деятельности рефлексия играет особую роль, позволяя осмыслить прошлые и настоящие события, переживания, выработать новые подходы и стратегии, принимать осознанные решения и улучшать качество образования. Это уникальный опыт самопознания и самооценки, который помогает развиваться и совершенствоваться как личность [5].

Существует множество педагогических исследований, которые рассматривают рефлексию в образовательном процессе. Стоит отметить исследование Джона Дьюи «Опыт и образование» (1938), в котором автор рассматривает роль рефлексии в образовательном процессе и призывает к созданию школ, где ученики будут активно участвовать в своем обучении. Д. Дьюи придерживается идеи, что рефлексия способствует развитию самосознания, самооценки и саморегуляции учебной деятельности. Она помогает учащимся понимать свои учебные ошибки и находить пути для их исправления, а также повышает качество и эффективность образовательного процесса.

С учетом внедрения федерального государственного образовательного стандарта, рефлексия обучающихся считается ключевым элементом учебного процесса, направленным на развитие важных жизненных навыков, таких как способность оценивать свое состояние, эмоции и результаты своей деятельности [1].

Для исследования проявления рефлексии у старшеклассников в процессе обучения в двух общеобразовательных учреждениях города Ульяновска и Ульяновской области была использована методика «Дифференциальный тест рефлексивности», авторами которой являются Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин [4].

Цель диагностики заключается в определении индивидуальных особенностей рефлексивной деятельности старших подростков, которая позволяет выявить различные типы рефлексии и определить дифференциальную модель рефлексии. Модель включает три специфичных вида рефлексии: системную, интроспективную и квазирефлексивную. В исследовании приняли участие старшеклассники (17–18 лет) в количестве 40 человек.

В результате проведенного исследования были получены следующие результаты, которые отображены в таблице 1 и на рисунке 1.

Различия в показателях рефлексии старших школьников

	Шкала «Системная рефлексия»	Шкала «Интроспекция»	Шкала «Квазирефлексия»
Низкий уровень	0 старшеклассников – 0%	11 старшеклассников – 27%	14 старшеклассников – 35%
Средний уровень	31 старшеклассник – 77%	25 старшеклассников - 63%	23 старшеклассника – 58%
Высокий уровень	9 старшеклассников – 23%	4 старшеклассника – 10%	3 старшеклассника – 7%

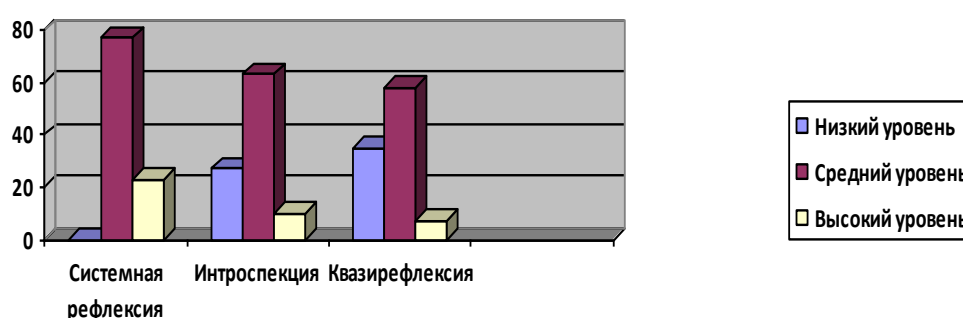


Рис. 1. Выраженность показателей рефлексии в группах респондентов

Анализ приведенных данных показал, что по шкале «Системная рефлексия» преобладает средний уровень, что означает наличие у старшеклассников стремления к пониманию себя и способности рассматривать себя с учетом разных аспектов ситуации. Также, можно, что школьники обладают склонностью к осмысленности и самодистанцированию, однако, иногда им может не хватать полного контекста ситуации и альтернативных вариантов, что влияет на способность к самопознанию и пониманию причин происходящих событий. 23% респондентов показывают высокий уровень системной рефлексии: старшеклассники проявляют умение отстраниться от себя и посмотреть на свои действия со стороны, анализируют свои поступки в контексте ситуации с различными способами ее разрешения. Стоит отметить, что низкий уровень системной рефлексии не наблюдается. Системная рефлексия предполагает целостное восприятие ситуации человеком, позволяет рассматривать ситуацию в комплексе, учитывая все её аспекты. Обучаю-

щиеся с развитой системной рефлексией проявляют интерес как к внутренними, так и к внешним факторам, влияющими на ситуацию.

По результатам диагностики по шкале «Интрорспекция» получены следующие результаты: низкий уровень интрорспекции наблюдается у 27% старшеклассников – обучающиеся не склонны погружаться в мысли о своих переживаниях, легко забывают и успешно справляются с неудачами. Средний уровень интрорспекции присутствует у 63% старшеклассников (обучающиеся ориентированы на свои переживания, особенно в актуальных ситуациях). Такая рефлексия становится более активной при столкновении с неопределенностью и сложными задачами. Однако, в отсутствие таких ситуаций, потребность в саморазмышлениях может снижаться. Высокий уровень интрорспекции наблюдается у 10% старшеклассников – обучающиеся имеют склонности к настойчивым мыслям о собственных внутренних переживаниях и состояниях (часто такие мысли мешают им переключиться на текущие дела). Полученные результаты дают представление о том, как старшеклассники оценивают свои внутренние переживания и насколько они могут управлять своими мыслями. Интрорспективная рефлексия, являясь своеобразным «промежуточным звеном», фокусируется на переживаниях по поводу текущей ситуации, способствует осмыслению эмоциональных реакций и чувств, возникающих в связи с определенной ситуацией.

Анализ данных по шкале «Квазирефлексия» показывает следующие результаты: низкий уровень квазирефлексии наблюдается у 35% старшеклассников (обучающиеся в основном не имеют мыслей, не связанных с актуальными жизненными ситуациями). Склонность к рефлексии о себе и своих переживаниях ограничена контекстом текущих вопросов. Средний уровень квазирефлексии присутствует у 58% старшеклассников – обучающиеся склонны увлекаться посторонними мыслями, потребность в уходе в фантазии снижается, когда нет сложных ситуаций и неразрешимых проблем. Высокий уровень квазирефлексии наблюдается у 7% старшеклассников (обучающиеся часто погружаются в размышления, фантазии о прошлом, будущем, их рефлексия направлена на объекты, не имеющие отношения к актуальной жизненной ситуации). Анализ

результатов указывает на различные уровни склонности старшеклассников к внутренним размышлениям и фантазиям, а также на их способность удерживать внимание на текущих событиях и проблемах. Квазирефлексия отражает «оторванность» индивида от реальности. Вместо того, чтобы заниматься решением текущих задач, человек утопает в мечтаниях и фантазиях, что связано с невозможностью сосредоточиться на действительности.

На основании проведенного исследования можно сделать следующие выводы: 36% старшеклассников демонстрируют высокий уровень рефлексии, стремясь к самосовершенствованию и активно анализируя свои мысли, чувства и действия; 64% старшеклассников проявляют более поверхностную рефлекссию или даже игнорируют необходимость задумываться о своих поступках.

Таким образом, можно предположить, что активная рефлексия будет способствовать самосовершенствованию и развитию личности, в то время как недостаток рефлексивных навыков может препятствовать полноценному развитию старшеклассников.

Список литературы

1. Дольская О.А. Роль рефлексии в современном образовании / О.А. Дольская // Образ человека будущего: философия, психология, педагогика. – 2014. – №1. – С. 5–27.
2. Карпов А.В. Психология рефлексии / А.В. Карпов. – Ярославль: Аверс Пресс, 2002. – 304 с.
3. Личностный потенциал: структура и диагностика: коллективная монография / под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
4. Леонтьев Д.А. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике / Д.А. Леонтьев, Е.Н. Осин // Журнал Высшей школы экономики. – 2014. – №4. – С. 110–135. EDN UYWVEN
5. Плигин А.А. Рефлексия как психологический феномен и проблемы ее развития у школьников / А.А. Плигин // Актуальные проблемы психологического знания. – 2009. – №4. – С. 37–49. EDN LDERMH

6. Степанов С.Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С.Ю. Степанов // Вопросы психологии. – 1985. – №3. – С. 31–40. EDN PXYXFJ

7. Щедровицкий Г.П. Рефлексия и ее проблемы / Г.П. Щедровицкий. – М.: Академия, 2004. – 395 с.