

**Кузнецова Ангелина Брониславовна**

магистрант

ФГБОУ ВО «Чувашский государственный  
педагогический университет им. И.Я. Яковлева»

г. Чебоксары, Чувашская Республика

## **ОСОБЕННОСТИ ЛИЧНОСТНОЙ РЕФЛЕКСИИ СТУДЕНТОВ КОЛЛЕДЖА: ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ**

***Аннотация:** в статье рассматривается феномен личностной рефлексии в контексте образовательной среды, с акцентом на студентов колледжа как особую социально-психологическую группу, находящуюся в стадии активного личностного и профессионального становления. Представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление структурных и функциональных особенностей рефлексивных процессов у студентов третьего курса колледжа. Установлены взаимосвязи между уровнем развития рефлексивности, самоотношением, саморегуляцией поведения и уровнем самоактуализации. Результаты исследования могут быть использованы для разработки программ психологического сопровождения студентов в образовательном процессе.*

***Ключевые слова:** рефлексия, самоотношение, саморегуляция, самоактуализация, студенты колледжа, образовательная среда.*

***Введение.** Личностная рефлексия представляет собой сложный многомерный психический процесс, включающий осознание субъектом собственных мыслей, чувств, мотивов и действий в контексте их соответствия внутренним ценностям и внешним требованиям среды. В контексте образовательной среды рефлексия выступает важным фактором, способствующим формированию самосознания, развитию навыков саморегуляции и самоактуализации личности. Особенно актуальным становится изучение рефлексивных процессов у студентов колледжей, находящихся на этапе профессионального становления и активного личностного развития.*

В современной психологии рефлексия рассматривается как один из ключевых механизмов формирования самосознания и развития личности. Работы А.В. Карпова, А.Г. Асмолова, В.П. Зинченко, С.Л. Рубинштейна, В.В. Давыдова, В.И. Слободчикова, Г.А. Цукерман и других учёных подчёркивают ключевую роль рефлексии в формировании самосознания и развитии личности. А.В. Карпов в своей монографии «Психология рефлексивных механизмов деятельности» (2004) охарактеризовал рефлексию как одну из важнейших метаспособностей, необходимую для становления субъектности и уникальности человека, а также разработал методику для оценки уровня рефлексивности индивида. А.Г. Асмолов и В.П. Зинченко рассматривали рефлексию как способность к самоанализу, переосмыслению и обогащению «Я-концепции», что, по их мнению, стимулирует процессы самосознания и способствует личностному самосовершенствованию. С.Л. Рубинштейн выделял два способа жизнедеятельности человека – «слитный» и «отстранённый» (рефлексивный), подчёркивая, что именно рефлексивный способ позволяет человеку инициативно выбирать свой жизненный путь и управлять им, тем самым становясь субъектом своей жизни. В свою очередь, В.В. Давыдов, В.И. Слободчиков и Г.А. Цукерман отмечали, что рефлексия играет центральную роль в психическом развитии подростков, выступая движущей силой формирования их личности и самосознания. На этапе профессионального становления, характерного для студентов колледжей, личностная рефлексия играет особую роль, способствуя интеграции когнитивных, эмоциональных и поведенческих компонентов личности.

Эмпирическое изучение личностной рефлексии у студентов колледжа актуально по нескольким причинам. Во-первых, данный возрастной период (18–20 лет) характеризуется интенсивным развитием самосознания и формированием профессиональной идентичности. Во-вторых, образовательная среда колледжа предъявляет к студентам высокие требования в плане осознания и управления собственным поведением, что делает рефлексию важным инструментом адаптации. В-третьих, недостаточная развитость рефлексивных процессов может

выступать фактором риска для возникновения внутренней конфликтности, снижения мотивации и академической успеваемости.

Настоящее исследование направлено на выявление особенностей личностной рефлексии у студентов 3 курса направления подготовки «Информационные системы» ГАПОУ ЧР «Чебоксарский профессиональный колледж им. Н.В. Никольского».

*Методология исследования.* Эмпирическое исследование проводилось на базе ГАПОУ ЧР «Чебоксарский профессиональный колледж им. Н.В. Никольского» Министерства образования и молодежной политики Чувашской Республики. В выборку вошли 85 студентов третьего курса направления подготовки «Информационные системы» в возрасте от 18 до 20 лет.

*Методы исследования.* Для достижения целей исследования были использованы следующие психодиагностические методики: 1) методика диагностики уровня развития рефлексивности (А.В. Карпов) – для оценки уровня развития рефлексивных процессов; 2) методика исследования самоотношения (В.В. Столин, С.Р. Пантилеев) – для изучения структуры и особенностей самоотношения студентов; 3) опросник контроля поведения (Е.А. Сергиенко, Г.А. Виленская, И.И. Ветрова) – для оценки уровня осознанного контроля поведения; 4) самоактуализационный тест (САТ) (Э. Шостром, адаптация Л.Я. Гозман и др.) – для изучения степени самоактуализации личности студентов. Для обработки данных применялся коэффициент корреляции Пирсона с учетом уровня значимости ( $p < 0,05^*$ ;  $p < 0,01^{**}$ ). Полученные результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Взаимосвязь между уровнем развития рефлексивности и различными психологическими характеристиками (самоотношение, стиль саморегуляции поведения, контроль поведения и самоактуализация) студентов 3 курса

Методики	Показатели (шкалы)	Методика диагностики уровня развития рефлексивности (А.В. Карпов)		
		Высокий уровень рефлексивности	Средний уровень рефлексивности	Низкий уровень рефлексивности
Методика	Внутренняя честность	0,584**	-0,549**	0,036

	Самоуверенность	0,245*	-0,103	-0,217*
	Саморуководство	0,323**	-0,228*	-0,119
	Отраженное самоотношение	0,202*	-0,107	-0,136
	Самоценность	0,304**	-0,137	-0,254*
	Самопринятие	0,258*	-0,208*	-0,048
	Самопривязанность	0,279**	-0,282**	0,053
	Внутренняя конфликтность	-0,359**	0,287**	0,071
	Самообвинение	-0,186	0,093	0,139
Опросник контроля поведения	Когнитивный контроль	-0,267*	0,151	-0,201*
	Эмоциональный контроль	-0,226*	0,122	-0,209*
	Волевой контроль	-0,039	0,055	-0,036
	Общий уровень контроля поведения	-0,061	0,136	-0,247*
Самоактуализационный тест (САТ) (Э. Шостром, адаптация Л.Я. Гозман и др.)	Поддержка	0,072	-0,132	0,122
	Ориентация во времени	-0,049	0,045	0,000
	Ценностная ориентация	0,060	-0,055	0,001
	Гибкость поведения	-0,121	0,054	0,103
	Сензитивность к себе	-0,005	0,011	-0,011
	Спонтанность	0,005	-0,168	0,299**
	Самоуважение	-0,110	0,035	0,119
	Самопринятие	0,148	-0,243*	0,200
	Представления о природе человека	-0,175	0,208*	-0,091
	Синергия	-0,018	0,113	-0,178
	Принятие агрессии	0,076	-0,123	0,098
	Контактность	0,051	-0,135	0,162
	Познавательные потребности	-0,033	0,077	-0,086
	Креативность	0,076	-0,083	0,025

Коэффициент корреляции Пирсона  $r = 0,205$  при  $p < 0,05^*$ ;  $r = 0,267$  при  $p < 0,01^{**}$ , для выборки  $n = 85$

*Результаты и обсуждение.* Анализ представленных данных позволяет выявить сложные взаимосвязи между уровнем развития рефлексивности и

ключевыми психологическими характеристиками студентов, такими как самоотношение, стиль саморегуляции поведения, контроль поведения и самоактуализация. Рассмотрим основные корреляционные зависимости на основе таблицы, акцентируя внимание на психологической интерпретации.

Высокий уровень рефлексивности положительно коррелирует с такими показателями, как внутренняя честность ( $r = 0,584$ ,  $p < 0,01$ ), самоуверенность ( $r = 0,245$ ,  $p < 0,05$ ), саморуководство ( $r = 0,323$ ,  $p < 0,01$ ), самооценность ( $r = 0,304$ ,  $p < 0,01$ ), самопринятие ( $r = 0,258$ ,  $p < 0,05$ ) и самопривязанность ( $r = 0,279$ ,  $p < 0,01$ ). Это свидетельствует о том, что высокий уровень рефлексивности способствует формированию позитивного самоотношения и интеграции личности. Такие студенты обладают способностью к осмыслению своих действий и переживаний, что укрепляет их уверенность в себе и способность к саморегуляции.

Напротив, высокий уровень рефлексивности отрицательно связан с внутренней конфликтностью ( $r = -0,359$ ,  $p < 0,01$ ), что указывает на снижение уровня внутреннего напряжения и противоречий. Это может быть связано с тем, что рефлексия позволяет студентам осознанно анализировать свои внутренние состояния и находить пути их разрешения.

Средний и низкий уровни рефлексивности демонстрируют обратные тенденции. Например, средний уровень рефлексивности положительно коррелирует с внутренней конфликтностью ( $r = 0,287$ ,  $p < 0,01$ ), а низкий уровень – с самообвинением ( $r = 0,139$ ). Это может быть связано с недостаточной способностью к осмыслению своих действий и переживаний, что приводит к усилению внутреннего напряжения и негативного отношения к себе.

Анализ данных по методике контроля поведения (Е.А. Сергиенко и др.) показывает интересные зависимости между уровнями рефлексивности и способностью студентов управлять своим поведением.

Высокий уровень рефлексивности имеет отрицательную корреляцию с когнитивным контролем ( $r = -0,267$ ,  $p < 0,05$ ) и эмоциональным контролем ( $r = -0,226$ ,  $p < 0,05$ ). Это может указывать на то, что студенты с высокой

рефлексивностью менее склонны к жесткому контролю своих мыслей и эмоций. Они могут проявлять более гибкий подход в управлении своим поведением за счёт осознанного анализа ситуаций.

При этом низкий уровень рефлексивности также отрицательно коррелирует с когнитивным ( $r = -0,201$ ,  $p < 0,05$ ) и эмоциональным контролем ( $r = -0,209$ ,  $p < 0,05$ ), а также общим уровнем контроля поведения ( $r = -0,247$ ,  $p < 0,05$ ). Это может свидетельствовать о том, что недостаточная рефлексия затрудняет способность студентов к осознанию своих действий и их регуляции.

Интересно отметить отсутствие значимых корреляций между волевым контролем и любым уровнем рефлексивности. Это может говорить о том, что волевой контроль в большей степени зависит от других факторов личности.

Методика САТ (Э. Шостром) показывает менее выраженные корреляции между уровнями рефлексивности и компонентами самоактуализации.

Высокий уровень рефлексивности демонстрирует слабую положительную связь с такими показателями самоактуализации, как принятие агрессии ( $r = 0,076$ ) и контактность ( $r = 0,051$ ). Однако эти связи статистически незначимы. Это может свидетельствовать о том, что высокая рефлексия не всегда напрямую связана с процессами самоактуализации.

Низкий уровень рефлексивности, напротив, положительно коррелирует со спонтанностью ( $r = 0,299$ ,  $p < 0,01$ ), что может говорить о том, что студенты с низкой рефлексией чаще действуют импульсивно и менее склонны к осмыслению своих действий.

Средний уровень рефлексивности демонстрирует слабую положительную связь с представлениями о природе человека ( $r = 0,208$ ,  $p < 0,05$ ), что может указывать на умеренную способность этих студентов осознавать ценностные аспекты человеческой природы.

На основе анализа данных можно выделить следующие ключевые закономерности.

1. Высокий уровень рефлексивности ассоциируется с позитивными характеристиками личности: высоким уровнем самоотношения (включая

самоуверенность и самопринятие), снижением внутренней конфликтности и большей способностью к саморегуляции. Это подтверждает гипотезу о том, что развитая рефлексия способствует гармонизации внутреннего мира личности.

2. Средний уровень рефлексивности характеризуется некоторой амбивалентностью: он не демонстрирует ярко выраженных положительных или отрицательных связей с ключевыми характеристиками личности. Возможно, это связано с недостаточной зрелостью механизмов осмысления собственного опыта.

3. Низкий уровень рефлексивности связан с повышенной импульсивностью (например, через спонтанность) и негативными аспектами самоотношения (например, самообвинением). Это указывает на ограниченные возможности для осознания своих действий и их последствий.

Таким образом, рефлексия выступает важным метапсихологическим механизмом развития личности. Её высокий уровень способствует интеграции личности через осознание себя и своих действий. Средний уровень рефлексии отражает переходный этап формирования этих механизмов. Низкий уровень рефлексии ограничивает личностный рост за счёт недостаточной способности к осмыслению своего опыта.

### ***Список литературы***

1. Выготский Л.С. Психология развития как феномен культуры: избранные психологические труды / Л.С. Выготский. – М.: Институт практической психологии; Воронеж: МОДЭК, 1996. – 512 с.

2. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности / А.В. Карпов; Рос. акад. наук, Ин-т психологии. – М.: Изд-во Ин-т психологии РАН, 2004. – 421 с. ISBN 5–9270–0052–5

3. Рубинштейн С.Л. (1889–1960). Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – М.: Питер, 2012. – 705 с.

4. Слободчиков В.И. Генезис рефлексивного сознания в младшем школьном возрасте / В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман // Вопросы психологии. – 1990. – №3. – С. 25–36. – EDN YSUEAM