

УДК 159.99

РЕФЛЕКСИЯ КАК МЕХАНИЗМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ПЕДАГОГАМИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КРИЗИСА ЛИЧНОСТИ

¹ Садовникова Н.О.

¹ ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет»,
Екатеринбург, Свердловская область, e-mail: nosadovnikova@gmail.com

В статье анализируется содержание рефлексии как механизма переживания педагогами профессионального кризиса личности. Проанализированы подходы к трактовке сущности рефлексии. Обосновано, что рефлексия в большинстве исследований понимается как механизм регуляции жизнедеятельности человека. Констатируется, что рефлексия может выступать как психологический механизм переживания педагогами профессионального кризиса личности. Вводится понятие «профессиональный кризис личности педагога», под которым следует понимать длительное неравновесное состояние субъекта труда, вызванное рассогласованием ценностно-смысловой сферы личности и актуализирующее процесс переживания. Дается определение рефлексии как психологического механизма переживания педагогами профессионального кризиса личности – это особая психическая деятельность, направленная на познание субъектом собственных профессиональных и жизненных ценностей, установок, потребностей, мотивов, профессионального потенциала с целью их переосмысления, переоценки прошлого и настоящего и построение личностью будущего – новой профессиональной перспективы.

Ключевые слова: рефлексия, психологические механизмы, профессиональный кризис личности

THE REFLECTION AS MECHANISM OF EXPERIENCE TEACHERS OF VOCATIONAL PERSONALITY CRISIS

¹ Sadovnikova N. O.

¹ Russian State Vocational Pedagogical University, Yekaterinburg, Russia,
e-mail: nosadovnikova@gmail.com

The article analyzes the contents of reflection as teachers experience the mechanism of professional identity crisis. Analyzed approaches to the interpretation of the essence of reflection. It is proved that reflection in most studies is understood as a mechanism for the regulation of human life. It is stated that reflection can act as a psychological mechanism of teachers experience a professional identity crisis. The notion of “professional teacher identity crisis”, which is to be understood for a long non-equilibrium state of the subject caused by the mismatch of value-semantic sphere of the person and update process experiences. The definition of reflection as a psychological mechanism experiences teachers professional identity crisis - this is a special psychic activity aimed at the knowledge of the subject of their own professional and life values, attitudes, needs, motivations, professional capacity with a view to rethinking, re-evaluation of the past and the present and build the future of a person - a new professional prospects.

Keywords: reflection, psychological mechanisms, professional personality crisis

На современном этапе развития системы образования наблюдаются глубокие и многоплановые преобразования, затрагивающие не только организационные, технологические аспекты образования, но социальные и психологические аспекты деятельности педагога как субъекта образовательного процесса. С одной стороны, в силу открытости образования усиливаются требования к качеству профессиональной деятельности педагогов, с другой у педагогов актуализируется потребность и стремление к профессиональному успеху.

Важной характеристикой современного педагога становится способность находить решения социально и профессионально значимых проблем, а также быть субъектом своего профессионального развития, преодолевать профессиональные трудности. В тоже время на фоне существующих инновационных процессов у многих педагогов наблюдается увеличение психоэмоциональных нагрузок, нарастание стрессовых ситу-

аций, которые, в свою очередь, вызывают психологический дискомфорт, приводя к снижению адаптационных способностей учителя, усилению кризисных явлений. Для успешного преодоления возникающих профессиональных трудностей, педагогу важно обладать развитой рефлексией. Именно рефлексия обладает мощным потенциалом, обеспечивающим профессиональную самореализацию педагога. И именно рефлексия выступает тем психологическим механизмом, который обеспечивает преодоление профессионального кризиса личности.

Психологическое содержание понятия «рефлексия»

Проблема рефлексии является одной из центральных и принципиальных проблем психологической и педагогической науки. В самом общем виде сущность термина «рефлексия», отталкиваясь от философского его понимания, можно определить, как отражение человеком самого себя (В. А. Лектор-

ский, А. Г. Спиркин и др.). Понятие рефлексии возникло в философии и означало процесс размышления индивида о происходящем в его собственном сознании. Так еще Р. Декарт отождествлял рефлексию со способностью индивида сосредоточиться на содержании своих мыслей, абстрагировавшись от всего внешнего, телесного. На теоретическом уровне исследованиями проблематики рефлексии занимались Б. Г. Ананьев, П. П. Блонский, Л. С. Выготский, С. Л. Рубинштейн, И. М. Сеченов и другие.

На современном этапе психолого-педагогических исследований сущность категории «рефлексия» анализируется в работах Н. А. Деевой, Л. Г. Жедуновой, А. В. Карпова, Т. К. Климонтовой, М. В. Клеменьева, Д. А. Леонтьева, И. П. Петровой, А. О. Прохорова, Н. О. Саковской и др. При этом у большинства исследователей констатируется, что рефлексия выступает как механизм регуляции поведения в частности, так и жизнедеятельности в целом.

Так в работах А. В. Карпова и представителей его научной школы рефлексия рассматривается как процесс отражения субъектом содержания собственной психики, самовосприятие содержания психических процессов, свойств, состояний, а также их регуляции. Автор подчеркивает, что «суть рефлексии состоит в том, что благодаря ей достигается ощущение полноты и как бы исчерпанности репрезентации внутреннего мира – во всем многообразии его проявлений, в том числе процессуальных» [9, с. 245]. А. В. Карпов отмечает, что рефлексия (и как процесс, и как состояние, и как свойство) особенно необходима во всех тех ситуациях, организация поведения в которых сопряжена с выбором, с неопределенностью, с необходимостью ее преодоления. «Рефлексивная пауза» нигде так не важна, а рефлексивные процессы и механизмы нигде не являются столь значимыми, как в этих «точках разрыва поведенческого континуума» [7, с. 48].

Д. А. Леонтьев выдвигает в своих работах предположение, что разногласия в понимании рефлексии и оценке ее роли в регулировании жизнедеятельности во многом обусловлены тем, что одним словом называют разные формы рефлексии. С самого начала понятие рефлексии имело и продолжает сохранять в себе некоторую амбивалентность. С одной стороны, рефлексия является важнейшим механизмом самопознания. С другой – в обыденном сознании и в научных психологических исследованиях излишняя рефлексивность нередко выступает отрицательным предиктором достижений [14; 15]. В психологическом механизме

рефлексии как способности произвольного обращения человеком сознания на самого себя можно усмотреть два принципиальных момента: произвольное манипулирование идеальными содержаниями в умственном плане, основанное на переживании дистанции между своим сознанием и его интенциональным объектом, и направленность этого процесса на самого себя как на объект рефлексии. Именно единство этих двух аспектов образует полноценное рефлексивное отношение в узком смысле слова, с которым Д. А. Леонтьев связывает новое качество саморегуляции [14].

В разрабатываемой А. О. Прохоровым и А. В. Черновым концептуальной модели рефлексивной регуляции психических состояний рефлексия включена как центральное основное звено в регуляторный процесс субъекта, поскольку выступает самодетерминирующим и саморегулирующим началом его регуляторных действий [18; 19]. Включенность рефлексивных механизмов обуславливается целью регуляции – необходимостью изменения психического состояния как неадекватного событию, ситуации, цели деятельности и прочему (необходимость изменения состояния осознается субъектом благодаря рефлексии). Рефлексия как механизм обратной связи в жизнедеятельности человека – это не только некий результат, но и процесс, который связан с внутренними преобразованиями, а именно переосмыслением оснований своего мышления и особенностей психического состояния [18, с. 246].

Ю. Н. Крайнова использует термин «саногенная рефлексия» – это рефлексия, возникающая в результате воздействия эмоциональных ситуаций, ведущих к переживанию страха неудачи, чувства вины, стыда, обиды и т. п., приводящая к уменьшению страдания от негативных эмоций. Наряду с эмоциональной компетентностью, саморегуляцией, эмпатией и экспрессивностью автор включает саногенную рефлексию в структуру эмоциональной компетентности педагога [13].

Итак, категория рефлексии заняла в психологии прочные позиции и рассматривается как важный элемент жизнедеятельности субъекта.

Рефлексия как механизм переживания педагогами профессионального кризиса личности

Прежде чем обратиться к рассмотрению рефлексии как механизма переживания профессионального кризиса остановимся на анализе тех исследований, в которых обсуждается рефлексия как психологический механизм.

Так в диссертационном исследовании Л. А. Савинкиной (2000) раскрывается рефлексивный механизм саморегуляции психических состояний человека. Автор выделила пять основных параметров рефлексии: объективность, т.е. точность самоанализа человека, его адекватность реальным объективным событиям; полнота, т.е. учет в рефлексивном анализе всех имеющихся факторов, характеристик и объектов, имеющих какое-либо влияние на результат рефлексии; системность, т.е. представленность всех пяти уровней рефлексивного анализа (остановка, фиксация, отстранение, объективация, оборачивание) и их промежуточных результатов; глубина, т.е. выработка нового взгляда на предмет рефлексии; значимость, т.е. важность этого рефлексивного анализа, субъективное понимание роли рефлексивного анализа в изменении психического состояния [20].

В диссертационном исследовании И. П. Петрова (2013) раскрывается рефлексивный механизм психологической готовности личности к самоопределению в юношеском возрасте [17]. Под рефлексивным механизмом автор понимает особую психическую деятельность, направленную на познание субъектом собственных ценностей, установок, потребностей, мотивов и способностей. Он обеспечивает функционирование личности в оперативном плане, являясь необходимым условием ее самоопределения, способствует оптимальному решению проблемных ситуаций через моделирование способов решения, формулирование гипотез и оценку хода и результатов своей деятельности и общения [17].

М. В. Клементьева, изучающая биографическую рефлексию в ситуации жизненного кризиса, также обращает внимание на амбивалентный эффект этого феномена и видит путь его преодоления в выделении качественно своеобразных типов исследуемого явления. Автор определяет биографическую рефлексию как предметную форму рефлексии, непосредственно направленную на осмысление индивидуальной жизни субъекта. Биографическая рефлексия обнаруживается в механизмах самопознания личности, саморегуляции жизненного пути, в процессах порождения смыслов жизни и взаимовлияния жизненного пути личности и социокультурной действительности [11, с. 342]. По результатам эмпирического исследования она делает вывод, что для взрослых, переживающих жизненный кризис, наиболее характерной является рефлексия жизненного опыта, сопряженная со стремлением осмыслить собственный уникальный опыт прожитой (не приносящей

удовлетворение) жизни, обнаружить новый смысл жизни [12].

Работы Н. А. Деевой посвящены рефлексивному механизму переживания в различных ситуациях жизнедеятельности человека, в том числе и кризисных [1; 2; 3; 4]. Она определяет рефлексивный механизм переживания как психологический механизм, который разворачивается в обращении активности человека на переоформление значимых ценностно-смысловых образований с целью организации жизнедеятельности и взаимодействия с окружающим миром, то есть посредством рефлексивных механизмов переживания актуализируется и оформляется значимость деятельности (в том числе и профессиональной) [4]. С одной стороны, работа рефлексивных механизмов переживания направлена на значимые ценности и смыслы, а с другой стороны, стимулирует рефлексивный процесс относительно определенных ценностей, можно повышать их значимость и уровень осмысленности совершаемой активности в различных контекстах.

Л. Г. Жедунова (2010) обосновывает положение о том, что личностный кризис как состояние внутренней дезинтеграции, характеризующееся высоким уровнем неопределенности и остановкой привычной активности субъекта, актуализирует рефлексию и сопровождается определенной динамикой рефлексивных механизмов на всех уровнях их проявления. Проведенный ею феноменологический анализ динамики кризисных переживаний показал, что на разных этапах переживания личностного кризиса мера присутствия, форма и направленность рефлексии претерпевают изменения, подчиняющиеся определенным закономерностям [5].

Н. А. Липатова, Е. А. Черкевич и А. С. Шаров трактуют жизненный кризис как невозможность собрать и завершить себя, свое «Я» целостным и непротиворечивым образом в персональном мифе жизни, неспособность собрать и целостным образом связать границы своих проявлений из будущего и прошлого в настоящем. В качестве механизмов собирания Я и преодоления жизненного кризиса авторы рассматривают рефлексивные механизмы, функционирующие на разных уровнях регуляции жизнедеятельности. Авторы делают вывод, что каждый из рефлексивных механизмов связывает, но в соответствии со своим уровнем, основание жизнедеятельности и ее проект, прошлое и будущее [16, с. 15].

Теперь обратимся к обоснованию того, почему рефлексия выступает как механизм

переживания профессионального кризиса личности. Для начала отметим, что под профессиональным кризисом личности педагога мы будем понимать длительное неравновесное состояние субъекта труда, вызванное рассогласованием ценностно-смысловой сферы личности и актуализирующее процесс переживания. Рефлексия как психологический механизм переживания педагогами профессионального кризиса личности представляет собой особую психическую деятельность, направленную на познание субъектом собственных профессиональных и жизненных ценностей, установок, потребностей, мотивов, профессионального потенциала с целью их переосмысления, переоценки прошлого и настоящего и построение личностью будущего - новой профессиональной перспективы. Как отмечает А. С. Шаров, рефлексия является, прежде всего, базовым механизмом самоорганизации психической активности человека, одной из функций которого является определение и простраивание границ психики [22]. В контексте нашего разговора это может быть представлено следующим аспектом: посредством рефлексии происходит «встраивание» процесса профессионального развития в общий план жизнедеятельности и осознание личностью места и роли профессиональной деятельности в ее судьбе. Рефлексия приобретает своего рода личностно-смысловой характер. Как отмечают, С. Ю. Степанов и И. Н. Семенов, в этом аспекте рефлексия предстает перед исследователем как процесс переосмысления и перестройки субъектов содержания своего сознания, своей деятельности, общения и своего поведения [21].

Переживание педагогами профессионального кризиса личности актуализирует рефлексивные механизмы, заставляя личность простраивать новые границы своего профессионального пространства. Рефлексия обеспечивает нахождение новых профессиональных горизонтов, перспектив профессионального развития. Для педагога значимость рефлексивных механизмов огромна, поскольку именно посредством рефлексии педагогу удастся оставаться субъектом своей профессиональной деятельности.

Список литературы

1. Деева Н.А. Качественное интервью в исследовании рефлексивных механизмов переживания: Учеб.-метод. пос. –Краснодар: Изд-во ФГКОУ ВПО «Краснодарский университет МВД РФ». –2014. –104 с.
2. Деева Н.А. Рефлексивные механизмы переживания: роль в жизнедеятельности человека и методика исследования // Общество и право. –2015. –№ 1 (51). –С. 275-280.
3. Деева Н.А. Роль рефлексивных механизмов переживания личности в формировании профессиональных компетенций // Концепт. – 2014. – № 06 (июнь). – ART 14155. – 0,5 п. л. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2014/14155.htm>.
4. Деева Н.А. Рефлексивные механизмы переживания кризиса и изменение ценностно-смысловой сферы: дисс.... канд. психол. наук: 19.00.01. – Омск. – 2005. – 187 с.
5. Жедунова Л.Г. Психология личностного кризиса: автореф. дисс.... докт. психол. наук: 19.00.01. –Ярославль. – 2010. –45 с.
6. Карпов А.В. Психология рефлексивной регуляции деятельности: Монография. –Москва: Когито-Центр, Институт психологии РАН. –2013. –424 с.
7. Карпов А.В. Рефлексия в структуре когнитивной организации процессов принятия решений // Российский психологический журнал. – 2005. –Т. 2. –№ 3. –С. 48-67.
8. Карпов А.В. Роль и место рефлексии в системе психических процессов // Вестник Ярославского гос. ун-та им. П.Г. Демидова. Серия: Гуманитарные науки. –2007. –№ 2. –С. 25-28.
9. Карпов А.В., Климонтова Т.А. Рефлексивные процессы и внутренний мир человека // Актуальные проблемы права, экономики и управления. –2016. –№ 12. –С. 245-248.
10. Карпов А.В., Климонтова Т.А. Межсистемная гетерохрония: рефлексивные процессы в системе внутреннего мира человека // Известия Иркутского государственного университета. Серия: Психология. –2016. –Т. 16. –С. 67-74.
11. Клементьева М.В. Исследование биографической рефлексии в ситуации жизненного кризиса // Известия Тульского государственного университета. Серия: Гуманитарные науки. –2013. –№ 4. –С. 341-351.
12. Клементьева М.В. Понятие биографической рефлексии и методика ее оценки // Культурно-историческая психология. –2014. –Т. 10. –№ 4. –С. 80-93.
13. Крайнова Ю.Н. Место саногенной рефлексии в структуре эмоциональной компетентности педагога // Ярославский педагогический вестник. –2010. –Т. 2. –№ 2. –С. 197.
14. Леонтьев Д.А., Аверина А.Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. –2011. –№ 2(16). Режим доступа: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 26.10.2016).
15. Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Рефлексия «хорошая» и «дурная»: от объяснительной модели к дифференциальной диагностике // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2014. –Т. 11. –№ 4. –С. 110-135.
16. Липатова Н.А., Черкевич Е.А., Шаров А.С. Тренинг преодоления жизненного кризиса: Учеб.пособ. –Омск: Изд-во ФГБОУ ВПО «Омский государственный педагогический университет». –2008. –76 с.
17. Петров И.П. Рефлексивный механизм психологической готовности личности к самоопределению: Автореферат диссертации ... кандидата психологических наук: 19.00.01. –Хабаровск. – 2013. –23 с.
18. Прохоров А.О., Чернов А.В. Рефлексивная регуляция психических состояний // Ученые записки казанского университета. Серия: Гуманитарные науки. –2012. –Т. 154. –№ 6. –С. 244-257.
19. Прохоров А.О., Чернов А.В. Рефлексивная регуляция психических состояний в учебной деятельности студентов // Образование и саморазвитие. –2013. –№ 4 (38). –С. 11-16.
20. Савинкина Л.А. Рефлексивный механизм саморегуляции психических состояний человека: дисс ... докт. психол. наук: 19.00.01. –Новосибирск. –2000. –154 с.
21. Степанов С.Ю., Семенов И.Н. Психология рефлексии: проблемы и исследования // Вопросы психологии. –1985. –№3. –С.31-40.
22. Шаров А.С. Онтология психологических механизмов рефлексии // Электронный научный журнал «Вестник Омского государственного педагогического университета». Выпуск 2006. Режим доступа: www.omsk.edu.ru (дата обращения 18.11.2014).