

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ

Т. Э. Сизикова

**РЕФЛЕКСИВНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

Часть 1

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ РЕФЛЕКСИИ

Новосибирск 2016

УДК 159.9
ББК 88.92
С349

Печатается по решению
Редакционно-издательского
совета ФГБОУ ВО «НГПУ»

Подготовлено и издано в рамках реализации Программы стратегического развития ФГБОУ ВО «НГПУ» на 2012–2016 гг.

Рецензенты:

д-р психол. наук, проф. кафедры коррекционной
педагогике и психологии ФГБОУ ВО «НГПУ»

О. К. Агавелян;

канд. психол. наук, доц., зав. кафедрой управления персоналом

СИУ – филиала РАНХиГС

И. В. Доронина

Сизикова, Т. Э.

С349 Рефлексивное психологическое консультирование : монография /
Т. Э. Сизикова ; Мин-во образования и науки РФ, Новосиб. гос. пед.
ун-т. – Новосибирск : Изд-во НГПУ, 2016.

ISBN 978-5-00023-783-0

Часть 1. Психологическая сущность рефлексии. – 203 с.

ISBN 978-5-00023-785-4

Данная монография посвящена раскрытию сущности нового направления психологического консультирования. Рефлексивное психологическое консультирование опирается на фундамент отечественной психологии. В работе описаны метамодель рефлексии в рамках метаонтологии, механизм «рефлексия – мотив – воля», обосновано формирование мотива в рефлексивных процессах и влияние рефлексии на личностные изменения в ходе специальной организованной деятельности.

Предназначена для психологов-консультантов и студентов-магистрантов, обучающихся в рамках специальностей психологии и педагогики.

УДК 159.9
ББК 88.92

ISBN 978-5-00023-783-0 (общ.)

© Сизикова Т. Э., 2016

ISBN 978-5-00023-785-4 (ч. 1)

© Оформление. ФГБОУ ВО «НГПУ», 2016

ОГЛАВЛЕНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА	4
ВВЕДЕНИЕ	12
Глава 1. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИЗУЧЕНИЯ РЕФЛЕКСИИ В ПСИХОЛОГИИ	27
1.1. Рефлексия в структуре мышления	28
1.2. Рефлексия в структуре деятельности	43
Глава 2. ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВА В РЕФЛЕКСИВНЫХ ПРОЦЕССАХ	62
2.1. Место и назначение рефлексии в личностных изменениях	63
2.2. Механизм «рефлексия – мотив – воля»	77
2.3. Роль рефлексии в сознании и самосознании личности	85
Глава 3. МЕТАМОДЕЛЬ РЕФЛЕКСИИ В РЕФЛЕКСИВНОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ	98
3.1. Введение понятий «метаонтология» и «метамодель» для описания рефлексии	98
3.2. Онтологическая, гносеологическая, статическая и динамическая модели рефлексии	101
3.3. Предельные составляющие метамодели рефлексии в рамках метаонтологии	129
3.3.1. Процесс принятия решения	129
3.3.2. Онтология противоречия в метамодели	130
3.3.3. «Синергичная нелинейная диалектика» как базовая единица цикла рефлексивного психологического консультирования	133
3.3.4. Уровни рефлексии в метамодели рефлексии	141
Глава 4. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ РЕФЛЕКСИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВА	143
4.1. Организация и методы экспериментальной работы	144
4.2. Анализ экспериментальных данных взаимосвязи рефлексии и мотивации	156
4.3. Анализ экспериментальных данных взаимосвязи рефлексии, мотивации и личности	170
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	179
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	191

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

Если я не сделаю этого – то кто же? Если я не сделаю этого сейчас – то когда? Если я не выполню это просто ради себя – то кто я?

Гиллелль, иудейский мудрец

Профессионализм психолога в том, что он умеет различить «живое» и «не живое» в том, что говорит и делает клиент, умеет этому научить клиента, потому что сам живет в живом, в своей «подлинной жизни».

М. Мамардашвили предельно точно описал различие живого и мертвого. «Многое из того, что мы испытываем, что мы думаем и делаем, – мертво. Мертво, потому что подражание чему – то другому – не твоя мысль, чужая. Мертво, потому что – это не твое подлинное, собственное чувство, а стереотипное, стандартное, не то, которое ты испытываешь сам. Нечто такое, что мы только словесно воспроизводим, и в этой словесной оболочке отсутствует наше подлинное, личное переживание... Для каждого нашего жизненного состояния всегда есть его дубль. Мертвый дубль. Ведь вы на опыте своем знаете, как трудно отличить нечто, что человек говорит словесно – не испытывая, от того же самого, но живого. Почему трудно? Потому, что слова одни и те же» [94, с. 7].

«Разница между ложью и истиной, не существуя внешне (не существуя в словах и в предметах; предметы лжи и истины похожи, неотличимы), представлена целиком какому-то особому внутреннему акту, который каждый совершает на собственный страх и риск. Этот акт можно назвать обостренным чувством сознания» [93, с. 7].

«Обостренное чувство сознания» – это и есть рефлексия, в которой я открываю себя для самого себя и себя через других опять же

для самого себя. Будда, сидя под деревом Бодхи, дышал и осмыслял свое дыхание. Если просто направить свое внимание на свой и окружающий воздух во время естественного дыхания, то, имея философский фокус построения своего мира, можно распознать и осмыслить многое.

Когда реальная рефлексия Будды дошла до своего предела, он просветлел. Будда уже не мог вместить в себя свои представления о мире, ум его взорвался и произошло просветление. Истинная рефлексия – философская, экзистенциальная, интроспективная ведет к просветлению.

В Интернете в блоге <http://blog.i.ua/> есть текст, прочитав который, каждый может найти в нем себя и свое представление о своей жизни и жизни окружающих.

Будда ничего не делал – он просто сидел под деревом. Но его поняли. И прониклись.

Он молчал, не приставал ко всем со своей истиной. Он не был ни хорошим, ни плохим, и никому не доказывал ничего. Он сидел под деревом...

Странно, сколько лишних движений делает человек, чтобы его заметили. И так каждый... Прыгает – машет: я здесь, посмотрите на меня, вот он я какой, я лучший, я знаю истину.

И никто никого не видит и не слышит...

И повсюду люди... их так много, что если послушать со стороны, то можно услышать гул, как из гигантского улья. Механически переживая дни, несутся они без цели, покрытые невидимой оболочкой, которая уничтожает индивидуальность и превращает их в винтик, в часть механизма, в песчинку, маленькую и несущественную.

Люди! Они учат друг друга жить, пропагандируя и продавая друг другу одни и те же принципы, написанные разными словами, при этом даже сами до конца не понимая сути сказанного.

На что они надеются? Что поймут другие, те, которые также ищут ответ на вопрос, как жить, как делать, чтобы всё было правильно.

Как женщина, сидящая на диете, думает: «Что бы мне съесть, чтобы похудеть», так и мы день изо дня ищем информацию, статьи, книги – «Что бы

нам прочитать, чтобы понять, прозреть и наконец почувствовать удовлетворение!»

Это напоминает бег в колесе безмозглой белки, которая знает только одно – ей надо двигаться, ей надо бежать!

Мы убегаем от проблем, от людей, от событий, от себя в конце концов. Мы бежим в какое-то далёкое светлое будущее, которое будет потом, и то под вопросом – будет ли.

Суэта...Вопросы-ответы, постоянные стрессы и переживания, поиски истины где-то...

Как глупо думать, что кто-то оказался умнее настолько, что понял смысл жизни – но после этого написал книгу и занялся коммерцией. Чушь! Обман! Бред! Тот счастливец, который поймёт, как всё устроено, никогда не кинется в погоню за купюрами, не станет кормить своё тщеславие!

Ему не надо кричать о себе!

Мы ищем истину! Мы меняем вероисповедания, мы покупаемся на обещания вечной жизни, прощения грехов.

Мы искусственно провоцируем себя на радость, на дружбу, на взаимопонимание!

Мы бесимся, злимся, ненавидим, кричим!!! Мы спрашиваем и внемлем ответа, откуда-то сверху, мы ждём всевышнего гласа, который скажет нам как жить, и откроет нам на ушко обязательно элементарно-простую суть этой жизни. И в один момент всё закончится, и мы обретём его – счастье!

А Будда просто сидел под деревом...

Когда все то, что написано в тексте, выйдет из сознания человека, не будет его заполнять, вызывать эмоции, создавать условия для преждевременных или запоздалых действий, сознание освободится от самого этого текста, от самой картины мира и сможет проникнуть в свой реальный мир, то это и будет просветление, полнота жизни, любовь и покой.

Мир не изменится, изменится человек, и больше он не придет к психологу на консультацию, потому что станет сам себе психологом, врачом, духовным проводником! Его не будут волновать вопросы, для решения которых Интернет наполнен предложениями оказания помощи: как стать успешным без насилия над собой; что делать,

когда не знаешь, чего хочешь; как найти дело, которое радует и дает желаемый доход; как получить внутренний ресурс для достижения целей; как проявить в себе состояние драйва, творчества, успеха; как получить точку опоры, состояние устойчивости; как снизить уровень стресса. Не нахождение ответов, а умение находить ответы, если возникает вопрос и понимание того, что ответ соответствует определенным условиям в данный момент и в другой момент он может быть иным – вот то необходимое, что дает человеку внутреннюю свободу, личностную защищенность, активность действия, непривязанность и безусловную любовь.

Это высшая цель рефлексивного психологического консультирования, потому что только с помощью рефлексии человек может подняться над своим образом жизни, своим мышлением и своим сознанием до этого состояния. Это путь психологический, в широком смысле современной психологии. Рефлексия является тем пределом, за которым начинается путь духовный, просветление и ясность «здесь и сейчас». Без прохождения пути рефлексии невозможно сущностно встать на духовный путь и получить в нем плоды. Рефлексия есть средство, с помощью которого личность человека не отстаивается и защищается, а становится устойчивой и в конечном счете как бы стирается. Пример Будды, сидящего под деревом Бодхи, вдыхающего и выдыхающего воздух, направленного своим сознанием на этот процесс и осмысляющего, *что* вдыхается и *что* выдыхается, свидетельствует о том, что без рефлексии, создающей формы, невозможно обрести состояния отсутствия форм, просветление, чистое сознание и другое, что относится к духовному пути жизни.

Путь, предшествующий духовному, мы можем назвать путь рефлексии, объектами которой является все, что есть в мире внутреннем, окружающем и создаваемом сознанием и создаваемом самой рефлексией. Рефлексии необходимо исчерпать саму себя в этом пути, довести себя до полного завершения, чтобы освободилось место для

другого, нового и на другом уровне, точнее, появилась или обнаружила себя пустота, наполненная пустота.

В рамках рефлексивного психологического консультирования создаются необходимые условия для такого пути рефлексии в жизни. В жизни много путей, один из них – путь рефлексии, путь осмысления всего, на что обращено внимание человека, такого осмысления, в котором выстраиваются связи между, казалось бы, несвязанными между собой событиями, например, пришел с работы в напряженном состоянии и перестал работать компрессор в аквариуме, рыбы вынуждены плавать на поверхности воды и недостаток кислорода угрожает их жизни. Путь, в котором мир целостен, а человек самодостаточен. Путь, который мы можем вслед за М. Мамардашвили, назвать путем проблесков.

В целом весь наш жизненный путь состоит из нитей проблесков. Проблеск, появившийся как мгновение, в котором явилось либо желание, либо знание, либо информация, промелькнул, но создал впоследствии целую нить жизненных событий. В духовных культурах проблески называют *сатори*. Строение этой нити конусообразное, расширяющейся спирали развития. Проблеск на вершине, развиваясь на каком-то другом плане бытия человека, не встраивающимся в план его актуального сознания, затем является в виде события сначала незначительного, малого, а впоследствии приобретает силу и явное явление себя в виде проблемы или наоборот – в виде позитивного развития и развивающих новые навыки событий, новое видение и др. У нити, у пути есть время, психологическая протяженность. Как у реки есть исток, так у пути есть его начало – проблеск.

В рефлексивном психологическом консультировании создаются совершенно новые «реальности» реальной жизни человека – жизнь его проблесков. Так, в Библии и во многих мифах о возникновении мира есть одна идея, что изначально ничего не было или была бездна, а потом появился Свет и запустился процесс построения, придания формы и содержания, создание совершенно новой реальности. Ре-

флексия, образно, это Свет. Представление о рефлексии как вышедшем из пещеры и увидевшем Свет человеке, распространенное у древних философов, полностью соответствует мифологическим представлениям о возникновении мира.

Бог порождает миры, человек порождает миры, человек подобен Богу, Бог в человеке – такие распространенные утверждения не лишены истинности. В человеке есть то, что порождает и создает миры – это рефлексия. Когда утверждают, что в творчестве, употребляя его как аналог создания и порождения, нет рефлексии, это не значит, что ее нет. Обнаружить ее не смогли за недостаточностью средств либо их неадекватности объекту изучения. В любом акте создания, порождения, творения рефлексия существует как в развернутой, так и «свернутой» своих формах.

В рефлексивном психологическом консультировании происходит разворачивание и сворачивание рефлексии, раскручивание спирали нити проблесков, и сматывания этой нити в клубок, сворачивание спирали в квинтэссенцию. Это увлекательный процесс для самого человека, который пришел обремененным проблемами, а вышел понимающим и творящим свою реальность жизни.

У М. Мамардашвили, описывающего алгоритм раскрытия пути жизни через роман М. Пруста «В поисках утраченного времени» есть описание средства, с помощью которого происходит освобождение сознания от мертвой нереальности, ложно воспринимаемой в качестве реальности. Мераб Мамардашвили пишет: «Самая типичная ситуация – незнание самого себя и своего действительного положения; значит основная задача – узнать свое действительное положение. Роман Пруста буквально пестрит и ситуациями такого рода, и словами, относящимися к их описанию. Это была, так сказать, его мания, он так видел мир – под знаком этой интенсивности. Вы знаете, что у нас у всех есть мании. Без этого не увидишь того, что существует вне всякой мании, само по себе. По тексту Пруста ясно виден один фундаментальный закон нашей жизни. Он состоит в следующем: к сожа-

лению, мы почти никогда не можем достаточно волноваться, чтобы увидеть то, что есть на самом деле. Увидеть облик реальности... Мы говорим себе: все не так; это не похоже на то, что было в прошлом, сейчас это иначе, это пройдет, образуется; надежда мешает нам интенсивно пережить теперешний момент, перенося нас в следующий, в завтра. Мы откладываем на завтра» [94, с. 12–13], но «что вы сейчас делаете – это и есть “вечная жизнь”, ты здесь и высвечен на мгновение, чтобы она была, так что – шевелись! Нет “царского пути”» [94, с. 6].

А каков путь, что в нем необходимо освоить, опыт чего приобрести для того, чтобы тяжести и отягощенности внутри человека не было и ясность, видение, чувствование истины приобрелись, говорит мудрец Муджи:

Расслабляясь, не ленись.
Размышляя, не фантазируй.
Наблюдая, не осуждай.
Созерцая, не проецируй.
Наслаждайся бесстрастно.
Люби, но не ставь условий.
Давай, но не требуй взамен.
Принимай без обладания.
Служи бескорыстно.
Бросая вызов, не подавляй.
Побеждая, не гордись.
Будь внимателен, но без напряжения.
Руководи без чувства превосходства.
Поправляя, не осуждай.
Возражай без ненависти.
Берись за все без самомнения.
Расставаясь, не сожалей.
Смейся, но не будь циничным.
Плачь без излишней жалости.
Медитируй без отождествления.
Живи без самоопределения.
Забудь о высокомерии.

В предлагаемом в форме монографии тексте автор осознанно применяет разные стили подачи содержания адекватно задачам и передаваемой информации. Строго научный текст позволяет выделить объект рассмотрения, текст, выстроенный в рамках гуманистической и экзистенциальной философии и психологии, помогает раскрыть выделенный объект, текст в рамках околонучных представлений расширяет и влияет на глубину понимания выделенного объекта. Такими видами текста автор совершил попытку сделать данную монографию не только средством передачи научного знания, но и средством самоконсультирования читающего ее. В непрописанной структуре текста есть «реперные точки», где читающего текст может «выбросить» в рефлексивную позицию и человек «попадает» в необходимость осуществлять рефлексивную работу.

ВВЕДЕНИЕ

Людей расстраивают не события, а то, как они на них смотрят.

Эпиктет

Современные тенденции в жизни общества – неустойчивость развития социально-политической и экономической сфер жизнедеятельности – обусловили, как и во все времена исторических перемен, повышение исследовательского интереса к рефлексивным структурам сознания, потому что именно они отвечают за преобразование в идеальном плане действительности и ответственны за нахождение новых, порою нестандартных, творческих решений.

Известны разные виды психологического консультирования: психоаналитическое, бихевиоральное, когнитивно-бихевиоральное, эмоционально-рациональное, когнитивно-рациональное и другие (Р. С. Немов «Основы психологического консультирования» (1999), Р. Нельсон-Джоунс «Теория и практика консультирования» (2000), Дж. Коттлер и Р. Браун «Психотерапевтическое консультирование» (2001), Г. С. Абрамова «Психологическое консультирование» (2001), Р. Кочунас «Основы психологического консультирования» (1999), С. Гдэддинг «Психологическое консультирование» (2002), Ю. Алешина «Индивидуальное и семейное психологическое консультирование» (2004)). Во всех указанных видах консультирования предметом является либо проблема клиента, либо личность, либо решение. Психологическое консультирование, призванное оказать помощь и поддержку человеку в поиске и нахождении решения внутренних проблем и проблемных ситуаций не обходится без обращения и включения в психологическую работу рефлексии. Каждое из направлений психологического консультирования, будь то психоаналитическое консультирование, использующее рефлексию в качестве обобщения для понимания, вы-

тащенного из бессознательного материала, или личностно-центрированный подход, создающий условия для свершения акта экзистенциальной рефлексии, в той или иной степени применяли методы для активизации рефлексивных процессов у клиента и консультанта, но не сосредотачивали своего внимания на главенствующей роли рефлексии в психологическом консультировании.

В связи с тем что актуальной остается задача разработки новых эффективных средств конструктивного разрешения психологических проблем человека и освоения им средств саморазвития, мы на анализе научных исследований выделили, что наиболее эффективным средством творческого развития, личностного роста, повышения результативности деятельности является рефлексия. В нашем виде консультирования предметом является рефлексия: рефлексия проблемы и рефлексия рефлексии проблемы.

Наиболее близким, но не в психологическом консультировании и психотерапии, является подход СМД-методологии (Г. П. Щедровицкий). Данный подход имеет отношение к деятельности и ОДИ-игропрактике. Мы трансформировали подход к рефлексии в данном направлении в психологическое консультирование. Любой перенос и трансформация неизбежно порождают новое в новой предметной области. Благодаря этому мы разработали новый способ работы с рефлексией и, соответственно, новые методы и приемы консультирования.

В разработку проблематики рефлексии внесли существенный вклад отечественные психологи: основоположники деятельностного подхода: С. Л. Рубинштейн и А. Н. Леонтьев, культурно-исторического подхода: Л. С. Выготский, современные исследователи: В. П. Зинченко, И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов, Г. П. Щедровицкий, И. С. Ладенко, О. С. Анисимов, В. Ф. Петренко, Д. А. Леонтьев и др.

В настоящее время в философии и психологии разработаны структурно-логическая, функционально-структурная, семантическая модели рефлексии, оформились онтологические и гносеологические основания изучения проявлений данного феномена, выделены едини-

цы процесса и базовые механизмы, изучены связи с подструктурами сознания, деятельности, общения, личности. Обобщив исследования, мы перешли на новый уровень. На принципах деятельностного, культурно-исторического, гуманистического подходов в психологии с помощью системного и структурно-функционально-уровневого анализа исследований рефлексии мы разработали метамоделю рефлексии в рамках метаонтологии – многомерного единства сознания, деятельности, мышления. В данной модели реализуются принципы: диалогичность, синергичность, кооперативность, целостность, системность, многоуровневость, многофакторность, вариативность, развитие. Эти принципы закладываются в организацию работы с ней. Соответственно, эти принципы стали основой для рефлексивного психологического консультирования.

В своей работе мы опираемся на следующие утвердившиеся в науке положения:

1) рефлексия является многомерным объектом, следовательно, моделирование феномена может осуществляться только в рамках соответствующей онтологии (Т. Э. Сизикова);

2) особенности рефлексии опосредованы особенностями развития сознания, деятельности, личности, мышления на разных этапах возрастной динамики (Г. П. Щедровицкий, И. С. Ладенко, В. П. Зинченко, И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов);

3) гносеологическая сущность рефлексии двойственна – рефлексия как механизм и рефлексия как процесс (Г. П. Щедровицкий);

4) рефлексивные процессы являются управляемыми (Г. П. Щедровицкий);

5) произвольные побуждения к действию – мотив и воля – опосредованы сознанием (С. Л. Рубинштейн, Ю. Куль, Е. П. Ильин, Т. Э. Сизикова и др.).

Эти научные положения составляют ядро нашей работы. Каждое из них в нашей монографии наполняется определенным содержанием, подтверждающим это положение и раскрывающим его глубже.

Первые три положения явились основой для моделирования. Мы ввели два важных понятия: метамодель и метаонтология. Четвертое положение стало основанием для разработки методов рефлексивного психологического консультирования.

Под моделью мы понимаем абстрактное представление реальности, предназначенное для представления определенных аспектов этой реальности. Соответственно, метамодель – это более емкое представление о той реальности, которая ранее исследовалась в проявлении каких-либо ее частных аспектов.

Онтология – это учение о сущем, о бытии чего-либо. Понятие «метаонтология» применяется в тех случаях, когда необходимо сделать описание более общего понятия независимо от предметных областей или необходимо более емкое объединение предметных областей.

В нашей работе для раскрытия сути феномена рефлексии достаточным и полным является не рассмотрение ее из «фокуса» сознания или деятельности, или рамок других предметностей, в которых она уже изучена, а выделение единства тех предметностей, в которых она себя обнаруживает – мышление, деятельность, сознание. На основе данной метаонтологии мы исследовали рефлексивную и разработали ее модель.

Рассматриваемая в монографии метамодель рефлексии – это единство четырех моделей рефлексии: онтологической и гносеологической, в которых рефлексия рассматривается в зависимости от предметных областей [145], статической и динамической моделей, где рефлексия представлена в «чистом» виде, вне зависимости от предметностей [156].

Применение данной метамодели в практике психологического консультирования позволило нам выделить в качестве самостоятельного вида консультирования – рефлексивное психологическое консультирование. В 2004 году А. Б. Орлов, анализируя развитие психологического консультирования в нашей стране писал, что оно ищет пути справиться с существующим комплексом неполноценности, от-

сутствием «корней» и кризисом идентичности. «Было бы роковой ошибкой видеть их решения как на пути изоляционизма и создания некоего собственного, российского варианта психологического консультирования и психотерапии, так и на пути ассимиляции, саморасстворения в бурных потоках зарубежной практической психологии. Действительная альтернатива этим вариантам развития – третий, срединный путь: создание новых творческих синтезов, своего рода “амальгам”, в которых исчезает сама граница между отечественными и зарубежными концептами, методами и практиками» [112, с. 4]. Рефлексивное психологическое консультирование имеет свои корни в исследовании рефлексии с древнейших времен в мировой философии, в методах работы с ней в зарубежной и отечественной психологии и педагогике, в методологии и практике мыследеятельностного подхода и является синтезом, т. е. совершенно новым образованием, выросшем на этих корнях.

Рефлексивное психологическое консультирование как способ осуществляется благодаря определенному порядку действий, обозначенному нами как «синергичная нелинейная диалектика». За основу способа взяты три методологические рамки: 1) рамка частной методологии, 2) рамка общей методологии, 3) рамка всеобщей методологии. Движение рефлексивного процесса осуществляется в нелинейном переходе от одной рамки к другой, а также при параллельном движении. На основе этого было выделено три уровня в данном движении.

Направленность рефлексии в трех рамках на трех уровнях задается с помощью новых, разработанных нами методов. Принципиально новым является обучение и развитие рефлексии клиента – рефлексии над его рефлексией психологической проблемы посредством алгоритма «синергичной нелинейной диалектики» с помощью метода прогрессивной рефлексии и частных вспомогательных методов, применяемых в работе с определенными типами проблем.

Эти методы призваны работать с многомерной, как человеческое сознание, системой. В этом заключается реализация принципа

природосообразности при разработке и внедрении методов работы с людьми. Наш мир и, соответственно, сознание являются многомерной системой, так как имеют более 3 измерений: пространство (три измерения – высота, ширина, длина), время (три измерения – прошлое, настоящее, будущее), движение (развитие) – априори имеет несколько измерений и скорость. В такой и с такой системой может работать только вероятностное мышление, мышление, которое способно охватить «все во всем»: голографическое, с одной стороны, и с другой – «рамочное», способное вычленять явные и неявные, прямые и обратные связи и отношения между объектами. Аналоги такого мышления есть в культуре – это мышление Будды, Христа, соответственно и обучение такому мышлению существует, например, в концепции даосизма, на обучение может уйти 90 лет. Рефлексивное психологическое консультирование направлено на развитие и обучение такому мышлению, но в более короткие сроки.

К методам рефлексивного психологического консультирования мы отнесли методы, разработанные в рамках других направлений психологического консультирования, но в той или иной степени актуализирующих и работающих с рефлексией, и методы, которые разработаны нами в рамках рефлексивного психологического консультирования.

Общими методами являются методы работы с вербальным и невербальным языками, методы присоединения, методы взаимодействия, методы воздействия, метод кристаллизации проблем, методы, способствующие активизации сознания, методы изменения мышления и установок, методы изменения поведения, методы активизации переживаний и выражения чувств, методы релаксации и снятия мышечного напряжения, те, что применяются в разных видах оказания психологической помощи.

К новым, разработанным нами методам в рамках рефлексивного психологического консультирования мы относим следующие.

1. Основной метод – метод прогрессивной рефлексии, работающий с рефлексией психологической проблемы клиента, отсекающий регрессивную рефлексиию клиента и актуализирующий методологический, философский, методический и экзистенциальный виды рефлексии и соответствующую рефлексиию над рефлексией. В данный метод входит рефлексивное слушание и вопрошание, управляемая децентрация и позиционный анализ, рефлексивное самоопределение;

2. Частные методы, направленные на расширение ресурсных возможностей, в которых клиент должен осуществить свой выбор и принять на себя ответственность: метод работы с фокусом рефлексии, метод багуа и матрица синтеза, метод работы с внутренними противоречиями – «дерево противоречий», метод конструирования и преобразования проблемного поля, метод философской рефлексии, метод углубленного осознания действия законов мироздания в жизни, работа с категориями и рефлексивная психологическая игропрактика призваны работать на всех трех уровнях в рамках трех методологий и являются вспомогательными.

Рефлексивные методы, способы, приемы развития, формирования и коррекции рефлексивных процессов в рефлексивном психологическом консультировании разрабатывались на основе единства принципов диалогичности, отчужденности, личностной обусловленности, экстремальности и критичности. Это частные принципы научного прикладного исследования.

С помощью рефлексивного психологического консультирования осуществляется работа с определенным типом психологических проблем человека. Мы разработали новый подход к выделению и определению проблем. Системный подход к типологии позволил вычленить в качестве системообразующего фактора проблему выбора (невозможность совершить выбор и проскальзывание выбора). В системе 7 уровней. Два глубинных – духовный и мифологический. Три базовых и два вторичных.

Все проблемы рассмотрены на основе принципа динамического равновесия. Первый базовый уровень: проблема принципа (неадекватная защита принципа и отсутствие принципа, в некоторых случаях обозначаемая как беспринципность), проблема исключительности (нарциссизм и нарушение идентичности), проблема категоричности (конформизм и ригидность). На втором базовом уровне: проблема жизни и смерти (избегание и стремление), проблема свободы и ответственности (безграничность и детерминированность, гиперответственность и безответственность). К третьему базовому уровню относятся: проблема приобретения опыта (обученная беспомощность и манипулирование), проблема власти (насилие и безропотное подчинение). Переход проблемы с одного уровня на другой осуществляется с помощью проблем первого вторичного уровня, к которому относится: проблема любви и страдания (привязанности и высшей степени привязанности – страсти), ко второму – проблема смысла и значения (обесмысливанием и неадекватностью смыслов и значений). Критерий различения базовых уровней – этапы в динамике развития проблемы, психологическая масштабность проблемы внутри личности. Каждый базовый уровень выполняет функцию фиксации новых качеств, новых проявлений психологической проблемы, соответственно, нового ее наименования. Вторичные уровни выполняют обеспечивающие функции: сопровождают динамику развития проблемы (первый уровень) и наполняют определенным содержанием (второй уровень).

Простроенные связи между выделенными типами позволили перевести данную типологию в статус модели. Методологической основой разработки типологии явились научные принципы, соответствующие гуманистической парадигме: системности, развития, детерминизма. В качестве системообразующего фактора мы выделили «выбор клиента», что соответствует экзистенциальному и гуманистическому подходам в психологии. С помощью данной типологии мы обобщили и систематизировали научные представления о проблемах клиента, вносимых в поле взаимодействия психолога-консультанта и клиента,

в ходе консультации в ситуации «здесь и сейчас». На ее основе мы внесли различия в виды деятельности: консультирование, психотерапия, психиатрия, экспресс-консультация «развивающегося, самоактуализирующегося» человека (А. Маслоу).

В рефлексивном психологическом консультировании рассматривается жизнь трех основных проблем первого базового уровня на всех других уровнях, все их видоизменения и, следовательно, они же обозначены в названиях этих проблем. Естественное движение развития проблемы идет от периферии (третьего базового уровня) к центру (первый базовый уровень) по всем обозначенным уровням, а рефлексивное психологическое консультирование осуществляется от центра к периферии.

Независимо от того с какой проблемой обратился клиент, работа осуществляется в рамках всей представленной схемы с линейным и нелинейным движением по уровням в теле проблемы и ее рефлексии и рефлексии над рефлексией.

В соответствии с параметрами: запрос клиента, время, интенсивность, готовность, скорость, протяженность – осуществляется выбор форм проведения консультации – полная, неполная и экспресс-консультация. Полная форма включает в себя все три уровня действий в рамках трех методологий. Неполная форма имеет несколько вариантов, подробно раскрытых в монографии. Особенностью экспресс-консультации является быстрое помещение клиента в необходимость рефлексивного действия в рефлексивной ситуации, созданной психологом. Экспресс-консультация легко осуществляется с использованием технических средств. Приведем пример проведенной по WhatsApp кратковременной консультации в виде сообщений в чате. Текст приводится дословно, копирован из чата.

Звонок. *Клиент:* Здравствуйте, мне вас рекомендовали, мне нужен ваш совет. Я хочу заняться рейки, знаете ли вы что-нибудь об этом, мне сказали, что это темные силы и муж у меня пьет, не знаю что делать...

Психолог [прерывает]: Извините меня, пожалуйста, прошу вас, напишите мне, по поводу чего вам нужен мой совет, в чате. (Далее связь прерывается, и психолог пишет клиенту сообщение).

18:09:27: *Психолог*: Не говорите, а пишете, письменный текст отличается от устного.

18:10:28: *Клиент*: Ок. Сейчас дойду до магазина. 10 мин)))

Времени прошло больше, клиент был занят и в то же время обдумывал текст, это видно из последующего текста клиента.

18:46:20: *Клиент*: Самое главное муж. Деградировал полностью. Он не понимает, что он алкоголик. Друзья его тянут в яму. Поют его и последние деньги тащат. Как его вытащить??? Он же не понимает, что он алкаш. Он погибнет. Уважение среди уважаемых дядек к нему не осталось. Его скоро скинут со всех должностей. К детям охладел. Мы с ним не живем уже год...

18:55:36: *Психолог*: Теперь прочитайте этот текст как бы со стороны, как будто его писал другой человек. Как вы думаете, что реально хочет этот человек? Реально ли беспокойство о муже? О чем беспокойства больше? Что на самом деле хочет получить человек от сложившейся ситуации? Рейки и ситуация с мужем связаны? Как они связаны в сознании человека? Что он этой связью хочет сделать? Если после ответов на эти вопросы нужен будет ещё совет, то пиши.

Клиент долго не отвечает, психолог проявляет инициативу, так как клиенту необходима поддержка в переживании фрустрации. У психолога осталась возможность ответить на вопрос клиента о рейки. Психолог пишет ответ «на языке» клиента:

19:26:30: *Психолог*: Да, забыла написать, что рейки никогда не была темной энергией, её могли использовать тёмные люди в своих целях и поэтому она работала по-темному. Рейки – энергия без знака. Её знак зависит от человека, как и зачем он эту энергию использует.

19:51:42: *Клиент*: Я прочитала. [Свой текст]. Писала, как будто «дура», которая заботится о себе.

19:57:17: *Психолог*: Надо не отрицать, что вы заботитесь о себе, а надо подумать, что вы реально можете сделать, позаботившись о себе. [Психолог намеренно употребляет слово «надо», оно может ассоциативно связаться с потребностью клиента в «совете»].

20:01:36: *Клиент*: Жалко, что погибнет. Но я начинаю заботиться о себе. Сейчас пришла мысль (бизнес). Столько всего сейчас со мной происходит.

Психолог не отвечает, клиент не продолжает. На этом консультация завершается. Клиент сам принимает решения, его свобода не ограничена. Психолог доверяет самостоятельности и целостности личности клиента и для этого нет необходимости выстраивать особые отношения с клиентом, быть эмпатичным, сопереживающим, как в гуманистическом подходе, или отчужденным, как в психоаналитических направлениях.

Через полгода эта женщина позвонила психологу с благодарностью и сообщила, что ездила в Индию и Эмираты, открыла свой бизнес по пошиву и продаже одежды для детских игрушек. Отношения с мужем изменились в лучшую сторону, он стал внимателен к ее жизни и меньше употреблять алкоголь.

Для решения вопроса клиента ушло немного времени и всего несколько фраз.

Рефлексивное психологическое консультирование – один из современных способов в рамках оказания психологической помощи для развития человека, соответствующего новым требованиям, способного решать свои психологические проблемы, возникающие на неразвитой, регрессивной рефлексии, с помощью не только непосредственного взаимодействия с психологом на консультации «глаза в глаза», а дополнительно, с помощью технологических средств, заложенных в консультировании: алгоритмизации процесса, выполнения технических заданий, конструирования свободных текстов, использование возможностей интернет-ресурсов и телефонии.

В рамках рефлексивного консультирования психолог работает только с дееспособным человеком, не имеющим психических заболеваний и отклонений. Данное консультирование не является психотерапевтическим консультированием.

Многие психологи искали психологический конструкт, с помощью которого в психологическом консультировании происходит трансформация понимания и знания в действие, мост между желанием и действием (И. Ялом). Одни предполагали, что это – мотивация,

другие – осознание, третьи – воля. По нашему мнению, рефлексия – мотивация – воля составляют единый механизм, который необходимо запустить во время взаимодействия психолога и клиента. В этом случае психологическое консультирование будет эффективно.

Для актуализации рефлексивно-мотивационно-волевых сил клиента психолог в рамках рефлексивного психологического консультирования применяет методы и техники, задающие различные виды рефлексии: личностную, экзистенциальную, деятельностьную, интеллектуальную; понимающую, осознающую; ретроспективную, проспективную, интроспективную. В рефлексии осуществляется формирование мотивации. Рефлексия и мотивация создают условия для появления у клиента воли к действию, приводящему к позитивным изменениям в его жизни. Триединство «рефлексия, мотивация и воля» является основой преобразующей деятельности, саморазвития и самовоспитания человека. Изначальной силой является рефлексия, поэтому такое психологическое консультирование обозначено нами как рефлексивное.

Мы выделили преимущества рефлексивного психологического консультирования, его теории и практики.

1. Рефлексивное психологическое консультирование соответствует современному виду мышления, обусловленному контентным подходом работы с информацией и самовыражения личности, повсеместно и глубоко вошедшим в современную жизнь интернет-технологий.

2. Оно обладает большими возможностями использования современных средств связи. Для проведения консультации подходят любые средства интернет-ресурсов и телефонии.

Скорая помощь клиенту и долговременная консультация с использованием современных средств связи является явным преимуществом рефлексивного психологического консультирования.

3. Комплексный подход, в рамках которого могут существовать любые онтологии, является адекватным для изучения и построения моделей многомерных объектов. Методология целостности создает

условия для возможности исследования рефлексии в новых направлениях психологической практики и в разных видах сознания, а также в разных областях психопатологии и работе с людьми, имеющими ограниченные возможности здоровья.

4. Особо острой на сегодняшний день остается проблема диагностики рефлексии и рефлексивных процессов. П. В. Новиков (1998) и М. Е. Шмуракова (2002) совершили попытки разработки методик диагностики рефлексии у младших школьников. Фундаментальную работу по разработке методики диагностики рефлексии у взрослых провел А. В. Карпов (2003). Но на сегодняшний день диагностических методик по рефлексии явно недостаточно. Представленная метамодел рефлексии вносит ясность в представление о рефлексии и является основой для практики и разработки психодиагностических методик.

5. Выявление особенностей функционирования метамодел, обусловленных возрастной динамикой, экстремальностью объективных условий, глубиной субъективных условий, отклонениями в психическом развитии, является перспективой для дальнейших исследований данной модели.

6. Широкое применение метамодел рефлексии в практике обучения, любых других видах психологического консультирования значительно улучшит эффективность этих видов деятельности, а также позволит разработать новые методы обучения и консультирования.

7. Теоретические основы рефлексивного психологического консультирования имеют глубокую и фундаментальную историю своего научного развития в отечественной и зарубежной философии, психологии и педагогике.

Материал монографии есть результат практики и экспериментов на протяжении более 20 лет работы автора в области философии и психологической науки, психологического и организационного консультирования, практики психологических и управленческих тренингов, индивидуального коучинга собственников бизнеса. На основе опыта

было выявлено, что разработанная нами метамоделю рефлексии в рамках метаонтологии обладает объяснительными, прогностическими и прикладными возможностями.

Монография состоит из трех частей.

В первой части «Психологическая сущность рефлексии» представлены: введение, предисловие автора, первые три главы монографии, заключение, библиография. Первая глава посвящена анализу исследований рефлексии в рамках деятельности, мышления, сознания, личности. Во второй главе даны обоснования формирования мотивации в рефлексии, раскрыт механизм рефлексия – мотив – воля. Это является важным в рефлексивном психологическом консультировании в силу необходимости психологу-консультанту владеть теорией того, что он совершает в практике, уметь выделять эти процессы и работать с ними. В третьей главе описывается метамоделю рефлексии, на основе которой в последующих главах двух частей монографии будет рассмотрена теория и практика рефлексивного психологического консультирования. Четвертая глава посвящена экспериментальному исследованию формирования мотивации в рефлексивных процессах. Этот вопрос является фундаментальным теоретическим вопросом в рефлексивном психологическом консультировании.

Во второй части «Теория рефлексивного психологического консультирования» представлены: предисловие автора, три главы, заключение, библиография. Первая глава посвящена предмету, целям и задачам, этапам рефлексивного психологического консультирования. Во второй главе мы предлагаем к рассмотрению разработанную нами типологию проблем клиента для рефлексивного психологического консультирования, а также проводим на основе данной типологии четкие границы между психотерапией, консультированием, психиатрией и взаимодействием с личностно-саморазвивающимся человеком. Третья глава посвящена общим вопросам: видам рефлексивного психологического консультирования, профессиональным компетенциям психолога-консультанта в рамках рефлексивного психологи-

ческого консультирования, обозначению перспектив развития данного вида консультирования.

В третьей части «Практика рефлексивного психологического консультирования» даны: предисловие автора, три главы, заключение, общие выводы и библиография. В первой главе представлены методы, запускающие рефлексивные процессы в рамках рефлексивного психологического консультирования. Во второй главе описан разработанный автором опросник диагностики видов и уровней развития рефлексии. В третьей главе описаны эксперименты и дан анализ экспериментальных данных, доказывающих правомерность и эффективность рефлексивного психологического консультирования.

Данная монография предназначена для обучения и повышения профессиональной квалификации психологов-консультантов. Пытливый ум сможет узреть в ней путеводитель личностного роста.

Глава 1

ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ИЗУЧЕНИЯ РЕФЛЕКСИИ В ПСИХОЛОГИИ

Ни одного поучения я не спрятал в закрытой ладони. Не верьте ни единому слову только потому, что так говорил Будда – проверяйте все на собственном опыте, будьте сами себе путеводным светом.

Будда

В настоящее время рефлексия приобрела одно из наиболее важных значений в связи с изменениями, происходящими в социально-политической жизни общества и соответственно этому в развитии психологии. В психологии появились новые проекты – трансперсональный проект, проект трансферинга реальности, проекты массового распространения проективных методов, среди которых большей популярностью пользуется рисование мандал и другие проекты, общей характеристикой которых является обращение к субъектной парадигме, к субъекту в культурно-исторической ретроспективе. Популярная фраза «Подумать, прежде чем подумать», как квинтэссенция современности, ставит важные вопросы: «Как сделать так, чтобы было возможно подумать, прежде чем подумать?» и «Как подумать, прежде чем подумать?», вопросы об условиях и правильности действия «подумать» для получения желаемого результата. Рефлексия как процесс и механизм содержит в себе ответы на эти вопросы, она сама является этим ответом. В рефлексии человек научается правильно думать и совершать остановку любого процесса для того, чтобы его осмыслить и осмыслить то, как он его осмысляет.

Исследованием рефлексии занимаются философия с древнейших времен, психология со времен В. Вунда, педагогика с прошлого века. В настоящее время рефлексия исследуется в теории мышления

(когнитивная психология, герменевтика, дидактика), в науке о личности (психология, педагогика), в теории деятельности (психология, управление) и других научно-практических направлениях, занимающихся изучением человека и организации. Во всех исследованиях знания о рефлексии оформляются вокруг ответов на основные вопросы: «Что и как отражается? Что изменяется? Каков источник изменений и его мера? Бесконечны ли изменения? В чем критерий достоверности? Как управлять изменениями?».

В настоящее время завершилось оформление трех научных школ изучения рефлексии: психология рефлексии (И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов и др.), методология рефлексии интеллектуальных систем (И. С. Ладенко, В. И. Разумов и др.) и школа мыследеятельностного и СМД-подхода (Г. П. Щедровицкий, П. Г. Щедровицкий, Ю. М. Громыко и др.).

В данной главе мы рассмотрим основные результаты исследований рефлексии в мышлении, деятельности, сознании и личности. В каждой области выделялись те или иные грани рефлексии, акцентировался тот или иной ее аспект. Анализ этих исследований является основой обобщенного определения рефлексии и разработки мета-модели рефлексии в метаонтологии, о чем пойдет речь во второй главе монографии.

1.1. Рефлексия в структуре мышления

В исследованиях мышления рассматриваются отдельные элементы структурно-содержательного аспекта рефлексии, определяется ее роль и место в структуре мыслительного процесса. В большинстве исследований утвердилось, что рефлексия в мышлении в общем виде представлена как отношение мышления к самому себе, его направленность на самого себя, посредством чего выявляются и описываются уже существующие или формируются новые его компоненты. Та-

кими компонентами выступают задачи, схемы рассуждений, признаки предметов и понятия, знаковые формы рассуждения.

Мы выделили два направления в изучении рефлексии в структуре мышления. Одно направление является нормативным, другое выросло из его недр как продолжение и развитие. Нормативный подход, основы которого были заложены Г. П. Щедровицким, получил развитие в рамках логико-педагогических исследований в трудах В. А. Лефевра, В. В. Давыдова, И. С. Ладенко, И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, Н. Г. Алексеева. Рассмотрим эти подходы более подробно.

В нормативном подходе психологические исследования направлены на изучение формирования умственных действий, призванных обеспечить «дисциплинированность» мышления в решении широкого класса задач на соображение (Гальперин П. Я., Данилова В. Л., Эльконин Б. Д. и др.). В рамках этого направления был поставлен вопрос о способе связей операций в составе мыслительного процесса. В поисках ответа обращалось внимание на отношение опосредования одних операций другими, в частности на опосредующее замещение. В связи с этим в мыслительной деятельности ставился акцент на рефлексивное выделение новых познавательных задач. Мышление стало рассматриваться как мыслительная деятельность, в которой необходимо было выделить механизмы порождения нового, иными словами механизмы развития. Механизмы развития мышления в работах Г. П. Щедровицкого (1959), И. С. Ладенко (1958), В. А. Лефевра (1967), Котельникова (1989), В. В. Давыдова (1971), Н. Г. Алексеева (1979) связываются с изучением рефлексии. Ими были разработаны процедуры нормативного анализа рефлексивных механизмов мыслительной деятельности при решении типовых задач. Во всех этих исследованиях акцентировалось описание формирования рефлексирования как особого типа умственной деятельности, направленной на осознание ее оснований и средств, оценку их адекватности, контроль за правильностью их применения.

В. В. Давыдов выделил в рефлексии умение субъекта анализировать и соотносить с предметной ситуацией свои собственные способы деятельности, к которым относится решение типовых задач. Н. Г. Алексеев и Э. Г. Юдин рассмотрели рефлекссию как направленность испытуемого на осознание им средств, используемых при решении поставленной в эксперименте задачи. При решении задачи логика субъекта позволяет проецировать ее в многомерное оценочное пространство, сопоставлять различные точки зрения на ситуацию задачи, осуществлять когнитивную репрезентацию задачи с учетом не только предъявляемых к человеку объективных требований в сочетании с внешними условиями, но и в равной мере систему ценностей и личностных свойств самого субъекта решения, его отношение к цели, условиям и своим возможностям.

Результаты теоретических и экспериментальных исследований нормативного подхода были обобщены и представлены в гносеологической модели И. С. Ладенко (1995), разработанной для решения конкретных задач, в которые не входил учет человеческой субъективности. Для решения задач наших следований (Т. Э. Сизикова, 1996) анализ данной модели позволил выделить логические и эвристические механизмы рефлексии, а также ее формы.

В этой модели пространство форм рефлексии изображается с помощью древовидного графа. Первый уровень графа составляют рефлексивные процессы, как самонаблюдение над процессами мышления осуществленными в прошлом, возможном будущем и протекающими в настоящем. Ретроспективная рефлексия служит выявлению и воссозданию схем и средств, процессов, имевших место в прошлом. В проспективной рефлексии выявляются и корректируются схемы и средства возможной деятельности. Интроспективная рефлексия производит контроль и корректировку или усложнение мыслительных процессов в ходе их выполнения.

Второй уровень графа составляют формы рефлексии, связанные с механизмом образования новых признаков предметов. Осуществле-

ние рефлексии при условии механизма понимания, называемого подведением под понятие, приводит к рассмотрению ее в качестве механизма понимания. Так была выделена форма репродуктивной рефлексии. Рефлексия, осуществляющаяся в условиях выделения новой познавательной задачи, выделения новых признаков объектов и образования новых понятий, является продуктивной и выступает механизмом осознания.

Третий уровень составляют более сложные виды рефлексии, в которых происходит осознание или понимание способов взаимодействия индивидов и средств при получении результата, определяемого целью. Эти способы представляются в виде комплексов методов. Выделяется три формы рефлексии. Покомпонентная рефлексия осуществляется над отдельными компонентами и связана с адаптацией соответствующих методов. Группирующая – производится над компонентами, сочетающимися в группы, которыми могут быть логическая система методов или коллектив специалистов. Интегрирующая форма рефлексии связана с интеграцией компонентов в целостность, которая обозначается как система. Такое деление форм рефлексии производилось с помощью логического метода прогрессивного деления понятия. С его помощью фиксируется степень познания связей между компонентами некоторой системы.

Субъект деятельности может быть представлен как отдельным индивидом, так и их группой. Во внутрисубъектных формах рефлексии И. С. Ладенко различает корректирующую, избирательную и дополняющую, а в межсубъектных – кооперативную, состязательную и противодействующую. Посредством избирательной рефлексии производится выбор одного или двух, или более способов решения задачи. «Выбор может осуществляться из множества уже известных способов или же при их конструировании. Корректирующая рефлексия выступает средством адаптации выбранного способа к конкретным условиям. С помощью дополняющей рефлексии производится усложнение выбранного способа посредством добавления к нему новых

элементов. Кооперативная рефлексия обеспечивает объединение двух или более субъектов для достижения общей им цели. Состязательная рефлексия служит самоорганизации субъектов в условиях их соревнования или соперничества. Противодействующая рефлексия выступает средством борьбы двух или более субъектов за преобладание или завоевание чего-либо» [85, с. 17, 18].

Главным, на наш взгляд, в этой модели является обращение к рефлексии не только как средству формирования новых образований, но и как к механизму поиска и закрепления уже имеющихся средств, при проверке их адекватности условиям задачи и ситуации. Таким образом, двоякая роль рефлексии влечет за собой и два разных результата. С одной стороны, разрушение стереотипов мышления, а с другой – их формирование в подобных повторяющихся условиях.

Развитие нормативного подхода в исследованиях связано с выделением более узкого класса задач и проведение исследований преимущественно специфическими методами, доказывающими личностную обусловленность мыслительной деятельности. Изучению визуального мышления посвящены работы И. М. Ариевич (1977) и Н. Н. Нечаева (1977) и др., дискурсивное мышление рассмотрено в работах И. Н. Семенова (1980), С. Ю. Степанова (1980), В. К. Зарецкого (1980), А. В. Советова (1986) и других. В целом, большинство работ опирается на предложенную П. Я. Гальпериным (1980) линию исследования мышления. «От формирования отдельных умственных действий с определенными средствами через общие типы и методы ориентировки и методы исследования задачи к формированию творческого мышления» [140, с. 15]. В работах этого направления обращается внимание на личностную обусловленность мыслительной деятельности. Исследователи придерживаются мнения С. Л. Рубинштейна (1957) о том, что необходимо не только углублять исследование процесса мышления как такового, но и ввести личностный аспект в контекст экспериментальных исследований мыслительной деятельности. Имеется большое

количество работ, посвященных личностной обусловленности мышления (Б. Д. Богоявленская, 1981; А. В. Брушлинский, 1983; И. А. Васильев, 1980; Г. М. Кучинский, 1983; И. Н. Семенов, 1990; С. Ю. Степанов, 1990 и др.). Это направление в исследованиях оформилось в новый подход, который мы можем отнести к гуманистическому подходу в психологии и философии.

Гуманистический подход призван разрешить образовавшийся разрыв между «технологией» и субъектом. В механизм мышления был включен личностный аспект, задающий целостность мыслительного процесса через его осмысленность. Данное положение является важным для разработки нашей проблемы. Субъектом осмысления является личность, рефлектирующая над осуществляемой мыслительной деятельностью собственным «Я», а непосредственным объектом – выполняемые операции и их предметные основания.

Личностную обусловленность в структуре поиска решения задачи раскрыл С. В. Дмитриев. Он выделил в структуре поиска решения задачи три взаимосвязанные стадии: стадия понимания задачи (ориентация в ситуации и формирование замысла решения), стадия планирующих действий (выдвижение принципа решения и основных механизмов действия) и стадия реализации замысла (например, моторное решение). Каждая стадия завершается соответствующим принятием решения, осуществляющимся с помощью рефлексии. Так, понимание заканчивается тем, что субъект дает оценку и самой задаче, и своей возможности решить ее. При этом он приступает к поиску решения или отказывается от задачи (уход от решения). На стадии проектирования вырабатываются дифференцированные поисковые стратегии, рациональные и конструктивные по отношению к задаче. На стадии реализации замысла принимается решение о способах действия в заданных условиях, в соответствии с требованиями задачи и субъективными критериями ее решения.

В другом аспекте личностную обусловленность мышления рассмотрели С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов. Они определили, что при

решении мыслительной задачи субъект строит образно-концептуальную модель условий, в которых она дана, используя при этом семиотические средства рефлексии – освоенные языки и их описания [140]. Иногда может возникать необходимость сконструировать язык, на котором задача имеет решение, найти адекватные задаче (и языку) способы преобразования условий, в которых задача дана. При решении задачи субъект перемещается в «мир» образов и значений, рефлексивует по поводу этого построенного «мира», оперирует предметными образами, значениями, символами и т. д. Результатом этого процесса является трансформация образно-концептуальной модели в модель проблемной ситуации. Решающим в такой трансформации является установление смысла.

На этапе построения образно-концептуальной модели (Н. Г. Алексеев, В. К. Зарецкий, И. С. Ладенко, И. Н. Семенов) фиксируется неопределенность или чрезмерно большое число степеней свободы в ситуации, а на этапе формирования модели проблемной ситуации происходит понимание, осознание и означение смысла [60], выделение главного противоречия или конфликта, в котором представлена эта неопределенность. По мнению И. Н. Семенова и С. Ю. Степанова, при таком решении мыслительной задачи ситуация может выделяться как проблемно-конфликтная потому, что имеющиеся у субъекта средства, знания и умения не соответствуют условиям решения задачи, необходимо адекватное преобразование, соответствующее требованиям задачи для нахождения решения.

В общепсихологических исследованиях И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, совместно с М. И. Найденовой, Г. Ф. Похмелкиной, Н. Б. Ковалевой, А. В. Советовым, И. В. Палагиной и других интеллектуальная рефлексия представлена в виде осознания оснований и средств решений основной задачи после наводящей (и обратной ей) задачи. Разработаны способы прогнозирования влияния рефлексии на репродуктивное мышление в отличие от продуктивного, собственно твор-

ческого, характеризующегося возникновением инсайта при непосредственном решении лишь основной задачи.

В исследованиях было обнаружено, что продуктивное решение характеризуется смысловой опосредованностью развития содержаний мышления и доминированием его рефлексивного уровня, который (наряду с личностным и коммуникативным) регулирует мыслительный процесс в целом.

На основании полученных результатов И. Н. Семеновым и С. Ю. Степановым (1988) была разработана модель рефлексивно-инновационного процесса на примере решения творческих задач. По их мнению, структура мыслительной деятельности образуется прежде всего двумя сферами – содержательной и смысловой. В первой отражается многообразие: а) предметных связей проблемной ситуации, задачи (предметно-содержательный аспект мышления) и б) способов ее преобразования (операционально-содержательный аспект), а во второй сфере находит свое выражение многообразие тех отношений, которые возникают у субъекта: а) к собственным действиям в процессе интеллектуальной рефлексии (интеллектуально-рефлексивный аспект), б) к самому себе – личностная рефлексия (личностно-рефлексивный аспект).

Согласно этой модели рефлексивно-инновационный процесс обусловлен одновременным развитием интеллектуальной и личностной подструктур мышления. Их функционирование и развитие приводит к возникновению нового интеллектуально-личностного смыслового содержания. Именно оно снимает основное противоречие мыслительного поиска и перестраивает всю его организацию.

Вершиной иерархии авторы обозначили личностный уровень мышления, которому соподчинены остальные структурные его компоненты: рефлексивный, предметный, операциональный, обеспечивающие включенность субъекта в ситуацию поиска решения и его самооценку относительно возникающих препятствий и возможностей их преодоления. Рефлексивный уровень предоставляет материал для процессуального самоопределения личности в целях достижения

успеха. В этот момент проявляется личностная обусловленность рефлексии, т. к. предпринимаемые попытки личностной самореализации могут потерпеть крах и нужны активные усилия для достижения успеха. В прикладных инженерно-психологических исследованиях В. К. Зарецкого, Е. Г. Михка-Юдиной, Н. Б. Сазонтьевой-Ковалевой, И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, И. П. Цыганковой и др. с нормативным варьированием стрессогенных факторов оказалось, что при искусственной дезорганизации мышления имеют место не только негативные явления (схожие с собственными нарушениями), но и позитивные – связанные с личностной самомотивацией и усилением самоорганизации мышления путем его рефлексивной саморегуляции. Экспериментальным путем И. Н. Семеновым и С. Ю. Степановым были выделены два взаимодополняющих личностных механизма рефлексии, затрагивающие в большей степени эмоционально-волевою сферу субъекта – механизмы самомотивации и самоорганизации.

Механизм самомотивации представлен в преодолении во что бы то ни стало конфликта между привычными, наиболее очевидными представлениями, актуализирующимися в связи с отдельными условиями задачи и условиями проблемной ситуации (фрагментарное представление), в которых обнаруживается неадекватность этих средств. Субъект либо преодолевает затруднение, либо отказывается от дальнейших усилий на каком-либо щадящем самооценку основании.

Механизм самоорганизации связан с переосмыслением, с изменением личностного отношения субъекта к собственному способу, которым он предполагает добиться успеха в решении задачи. В результате обнаруживается достаточность, либо недостаточность собственного опыта как средства разрешения конфликта и ведется поиск новых средств организации собственных усилий, направленных на разрешение проблемно-конфликтной ситуации.

Эти механизмы рефлексии работают в процессе формирования мотивации через изменение самооценки субъекта [159].

Как только процесс делится на свои составляющие части, то каждая часть становится процедурой. Процедуры рефлексии изучены в работах Н. Г. Алексеева (1982), И. Д. Глячкова (1995), И. Н. Семенова (1992) и С. Ю. Степанова (1992).

Процедурная развертка рефлексии была обобщена в работах Т. Э. Сизиковой [158]. При выполнении рефлексивного акта первый шаг состоит в том, что лицо или группа лиц останавливают естественное течение какого-либо процесса. Это действие является основой первичного различения субъектом «себя» и осуществляемого им движения. Следующий шаг – это фиксация случившейся остановки и самого остановленного процесса. В этот момент осуществляется раздвоение и поляризация процесса в своем и ином его выражении. Для дальнейшего течения процесса рефлексии необходимо обозначить или осуществить «индикацию» представленного для рефлексирования материала. «Выкладываемые» содержания относятся к прошлым и воображаемым в будущем ситуациям и указывают на лицо, их «выкладывающее». И. Н. Семенов и С. Ю. Степанов назвали это регрессией переживания. Следующий шаг – субъективация, когда субъект проявляется как таковой и выделяет смыслы наличной ситуации. Затем эти смысловые образования разворачиваются в пространство общей деятельности и приводят к выработке общих норм, правил, приемов действия. Этот шаг обозначается как объективация. И. Н. Семенов и С. Ю. Степанов обозначили эти два шага как кульминация вдохновения, которое переживается субъектом или субъектами. Оформление «обобщенного» пространства фиксируется с помощью определенных знаковых средств, оно отчуждается. И уже на следующем шаге это пространство проявляет себя как личное, субъективное. На следующем шаге осуществляется перевод этого представления в техническую форму предшествующего движения. На этом этапе – технологизации – представления участников или позиций согласуются между собой. Результатом такого взаимодействия является «продукция инновации» [140].

Также в работах Т. Э. Сизиковой были обобщены виды рефлексии. Было рассмотрено пять видов рефлексии, которые проявляют себя в любом процессе.

Экзистенциальная рефлексия направлена на выяснение условий и факторов бытия субъекта. Философская рефлексия соотносит теоретическое знание с широким кругом логических возможностей, гипотетически усматриваемых в действительности по аналогии с характеристиками первоначальной предметной области. Под методологической рефлексией понимается анализ предельных оснований и допустимых границ применения тех методов, которые используются в соответствующей области научного знания. В интеллектуальных видах рефлексии человек осваивает предметности проблемной ситуации. Личностная рефлексия связана с самопознанием субъекта, с анализом им своих внутренних, психических актов и состояний. К этому виду можно отнести феноменологическую рефлексию как универсальный способ анализа самопознания.

На личностном уровне рефлексии осуществляется включение решаемой задачи в общую картину социального опыта человечества. В связи с этим важно привести замечание А. Н. Леонтьева, который, рассматривая «Психологические вопросы сознательности учения», указывал, что «проблема формирования и развития мышления не может быть целиком сведена к проблеме овладения знаниями, умственными умениями и навыками» [96, с. 369], необходимо психолого-педагогическое воздействие на смысловые, собственно личностные образования мышления в целях его развития. Он неоднократно подчеркивал, что «смыслу не учат – смысл воспитывается... Смысл можно только раскрыть в процессе обучения, воплотить его в ясно сознаваемую, развитую идею...» [96, с. 369].

Главная задача рефлексии в мышлении – обеспечить бесперебойность его протекания посредством устранения разрывов в решении поставленной задачи, с учетом отношения личности к решаемой проблеме. В связи с этим личностный аспект приобрел особое значе-

ние в исследованиях, положив начало развитию психолого-педагогического подхода.

П. Я. Гальперин и В. Л. Данилова (1980) обучали испытуемых анализу собственных неудачных попыток решения задач, т. е. интеллектуально-рефлексивной оценке совершенных действий относительно адекватности требованиям, сформулированным в тексте экспериментального задания. Кроме того, применялись особые психолого-педагогические воздействия личностного характера на мотивацию испытуемых с тем, чтобы умерить их желание продемонстрировать свои способности по быстрому решению этих задач, которое, как правило, приводило в итоге к негативному результату, т. е. к неверному ответу, либо к отказу от мыслительного поиска.

Результаты, полученные в исследованиях О. К. Тихомирова и его школы (1984), показали возможности повышения продуктивности мыслительной деятельности с помощью задания определенного характера ее мотивации и целей, а также эмоциональной регуляции мыслительного поиска.

Работы, проводимые под руководством А. А. Бодалева (1983), А. М. Матюшкина (1972) и А. В. Брушлинского (1983) по выяснению специфики взаимодействия и взаимопонимания субъектов в процессе общения, в частности, при коллективном решении задач наиболее рельефно показали роль личностной обусловленности мыслительного поиска и влияние его на личностные характеристики, в частности, рефлексивное изменение самооценки [73].

Интересен вопрос о связи рефлексивного и интуитивного в мыслительном процессе. Появление рефлексии связано с логической структурой мыслительных процессов, их осознано-дискурсивным характером. Интуитивный компонент входит в решение любой задачи, поскольку позволяет очертить область поиска в условиях субъективной неопределенности. «Специфика интуитивных процессов заключается в том, что формальные признаки ситуации (объективные логические основания решения) объединяются в них с неформальными критерия-

ми, выделенными лишь семантически, причем сочетания этих различных критериев является динамичным, нестандартным» [119, с. 35].

Наличие интуитивного позволяет выделить в рефлексии недоосознанное и тем самым создает условия наращивания уровней рефлексии, в которых при объяснении своих действий, поступков, решений субъект выстраивает те или иные иерархии своих мотивов. Одна из задач субъекта – неявное сделать явным, на что и направлены усилия субъекта в рефлексии, неявные побуждения как можно полнее и всесторонне подвергнуть осознанию и выработать пути их регулирования. В связи с этим необходимо решать проблему обучения рефлексивному мышлению, которая в современном мире, особенно в области образования и педагогики, стала актуальной на сегодняшний день.

Для полноты выделения роли рефлексии в мышлении необходимо рассмотреть вопрос о присвоении нового знания субъектом. Знания об этом являются базовыми знаниями о действии рефлексии в консультировании. Во время консультации клиент не только вырабатывает новое решение, осуществляя в мышлении точно такой же процесс рефлексии, как при решении типовой и творческой задачи, но и присваивает себе полученные новые знания, которые выполняют побудительную функцию, ведут к новому действию.

Ж. Ньюттен (1976) высказал предположение о том, что именно усвоенные знания (в основе усвоения лежат процессы понимания и осознания) могут приобретать регулирующую, т. е. мотивационную функцию. Знания, полученные в результате запоминания, без отнесения к личностному опыту, не могут выполнять побудительную функцию. Но в целом, знания, полученные любым путем, влияют на развитие рефлексивных способностей.

Действия и мысль взаимосвязаны: мысль мотивирует (определяет) действие, а действие оказывает влияние на мысль. Вслед за Ж. Ньютеном, Э. Деди (1975) утверждал, что знания являются причиной поведения и деятельности, они выступают как источник мотива.

Но знания не сами по себе являются источниками мотива, а лишь при условии, что они значимы, доступны, усвоены и необходимы в данной актуальной ситуации. Знания как источник мотива – это те знания, что вырабатываются в процессе рефлексирования. В рефлексии осуществляется выбор и согласование знаний с наличной ситуацией, определяется программа действия. Обнаружение «разрывов», проблемы, конфликта, которое происходит в рефлексии, актуализирует определенные побуждения, направленные на преодоление, разрешение дискомфортной ситуации. Рефлексивные процессы регулируют поиск путей выхода из создавшейся ситуации, которые могут идти в двух направлениях: по пути понимания или по пути осознания. Вследствие этого на каждом этапе поиска будут возникать различные побуждения, которые при осознании и их адекватности ситуации могут оформляться в мотив.

В работах А. М. Матюшкина (1972), Л. П. Аристовой (1986), Ю. К. Бабанского, В. В. Давыдова (1979) и др. рассматриваются приемы и психологические условия наделения знания проблемностью, которая актуализирует рефлексивную, познавательную активность и тем самым обеспечивает достижение необходимого результата. Но не сам результат, отражающий достижение цели, а осознание этого результата, придания ему личностного смысла, становится механизмом возникновения новой познавательной мотивации. «Образование новой связи между неизвестным и известным явлением, которая возникает в процессе мышления, нужно рассматривать в качестве психологического механизма, непосредственно подчиненного более общему механизму мотивации – проблемности. Именно логические и смысловые связи как психологические механизмы реализуют проблемность знания» [159, с. 56]. Здесь мы обнаруживаем прямое указание на рефлексивную как механизм формирования мотивации. Сформировать новые мотивы, ведущие к новому поведению, деятельности, отношениям, это одна из важнейших задач любого психологического консультирования. Рефлексивное психологическое консультирование напрямую

непосредственно решает эту задачу. В рефлексии происходит построение образа того, что может удовлетворить потребность.

Таким образом, на основе анализа теоретических исследований рефлексии в структуре мышления было дано описание этого явления, а также выделены два основных подхода в рассмотрении проблем рефлексии: нормативный (инженерно-деятельностный) и гуманистический (личностная обусловленность мышления). В рамках первого представлена модель рефлексии И. С. Ладенко (1995), позволяющая распознать логические и эвристические механизмы рефлексии, а также ее межсубъектные и внутрисубъектные формы. В рамках второго подхода рассматривается модель рефлексивно-инновационного процесса, направленная на обоснование личностной обусловленности мышления. Выявлены эмоционально-волевые (личностные) механизмы рефлексии. Определено, что личностный уровень мышления задает целостность этого процесса через его осмысленность, т. е. рефлексию. Соответственно, можно предположить, что существуют определенные личностные факторы, обуславливающие рефлексивные процессы, разворачивающиеся в ходе мыслительной деятельности. И в то же время на основе взаимного влияния всех процессов в любой системе смеем утверждать, что рефлексия влияет на различные аспекты проявления и образования в личности, являясь механизмом мышления, который раскрывается при решении мыслительных задач. При выработке нового правильного решения типовой или творческой задачи рефлексивными средствами происходят изменения в самоотношении субъекта: в личностных образованиях укрепляется уверенность в себе, в самооценке наблюдается приближение к адекватности.

Необходимо заметить, что рефлексия осуществляется отнюдь не только в мыслительной, но и во всякой другой деятельности, так как мышление включается в нее в качестве необходимой составляющей части. Но при замене немыслительных частей их моделями осуществляется редукция любой деятельности к мыслительной. По существу, такая редукция производится при решении праксеологических задач

рациональной организации всякой деятельности [85]. Вследствие этого представления о рефлексии, полученные в ходе ее изучения в структуре мышления, сохраняют значение и для других случаев – ее действия в осуществляемой субъектом деятельности и его личностных изменения, а также в развитии и укреплении сознания.

1.2. Рефлексия в структуре деятельности

В отечественной психологии разработан ряд концепций деятельности и методических подходов к ее изучению. Это прежде всего работы общетеоретического плана А. Н. Леонтьева (1979, 1983), Б. М. Теплова (1966), В. Г. Ананьева (1980), К. А. Альбухановой-Славской (1980), В. Н. Мясищева и др.

Под деятельностью в психологии понимается внутренняя (психическая) и внешняя (физическая) активность человека, регулируемая сознаваемой целью. В свою очередь, этот процесс активности вызывается определенной потребностью, побуждается определенным мотивом, в котором эта потребность находит свое удовлетворение. При этом если предмет, на который направлен процесс активности человека, совпадает с мотивом, то такой процесс активности А. Н. Леонтьев называет деятельностью.

Нашей задачей является анализ представлений о рефлексии, разрабатываемых в онтологии деятельности, ее объектном и субъектном аспектах, а также выявление условий, необходимых для возникновения рефлексивных процессов.

Процессы деятельности характеризуются своими собственными целями и соответствующими им результатами, объектами и репрезентирующими их моделями, комплексами средств для достижения целей и возможностями осуществляющих эти процессы индивидов или коллективов. Способ взаимодействия индивидов и средств при получении результата, определяемого целью, представляется комплексом методов. Такие методы обладают способностью адаптироваться к из-

меняющимся условиям [85]. Эта способность существенно связана с рефлексивными возможностями человека. Эту особенность деятельности необходимо учитывать при организации консультирования и, в частности, рефлексивного психологического консультирования. В организации рефлексивных процессов в деятельности, в качестве которой выступает психологическое консультирование, следует поставить правильные цели для достижения желаемых результатов, применить адекватные условиям ситуации средства, которыми являются методы консультирования. В последующих главах мы представим методы и рассмотрим условия их адекватного применения согласно определенным целям рефлексивного психологического консультирования. Сама рефлексия в консультировании является процессом, в котором вырабатывается цель деятельности – взаимодействия, определяется желаемый результат и выбор результативных методов для осуществления деятельности.

Полно и наглядно структуру деятельности можно изобразить схемой, показанной на рисунке 1.



Рис. 1. Структура деятельности (по А. Н. Леонтьеву)

Объектное пространство деятельности представлено операцией, действием, целью и условиями ситуации. Попытаемся определить место и роль рефлексии в обозначенном пространстве.

Основным предметом исследования в психологической теории деятельности является структура и функции многообразных форм человеческого действия. Начало психологической интерпретации действия было положено в трудах Л. С. Выготского и его учеников – А. В. Запорожца, П. И. Зинченко, А. Н. Леонтьева и др.

В работе В. П. Запорожца «Действие и интеллект» разворачивается идея о том, что именно предметное действие является исходной единицей мышления. Мышление выступает как свойство самого действия, т. е. как разумное действие. Именно это практическое интеллектуальное действие, «в соответствии с логикой А. В. Запорожца, приводит к образованию обобщений, затем в этом же разумном действии первые практические обобщения себя и обнаруживают» [61, с. 86].

При описании структуры деятельности А. Н. Леонтьев обычно подчеркивал, что деятельность – действие – операция обратимы, но в рамках деятельностного подхода. Никто, как отмечает В. П. Зинченко [59], кроме А. В. Запорожца, не показывал, как операция становится действием, а затем и деятельностью. Обычно исследовался процесс формирования действия, его операции рассматривались как технические компоненты автоматизированного действия. И очень редко возникал вопрос о генезисе нового действия, а соответственно изменения потребностей.

По мысли А. В. Запорожца, «...интеллект вначале выступает лишь как операция, как технический прием осуществляемого действия, отличие которого от обычного проявления инстинкта заключается лишь в том, что он фиксирован за определенным предметным средством. Однако когда субъект путем навыка или другого вида упражнения овладел лишь предметными отношениями при решении задачи, производя ряд дополнительных изменений, мы наблюдаем переход от интеллектуальной операции к интеллектуальному дей-

ствию» [60, с. 188]. Это последнее имеет не только внешнюю, как операция, но и богатую внутреннюю форму. Ранее единое практическое действие «как бы раскалывается на две части – теоретическую и практическую: осмысление задачи и ее практическое решение. Важно отметить, что первоначально эта первая теоретическая часть действия лишена того внутреннего идеального характера, которого она достигает впоследствии с помощью речи в рассуждении. Первичная форма понимания заключается не в непосредственном усмотрении, не во внутренней активности субъекта, а в том, что он делает задачу понятной практически, фактически, изменяя задачу таким образом, что употребление известного способа решения становится возможным» [60, с. 189].

Согласно мнению А. В. Запорожца, оба акта, на которые раскалывается ранее единое действие, не равноценны. В первом акте локализуется само осуществление мышления. Во втором акте происходит изменение и его развитие. Предметное значение, практическое обобщение или понятие, которое было применено к решению данной задачи, проверяется, а затем обогащается, претерпевая изменения. Согласно С. Л. Рубинштейну, «своими действиями я непрерывно взрываю, изменяю ситуацию, в которой я нахожусь, а вместе с тем непрерывно выхожу за пределы самого себя. Этот выход за пределы самого себя не есть отрицание моей сущности, как думают экзистенциалисты, это – ее становление и вместе с тем реализация моей сущности; не отрицание самого себя и становление, но становление и реализация» [137, с. 344].

Для рефлексивного психологического консультирования эти теоретические положения объясняют механизм возникновения сопротивления, защитных механизмов, преодоления сопротивления и изменения того, на что направлена рефлексия. В ходе консультации организуются такие условия, в которых клиент может и должен совершить именно такое действие, которое породит новое.

Сущность рефлексии заключена в действии. «В действии и взаимодействии предметы раскрывают свое истинное лицо, скрытое в них и в самом действии – значения и смыслы. В ходе дальнейшего развития действия возможна известная автономизация значений и смыслов от его предметно-практической ткани и появляются противоположные и циклически повторяющиеся процессы, состоящие в означении смыслов и осмысливании значений (в том числе и в их обесмысливании)» [61, с. 85].

В основе действия лежит операция, являющаяся способом его осуществления. А. В. Запорожец (1986) замечает, что из всех вещных отношений в операции отбираются только существенные для достижения цели. Выполняя свою служебную роль средства, операция заставляет субъекта выйти за его собственные пределы, за пределы прежних потребностей, за пределы тех свойств объекта, которые служат прямому удовлетворению прежних потребностей. Подчиняясь необходимости социальных отношений, операция изменяет содержание деятельности, вводит новые стороны деятельности в области активности субъекта, а следовательно, меняет его самого и его потребности. Возникшая как средство, операция превращается в потребность, изменяет характер деятельности [60].

Для нас этот вывод важен тем, что показано, как в процессе деятельности происходит изменение потребности. Этим обосновано утверждение Л. И. Анцыферовой о том, что каждый последовательный момент, период или звено деятельности имеет свое специфическое мотивационное обеспечение. В работах В. В. Давыдова (1986) выделены операции первого и второго порядка, приводящие к усилению потребностей. Операции первого порядка соответствуют предварительно выделенному в виде замысла нормативному представлению того, что человек намеревается осуществлять в ситуации поиска. При реализации замысла построения действия в поисковой ситуации человек начинает действовать спонтанно, выходя за границы и рамки своего собственного замысла, тем самым преодолевая нормативное

представление собственного действия. Это операции второго порядка. С помощью этих операций осуществляется регуляция актов и процессов деятельности на уровне сознания, переход от норм к способам их реализации. Эти операции лежат в основе осуществления рефлексии, ее механизмов понимания и осознания.

Смысловая сторона действия выражает отношение мотива деятельности к непосредственной цели действия. По мнению Ю. В. Громыко [51], рефлексия в деятельности обуславливает два взаимосвязанных процесса – процесс выделения норматива и процесс выработки собственных личностных техник выхода в мышление при употреблении идеальных объектов (применение готовых форм или порождение новых) и вычленение ситуации как проблемной.

Нормативный план деятельности включает две взаимосоответствующие нормативные структуры: способ и ситуацию деятельности. Реализация норм деятельности означает актуализацию способа деятельности. Наличная ситуация определяет способ деятельности и в то же время сама ситуация с ее элементами формируется в процессе генезиса данного способа деятельности.

Ю. М. Лотман связывает выделение ситуации, т. е. расчлененность непрерывной реальности на некоторые условные сегменты с человеческим стремлением приписывать действиям и событиям смысл и цель. «То, что не имеет конца, не имеет и смысла. Осмысление связано с сегментацией недискретного пространства» [59, с. 248–249]. Он также подчеркивает, что сложность создаваемых в той или иной ситуации смыслов «заключается в том, что для того, чтобы сделать ситуацию значительницей значения, она должна восприниматься как противоречащая естественному (т. е. нейтральному) ходу вещей» [61, с. 253].

Само действие может быть ситуативным или надситуативным. Когда же действие изменяет или взрывает ситуацию, наступает фаза ее осмысления, означения, в том числе и осмысление собственных действий – начало самосознания. В развитых формах осмысление

и понимание ситуации предшествуют действию, изменяющему или взрывающему ее [61].

В рефлексии протекает два разнонаправленных процесса: означение смысла и осмысление значений, соответственно функциями рефлексии в деятельности является осмысление значений и означение смыслов.

Эти процессы, как писал В. П. Зинченко, «не только ограничивают степени свободы мыслительной деятельности. На стыке этих процессов рождаются новые образы, несущие определенную смысловую нагрузку и делающие значение видимым (визуальное мышление), и новые вербальные значащие формы, объективирующие смысл предметной деятельности и предметной действительности. Оба эти процесса теснейшим образом связаны с деятельностью субъекта. Означить смысл – значит задержать осуществление программы действия, мысленно проиграть ее, продумать. Осмыслить значение, наоборот, значит, запустить программу действия или отказаться от нее, начать искать новый смысл и в соответствии с ним строить программу нового действия. Эти процессы не осуществляются внутри самого мышления, сознания и лишь его силами. Через деятельность и действие они связаны с предметной и социальной реальностью, сопротивляющейся не только концептуализации, но и произвольному (свободному) обращению с ней» [61, с. 212].

Каким образом происходит ограничение степеней свободы – до сих пор остается открытым вопросом. Но не лишено оснований то утверждение, что данное ограничение осуществляется в рефлексии. Модель «рефлексивного выбора» В. А. Лефевра представляет собой попытку дать ответ на этот вопрос. В 60-е годы им был сделан принципиальный шаг, состоящий в использовании математических методов для изучения рефлексии. Рефлексивная система по В. А. Лефевру – это система зеркал, многократно отражающих друг друга. Каждое зеркало – аналог «персонажей», наделенных позицией. Весь сложнейший поток отражений зеркал друг в друге и является аналогом рефлексив-

ного процесса. Рефлексия, по В. А. Лефевру, «это конкретный механизм или “автомат” выбора в бинарных ситуациях, безразличный в широких пределах к содержанию того, что именно выбирается», с другой стороны, это способность «человека постигать свой внутренний мир и строить картину своих состояний» [132, с. 49, 50].

Понимание рефлексии как «зеркала» создает возможность применять в рефлексивном психологическом консультировании методы, в которых клиент выделяет свой «фокус» осмысления, «фокус» формирования картины мира, восприятия и объяснения, интерпретирования действий окружающих людей, себя и мира. Введенное понятие «фокус рефлексии» шире употребляемого в работах Ю. Е. Алешиной понятия «локус контроля». Локус контроля – это формирующееся в ходе социализации устойчивое образование личности, в котором фиксировано распределение ответственности на внешние обстоятельства или внутренние факторы в ситуациях успеха и неудач. Фокус рефлексии – понятие, введенное нами в рефлексивном психологическом консультировании, обозначает «фильтр», состоящий из убеждений и установок, сквозь который проходят все условия события, окружающей внешней среды и внутреннего состояния. Отфильтрованные данные формируются в текст, в котором «в тексте над текстом» психолог и клиент могут выделить ценностно-смысловые, личностные, психологические, мотивационные, деятельностные, мыслительные, духовные и другие компоненты, из которых клиент строит свою реальность, т. е. все то, что существует для клиента и психолога в предметностях – деятельности, мышлении, личности, сознании.

Фокус рефлексии есть результат двух процессов – образования смыслов и определения значений, которые позволяют осуществлять согласование на субъектном уровне деятельности. За счет этих процессов обеспечивается взаимопонимание в диалоге, обнаруживаются способы разрешения конфликтных ситуаций. Данный опыт объективируется субъектом в виде убеждения, а затем присваивается, субъективируется в виде фокуса рефлексии. Фокус рефлексии обозначает,

что именно так, а не иначе субъект (клиент) воспринимает и интерпретирует событие. Изменение фокуса рефлексии связано с внесением в поле рефлексирования разных позиций. Для появления разных позиций необходима ситуация коммуникации.

Простейшие утверждения, что кто-то ошибается или, наоборот, прав, что кто-то нечто думал об объектах, а объекты на самом деле другие и т. п. – содержат в себе важный момент рефлексии – смену позиции и соединение в одном рассуждении двух позиций и двух точек зрения. По нашему мнению, фрагментарная рефлексия впервые обнаруживает себя в игре ребенка. И. А. Модина отмечает в своем диссертационном исследовании, что предпосылки рефлексии зарождаются в игре, сущностной характеристикой которой является двухпозиционность, которая означает, что играющий может одновременно находиться как в игре (внутри нее), так и вне игры [98]. Такой подход к определению критериев игры согласуется с теорией Л. С. Выготского, который писал, что ребенок «плачет в игре как пациент, но радуется как играющий», внутри игры он «пациент», а вне игры – «играющий», осознающий себя и управляющий собственной игровой деятельностью [46, с. 216].

Субъект выделяет другое «Я», могущее выполнять надситуативную работу ортогонально по отношению к «Я» – носителю непродуктивного общения или деятельности, согласует эти две позиции в рефлексивном акте, определяет пути и способы их согласования. В рефлексивной позиции происходит оценка предыдущей позиции как своей, так и противоположной, конфликтующей стороны, контроль за степенью их соответствия. Рефлексия согласует привычные способы мышления, личностные проявления с наличной ситуацией, задачей и направляет поиски способов разрешения проблемно-конфликтной ситуации.

Отметим, что «фокус рефлексии», «рефлексивное действие», «рефлексивный акт» – это разные понятия. По мнению Г. П. Щедровицкого, «рефлексия есть акт деятельности по поводу связи или

структуры общения между двумя, по крайней мере, индивидами такого общения, при котором один индивид что-то сказал другому по поводу некоторой реальной или мыслимой ситуации, второй индивид “понимает” этот текст» [202, с. 112]. Когда происходит понимание текста, обнаруживается выделение и восстановление предмета мысли. По поводу процесса понимания, восстановления предмета, самого текста и всей ситуации деятельности и общения в целом неизбежно возникает рефлексия.

«Понять текст, – писал Г. П. Щедровицкий, – значит воссоздать какую-то сетку или систему связей между текстом и чем-то другим, эта система связей может совпадать с тем, что было у первого, а может не совпадать, она может соответствовать тому, что реально есть в самой ситуации, а может не соответствовать всему этому, эта сетка связей, образующая смысл, может быть какой угодно; характер этой сетки всегда будет определяться тем, в какую систему связей и в какую ситуацию деятельности включает себя тот, кто получает и должен понять текст... Смысл как создается, так и восстанавливается... Индивид, получивший текст сообщения, будет понимать его, т. е. восстанавливать его смысл соответственно той ситуации деятельности, в которую он этот текст включает» [202, с. 112].

Условием, необходимым для появления рефлексии в деятельности, является различие позиций, заставляющее видеть в одном тексте принципиально разный смысл. Смысл, выделенный в разных позициях, влечет за собой и разные действия. По мнению И. Д. Глячкова (1995), человек «встраивает» позиции кооперации в свое действие. Рефлексия является разворачиванием и реализацией конкретным человеком или реальной группой людей того процесса, в котором все знания, умения, навыки и т. д. являются «записью» некоторых форм группового порождения действий с потенциальным участием этого человека или группы.

Наряду с логическими, эмоционально-волевыми механизмами рефлексии мы выделяем механизм кооперации. Он разворачивается

в позиционной организации деятельности и выражается в выделении особой позиции. В данной позиции осуществляется понимание текста, восстановленного, а точнее, созданного в каждой из предыдущих позиций.

Главной задачей такого действия является, по мнению Г. П. Щедровицкого, сведение разных смыслов к единой объектности. Решающая роль в данной ситуации принадлежит знаку, тексту. Если рассматривать рефлексию не в субъектном, а в объектном плане, то именно эти процедуры выражения смыслов через объекты, или управление процессами смыслообразования путем включения в них определенных объектных представлений, составляет ядро и сущность рефлексии при инженерно-деятельностном подходе.

Приведение смыслов к общему знаменателю может решаться разными способами: путем создания определенных логических правил, путем создания особой онтологии, задающей единый объект, путем особых структур рассуждения. Для организации группового консультирования или управления в организации это теоретическое положение является значимым.

В работах Г. П. Щедровицкого раскрывается положение о том, что процессы смыслообразования «зависят в первую очередь от позиций и позиционной организации деятельности» [202, с. 113]. Исследуя позицию «наблюдателя», А. С. Шохов и Д. В. Реут выявили, что в этой позиции человек не может описать себя полностью. Такое состояние они назвали процессом «происходящего рефлексивного ускользания» [126], не позволяющего субъекту рефлексии осознать (и описать) себя целиком.

Авторы раскрывают процесс ускользания на примере работы с данной ниже схемой, представленной на рисунке 2.

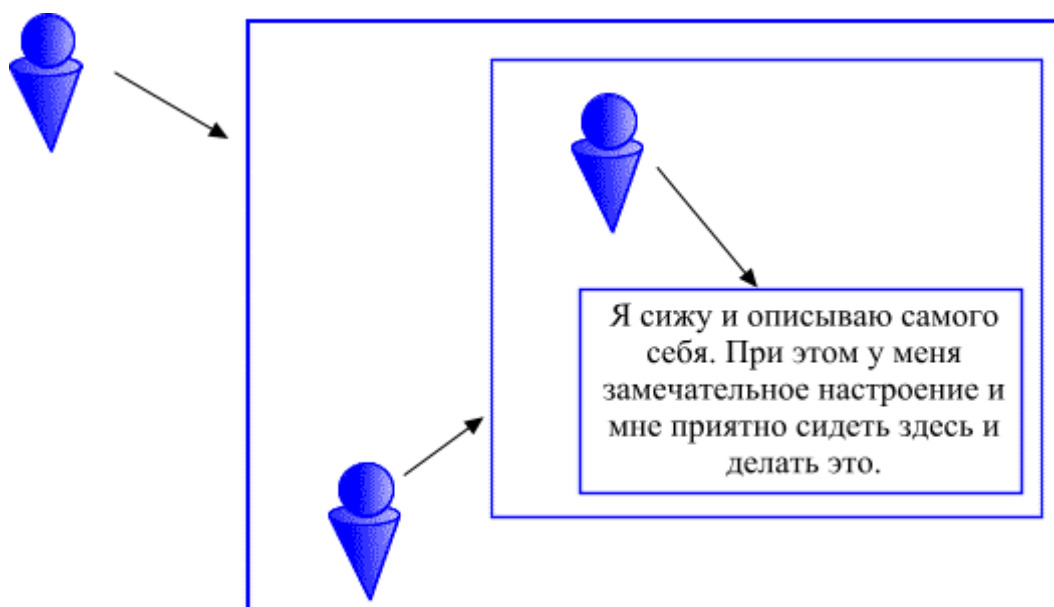


Рис. 2. Схема «рефлексивного ускользания»
(по А. С. Шолохову и Д. В. Реуту)

На этой схеме обозначен «рефлексивный выход», введенный и обоснованный в работах Г. П. Щедровицкого. А. С. Шохов и Д. В. Реут отметили, что, когда человек описывает себя описывающим себя, он каждый раз как бы на шаг отстает от самого себя в описании. Человек, по словам М. Мамардашвили, сталкивается в рефлексивном акте с «незавершенностью себя». По мнению А. С. Шохова и Д. В. Реута такой подход к рефлексии позволяет выявить многослойность рефлексивных актов. Такая многослойная модель, в которой человек естественным образом как бы расслаивается, отражаться в собственном отражении, сравнивается В. А. Лефевром с отражающимися зеркалами. По их мнению, А. С. Шохова и Д. В. Реута, парадокс рефлексивного ускользания заключается в том, что человек, рисуя схему, которая изображает его ментальную позицию в момент рисования, не может правильно и полно изобразить ее [127].

Рисуя схему уже на шаг впереди себя, рисуящего схему. Для рефлексивного психологического консультирования выводы о многослойности и «рефлексивном ускользании» важны тем, что при воздействии на человека, занимающего по отношению к себе позицию

«наблюдателя» он может раскрывать в себе нечто новое для себя, благодаря тому, что его «настоящее», т. е. он сам в данный момент, шире и полнее себя того, каким он был в момент, фиксируемый на схеме.

Рефлексивные процессы были провозглашены управляемыми. Было положено начало использования механизмов рефлексии как механизмов управления самоорганизацией и саморазвитием систем. «Основой процессов самоорганизации в организационных системах является рефлексивное мышление» [87, с. 87]. Этот вывод принципиально важен тем, что через организацию рефлексивных процессов, развитие рефлексивного мышления можно подойти к управлению (руководству) формированием мотивов, что так необходимо в практике психологического консультирования.

От организации коммуникации в деятельности зависит успешность протекания рефлексии. И наоборот, от организации рефлексии зависит успешность коммуникации. «Затруднения», возникающие в коммуникации, разрешаются средствами рефлексии, которые являются средствами решения задачи. Процесс решения задачи, вставшей как некое «затруднение» в коммуникации средствами рефлексии можно разделить на три этапа: 1) применение средств уже имеющейся, готовой предметно-операциональной организованности; 2) собственно осуществление рефлексивной процедуры как кооперативного действия; 3) разворачивание преобразованной предметно-операциональной организованности или новых средств процесса проектирования. Специфика коммуникативного аспекта рефлексии в деятельности исследовалась преимущественно в социально-психологических работах Г. М. Андреевой, А. А. Бодалева, И. Е. Берлянд, Н. И. Гуткиной, К. Е. Данилина, Ю. Н. Карандашева, Л. А. Петровской, С. Е. Смирновой, А. П. Сопикова и др. Рефлексия исследуется в качестве существенной составляющей развитого общения, и рассматривается как специфическое качество познания человека человеком.

Суть общения – сопереживание, которое относится к сфере субъективности. Его реализация предполагает содействие или противодействие. На содействие и противодействие затем надстраиваются различного рода социальные образования типа власти – подчинения, дружбы, вражды и т. д., которые служат для кооперации, конкуренции, сотрудничества. Это является «естественной» основой существования социальных систем. Б. Ф. Ломов, характеризует общение как подвижную, развивающую систему и считает, что его важными моментами являются эмпатия и рефлексия [159]. В общении проявляется та роль рефлексии, которая связана с выявлением того, как другие воспринимают и понимают «рефлектирующего». Рефлексия позволяет имитировать внутренний мир другого человека, выделять средства его рассуждений и таким образом находить возможности для адекватного принятия решения.

Принятие решения представляет собой процесс определения субъектом варианта способа деятельности в соответствии с наличной ситуацией. Общение является особым видом деятельности. В. Я. Дубровский считает, что каждая единица деятельности имеет рефлексивную подстройку в виде принятия решений. [159]. В процессе принятия решений соотносятся не способы и ситуации, а их представления, порожденные процессом коммуникации.

В. Я. Дубровским выделены следующие этапы процесса принятия решений: определение общих целей и установок по той или иной проблемной ситуации; изучение обстановки (условий и факторов реализации целей); формирование задачи (уточнение цели ее решения, фиксация ограничений, выбор критериев качества решения задачи); генерирование вариантов решения задачи; прогнозирование и оценивание последствий каждого варианта; выбор варианта решения задачи; реализация варианта решения (организация его исполнения, контроль за ходом выполнения, анализ результатов).

И. С. Ладенко считал, что в принятии решений наиболее продуктивной процедурой является мышление по аналогии, на что также

неоднократно указывал А. В. Запорожец. Природа данного явления заключается в том, что каждый индивидуум имеет в голове свою, индивидуальную «картину мира». Именно поэтому, по нашему мнению, первой процедурой формирования мотивации является поиск уже сформированных ранее мотивов и оценка их на адекватность ситуации. На проведение такой процедуры способна только рефлексия.

Принятие решений как рефлексивный процесс основывается на анализе и оценке ситуации, собственных возможностей субъекта, его знаний, умений и навыков и прогнозе последствий действий. По мнению В. Я. Дубровского, Ю. М. Громько и др., оценка ситуации происходит не умозрительно, а на основе определенного образа организации жизни, проявляющемся в ценностно-нравственных ориентациях, имеющих у каждого человека свой смысл.

Главная особенность индивида, по мнению В. Я. Дубровского (1994), заключается в том, что он является рефлексивным элементом ситуации разворачивания деятельности, осуществляющим анализ, оценку ситуации и принятие решения. Смыслообразование – есть личностная тенденция к индивидуализации, ее способность к интерпретации. В рефлексии выделяются смыслы ситуаций, событий, отношений, проявляется способность их соединять, разъединять, негативно или позитивно оценивать, увеличивать или уменьшать масштабы, выдвигать на первый «значимый» и «незначимый» план. В анализе ситуации, результаты рефлексии непосредственно влияют и изменяют результаты деятельности. Предметом анализа являются техники, методы, средства, приемы и способы построения деятельности в ситуации, а также мотивы, ценности, цели субъекта.

Принятие решения и его осуществление относительно. Это означает, что над самим принятием решений есть уровни более высокого порядка за счет увеличения уровней рефлексии. Например, если в данной ситуации не срабатывает принятое решение, то это может быть связано не с «безвыходностью» ситуации, а с неэффективностью способа принятия решения. Если при этом можно принять другое реше-

ние – заменить прежний способ [принятия решения] на более эффективный, то это проделывается с помощью средств рефлексии. В рефлексивном психологическом консультировании осуществляется реконструкция неэффективных решений и выработка новых эффективных.

Принятие решений является мыслительной рефлексивной деятельностью со своими специфическими средствами: понятиями, знаками, моделями и т. д. Оно требует от индивида особых мыслительных навыков и определенного уровня развития рефлексивных способностей. В принятии решения субъекту необходимо учитывать и проделывать оценку вероятности и полезности тех мотивов, которые побуждают для принятия решения и соответственно влияют на его содержание, выбор именно этого решения из возможных альтернатив.

Осуществление такой деятельности создает проблему интеграции. В разрешении этой проблемы большую роль играет рефлексия. Выполняя корректирующую функцию, она способна влиять на изменение целей, выстраивать «дерево целей», благодаря осознанию потребностей и приводить последних в соответствие с поставленными задачами.

В объектной плоскости деятельности, рефлексия выполняет функцию согласования и интеграции целей с условиями их достижения; согласования логического времени последовательности действий, контроля за ходом выполнения деятельности на каждом ее участке данного времени; согласования логического и физического времени.

В субъектной плоскости рефлексия соответственно выполняет функции согласования и интеграции индивидуальных целей и соответствующих им мотивов, выстраивая их иерархию. С помощью рефлексии осуществляется контроль за ходом интеграции. В связи с этим в рефлексии представлены другие нормы и формы взаимодействия. Средствами рефлексии выстраивается модель разрешения конфликтных ситуаций.

В процессе прогнозирования на основе выделенных с помощью рефлексии закономерностей прошлой деятельности и учета условий, объективно существующих в настоящей ситуации, строится прогноз, дающий базу для формирования и оценки картины будущего. Построенная в рефлексивном представлении «картина будущего» способна изменить мотивы субъекта деятельности, а также способы ее осуществления.

Рассмотрев рефлексию в мышлении и деятельности, мы можем выделить те основные теоретические положения, на которые опирается рефлексивное психологическое консультирование.

1. Основой возникновения рефлексии является любая деятельность. В действии локализуется осуществление мышления, а также его изменение и развитие с помощью рефлексивного механизма, как следствие происходят изменения в осуществляемой деятельности.

2. В ситуации деятельности субъект соединяет и удерживает образ ситуации действия и образ процессов мышления. В процессе рефлексирования определяется способ синтеза этих разных образов и само осмысление этого способа, благодаря чему и выстраиваются новые способы действия в ситуации и приемы деятельности и мышления.

3. Действие и взаимодействие порождают ситуацию, в которой необходимым является понимание «текста» как минимум двумя коммуникантами. Именно эта ситуация и является ситуацией порождения рефлексии. Рефлексия выполняет функции образования смыслов и присвоения значений, путем согласования различных объектов деятельности (объектный план), а также мотивов, целей, ценностей субъектов (субъектный план), используя при этом различные логические процедуры и операции, семиотические средства, личностные ресурсы. Данный процесс заканчивается принятием решения. Каждая единица деятельности имеет свою рефлексивную пристройку в виде принятия решения.

4. На основе анализа модели Г. П. Щедровицкого (1972) выделены условия для осуществления рефлексии: позиционная организация

деятельности и необходимость сведения различных смыслов к единой объектности, что связано с разворачиванием рефлексивного механизма «кооперации». С помощью этого механизма осуществляется не только объективация, но и субъективация обобщенных смыслов.

5. На основе анализа нормативной модели рефлексии Г. П. Щедровицкого определена двойственная сущность рефлексии – механизм и процесс, на основе онтологической модели В. Лефевра выделено предметное содержание рефлексии, в логико-гносеологической модели И. С. Ладенко выделены виды, формы, механизмы и средства рефлексии. Раскрытая и изученная в образно-концептуальной модели рефлексии (И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов) личностная обусловленность мышления позволила расширить подход к рефлексии (Т. Э. Сизикова) и обнаружить непосредственное влияние рефлексии на мотив деятельности, в том числе, мыслительной.

6. В настоящее время представляется целесообразным введение многомерного и многоуровневого представления о деятельности, в котором бы под деятельностью понимались не только технологизированные, описанные в виде алгоритмов, процедур и операций процессы, но и процессы поискового мышления, действия (В. В. Давыдов), коммуникации и общения, а также более «тонкие», сложно устроенные процессы рефлексии и понимания, различные производные этих процессов: мыслительно организованное рефлексивное мышление, понимающая рефлексия и рефлексивное понимание [51]. Осуществление «тонких» процессов и их производных обеспечивается за счет использования субъективных средств для организации сознания.

Формирование – процесс развития под влиянием внешних воздействий воспитания, обучения, социальной среды. Им обозначается целенаправленное развитие личности, каких-либо ее сторон, качеств. Для психотерапевтической практики характерно использование рефлексии как механизма изменения мотивации, смысла, стереотипов поведения и стратегий решения проблемных ситуаций. В. Ю. Завьялов (1994) считает, что одной из задач психотерапевта является

нахождение способов «озадачить» пациента, создать такую ситуацию, в которой является возможным показать проблему таким образом, чтобы у пациента не оставалось ничего другого, как пытаться решить ее новым способом, путем переосмысления своих позиций, отношений, личностного опыта. Рефлекси́рование собственных поступков, действий, мыслей, чувств, навыков вызывает разрушение стереотипов, ведущих к патологии или уже патологических (навязчивости, копульсии и др.).

Об управлении формированием мотивов через организацию рефлексивных процессов можно говорить с большой долей условности исходя из активности психолога-консультанта в ходе психотерапевтической, консультационной работы, но с позиции клиента правомерно говорить о самоуправлении посредством осознания своей мотивацией и волей. Несомненно, организация ситуации играет решающую роль, но в то же время личность всегда выступает действующим лицом любого процесса своего образования (А. П. Орлов). При управлении процессом формирования мотивации необходимым является учет перечисленных условий. Именно для этого необходимо изучать личностную обусловленность рефлексивных процессов и влияние рефлексивных процессов на личностные образования.

Глава 2

ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВА В РЕФЛЕКСИВНЫХ ПРОЦЕССАХ

Разница между обычным человеком и совершенно мудрым заключается в том, что обычный человек всё время пытается улучшить себя, в то время как мудрец принимает себя таким, как он есть.

Даосский мудрец

В данной главе ключевым является обоснование и раскрытие механизма «рефлексия – мотив – воля», который является основой в работе клиента с изменениями своих личностных черт, поведения, ценностей, «фокуса» восприятия и интерпретации внутреннего мира и отношений, в работе клиента и психолога-консультанта в ходе консультации, в работе психолога-консультанта со своими «Я», профессиональными компетенциями и межличностными отношениями. Опираясь на исследования в психологической науке, мы доказали, что рефлексия является не единственным, но необходимым условием для формирования нового мотива и мотивации. За рамками психологической консультации работают разные стимулы для активизации побудительных сил: вознаграждение, наказание; потребности, интерес и другие. В психологическом консультировании как особом виде деятельности и взаимодействии, отношениях между людьми, один из которых выполняет профессиональные задачи, в большинстве случаев именно рефлексия является источником формирования мотива. В ходе рефлексивного процесса новый мотив формируется под воздействием условий консультаций и методов, направленных на данный процесс. Поддержка силы мотивации вплоть до ее реализации во внутреннем и внешнем мире осуществляется волевыми усилиями и волевыми действиями. Отношения между волей и мотивацией являются

конгруэнтными (высокая сила воли и мотивации или низкая сила воли и мотивации) и инконгруэнтными (сила воли выше силы мотивации и наоборот). Рефлексия не только является источником зарождения нового мотива и волевых усилий, но и тем фактором, который регулирует отношения между мотивом и волей в ходе консультации и за ее пределами вплоть до воплощения, принятого клиентом решения своей проблемы в жизни.

2.1. Место и назначение рефлексии в личностных изменениях

Для определения места и назначения рефлексии в личностных изменениях нам необходимо рассмотреть два вопроса. Первый вопрос связан с определением связи рефлексии и мотива, так как мотив и мотивация являются личностными образованиями, внутренними побудителями личности к активности, являющейся основой для деятельности. Следовательно, формирование и изменение в рефлексии мотива приводит к изменениям в деятельности и личности. Второй вопрос вытекает из ответов на первый и связан с самосознанием, самоотношением, самоопределением и самооценкой субъекта как процессами и результатами рефлексии, ведущими к изменениям в личности и деятельности и фиксирующими эти изменения.

Рефлексия – это не просто механизм оценки и идеального выбора конкретного действия в данной ситуации, а механизм создания моделей поведения, моделирования способа жизнедеятельности. Если нахождение решения задачи является прямым результатом в процессе интеллектуального поиска, то его скрытым результатом является саморазвитие личности. Это основа для рефлексивного психологического консультирования. Рефлексия является механизмом собственной активности субъекта, побудительные силы которой в мотиве. Специфичность саморазвития, самоорганизации субъекта в том и заключается, что в процессе становления, развития человека активность, возникающая в ответ на воздействия окружающей ситуации,

сменяется собственной активностью по поиску того, что представляет смысл для его жизнедеятельности: с чем следует вступать во взаимодействие и что следует преобразовать в собственных интересах.

При произвольной регуляции возникшая потребность не реализуется сразу в действие, а приводит к постановке задачи согласования целей и актуальных потребностей. В процессе ее решения возникает противоречие между ресурсами субъекта и уникальностью условий ситуации.

Каждый элемент ситуации имеет свой смысл, который может не совпадать с очевидным и привычным смыслом данного элемента, когда он включен в другие сложившиеся содержания опыта субъекта. Возникает рефлексивная ситуация поиска смысла. Потребности в данный момент могут находиться в противоречивых связях и отношениях друг с другом, приходить в противоречие с имеющимися целями и задачами личности, общества. В связи с этим возникает необходимость переосмысления собственного опыта, объективированных потребностей, условий ситуации и путей поиска предмета удовлетворения потребностей. В данных процессах с помощью рефлексивного механизма происходит построение иерархии потребностей, необходимой для оформления побуждения в актуальной ситуации. В этом пространстве субъект в осознании потребностей может двигаться в разных направлениях: выстраивать иерархию объективированных потребностей, выделять ведущие потребности (высшего порядка), принимать, отвергать, производить замену и т. п. до тех пор, пока не потеряет доверия к собственному «Я» и его осознанности. Завершением такой работы, совершаемой в рефлексивном акте, является формирование мотива.

«Мотив как осознанное побуждение для определенного действия собственно и формируется по мере того, как человек учитывает, оценивает, взвешивает обстоятельства, в которых он находится, и осознает цель, которая перед ним встает: из отношения к ним и рождает-

ся мотив в его конкретной содержательности, необходимой для реального жизненного действия» [137, с. 564].

Для того чтобы потребность переросла в мотив, необходимо осознание возникшего побуждения. Такое осознание направлено на обозначение данной потребности, выделение ее предметности и соотнесение с наличной ситуацией. На основе одной и той же потребности могут образовываться мотивы к различным видам деятельности. Одна и та же деятельность может вызываться различными мотивами, отвечать различным потребностям. По мнению И. Д. Джидарьян (1974) мотив является внутренним состоянием личности, которое энергетизирует и направляет действия личности на каждый момент времени. Комплекс мотивов представляет собой мотивацию, которая выступает в виде сложного механизма соотнесения личностью внешних и внутренних факторов поведения, в котором определяется возникновение, направление, а также способы осуществления конкретных форм деятельности. Именно благодаря мотивации, которая предусматривает не только наличную ситуацию, но и некоторую предвидимую в будущем, в рефлексивном процессе приводится в соответствие цель деятельности, средства ее достижения, достигается целесообразность и осмысленность действий в целостном поведенческом акте личности. Рефлексия является необходимым условием формирования мотивации.

Процесс мотивации заканчивается принятием решения. Человек обдумывает наиболее оптимальный вариант своего поведения, деятельности, взвешивает его целесообразность, устанавливает, какие мотивы поведение или деятельность удовлетворят и нужно ли их в данной ситуации удовлетворять. В принятии решения участвует не один мотив, а их комплекс, представляющий собой определенную иерархию мотивов.

Временной показатель устойчивости является важным параметром мотивационной сферы. Попробуем на примере экспериментальных работ В. Г. Леонтьева [159] выделить роль рефлексии в формировании мотивации.

На основе анализа регистрации психофизиологических показателей (частоты сердечных сокращений, изменения напряжения скелетной и гладкой мускулатуры, ЭЭГ и прочее) была выделена динамика функционального напряжения организма, возникающего в процессе выполнения умственной деятельности, а также действия мотивационных механизмов. В изменении напряжения было выделено четыре основных периода: предстартовый, адаптационный, основной, исполнительский, послемотивационный. В течение всего процесса выполнения деятельности функциональная напряженность организма непостоянна.

В предстартовый период мотивация выполняет функциональную подстройку. Во время функциональной подстройки происходит борьба различных потребностей, выделение доминирующих и соподчиненных, выстраивается иерархия, которая соответствует наличной ситуации, целям и ценностям личности. Все эти процедуры обеспечиваются рефлексивными процессами, т. к. для формирования мотивации неизбежно осознание мотивов, выработка критериев построения их иерархии. Результатом действия и оценкой действия, а точнее их осознание с помощью рефлексии через соотнесение наличного с желаемым реализуется напряженность самого мотивационного возбуждения и состояния. Это отражается на биоэнергетической активности мозга и в целом на энергозатратах всего организма. Формирование мотивации под условия выполнения задания с помощью механизма рефлексии характеризуется повышением уровня мотивационного возбуждения.

Адаптационный период характеризуется мобилизацией ресурсов организма для решающего периода выполнения деятельности. В рефлексивном акте происходит оценка или переоценка (если оценка сформировалась в предыдущий период) сложности выполняемого задания, соотносится опыт стратегии решения подобных задач с данными условиями, осуществляется выбор пути решения. Все это отражается на определении доминирующего мотива, направленного либо

на преодоление препятствия, либо избегания выполнения задания в щадящем самооценку виде. Ведущий мотив в мотивации определяется соотношением в рефлексивном акте степени сложности задания и оценки возможностей субъекта. Заведомо невыполнимые (высокой степени сложности) задания для группы ведут к снижению силы мотивации и выбору стратегии избегания. Выполнение легких заданий не приводит к усилению мотивационного возбуждения и чаще всего реализуется в использовании шаблонов при решении задачи, актуализируя устойчивые для подобной ситуации мотивы. Только в переживании проблемно-конфликтной ситуации в адаптационный период путем рефлексии происходит смена одних мотивов на другие, формирование новых мотивов. В таких ситуациях осознание результата выступает в качестве механизма, «который способен подстраивать мотивационное возбуждение, а посредством этого и функциональное напряжение организма» [159, с. 96]. В. И. Степанский (1981) и О. А. Конопкин (1973) рассматривали подстроечный механизм мотивации в деятельности, определили его как критерий успешности, который может быть высоким, когда доминирует мотивация достижения, и низким, если преобладает мотивация избегания. Доминирование того или иного мотива определяется в рефлексивном акте на основании анализа условий задачи и наличной ситуации и возможностей самого индивида.

Исполнительский период реализуется с помощью рефлексии и характеризуется максимальной мобилизацией психофизиологических резервов организма. Реализация мотивации достигает своего апогея. Иницирующее действие рефлексии снижено. Можно сказать, что в этот период в полную силу проявляются все характеристики мотивации, рефлексия затухает. Но в следующий, послемотивационный период, рефлексивные процессы вновь набирают свою силу, сохраняя в течение некоторого времени мотивационное возбуждение. В. Г. Леонтьев называет данное явление мотивационной инерцией, которая объясняет тот факт, что после завершения сложной и трудной деятельности, у человека не наступает немедленного расслабления и пережива-

ния легкости и радости окончания деятельности. Мотивационная инерция подкрепляется рефлексивными процессами, в которых происходит анализ и осмысление деятельности в целом. Результатом такого осмысления является постепенный спад динамики мотивации (сил, напряженности и т. п.), соответствующей уже той, прошлой ситуации и формирование новых мотивов как осознанных побуждений и мотивации в целом. Так одно возбуждение сменяется другим.

В рефлексии происходит «завершение» и «рождение» мотивов, мотивации, осуществление их связанности и опосредованности. Рефлексия выполняет функцию различных согласований, результатом которых является образование новых явлений, таких как мотив, мотивация и мотивационная сфера. На сегодняшний день существуют разные типологии мотивации. В зарубежной психологии, несмотря на неоднозначность определения основных понятий, связанных с учением о побудительных силах, можно выделить несколько основных типов мотивации.

К первому типу относится мотивация с биоэнергетической основой: «мотивация инстинкта» (Мак Дауголл, 1929), «мотивация влечения» (З. Фрейд, 1946), «мотивация драйва» (Торп, 1951; Уотсон, 1924). В качестве ведущего механизма этого типа мотивации выступает физиологический гомеостаз. Действие гомеостатического механизма как мотивационного можно раскрыть через понятие функциональной системы (по А. К. Анохину) как специального аппарата саморегуляции. Отклонение от нормы какого-либо параметра организма в этой системе повышает активность в направлении восстановления этого параметра. Чем больше отклонение от нормы или продолжительнее период восстановления параметра, тем выше уровень побуждения (мотивации) к деятельности организма.

Ко второму типу мотивации относится мотивация с психоэнергетической основой: «мотивация потребности» (К. Халл, 1943; Э. Толмен, 1932), «мотивация психических и социальных факторов» (К. Левин, 1926; Ф. Хоппс, 1930; Ж. Аткинсон, 1958; А. Маслоу, 1954). Меха-

низмы этого типа мотивации разработаны слабо. Остается неясным, каким образом мотивация факторов приобретает побудительные, энергетизирующие свойства.

Недостатком рассмотренных типов мотивации является то, что вопросы сознания личности или не затрагиваются вовсе, или привлекаются как сопутствующий момент влечений, инстинктов. Без изучения сознания как психологической основы мотивационных механизмов нельзя понять общих закономерностей становления и проявления человеческой мотивации и развития личности.

Наиболее адекватной для решения данных задач является причинная типология мотивации, построенная на выделении ведущего мотива, который является результатом действия рефлексивного механизма в процессах самосознания.

Проникновение в сущность мотивации поведения и деятельности приводит к выводу о том, что наличие основных, ведущих мотивов, сформировавшихся прижизненно, не изолирует личность от обстоятельств жизни и не предполагает однообразного поведения человека. В реальности существует целая структура способов, мотивов и операций деятельности, объединенных координационно и субординационно сущностью основного мотива, ведущей стратегии.

В рамках рефлексивного психологического консультирования нами была выбрана причинная типология мотивации, разработанная О. П. Елисеевым для диагностики и наблюдения происходящих с мотивацией изменений в организованной в ходе консультации рефлексии. В данной типологии не предполагается подразделение на высшие и низшие стратегии и типы поведения, дезавуирующие нравственно-положительную ориентированность человека. Причинная типология мотивации опирается на четыре равноправные и независимые стратегии поведения человека, каждая стратегия имеет собственную причину мотивации. Она отличается от собирательных или описательных типологий тем, что не только упорядочивает отношения индивидуального к типологическому, но и объясняет эти отношения существен-

ными различиями способов взаимодействия внутреннего и внешнего, одновременно являющимися ведущими, глубинными мотивами этого взаимодействия. Эти четыре ведущих мотива, воплощающих собою четыре основные подструктуры взаимодействия внутреннего и внешнего, разворачиваются в соответствующие мотивационные стратегии [159].

Конструктивный тип мотивации выстраивается на взаимном принятии субъектом внутреннего и внешнего, стремлении к сотрудничеству.

Реконструктивный тип мотивации выражает доминирование внутреннего над внешним, стратегию избегания сложных ситуаций.

Инструктивный тип мотивации определяется отрицанием внутреннего по отношению к внешнему, стремлением к соперничеству, следованию какой-либо определенной норме или идее.

Деструктивный тип мотивации строится на отрицании внутреннего и внешнего, стратегии властвования над собой и другими или приспособлением к правилам других и собственным привычкам.

Данная типология позволяет вскрыть сущность индивидуальных различий мотивации, ведущих мотивов и направленности активности субъекта. В тот или иной момент жизни и деятельности обнаруживается доминирование того или иного типа мотивации.

В мотивационной сфере – как в многоуровневом, многостороннем, многомерном, т. е. системном образовании – рефлексия является механизмом осознания комплексов мотивов, мотиваций, образования смыслообразующих мотивов. В иерархизированной динамической мотивационной системе потребности, мотивы и цели определенным образом соподчинены, взаимосвязаны и взаимообусловлены. Функцию их согласования путем соподчинения выполняет рефлексия при соотнесении мотивов и целей. Доминирующие мотивы в мотивационной сфере устойчивы, глубоко личностные. Они организуют и подчиняют себе все другие побудители. По мнению В. Г. Леонтьева, эти мотивы составляют мотивационное ядро, от которого в значительной мере зависит духовный облик личности. Все эти особенности мотивационной

сферы значительно отличают ее от мотивации как ситуативной совокупности мотивов, побуждающих и регулирующих конкретную деятельность или конкретные акты поведения.

В рамках подхода выделения доминирующей направленности мотивации выделяется два типа мотивации: достижения успеха и избегания неудач. Осуществляя постановку реалистических целей, выбор задач, оценку собственного «Я» (самооценка) и оценку актуальной ситуации, субъект относит стремление и решение проблемно-конфликтной ситуации к успешному или неуспешному. За счет этого отнесения проявляется и укрепляется в качестве доминирующего мотив достижения успеха или избегания неудач. Мотив достижения успеха формируется за счет соотнесения в рефлексивном акте субъективной вероятности успеха (степени воспринимаемой трудности задачи и собственных возможностях к успеху), вероятности успеха (т. е. степени объективной трудности, подсчитываемой на основе относительной частоты успеха), и соотнесение успеха с его субъективной вероятностью. Указанные соотнесения происходят в рефлексивном акте его логическими, эвристическими и другими механизмами. Данные соотнесения зависят от личного опыта, от предшествующего успеха или неуспеха, их чередования, от осознания собственных способностей и интенсивности усилий. Соответственно, мотив избегания неудач основывается на тех же параметрах – вероятности успеха и других, но вывод в рефлексивном акте делается противоположный, и мотивация избегания неудач, получив эффективное подкрепление, постепенно распространяется на все большее количество жизненных ситуаций, становясь доминирующей стратегией мотивации. В рефлексивном психологическом консультировании выделяются данные стратегии мотивации и организуются условия для формирования конструктивного типа мотивации, в которой адекватно условиям актуальных жизненных задач чередуется активность мотивации достижения успеха и мотив избегания неудач, как ситуативных активизиру-

ющих и регулирующих сил, а не ведущая мотивационная стратегия, т. е. устойчивое состояние.

Управление рефлексией осуществляется через организацию проблемной ситуации. С другой стороны, задание исходных условий для рефлексии позволяет управлять развитием проблемной ситуации [124]. Это базовое положение для организации рефлексивного психологического консультирования. В процессе осмысления собственного «Я» рефлексивные процессы, прежде всего, направлены на мотивационную сферу личности. «Выход» в творческое пространство творения себя позволяет с помощью рефлексивного механизма изменить мотивационную сферу личности.

В ситуациях, где у субъекта отсутствует заинтересованность, но он вынужден подчиняться внешним требованиям, исходящим от самой действительности и условий ее выполнения, необходим рефлексивный анализ процессов побуждения к действию. Функция такого анализа не только объективация потребности и других связанных с ней последствий, но и выработка дополнительных мотивов, восполняющих недостаточность побуждения к действию. По предположению В. А. Иванникова [62], в данных ситуациях необходимо «изменение или создание дополнительного смысла действия, когда действие выполняется уже не только ради мотива, по которому действие было принято к осуществлению, но и ради личностных ценностей человека или других мотивов, привлеченных к заданному действию» [62, с. 85].

Рефлексией производится переоценка значимости мотива, изменение роли и позиции человека в общности, предвидение и эмоциональное переживание результатов своих действий, выбор и обращение к вспомогательным стимулам, соединение заданного действия с другими, более высокими мотивами (смысловыми), моделирование ситуации с новым мотивом и пр. Различные действия, производимые субъектом в рефлексивной позиции при заданной ситуации принуждения, способны вырабатывать дополнительные побуждения двумя

путями: использовать различные приемы и средства, уже имеющиеся в личном опыте как «успешные», или генерировать новые, адекватные ситуации. В любом случае необходимым является осознание привлекаемых приемов для осуществления контроля действий и оценки соответствия наличной ситуации. Как бы ни утверждалась свобода человека, наличие любой организованности и бытие человека в этой организованности являются изначально по сути своей принудительными. Психологическая консультация – это тоже своего рода принуждение либо извне, либо внутри, и к ней относится все вышеперечисленное, что связано с рефлексией.

Для актуализации рефлексии, как было выявлено и описано выше, необходима проблемно-конфликтная ситуация. Формирование мотивации в рефлексивном процессе при разрешении проблемно-конфликтной ситуации детерминировано с одной стороны анатомо-физиологическими и психологическими особенностями индивида, с другой – социальными условиями, культурной парадигмой, порождающей нравственно-этические и ценностные установки личности. Все это необходимо учитывать в процессе психологического консультирования.

Исследуя связь мотива и рефлексии, мы пришли к выделению рефлексивно-мотивационно-волевого механизма саморегуляции и активности субъекта.

Рассмотрим его составляющие.

1. Рефлексия в ходе своего осуществления способна не только объективировать потребности, но и вырабатывать новое побуждение.

2. Рефлексия является одним из механизмов волевой регуляции. В психологической литературе (Д. Н. Узнадзе, 1966; Л. И. Божович, 1981; Я. З. Неверович, 1965; А. А. Файзуллаев, 1987; Л. С. Выготский, 1983; А. В. Запорожец, 1965; В. И. Селиванов, 1982; Н. И. Непомнящая, 1965; Л. И. Анцыферова, 1969; В. К. Калинин, 1980; В. А. Иванников, 1985 и др.) описаны примеры волевого поведения, в которых содержится описание способов произвольного изменения побуждения

через изменение смысла действия. В психологической консультации много примеров, когда одного волевого действия недостаточно, воля не возникает без понимания, рефлексии. Рефлексией производится переоценка значимости мотива, изменение роли и позиции человека в общности, предвидение и эмоциональное переживание результатов своих действий, выбор и обращение к вспомогательным стимулам, соединение заданного действия с другими, более высокими мотивами (смысловыми), моделирование ситуации с новым мотивом и пр. Различные действия, производимые субъектом в рефлексивной позиции при заданной ситуации принуждения, способны вырабатывать дополнительные побуждения двумя путями: использовать различные приемы и средства, уже имеющиеся в личном опыте как «успешные», или генерировать новые, адекватные ситуации. В любом случае необходимым является осознание привлекаемых приемов для осуществления контроля действий и оценки соответствия наличной ситуации. В рефлексии рождаются новые смыслы, способные побудить к действию.

3. Реализация рефлексивного механизма «само-мобилизации» [141] позволяет вырабатывать дополнительные побуждения и строить новую мотивацию. Но для того чтобы рефлексия начала работать в указанном режиме, необходимо наличие в побуждении таких мотивов или точнее таких потребностей, которые были бы способны актуализировать рефлексивные акты, привести их в действие.

4. Для возникновения рефлексивных процессов необходима сформированность определенных потребностей, о чем писал Ю. В. Громыко: «взаимодействия позволяют ребенку обнаружить собственные ошибки, выявить собственные приемы действия, освоить функции контроля... это только в том случае, если ребенком принята задача или цель исправления ошибок и преобразования приемов собственного действия» [51, с. 147]. Такое принятие не возникает само по себе, равно как и рефлексия. Необходима организация определенного пространства, в котором бы взаимодействие в процессе деятельности порождало потребность в осмыслении ошибок и нахождение новых ре-

шений. Переживание ситуации как проблемно-конфликтной приводит к возникновению рефлексивных процессов, обусловленных определенными потребностями.

Таким образом, выделенный рефлексивно-мотивационно-волевой механизм активности и саморегуляции представляет собой взаимосвязанность, взаимопорождение его единиц. Рефлексия обусловлена определенными потребностями, но и потребности порождаются благодаря рефлексии, а для воплощенности их в действии актуализируется волевая регуляция.

В разработанной О. А. Конопкиным [159] концептуальной модели процесса осознанной саморегуляции в рамках системно-функционального подхода рассматривается два аспекта: функциональная структура и содержательно-психологический аспект. Функциональная структура представлена системно взаимосвязанными звеньями, реализующими полноценный процесс саморегуляции. Таковыми являются: принятая субъектом цель деятельности, субъективная модель значимых условий, программа исполнительских действий, контроль и оценка реальных результатов, система субъективных критериев достижения цели (критериев успешности), решения о коррекции системы саморегулирования. Содержательно-психологический аспект предлагает анализ обеспечения саморегуляции средствами конкретных психических процессов, явлений, продуктов психической активности и т. д. Данная модель функциональной структуры позволяет рассматривать рефлексивно-мотивационно-волевой механизм как реальное обеспечение функционирования всех звеньев процесса саморегуляции.

Принятие субъектом цели деятельности происходит при достижении осознания ее субъектом и наличии определенных побуждений, направленных на ее реализации. Программирование собственных действий при наличии внешних условий активности также приводится в действие рефлексивно-мотивационно-волевым механизмом, в котором учитываются необходимые для успешной исполнительской деятельности условия, осуществляется поступление информации о динамике этих условий в процессе деятельности, регулируется и направ-

ляется побуждение. Программа действий составляется на базе рефлексивных процессов и соответствует определенной мотивации. Система критериев успешности формулируется на основании жизненного опыта, представленного совокупностью результатов рефлексии. Контроль и оценка реальных результатов обеспечивает знание о соответствии или расхождении между запрограммированным ходом деятельности, ее этапами и конечными результатами, реальным ходом их достижения. Волевая регуляция позволяет свершиться новому действию или появиться новой мысли.

Рефлексивно-мотивационно-волевой механизм входит как составляющий элемент в более генерализованные механизмы психической активности. Мы считаем правомерным постановку вопроса об управлении активностью через организацию рефлексивных процессов, формирующих мотивацию субъекта, активизирующую его волю для действия. В свою очередь рефлексивные процессы возникают в определенной ситуации, которая может быть представлена как проблемная. В психологическом консультировании, по мнению В. Ю. Завьялова [159], одной из задач психолога-консультанта (в тексте психотерапевта) является нахождение способов «озадачить» клиента (в тексте пациента), создать такую ситуацию, в которой является возможным показать проблему таким образом, чтобы у клиента (пациента) не оставалось ничего другого, как пытаться решить ее новым способом, путем переосмысления своих позиций, отношений, личностного опыта. Рефлексиование собственных поступков, действий, мыслей, чувств, навыков вызывает разрушение стереотипов, ведущих к патологии или уже патологических (навязчивости, компульсии и др.). В связи с этим в психологическом консультировании как прикладном направлении изучения мотивации и рефлексии представленные научные выкладки являются важными. Из них следует, что при организации и осуществлении деятельности, любой вид которой можно редуцировать к мыслительной, актуализируется и осуществляет свою работу рефлексия как механизм и процесс, который имеет личностную обусловленность и напрямую связан с формированием побудителей активности деятельности – ее мотивов и воли.

2.2. Механизм «рефлексия – мотив – воля»

В психологическом консультировании важнейшей задачей является формирование новых мотивов – это мотивационный процесс образования намерения. Намерение нужно осуществить, для чего требуется запустить в действие спланированное действие. Каким образом это происходит, является одним из самых «темных» вопросов в психологии, на что указал Е. П. Ильин, исследуя феномены мотивации, воли, эмоции, поведения. Н. Н. Ланге писал: «Мы чувствуем мотивы к действию, затем ощущаем само действие, но переход между ними остается вне сознания» [91, с. 331]. С помощью выделенного нами механизма «рефлексия – мотив – воля», с опорой на разные исследования психологов, мы совершаем попытку найти в этом «темном пятне» просвет, связанный с формированием побуждения, неизбежно приводящего к осуществлению действия.

Организуя рефлексивные процессы определенным образом, можно влиять на побудителей (мотив и воля) активности, которые предшествуют, сопровождают и являются результатом деятельности. Возникновение нового мотива – акт чрезвычайный, он определяет будущее человека. Воля в качестве волевого усилия и волевого действия дает возможность преодолеть трудности и получить необходимый результат, который еще будучи в идеальном плане в рефлексии, привел к возникновению этого нового мотива. Таким образом, в рефлексивном консультировании за счет рефлексивных процессов и благодаря сформированным новым мотивам, активности волевых усилий происходит изменение деятельности, поведения, отношения, а затем и личных качеств, и, как следствие, картины мира.

Рассмотрев связь рефлексии и мотивации в предыдущем параграфе, мы в данном тексте сконцентрируем внимание на анализе связи воли и мотивации. Если формирование мотива в рефлексивных процессах необходимо доказывать экспериментальным путем, чему посвящена четвертая глава монографии, то связь мотивации и воли

у большинства психологов не вызывает сомнения, но до настоящего времени продолжается научная дискуссия о том, какая это связь.

Е. П. Ильин в своей работе «Психология воли» выделил три направления в изучении связи воли и мотивации. Первое направление отождествляет волю и мотивацию. «Сторонники данного направления ссылаются на то, что если у человека есть сильное желание (мотив), то не требуется никакого психологического механизма, дополнительного по отношению к мотиву, который вызывал бы активность человека для достижения цели; само желание организует эту активность» [64, с. 33]. В работе «Основы общей психологии» С. Л. Рубинштейн в главе, посвященной исследованию воли, по мнению Е. П. Ильина, дает изложение не воли, раскрывает различные аспекты мотивации, тем самым отождествляя волю и мотив.

Второе направление не отождествляет мотивацию и волю, хотя и не отрицает наличия связи между ними. Внутри этого направления нет единства. П. И. Иванов (1967) считает, что произвольные, т. е. волевые действия совершаются по мотивам. Для Л. С. Выготского и Л. И. Божович воля является частью мотивации, характеристикой и механизмом осуществления мотивации. В. А. Иванников (1985), вслед за Й. Бекманом и Ж. Пиаже, считает волю усилителем недостаточного по силе побуждения к заданному действию.

Третье направление ставит под сомнение связь воли и мотива. Так, В. К. Калинин утверждает, что воля – это система механизмов сознания, обеспечивающих самоуправление функциональной структурой психики и уровнем ресурсных затрат в деятельности и поведении, в отдельных действиях и поступках [69].

В своей работе «Психология воли» Е. П. Ильин тщательно исследует такие понятия, как «воля», «волевая регуляция», «волевое усилие» и «волевые качества» [64]. В раскрытии связи между рефлексией, мотивацией и волей мы опираемся на этот фундаментальный труд.

В данной монографии мы выделяем те главные положения, которые подтверждают наличие связи между волей и мотивацией и ее характеристики.

Традиционное понятие воли как усилия, направленного на подавление конкурирующих тенденций действия, прочно укоренилось в психологии. Ю. Куль, по мнению Е. П. Ильина, говорит о двух типах волевой регуляции. Первый лежит в основе традиционного понимания воли – «самоконтроль», проявляющийся в произвольном внимании и усилиях субъекта повысить уровень собственной активности. Ю. Куль выделяет детерминанту самоконтроля – цель. Самоконтроль направлен на активное подавление факторов, выводящих систему достижения цели из равновесия. Под его властью находятся эмоции, мысли, намерения, которые создают препятствия, мешают достижению цели. Однако подавляемые события имеют определенный потенциал противодействия, что, в свою очередь, приводит к необходимости нового цикла подавления, и таким образом к увеличению и расширению сферы контроля. По мнению, Ю. Куля, данный процесс согласования внутри системы может настолько затянуться, что изначальная тенденция действия так и не будет инициирована либо, будучи инициированной, не получит завершения. В психологическом консультировании в большинстве случаев психолог имеет дело с такой незавершенностью или при гиперконтроле, отказе от действия и потере контроля, чему посвящены клинические и психотерапевтические исследования [184]. Незавершенность подавления конкурирующих мотивов в мотивации, отсутствие дополнительного стимула в виде нового смысла, усиливающего необходимое побуждение для достижения цели действия, воздействует на рефлексивность и приводит к регрессивной рефлексии. Это происходит, когда циклы подавления конкурирующих побуждений, усиления самоконтроля и застревания в поиске смысла замыкаются на себя, не находя выхода в действии. Такой клиент любит рассуждать, но не действовать. Приходя на консультацию, он будет находить новые причины бездействия и пора-

жать красотой анализа условий и самоанализом внутреннего мира, обуславливающих существующее положение его жизни, обнадеживать себя завтрашним действием. Метафорично это выражается в словах: «А с понедельника я начну, и все будет по-другому», но этот понедельник может настать через неопределенный срок. В данном случае имеет место быть явное нарушение согласованного взаимодействия составляющих механизма «рефлексия – мотивация – воля».

Сознательный характер любых произвольных актов (воли) определяется прежде всего тем, что им предшествует процесс мотивации, происходящий при большем или меньшем участии разума, как считает Е. П. Ильин. Тем самым он связал волю, мотивацию, разум (сознание) в единое звено в действии. Многие психологи обозначали такую связь, но не указывали конкретно в сознании на рефлексия, и не различали ее прогрессивный и регрессивный виды.

Другой тип волевой регуляции был назван Ю. Кулем «саморегуляция». В саморегуляции существует произвольное внимание к целевому объекту и отсутствие усилий со стороны субъекта, направленных на энергизацию своего поведения. Регуляция складывается из совместной работы взаимодействующих индивидуальных «волей», при слабых и не постоянных контролирующих влияниях «Я». Приход возмущающего воздействия не затрагивает эту систему в целом и перерабатывается на локальном уровне и лишь после этого при необходимости задействует контролирующие функции «Я», т. е. произвольный уровень регуляции. Такой принцип регуляции является ресурсным и энергосберегающим.

В процессе рефлексивного психологического консультирования необходимо усилить исполнение своих функций рефлексией, в частности регулирование отношения между волей и мотивацией, и перейти на этот экономичный ресурсный контроль. В ходе консультации усиленный самоконтроль, связанный с потерей энергии, проявляющийся на начальных этапах консультации, необходимо последовательно путем работы с проблемой методами, усиливающими прогрес-

сивную рефлексию и развивающими ее, постепенно снижать и активизировать функции регуляции.

В произвольной регуляции рефлексия действует постфактум, после начала действия. В произвольной регуляции рефлексия предшествует, действия осознаются до их начала, формируется образ и цель, средства достижения, которые проходят оценку и предполагается успешный или не успешный результат.

Х. Хекхаузен (2003) процесс осуществления действия делит на четыре фазы: подготовительную, преакциональную, ациональную и пост-акциональную. Первая и последняя фазы связаны с мотивационным состоянием, а две другие – с волей. Данный подход, по мнению Е. П. Ильина, описывает частный случай, как «борьба мотивов». Но для нас важно, что в «борьбе мотивов» происходит, по концепции Х. Хекхаузена, обдумывание различных вариантов действия и заканчивается оно формированием интенции (побуждения). Таким образом, Х. Хекхаузен, не обозначая, связал рефлексию и побуждения в единый механизм. Л. С. Рубинштейн (1946) дал полное обоснование связи воли с сознанием, раскрыв то, что волевое действие опосредуется сознанием, а также обозначил его связь с мотивом: «Лишь тогда, когда осознан предмет, на который направляется влечение, и объективное выражение потребности становится осознанным и предметным желанием, человек начинает понимать, чего он хочет, и может на новой осознанной основе организовать свое действие» [137, с. 588]. Л. С. Рубинштейн полагал, что зачатки воли заключены уже в потребностях как в исходных побуждениях человека к действию. И далее он раскрывает: «Волевое действие всегда опосредовано более или менее сложной работой сознания – осознанием побуждений к действию как мотивов и его результата как цели» [136, с. 589]. Он выделил ту область сознания, которая связана с мотивацией и волевой регуляцией – это осознание, т. е. рефлексия. Относительно нашего представления, Л. С. Рубинштейн указал еще и на цель как побудитель действия, как формирующуюся в рефлексии, так и опосредующую мотив.

В психологическом консультировании работа с целью – это работа по формированию направленности процесса консультации и взаимодействия психолога и клиента. Целеполагание опосредует работу всего механизма «рефлексия – мотив – воля», но не во всех случаях. Когда цель как бы упакована в мотиве, она априори есть, ее приходится вытаскивать из латентного состояния. Например, клиент рассказывает психологу событие жизни, но не знает в данный момент, зачем именно это событие. Цель его действия – рассказа не сформирована, не осознана, но мотив есть, желание есть, раз он это делает. Клиент может предпринимать волевое усилие для рассказа о подавляемом ранее психологическом материале. Налицо действие механизма «рефлексия – мотивация – воля», а цель с помощью организации специфической ситуации осознания цели вытаскивается из неосознаваемого материала сознания. Цель относится к осознаваемым феноменам, значит в неосознаваемом виде это не цель, а направленность побуждения, которая целью может стать впоследствии. Только осознанная цель активизирует волю, по утверждению С. Л. Рубинштейна.

Мы рассматриваем шире, внося рефлексия, и не сужая к осознанной цели, опосредование побуждений. В рефлексии есть и представление о цели – «цель осознана», и предполагаемый результат, и оценка средств и возможностей, временных затрат и усилий, а также условий ситуации. Все это, как уже было показано выше, влияет, детерминирует, опосредует мотивацию, мотив, волю, волевую регуляцию, самоконтроль.

До начала действия множество кругов может пройти в цепочке «рефлексия – мотив – воля», и наличие цели играет в этом существенную роль. Сформированная цель значительно сокращает возможное количество таких кругов. В случаях наличия препятствий перед началом действия все компоненты будут активны, в других случаях активность последнего компонента – воли снижается в условиях прогрессивной рефлексии, когда осознания и мотива достаточно для действия либо нет нужды в формировании новой мотивации.

Существуют так называемые искусственные теории, которые пытаются вносить различия в употребляемые понятия в ущерб очевидным реалиям жизни, которые фиксируются в этих понятиях. Так, Е. О. Смирнова [165] рассматривает произвольность и волю как самостоятельные психологические феномены. Развитие произвольности у детей определяется уровнем осознания своего поведения, а развитие воли – содержанием мотивов. Мотивы ребенком не осознаются, считает она, приводя в пример требование ребенка на исполнение своего желания даже в ущерб на предложение привлекательного предмета. Противоположный аргумент в пользу сведения произвольности и воли к одному основанию привел Е. П. Ильин простым вопросом: «Но если он их не осознает, то почему же требует?». Следовательно, если мотивы осознаются, то осознанность связана не только с произвольностью, но и с волей, значит произвольность и воля – это одно и то же.

В психологических исследованиях, как выделил Е. А. Ильин, волевая регуляция понимается по-разному: как сила воли в качестве силы мотива, сила воли как борьба мотивов, сила воли как самостоятельное волевое качество. Стимулами, влияющими на увеличение силы воли, обозначаются: изменение смысла действия и эмоций, которые включаются при наличии препятствий и дают дополнительную энергизацию. Волевая активность – интегративное образование, зависит от силы потребности и интенсивности переживаемых человеком эмоций, считает Е. А. Ильин. Механизм самомобилизации характеризуется использованием значительных волевых усилий, направленных на преодоление трудностей и препятствий.

В проблеме выбора, которая является ключевой, системообразующей в модели типологии психологических проблем для рефлексивного психологического консультирования (о чем речь пойдет во второй части монографии), отношения между мотивом и волей прямые, когда мотивация смыкается с волей, о чем говорил В. Франкл, и для свершения выбора достаточно мотива, и когда необходимо в «муках решений» усилить один из конфликтующих мотивов, раз-

решить конфликтные отношения между мотивами. В теле данной проблемы правильнее будет говорить не о волевой регуляции как процессе, не о формировании мотивации, а о волевых ситуативных усилиях и мотиве. Акт выбора интенсивен сам по себе в рамках психологической консультации. С одной стороны, в момент выбора проявляются усилия, задачей которых является подавление побуждений, препятствующих достижению цели. Эти побуждения связаны с возникающими в процессе деятельности неблагоприятными состояниями, такими как страх, утомление, фрустрация, которые подталкивают человека к прекращению деятельности. С другой стороны, это волевые усилия, стимулирующие активность, направленную на достижение цели. Эти усилия имеют большое значение для проявления таких волевых качеств, как терпеливость, упорство, внимательность, настойчивость. В выборе два вида усилий находятся в противоборстве, и только рефлексия способна разрешить эту ситуацию: борьбу мотивов и борьбу разнонаправленных волевых усилий.

Таким образом, в рефлексивном психологическом консультировании механизм «рефлексия – мотивация – воля» работает следующим образом: рефлексия регрессивная переводится в прогрессивную, мотивация активизируется конструктивная с динамическим равновесием мотива достижения и мотива избегания неудач адекватно внешним условиям ситуации, воля принимающая вид самоконтроля трансформируется в волевую регуляцию, т. е. саморегуляцию личности. Выбор осуществляется на основе слаженной работы этих трех составляющих одного механизма, побуждающего и регулирующего действие и деятельность.

Процессы саморегулирования являются частью процессов самоуправления человека психическими процессами, свойствами, состояниями. Перспективная задача консультирования – это выход клиента в состояние самоуправления. Человек, управляющий собой (в этом смысле воля понимается широко, как произвольная регуляция, а не только сила и волевые качества, удерживающие человека в пределах

норм и правил на любых уровнях его функционирования), является, как следствие самодостаточным и саморазвивающимся, способным разрешать возникающие жизненные затруднения самостоятельно.

Большую роль в этом играет его самость. По мнению Е. П. Ильина, в лингвистике прибавление местоименного прилагательного «само» к тому или иному слову имеет вполне определенное словообразовательное значение, смысл которого заключается в обозначении направленности действия на того, кто его производит. «Отсюда главной сущностью воли является самость... Самость – это сознательное преднамеренное планирование человеком своих действий в соответствии с собственными желаниями, с переживаемым им самим чувством долга (мотивация), это отдача самому себе команды для начала действия, стимуляция самого себя, осуществление самоконтроля за своими действиями, состояниями» [64, с. 59–60]. Самость в рефлексивном психологическом консультировании – это та компетенция, на формирование, обучение которой направлены силы психолога и клиента.

При рассмотрении вопроса о связи между рефлексией и личностными изменениями субъекта мы не можем обойтись без раскрытия результатов действия рефлексивно-мотивационно-волевого механизма в деятельности, мышлении и построении отношения. К таким результатам мы относим все то, что включает в себя «само-». Самосознание, саморегуляция и самооценка личности рассмотрены в следующем параграфе.

2.3. Роль рефлексии в сознании и самосознании личности

Системообразующим и регулирующим фактором активности личности является ее самосознание. Самосознание как результат самопознания и самоотношения можно определить как достаточно устойчивый комплекс представлений и суждений о самом себе, своих потенциях и интенциях. В структуре самосознания как самообъективированном личностном опыте можно выделить такие образования:

образ «Я», ценности, идеалы, цели, уровень притязаний, представления о способах самооценивания и порождения личностных смыслов и т. п. Интегрирующим фактором самосознания является образ «Я». Структуру образа «Я» образуют такие компоненты, как «Я» прошлое, «Я» реальное, «Я» будущее, «Я» идеальное. Другие элементы самосознания выполняют регуляторную функцию в процессе взаимодействия образа «Я» с этими элементами.

В самосознание личности включены различные моменты: представление о собственной внешности, своем социальном статусе, собственном характере, прошлых поступках, своих способностях и возможностях, осознание своих целей, намерений, надежд и предположений. Сами по себе компоненты личностного самосознания и их относительная важность в целостной структуре самосознания, как субъективно воспринимаемая, так и объективно существующая, могут изменяться и фактически изменяются с развитием рефлексивных способностей. Благодаря способности самосознания и самопознания человек может иметь представление о самом себе как субъекте сознания, общения и действия. В таком случае мы можем говорить о личностной рефлексии.

Наиболее развернуто представление о связи рефлексии и самосознания дано А. Г. Спиркиным, который подчеркивает, что «самосознание тесно связано с рефлексией... Самосознание, будучи и самопознанием, и самоотношением, и самооценкой, формируется на определенном уровне развития личности под влиянием социального образа жизни» [ФЭ, т. 5, с. 46]. В. В. Столин в своем выступлении на круглом столе по проблеме «Рефлексия и творчество» [172] также отмечает тесную взаимосвязь рефлексии с самосознанием личности, в частности, с такими его типами, как раскаяние, ожесточение, смятение, самообман, дискредитация и т. п., которые обусловлены тем, каким образом субъект осмысляет свои личностные выборы, совершая тот или иной поступок или, иначе говоря, действие по отношению к другому человеку.

В. В. Барцалкина считает, что формой самосознания или формой осознания себя (как результат процесса объективации) является специфическое содержание, связанное с характеристиками рефлексивного процесса, через которое субъект осознает себя. Реально-практическим «пространством» такого осознания становится, по определению В. И. Слободчикова [164], «со-бытие», отношения внутри которого по природе своей противоречивы и реализуются двумя взаимосвязанными процессами: обособления (физического, биологического, психического, личностного и др.) – как функционального условия становления индивидуальности и отождествления (импринтинг, уподобление, идентификация, подражание, игра, учение и др.) – как условия приобщения к общечеловеческим формам культуры. Выработка новых средств в одном процессе становится предпосылкой разворачивания другого и наоборот. Единство и противоположность процессов есть постоянно действующее, живое противоречие, задающее рефлексию. Такие противоречия, как считают Ю. А. Ранецкий, И. Н. Семенов и С. Ю. Степанов (1990), могут быть между:

1) тенденциями личности к принятию заданных извне императив, норм, правил и стремлением к самостоятельным творческим отношениям;

2) ситуационными изменчивыми и сущностными, устойчивыми отношениями личности, задающими ее качественную определенность;

3) жизненной активностью в идеальном плане и необходимостью действенно-практической реализации;

4) объективной логикой самодвижения отношений, заданной объективными обстоятельствами жизни и способностью субъекта овладеть и удержать эту логику;

5) способами организации и осуществления субъектом своих жизненных отношений и сущностью «Я», в соответствии с которой субъект должен строить свои жизненные отношения;

6) качеством объективных условий жизни и качеством ценностного уровня системы отношений;

7) объективными условиями жизни личности, требующими от нее определенного уровня и качества объективации и реальным способам объективации и их качества;

8) внутренними возможностями субъекта для продуктивной реализации своих жизненных отношений и наличной продуктивностью и результативностью жизненных отношений и т. д.

Накопление противоречий может перейти в новое качество – кризис, который является жизненным событием, т. е. таким этапом жизненного пути, который характеризуется необходимостью поиска новых смысловых оснований, направлений, способов реализации активности, что проявляется в процессах выработки и принятия личностно-значимых решений на достаточно длительный период жизни.

В работах Ю. Н. Кулюткина неоднократно отмечалась важность рефлексивной регуляции личностью своих собственных внутренних процессов. Такого рода механизм саморегуляции основан на «иерархическом» разделении управляющих и контрольных функций внутри одной и той же личности, когда человек выступает для самого себя как объект управления, как «я – исполнитель», действия которого необходимо отображать, контролировать и организовывать, и когда человек одновременно является для самого себя «я – контролером», т. е. субъектом управления – такой механизм саморегуляции рефлексивен по своей природе [159].

Для понимания рефлексивного механизма саморегуляции принципиальное значение имеет идея, высказанная Л. С. Выготским о том, что когда человек выступает в качестве члена определенной социальной группы, то функция регуляции его действий принадлежит уже не только ему одному как личности, а социальной группе в целом. В процессе интериоризации межличностных форм контроля человек начинает одновременно выполнять две функции: управляющую и исполнительную, причем управляющую функцию он начинает применять

и по отношению к другим, но и по отношению к самому себе для овладения своим собственным поведением.

По мнению И. Н. Семенова и С. Ю. Степанова, рефлексия как переосмысление и перестройка субъектом содержаний своего личного опыта порождает действенное, активное отношение субъекта как целостного «Я» к собственному поведению и общению, к осуществляемой деятельности, ее кооперантам, социокультурному и вещно-экологическому окружению [141].

Источником конструирования целостности деятельности и общения, т. е. преодоления возникающих в них противоречий, является смысловой резервуар личности, восполняемый в процессе культивирования субъектом собственной индивидуальности соответственно конкретно-историческим вопросам эпохи. Культивирование осуществляется в виде постоянной рефлексии субъектом способов действенного самоопределения и самопостроения в контексте формируемых в культуре идеалов и ценностей.

По мнению В. И. Слободчикова (1995), Л. И. Анцыферовой (1981), Л. Я. Андрияко (1990), Ф. Е. Иванова (1990), И. Н. Семенова (1990), С. Ю. Степанова (1990), такого рода рефлексивное самоопределение связано с экзистенциальным обращением к предельным смыслам действенного бытия и жизнедеятельности конкретного человека. Оно призвано обеспечить создание новых способов поведения, общения и деятельности, а также смысловых перспектив реализации потенций личности.

Специфика рефлексивных процессов при самоопределении обусловлена многообразными реально-практическими ситуациями (познавательными, нравственными, поведенческими, социально-коммуникативными), требующими от человека развитого умения координировать свое действие с действиями других людей. На этом уровне устанавливаются те реальные обстоятельства практической жизнедеятельности субъекта, которые характеризуют рефлексивный процесс как естественно присущую человеческому сознанию способность.

Целью самоопределения является преодоление разрыва, который возникает между идеальным и реальным планами в анализе ситуации средствами рефлексии.

Процесс самоопределения в ситуации, по нашему мнению, можно разделить на два этапа. Первый этап связан с восприятием ситуации поглощенным ей человеком. Видение субъекта представляет совокупность разрозненных моментов. Фрагментарная модель ситуации не позволяет определить место ситуации в жизни, осознать причины ее возникновения и возможные последствия, вписать ее в жизненный контекст.

В рефлексивном анализе выстраивается модель реальности с большими ограничениями, без целостного представления ситуации. Большую роль играет ретроспективная рефлексия, способствующая воссозданию закрепленных в личностном опыте стереотипов восприятия и стереотипов мышления, которые обнаруживают себя, чаще всего, как неадекватные ситуации. На этом этапе субъект может занимать разные позиции, которые в большинстве случаев не ведут к конструктивному самоопределению в ситуации. Мир представляется либо совокупностью обстоятельств, либо человек воспринимает себя в качестве единственной причины сложившейся ситуации. Фрагментарное видение ситуации определяет неадекватные действия и неадекватную самооценку субъекта. В практике психологического консультирования психолог работает именно с фрагментарным видением ситуации субъектом.

Применение различных техник, направленных на расширение рефлексивного охвата ситуации и собственного места в ней, позволяет перейти на второй этап самоопределения. На этом этапе с помощью рефлексивного анализа и рефлексивного понимания рассмотрение ситуации выводится в более широкий контекст, что и является более продуктивным для самоопределения субъекта, т. к. объектами рефлексии являются сама ситуация в ее широких рамках восприятия и определенное место человека в ней.

Интроспективная и проспективная формы рефлексии выполняют функцию соотнесения (согласования) идеального будущего и модели реальной жизни. В результате сопоставления двух планов разрабатываются пути коррекции, изменения ситуации, что является показателем продуктивной работы человека в ситуации самоопределения. Переходы с первого этапа на второй и обратно связаны с освоением новой точки зрения на ситуацию, расширением ее видения, обогащением новыми параметрами, овладением новыми техниками и способами.

Развитие рефлексивных способностей субъекта в процессе самоопределения связано с научением произвольно изменять позицию по отношению к ситуации с тем, чтобы создать более полное представление о ней. Личностная саморегуляция связана преимущественно с определением и коррекцией своих позиций (в рамках культурно-исторической традиции, закреплённой в нормах социума).

В процессе самоопределения человеком в той или иной степени задействованы все виды рефлексии, принимающие участие в принятии решения. Принимаемое субъектом решение, по своему содержанию может быть отнесено к осуществлению уже готовых, сложившихся в сознании субъекта стереотипов поведения деятельности, мышления. В этом случае можно утверждать, что процесс самоопределения субъекта проходил с помощью понимающей рефлексии.

В другом же случае, когда рефлексия явилась механизмом осознания и «трансграницности» личности, самоопределение субъекта проходило при помощи осознающей рефлексии. В результате у человека формируются новые знания о себе: характере, способностях, поведенческих проявлениях. В осознающей рефлексии происходит непосредственное переживание собственной границы «Я» и одновременно той «безграницной тотальности» [34], которая открывается за ней. Расширение «собственных границ» – границ своего «Я», границ своего мышления – и есть суть самоопределения и самопознания, прямым следствием чего является изменение мотивационной сферы субъекта.

Рефлексия в качестве переосмысления опыта состоятельна только тогда, когда в проблемно-конфликтной ситуации прежние смыслы дискредитируются, становятся бессмысленными. Но для такого вхождения необходимо наличие определенной потребности в виде желания выйти из кризиса. Именно эта первичная потребность появляется путем организации пространства.

Развитие личности следует соотносить с развитием и совершенствованием рефлексивных механизмов, которые, по нашему предположению, опосредуют развитие мотивационной сферы в соответствии с этическими, ценностно-нравственными принципами культурного бытия.

По мнению В. И. Слободчикова, самопознание является основой развития постоянного самоконтроля и саморегуляции человека. «Самоконтроль проявляется в осознании и оценке субъектом собственных действий, психических состояний, в регуляции их протекания на основе требований и норм деятельности, поведения, общения. Самопознание может включать в себя самооценку, но оно может быть и чисто констатирующим, внеоценочным» [164, с. 193]. А самосознание включает в себя и самопознание, и самооценку.

Определив роль рефлексии в самосознании и самопознании, мы можем утверждать, что самооценка связана с развитием рефлексивных способностей субъекта и формируется в процессе рефлексирования субъектом ситуации и собственных возможностей. «Самооценка – это тот компонент самосознания, который включает в себя и знание о собственной самости, и оценку человеком самого себя, и шкалу значимых ценностей, относительно которой определяется эта оценка» [164, с. 193]. Степень адекватности самооценки является одним из показателей развития рефлексивных способностей.

И. Н. Семенов и Г. И. Катрич выстраивают типологию самооценки исходя из уровней развития рефлексивных способностей. В сферу рассмотрения нашего исследования не входит разработка матрицы уровней развития рефлексивных способностей в соответ-

ствии с результатами деятельности самопознания, а также наполнение смыслом и построение конкретного содержания словосочетания «рефлексивные способности», что в свою очередь может служить материалом для дальнейшего исследования. В настоящей работе нам необходимо рассмотреть тот параметр, который указывает на взаимосвязь личностных изменений и рефлексии. Таким параметром является самооценка, формирующаяся в результате самосознания и самопознания субъекта. Рефлексивный механизм приводит к личностным изменениям субъекта, а собственно его оценки себя, своих способностей и возможностей.

В модели Г. И. Катрич и И. Н. Семенова [73] первый уровень развития рефлексивных способностей соответствует актуализации и развитию разнообразных форм отношений субъекта. Этому уровню соответствует диффузно-утилитарный тип самооценки, связанный с переживанием субъектом своей безусловной ценности. Второй уровень связан с развитием смыслов, т. е. содержательных структур опыта, которые обеспечивают осмысленность отношений субъекта к реалиям окружающего мира. Этому уровню соответствует ситуативно-практический тип самооценки, связанный с ценностью функционирования субъекта в конкретных условиях. Третий уровень соответствует возможности осуществлять переосмысление стереотипов опыта. Данному уровню соответствует обобщенно-рефлексивный тип самооценки, связанный с установлением взаимосвязи между событиями, имеющими место в жизненном опыте субъекта. Первые два типа самооценки являются следствием присвоения субъектом форм и способов оценивания его другими, последний тип самооценки есть результат оценочной активности самого субъекта. Данная типология представляется нам не полной, т. к. не учитывает качественную сторону самооценки, а охватывает ее форму.

Качественная характеристика самооценки выражается в степени адекватности ее личностному опыту субъекта и оценки его со стороны окружающих. Личностный опыт, по мнению И. С. Якиманской,

представляет собой опыт пережитого и переживаемого поведения, в котором сам человек может дать себе отчет о своих возможностях, в котором он хотя бы приблизительно знает правила организации собственных действий и собственного отношения, в котором зафиксированы значимые для него ценности, существует определенная иерархия предпочтений, о которых он способен дать себе отчет, что ему самому нужно и что он хочет.

В работах В. И. Слободчикова, Е. И. Исаева, Г. А. Цукерман, Ф. Т. Михайлова, В. В. Столина установлено, что самооценка может быть адекватной и неадекватной – заниженной или завышенной. Завышенная самооценка приводит к формированию таких особенностей личности, как самоуверенность, высокомерие, некритичность. Заниженная самооценка формирует робость, неверие в свои силы и т. д. Адекватная самооценка обеспечивает благоприятное эмоциональное состояние, вселяет уверенность в достижении намеченных целей. В данном описании заключается определение взаимосвязанности личностных черт и самооценки, а соответственно и рефлексии, показателем развития которой и является самооценка.

На наш взгляд, для построения типологии самооценки в соответствии с уровнями развития рефлексивных способностей необходимо соединить две плоскости рассмотрения самооценки – ее форму, выделяемую в зависимости от отношений субъекта с окружающим миром и ее качество, выражающее степень адекватности представления об этих отношениях. На определенном уровне развития рефлексивных способностей формируется адекватная, обобщенно-рефлексивная самооценка.

Как уже было рассмотрено ранее, рефлексивный механизм лежит в основе изменения личности. Но если не произошло изменения отношения к самому себе, то и изменений в деятельности, поведении субъекта тоже не происходит. Личностные (эмоционально-волевые) механизмы рефлексии включают в себя как результат своего развития самооценку субъекта. Самооценка субъекта как обращенность личности

на саму себя является одним из опосредованных (непрямых) измеряемых показателей развития рефлексивных способностей субъекта.

Решающую роль в развитии рефлексивных способностей играют социокультурные и индивидуально-типологические предпосылки. Ценностные ориентиры, идеалы, нравственно-этические принципы жизнедеятельности данного общества определяют формирование в рефлексии самооценки. Когнитивные, эмоционально-волевые и другие особенности субъекта влияют на скорость, продуктивность рефлексивных процессов.

В исследовании Ф. Патаки было установлено явление «я-чувствительности», выражающее факт развития «Я-образа» по мере повышения уровня образования в обследованных им группах испытуемых. Это позволило ему выдвинуть гипотезу о том, что данное явление по-видимому предполагает определенную степень натренированности в области я-рефлексивности, иными словами, оно говорит о том, как часто и как сознательно индивид делает себя предметом своей собственной аналитической и самоопределяющей рефлексии [159].

Освоение техник, приемов, методов, способов деятельности в предметных и рефлексивных формах (техник и способов деятельности и мышления), знание «чистых» форм развертывания и принципов осуществления процессов мышления и деятельности позволяет преобразовывать, трансформировать и изменять различные типы деятельностей в различных областях практики. Формирование способности выявлять «чистые» формы деятельности и мышления расширяет возможности человека, он получает возможность не только осуществлять деятельность, но и понимать то, как он это делает.

Рассмотрев рефлексию в качестве средства формирования нового побуждения и активизации волевой активности, мы можем выделить те основные теоретические положения, на которые опирается рефлексивное психологическое консультирование.

1. При рассмотрении взаимосвязи рефлексии и мотивации нами была определена роль и функции рефлексии в формировании мотива

и мотивации. Было показано, каким образом в рефлексивном процессе происходит решение задачи формирования нового побуждения. Субъект на основе рефлексивных способностей осуществляет ориентировку в своих потребностях, выстраивая их иерархию, формулирует мотивационное обоснование своей деятельности по достижению общественно значимых целей, создает новые мотивы, позволяющие вписать цели общества в свою мотивацию и тем самым соединить потребность общества и личные потребности.

2. Формирование мотива представляет собой процесс решения задачи по преодолению «разрыва» между актуальными потребностями личности и целями общества, осуществляемое средствами рефлексии. Большая роль в этом процессе принадлежит конфликтно-проблемной ситуации и индивидуально-типологическим особенностям личности.

3. Необходимым условием перехода внешних побудителей во внутренние мотивы является управляемая рефлексия.

4. В процессах сознания и самосознания как осознания себя, своей самости в зависимости от целей и задач, стоящих перед субъектом, рефлексия выступает в качестве механизма этого процесса. Самосознание может принимать различные формы и проявляться как самопознание, как самооценка, в которой отражено самопринятие как самоконтроль.

5. В процессах самосознания рефлексия является основным механизмом осуществления самопознания и формирования самооценки субъектом. Изменение личности связано с процессом рефлексирования собственных способностей, целей, знаний, умений и навыков, уровня притязаний и отношения к себе и окружающим и т. п. Отношение субъекта к себе, его самооценка является показателем развития рефлексивных способностей.

6. В процессе самосознания с помощью рефлексии изменяется мотивационная сфера субъекта. Рефлексивный процесс сопровождает

и регулирует формирование мотива и мотивации, решая определенные задачи на каждом этапе этого процесса.

7. Управление рефлексией осуществляется через организацию проблемной ситуации. Для рефлексивного психологического консультирования организация проблемной ситуации в ходе консультации для решения проблем клиента является необходимым и достаточным условием достижения результата – разрешения клиентом своих проблем и самообучения его способам разрешения.

Глава 3

МЕТАМОДЕЛЬ РЕФЛЕКСИИ

Истина проста, но Иллюзия
делает ее бесконечно сложной.

В. И. Бородкин

В последние годы в различных направлениях и отраслях психологической науки проявляется стремление исследовать возможности, процессы и условия саморазвития человека на разных уровнях его бытия, показать активную творческую роль субъекта в построении своей жизнедеятельности.

Рефлексия является механизмом и процессом преобразований и новообразований в любых психологических предметностях. Для управления рефлексией в целях саморазвития человека и развития деятельности необходимо иметь более полное и структурированное представление о ней.

3.1. Введение понятий «метаонтология» и «метамодель» для описания рефлексии

На основе высокой степени изученности рефлексии в мышлении, сознании и деятельности нами было проведено обобщение научных исследований, проведен системный и структурно-функциональный анализ исследований рефлексии (1997, 2007), что было изложено в первой главе. В данной главе мы представляем результат этого анализа – разработанную нами метамодель рефлексии в рамках метаонтологии.

Мы опирались на подход к онтологической работе, предложенный Д. В. Реутом, заключающийся в выделении объемлющей онтологии и рабочих онтологий. Д. В. Реут относит к объемлющей онтологии теорию деятельности, «в трактовке отечественного методологи-

ческого движения». Он считает, что с уровнем рабочей онтологии их связывают онтологические схемы среднего уровня, например, классификатор крупномасштабных систем. Рабочая онтологическая рамка заполняется, например, бурно развивающейся теорией крупномасштабных систем [127, с. 90]. Рассмотренные нами в первой главе модели рефлексии Г. П. Щедровицкого и И. С. Ладенко мы отнесли к разработанным в рамках объемлющей онтологии деятельности, а модели И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова и В. П. Зинченко к тем, что разработаны в рамках рабочих онтологий. Из этого следует, что место широкой и объемлющей онтологии для крупномасштабных систем уже занято онтологией деятельности, но онтология деятельности для рефлексии не является достаточной, следовательно, нам необходимо было найти новые, имеющиеся в науке понятия и проверить их адекватность для решения нашей задачи, которой является разработка такой модели рефлексии, которая могла бы охватить ее проявления, ее суть с разных сторон и выявить ту «сердцевину» феномена, которая является устойчивой и неизменяемой, другими словами, выделить общее и особенное рефлексии во всех предметностях, вывести это в модель, которой можно было бы пользоваться в решении научных и практических задач.

Для построения модели многомерного объекта, каковым является, по нашему мнению, рефлексия, необходима новая онтология, которую мы выделили как метаонтологию – единство сознания, мышления, деятельности и проверили жизнеспособность модели рефлексии в качестве объяснения управляемого изменения личности на примере рефлексивного психологического консультирования.

В работе И. Л. Артемьева «Онтологии предметных областей и их использование при создании программных систем. Онтологическое моделирование» (2008) применяется понятие «метаонтология» в его исторической форме, принятой в метафизике, основным разделом которой является онтология – определение сущности вещей и отношений между ними. Метаонтология – это онтология, которая специ-

фицирует множество онтологий. В словаре терминов интернет-источника *vikilingue* метаонтология рассматривается как отделение метафизики, которое имеет дело с природой онтологии и онтологических вопросов. В интернет-источнике StudFiles в разделе «Философия» дается определение понятия, но написанного через дефис: мета-онтология – описывает наиболее общие понятия, которые не зависят от предметных областей. Для сравнения дается определение онтологии предметной области как формальное описание предметной области, обычно применяемое для того, чтобы уточнить понятия, определённые в метаонтологии (если используется), и (или) определить общую терминологическую базу предметной области, а также приводится понятие «онтология конкретной задачи» – онтология, определяющая общую терминологическую базу задачи, проблемы.

Мы употребляем понятие «метаонтология» как онтология, обобщающая онтологии разных предметных областей, в которых обнаруживает себя объект нашего исследования. Для объекта рефлексии онтологией как бытием является метаонтология – единство сознания, мышления, деятельности. Именно единство позволило выделить «сердцевину» рефлексии, т. е. рефлексии в ее чистом виде. Единство онтологий для объекта «рефлексия» мы выразили следующим образом: зарождаясь в сознании, включая все операции мышления, преобразует любые виды деятельности и обеспечивает процесс саморазвития системы.

Объект в такой метаонтологии может быть описан метамоделью, объемлющей «чистый» вид феномена и его проявления, особенности в разных предметных областях, в рамках которых разработаны разные модели объекта.

Понятие «метамодель» получило свое широкое распространение и применение в психотерапии в рамках нейролингвистического программирования и относится непосредственно к языку. Для нас интерес представляет методологический подход к понятию «метамодель». В методологии «метамоделью» называется любая модель, которая

описывает другую модель (приставка *мета-* обозначает «находящийся вне, за пределами, сверх»). Разработанная нами модель рефлексии является метамоделью на основании того, что описывает четыре модели рефлексии и отношения между ними.

3.2. Онтологическая, гносеологическая, статическая и динамическая модели рефлексии

Для разработки метамодели рефлексии мы выделили структурно-функциональный и структурно-содержательный аспекты рефлексии, позволившие рассмотреть ее функции, виды, формы, механизмы, средства и процедуры, разворачивающиеся в онтологии мышления, деятельности, сознания, личности, и в достаточной степени разработанные в исследованиях, приведенных в первой главе монографии.

Рефлексия в мышлении – это отношение мышления к самому себе, его направленность на самого себя, посредством чего выявляются и описываются уже существующие или формируются новые задачи, схемы рассуждений, признаки предметов и понятия, знаковые формы рассуждения. Такое мышление названо рефлексивным. Это мышление является основой саморазвития и самоорганизации любых организационных систем – человека, организации, Космоса.

Рефлексия в онтологии деятельности – это само действие, рефлексивное действие, в котором происходит означение смыслов и осмысление значений, процессы, которые исследованы в онтологии сознания.

Для рефлексивного действия необходимо наличие ситуации коммуникации – внутренней, внешней. Коммуникация предполагает различение позиций, в каждой позиции может быть выделен разный смысл и соответственно совершены разные действия. Каждая позиция характеризуется своими специфическими ценностями, целями, установками, средствами, методами, способами мышления, предметом и объектом. Перейти на другую позицию – это значит взять и использовать характерные для нее средства. Если субъект этими средствами не владеет, то и встать на соответствующую позицию не может.

Выделенные в позиции смыслы опредмечиваются в действиях, языке, в отраженных и порожденных образах, в метафорах, символах, мифах, убеждениях, ценностях, картине мира. Рефлексией в сознании осуществляется ограничение степеней свободы образа ситуации и требуемой моторной программы, что приводит к адекватному ситуации поведению.

Сама рефлексия является механизмом кооперации, согласования или рассогласования в мышлении, деятельности, сознания всего того, что является их содержанием в конкретной ситуации.

Исследованы средства, процедуры, виды, формы, функции и направленность рефлексии.

На основе анализа мы выделили логические, эвристические, семиотические, эмоционально-волевые и социально-психологические средства рефлексии.

Как только процесс делится на свои составляющие части, то каждая часть становится процедурой. К процедурам рефлексии относятся: остановка, различение, фиксация, индикация, субъективация, объективация, технологизация и др.

Пять видов рефлексии проявляют себя в любом процессе.

Экзистенциальная рефлексия направлена на выяснение условий и факторов бытия субъекта. Философская рефлексия соотносит теоретическое знание с широким кругом логических возможностей. В методологической рефлексии совершается анализ предельных оснований и допустимых границ применения тех методов, которые используются в соответствующей области научного знания. В интеллектуальных видах рефлексии человек осваивает предметности проблемной ситуации. Личностная рефлексия связана с самопознанием субъекта, с анализом им своих внутренних, психических актов и состояний. К этому виду можно отнести феноменологическую рефлексию как универсальный способ анализа самопознания. Коммуникативная рефлексия позволяет осознать средства и виды коммуникации.

Формы рефлексии – репродуктивная, продуктивная, интроспективная; покомпонентная, группирующая, интегрирующая; корректив-

рующая, избирательная, дополняющая; кооперативная, состязательная, противодействующая.

Рефлексия выполняет функцию согласования и интеграции целей с условиями их достижения; согласования логического времени последовательности действий, контроля за ходом выполнения деятельности на каждом ее участке данного времени; согласования логического и физического времени. Важным моментом является согласование трех временных проекций – прошлое, настоящее, будущее. В рефлексии снимается разрыв времен.

Направленность рефлексии – формирование новых образований и закрепление уже имеющихся средств при проверке их адекватности условиям задачи и ситуации.

Мы резюмировали материал, который подлежал рассмотрению в первой главе. Этот материал, раскрывающий структурно-функционально-содержательный аспект рефлексии является недостаточным, но необходимым для создания метамодеи рефлексии.

В разработке метамодеи рефлексии был применен Декартовский метод построения трехмерного пространства – плоскости и «точки» их пересечения. Данный метод используется для построения сложного объекта соответственно поставленным целям. В применение данного метода были внесены новые процедуры: было построено два взаимопересекающихся трехмерных пространства, представляющих собой единое целое, т. к. каждое из них соответствует одной из составляющих объекта, единство которых дает полноту представления об объекте, достаточную для выявления его сущности.

Онтологическая модель рефлексии.

Онтология рефлексии, условно отвечающая на вопрос: «Что?», описывает средства, виды, процедуры и формы рефлексии в мышлении, деятельности, сознании. К средствам рефлексии относятся логические, эвристические, семиотические, эмоционально-волевые и социально-психологические средства. Виды рефлексии: экзистенциальная, методологическая, интеллектуальная, личностная, коммуникативная; фрагментарная, комплексная, системная, целостная. Формы рефлексии: репродуктивная, продуктивная, интроспективная; компонентная, группирующая, интегрирующая; корректирующая, изби-

рательная, дополняющая; кооперативная, состязательная, противодействующая. Процедуры рефлексии: остановка, различение, фиксация, индикация, субъективация, объективация, технологизация.

Гносеологическая модель рефлексии.

Гносеологическое пространство рефлексии, условно отвечающее на вопрос: «Как?», ограничивается описанием рефлексии как механизма и процесса мышления, сознания, деятельности. «Механизм рефлексии представляет собой упорядоченную совокупность правил, достаточную для выявления нормы соответствия или несоответствия компонентов продуктивного действия» [86, с. 20–21]. Механизм рефлексии являет себя как механизм кооперации. Кооперация разворачивается в позиционной организации деятельности, позиционного отношения к тексту по поводу деятельности, мышления, сознания, личности и выражается в выделении особой позиции – методологической. В данной позиции осуществляется понимание текста, восставленного, точнее созданного, в других позициях.

Рефлексия как механизм сознания – это один из механизмов формирования образа, как процесс сознания – это выделение, построение ассоциативных связей. Рефлексия как механизм деятельности – возникновение действия, как процесс деятельности – смена позиций. Рефлексия как механизм мышления – это основа для логических операций, как процесс мышления – выработка решения.

В качестве процесса рефлексия имеет свои процедуры, которые разворачиваются в конкретных ее видах, проявляющих себя в различных ее формах.

Как ответ на вопрос, каким образом происходит преодоление затруднения в рефлексии, автором была разработана процессуальная развертка рефлексии. Процесс рефлексирования состоит из девяти стадий (процессуальная развертка рефлексии): появление «картинки», представления (например, о текущем моменте, затруднении, противоречии, конфликте и т. п.); осознание того, что это всего лишь «картинка», а при рассмотрении текущего момента (затруднения, противоречия, конфликта) с разных точек зрения она будет меняться; выделение дифференцированного содержания «картинки»; выявление связей и отношений внутри «картинки»; определение закономерностей

и тенденций; определение недостающего в каузальных связях; восполнение недостающего в каузальных связях; появление целостной «картинки»; осознание и присвоение способа рефлексирования (методологическая стадия).

Процессуальную развертку рефлексивного акта мы представили следующим образом. Первые три стадии относятся к фрагментарной рефлексии, следующие две – к комплексной, шестая и седьмая – к системной, а восьмая и девятая – к целостной.

Фрагментарная рефлексия

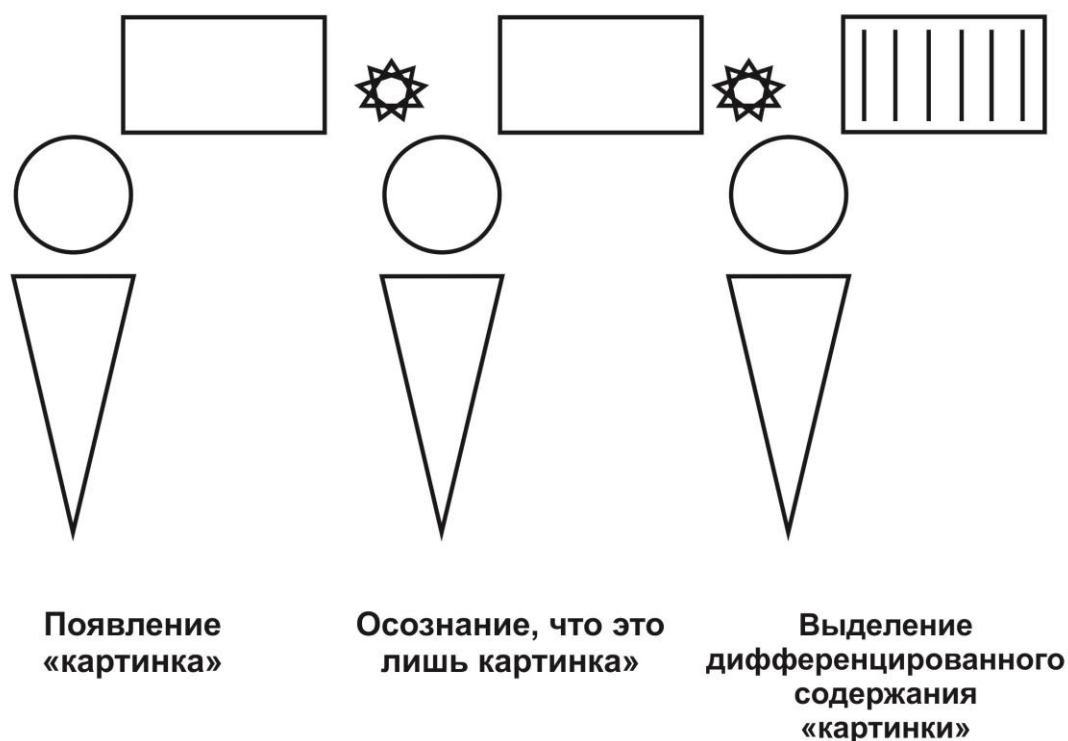


Рис. 3. Фрагментарная рефлексия

При фрагментарной рефлексии имеют место переживания, действия и представления (описывается содержание затруднений в деятельности, решении задач, построении образов).

Комплексная рефлексия

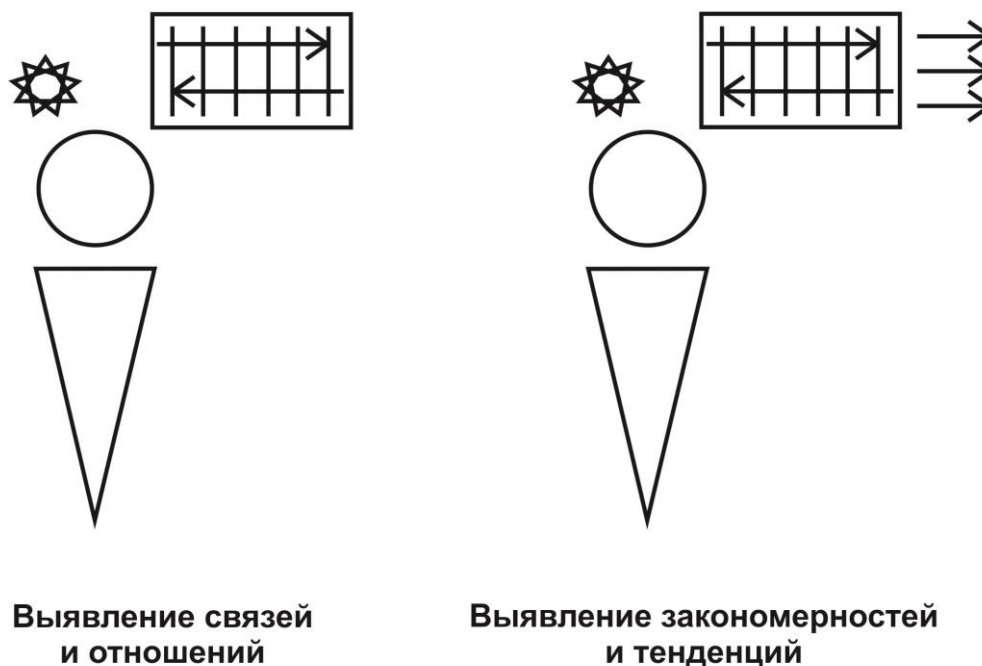


Рис. 4. Комплексная рефлексия

Комплексная рефлексия опирается на такие базовые понятия, как норма, самооценка, оценка, представления о самооценке другого. Это характерно как для отдельного субъекта (сотрудника), так и для организации в целом. В качестве «другого» для организации может выступать конкурентная среда, государство и т. д.

Системная рефлексия основывается на правилах, отношениях, понятиях, каузальных связях.

Системная рефлексия

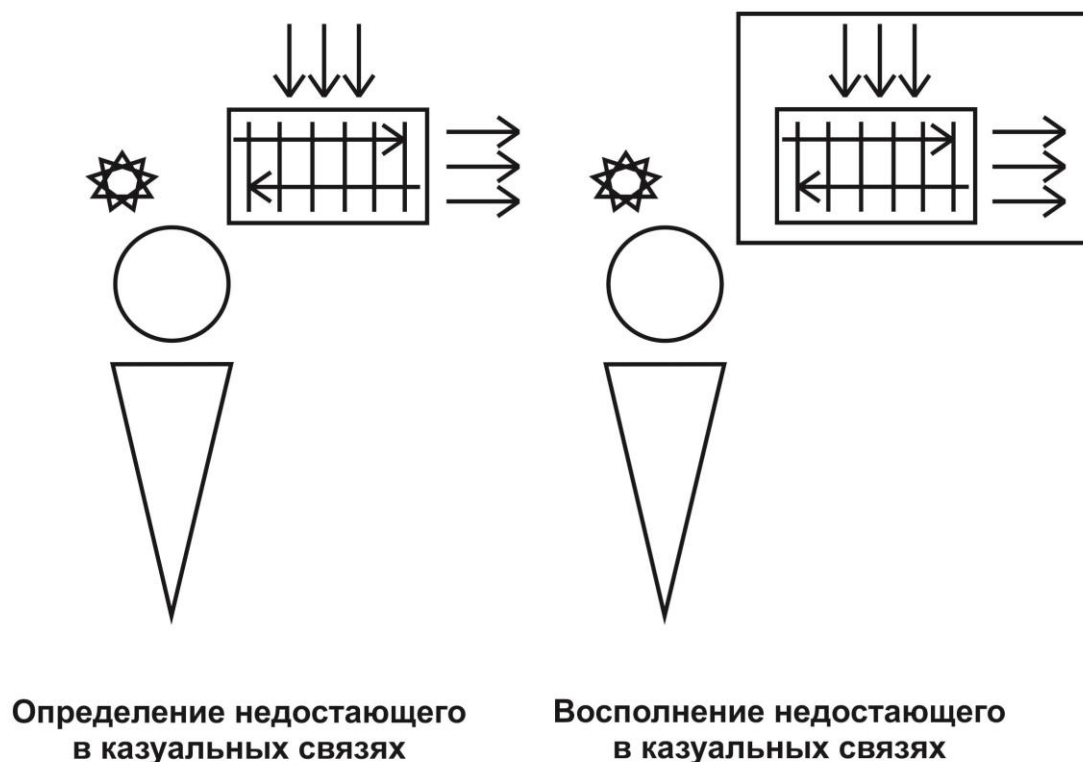


Рис. 5. Системная рефлексия

Целостная рефлексия охватывает ценности, смысл, категории, ритм (например, трудовой распорядок организации, тайм-менеджмент сотрудников и т. п.), цикл (например, управления, движения информации, документооборота и т. п.), закономерности (например, систематические ошибки логистики, волнообразная динамика продаж и т. п. и влияние этого на деятельность всех подразделений организации, потребителя).

Целостная рефлексия

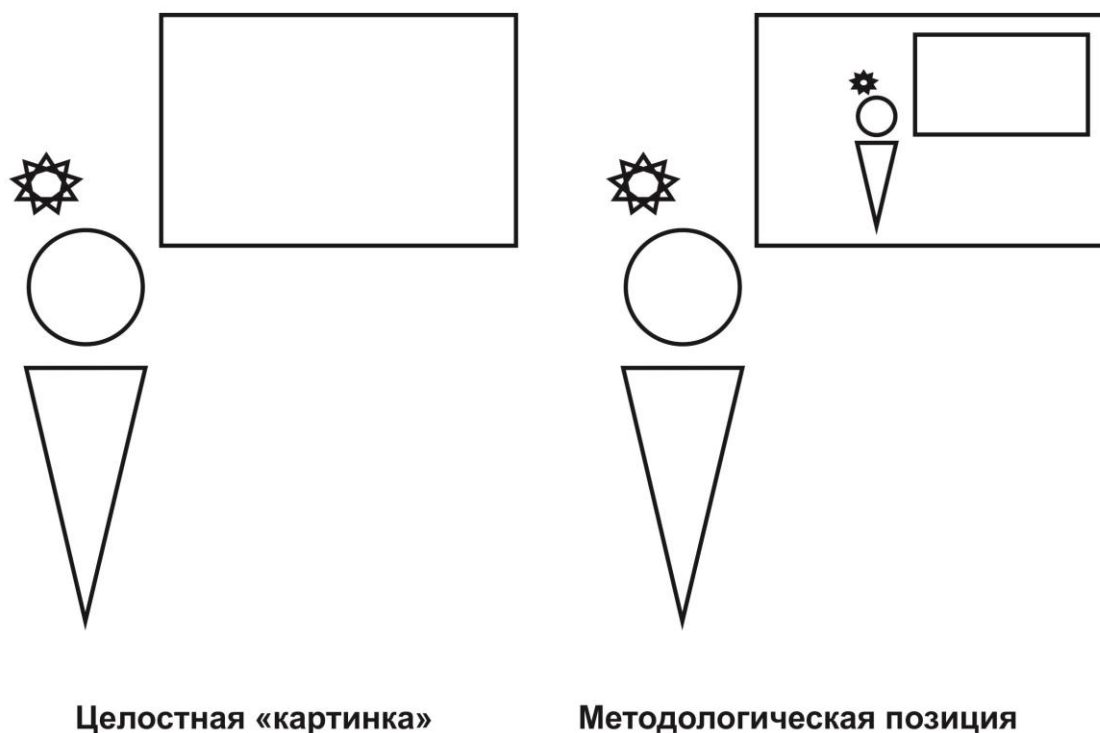


Рис. 6. Целостная рефлексия

Рефлексия выполняет функцию согласования и имеет направленность в виде формирования новых образований. Функция и направленность рефлексии определяют качественную сторону процесса рефлексирования, базовую единицу которого мы выделили как процессуальный цикл рефлексии – «затруднение R1 – преодоление затруднения R2» (R1 – разрыв; R2 – ресурс) в сознании, мышлении, деятельности. Данный цикл получил название – «2R». Цикл «2R» был положен в основание разработки рефлексивных матриц, позволяющих выделить, как разрешение одних затруднений приводит к возникновению новых. Так был сформирован принцип множественности работы с матрицами:

$$[R1 - R2]_1 \rightarrow [R1 - R2]_2 \rightarrow [R1 - R2]_3 \rightarrow [R1 - R2]_4 \rightarrow \dots,$$

где R1 – разрыв;
R2 – ресурс;
1, 2, 3, 4 – порядковый номер матриц цикла.



Рис. 7. Цикл рефлексии 2R

Для рефлексивного психологического консультирования на основе данного процессуального цикла был разработан способ работы с матрицами – «древо противоречий». «Древо противоречий» как способ работы с рефлексивными матрицами позволяет глубже разобраться в затруднениях и найти на основе выделяемого ресурса правильное решение. Особенность этого способа в том, что с каждым последующим актом его применения повышается результативность, меняется не только логика интерпретаций реальности, но и само сознание, мышление, что отражается в деятельности и отношениях. Этот

способ направлен на актуализацию и развитие прогрессивной рефлексии, поэтому методы работы с рефлексивными матрицами путем построения «древа противоречий» в рефлексивном консультировании и управлении организацией были названы «метод прогрессивной рефлексии» и метод «древо противоречий». Застревание в цикле или нахождение неадекватного ресурса ведет к неправильному решению или к регрессу, что является регрессивной рефлексией.

Таким образом, онтологическая модель рефлексии представляет собой ограниченную тремя векторами плоскость – средства, виды и формы рефлексии в мышлении, сознании, деятельности. Гносеологическая модель рефлексии – это ограниченная тремя векторами плоскость: механизм и процесс мышления, деятельности, сознания. Когда мы перечисляем в нашем тексте мышление, сознание, деятельность относительно моделей рефлексии, то данное перечисление означает объединение этих частных онтологий в метаонтологию, и все, что является средствами, видами и формами рефлексии, рассматривается в рамках метаонтологии, это позволяет выделить структурные единицы феномена на основе связей между частными онтологиями. Таким способом были выделены средства, виды, формы рефлексии. В гносеологической модели представленная рефлексия в качестве механизма и процесса также рассматривается в рамках метаонтологии.

Соответствие друг другу «точек» пересечения указанных плоскостей фиксирует актуальную рефлексивную ситуацию. Онтологическая и гносеологическая модели рефлексии удерживают связь рефлексии с ее предметными областями. Данные модели были разработаны нами в 1996 году, но в практике консультирования не являлись достаточными для описания рефлексии. Дальнейшее исследование рефлексии привело нас к разработке еще двух моделей рефлексии, описывающих ее независимо от предметных областей [157]. Мы выделили ее статическое и динамическое содержание, выделив рефлексиию как бы в «чистом» виде.

Условно было представлено, что «точка» имеет свое статическое состояние и динамический потенциал. Динамический потенциал переходит в свое активное состояние в процессе деятельности, активности сознания и решения мыслительной задачи.

Статическое состояние – это покой, который при определенном импульсе, в нашем случае рефлексивной ситуации, приводится в движение. Динамическая модель описывает механизмы самой рефлексии, запускающие ее работу как самостоятельного действующего объекта.

Свести статическую модель к онтологической невозможно, как и к гносеологической динамическую. Мы определили четкое различие между ними – в одном случае (онтологическая и гносеологическая модели) описывают рефлексии в связи с предметными областями, а две другие модели – рефлексии в «чистом» виде, без предметных областей.

Структурной единицей рефлексии, рассматриваемой в статической и динамической моделях, является: разотождествление – отождествление («RO») всего, что попадает в ее поле действия. В рефлексии нечто отождествляется с чем-либо, так происходит редуцирование – сведение сложных задач к простым, либо разотождествляется, например, убирается склейка между собой иррациональных связей, деструктивных шаблонов, имеющих в мышлении, деятельности, сознании, личности. Отождествляться или разотождествляться может образ действия в сознании и реальное осуществление действия, анализ результатов действия и личностные переживания по поводу действия, образа, результата. Следовательно, в данной единице процесса рефлексии нет зависимости от предметных областей.

Как «2R» (разрыв – ресурс) является единицей самого процесса рефлексирования и обнаруживает себя в конкретной предметной области, так «RO» (разотождествление – отождествление) является единицей всех процессов и механизмов рефлексии, независимо от предметных областей, в которых она себя обнаруживает. Иными, образными словами, можно сказать, что в «2R» живет «RO», «RO» обеспечивает действие «2R», «RO» находится внутри «2R».

Отождествляются и разотождествляются между собой любые объекты, попавшие в рефлексию – образы, мысли, представления о действиях, решениях, результатах, последствиях, чувствах, личности и др., таким способом происходит преодоление «затруднения» – обнаруживается или формируется «разрыв» и находится «ресурс».

Например, у клиентки произошел конфликт с мамой, она выразила подростковый протест выполнению требований, предъявленных мамой. Эмоционально сильно переживала и в течение 10 лет носила в себе обиду. В ходе консультации в работе над своими убеждениями с помощью метода прогрессивной рефлексии клиентка обнаружила иррациональную идею быть всеми любимой и деструктивную стратегию поведения расставаться с теми, кто, как ей кажется, ее не любит. В рефлексии осуществилось разотождествление, предметным содержанием для которого были переживаемая клиентом обида и ее иррациональное убеждение. Клиентка вспомнила случай, произошедший с ее подругой, которая тоже испортила отношения с мамой и вспомнила свои советы подруге по восстановлению отношений. В рефлексивной позиции, занятой клиенткой по отношению к себе, она выявила разрыв между декларируемыми и рекомендуемыми способами построения отношений и осуществляемыми ею в ее реальности жизни. Клиентка смогла прожить отождествление с рекомендуемыми подруге действиями и перенести их в свою жизнь. Конфликт с мамой был исчерпан. Отождествление клиентки с подростковыми способами поведения разрушилось и появилось взрослое отношение к другим и близким, приведшее к появлению новых убеждений, подтвержденных практикой разрешения данного конфликта. «Разрывом», в данном примере, являлось стремление к любви и расставание с любимыми. «Ресурсом» – способы разрешения (согласования) в разрыве (противоположности), рекомендуемые подруге, воплощенные в жизни с положительным результатом, и таким образом наличие возможности опираться на данный «образец» в поиске решения проблемы. Для того чтобы противоречие (разрыв) с помощью ресурса разрешилось, необ-

ходимо было провести отождествления клиентки: с иррациональной идеей, с подростковым типом реагирования, с рекомендуемыми способами действия для подруги, со взрослым типом реагирования и разотождествиться: с обидой, с иррациональной идеей, с подростковым типом реагирования. В итоге в качестве решения осталось: взрослый тип реагирования, воплощение в своей жизни рекомендуемых для других в подобных ситуациях действий. Другими словами – стать тем, кем ты рекомендуешь быть другим.

Высказывание клиента: «Чаще всего я действовал в подобных ситуациях таким способом, а сейчас это не работает, нужно найти новый, но я не знаю, какой и какой правильный, чтобы получилось то, что я хочу» является примером разотождествления себя со старыми способами действия и готовностью принять, осуществить отождествление с новыми способами действия.

Статическая модель рефлексии представляет собой единство критериев содержания рефлексии в любой предметной области: сознаваемое и неосознаваемое, согласования (согласованное – несогласованное) и синхронизации (необходимое – не необходимое; достаточное – недостаточное). Совокупность этих критериев является фильтром, сквозь который проходит содержание рефлексии. Этими критериями ограничивается онтологическая структура рефлексивного текста.

Динамическая модель представляет собой описание механизмов самой рефлексии, а не рефлексии как механизм или процесс. Статическая и динамическая составляющие рефлексии не зависимы от проявления рефлексии в качестве механизма или процесса. Рефлексия как механизм в мышлении, сознании и деятельности представляет собой те же самые статическую и динамическую составляющие, что и в проявлении ее в качестве процесса. Механизм рефлексии запускается в действие и совершает определенную работу в мышлении, сознании и деятельности своими собственными механизмами, описываемыми в динамической модели рефлексии, и потенциально закладывает в пред-

метное содержание рефлексии свое содержание в виде определенных критериев – фильтров предметного содержания. То же самое происходит в рефлексии как процессе. Например, рефлексия как механизм кооперации в деятельности запускает согласование текстов разных позиций на основе критериев, обозначенных в статической модели за счет работы механизмов, обозначенных в динамической модели рефлексии. Само же согласование является рефлексивным процессом, проходящим определенные этапы, но на каждом этапе мы можем проследить работу статической и динамической моделей рефлексии, анализируя содержание рефлексивных текстов и осуществляемого кооперирования.

Рассмотрим входящие в статическую модель рефлексии критерии:

Мета-модель рефлексии



Рис. 8. Статическая модель рефлексии

1. *Критерий наличия осознаваемого и неосознаваемого материала в акте рефлексии.* Исследованию неосознаваемого в рефлексии на примере психоанализа посвящена работа А. В. Россохина «Психология рефлексии измененных состояний сознания» (2009). Мы понимаем под неосознаваемым материалом тот материал, который представлен в тексте, но клиентом не осознается. Приведем в качестве примера притчу.

Как-то ранним утром один человек гулял по пляжу, любуясь прибоем, и вот он заметил нечто необычно: пляж был усеян тысячами морских звезд, которые океанские волны выбросили умирать на солнце. А вдалеке он заметил девушку, которая по одной поднимала морские звезды и забрасывала их обратно в море. Подойдя к ней так, что его голос можно было слышать сквозь шум прибоя, мужчина сказал: «Это пустая трата времени, их здесь тысячи... Вы не сможете ничего изменить». Девушка нагнулась, подняла очередную морскую звезду и забросила ее в океан как можно дальше от берега. «Для этой морской звезды я изменила многое», – ответила девушка, нагибаясь за следующей» (Майлз Дауни. Эффективный коучинг, с. 2).

Клиент, осмысляя притчу, выделяет, что притча о полезности и необходимости единичных изменений, помощь хоть одному человеку, это уже большое дело, которое необходимо совершать. Но клиент не осознает, что это притча о нем самом, о его необходимости помочь самому себе, стать одновременно морской звездой и девушкой. Но этот материал есть в клиенте, потому что он пришел на консультацию к психологу. Рефлексия, организованная во время консультации, как раз именно этот материал непременно вытащит для ясного понимания клиента. Рефлексия осуществляет работу с неререфлексируемым материалом. В вопросе психолога-консультанта: «Кто вы в этой притче и кем бы хотели быть?» содержится управление в интроспективной и проспективной личностной рефлексии отождествлением и разотождествлением клиента, включение активности интеллектуального и экзистенциального механизмов рефлексии. Осуществление идентификации клиентом при управляемой со стороны психолога рефлексии приведет клиента к отождествлению себя с позицией «мор-

ской звезды» и позицией «девушки». Овладение средствами позиции «девушки» даст разрешение проблемной ситуации, с которой обратился клиент на консультацию.

Приведем другой пример. Психолог рассказал клиенту притчу.

В одном приходе прослышали о том, что продают приходам из Иерусалима кусочки Креста Господня. Собрали деньги и направили одного служителя в Иерусалим, но он не дошел до него, провел время в трактире. К возвращению он, испугавшись, оторвал кусок от забора, ведь крест то был деревянным – решил он, и принес этот кусок в приход. Выложили кусок на место, к которому все прихожане могли подходить и проявлять всю силу своей веры. В приходе начались чудеса, исцеления. Проходит месяц, служитель мучается совестью и не выдержав, рассказал всю правду настоятелю. Кусок сразу убрали, чудеса прекратились, исцеления перестали происходить.

Клиент на вопрос: «Что главное в этой притче?», выделил необходимость быть правдивым, хотя очевидным является ответ о вере. Так, в экзистенциальной рефлексии клиент обнаружил неосознаваемый им материал, являющийся основой его проблемы доверия людям.

А. В. Россохин экспериментальным путем доказал расширение рефлексивного материала за счет вхождения в акты рефлексии все нового материала из области неосознаваемого на протяжении рефлексивного процесса в ходе психоаналитической консультации. «Если до начала прохождения рефлексивного процесса в ИСС (измененных состояниях сознания) субъект обычно использовал один или два способа взаимодействия с каждым внутренним объектом, то в ходе рефлексии ИСС они переомыслились, изменялись и дополнялись новыми. Появление высказываний, отражающих новые способы взаимодействия, вслед за содержащими рефлексивные высказывания фрагментами текста. Было импирически показано, что активизация рефлексивных процессов в ИСС приводит к расширению способов внутриличностного взаимодействия, что, в свою очередь, способствует росту понимания субъектом неосознаваемых им ранее внутриличностных конфликтов, их рефлексивному переосмыслению и переработке» [135, с. 30]. И далее мы представляем важный вывод, подтверждаю-

ший развивающую роль рефлексии как реально единственного механизма саморазвития, осуществляемого в специально организованной ситуации управляемой рефлексии, опираясь на эмпирические данные А. В. Россохина. «Сравнительный анализ результатов по рефлексивным словам и словам неопределенности показывает следующее. Со временем в рассказах о сновидениях субъекта количество рефлексивно значимых слов увеличивается, а слов неопределенности становится меньше. Это свидетельствует о том, что защитные механизмы субъекта в ИСС постепенно ослабевают, «защитной речи» становится меньше, и он свободнее говорит о своих чувствах, мыслях и эмоциях, а следовательно, и начинает осуществлять более продуктивную рефлексивную работу в ИСС» [135, с. 31], «заметно увеличивается количество анализируемой информации, субъект больше размышляет, также возрастает число новых решений – он приобретает способность ставить перед собой вопросы, искать на них ответы и принимать соответствующие решения. Кроме того, было показано, что общий объем рефлексивных высказываний увеличивается по мере осуществления рефлексии в ИСС» [135, с. 38]. Работа клиента с текстом своей рефлексии позволяет обнаружить клиентом неосознаваемый им материал в тексте. Это явно показывает наличие в рефлексии осознаваемого и неосознаваемого материала, иначе бы рефлексия над рефлексией не имела бы смысла осуществлять и такое действие было бы неэффективно, так как первый текст рефлексии был бы равен содержанию текста рефлексии над рефлексией. Такого априори не может быть. Даже ситуация, когда клиент читает текст своей рефлексии и не находит ничего нового в нем для себя, свидетельствует о работе защитных механизмов, но не об отсутствии неосознаваемого материала в тексте рефлексии.

2. Критерий «согласование – рассогласование».

Ярче всего проявляется действие этого критерия в конфликтной ситуации. Приведем пример, раскрывающий критерий «согласование – рассогласование»: в конфликте, когда один человек привык к порядку в вещах, а другой разбрасывает вещи, согласование убеждения «все

должно быть в чистоте и порядке» со своим же убеждением «принятия интересов другого человека» у клиента проходит через рассогласования в убеждениях «все должны делать так же, как я» и «другой должен соответствовать моим ожиданиям». Согласование проходит через рассогласование с чем-либо, а рассогласование возможно только когда что-то согласовано, деструктивное согласованное подлежит рассогласованию и на этом формируются конструктивные согласованные связи между чем-либо, необходимым для разрешения конфликтной ситуации. В ходе консультации человек принимает решение по возможности убирать разбросанные вещи за другим человеком и спокойно относиться к неубранным вещам. По большому счету, он переходит на экзистенциальный мировоззренческий уровень – принять хаос и порядок в своей жизни, развивает свою способность переводить хаос в порядок. Человек осознает главное – ценность своих чувств к другому человеку и расставляет приоритеты. Данный конфликт типичен для семейной жизни и для многих случаев, когда двум и более людям приходится жить в одном помещении.

3. Критерий достаточного и не достаточного в содержании рефлексии явно прослеживается в словах и выражениях, которыми оперирует человек во время рефлексии, например, «без этого можно обойтись», «это мне очень нужно», «да, этого будет достаточно», «мне кажется, в этом еще что-то есть» и других. В этих выражениях явно выделена работа механизмов рефлексии, вытаскивающих материал сознания и переводящих его в текст, а затем построения по отношению к этому тексту текста, расширяющего, развивающего этот текст и тем самым развивающих сознание клиента, его мышление и впоследствии его действия. Новый материал в рефлексии вытаскивается из неосознаваемого, спящего в актуальный момент рефлексии материала, но имеющегося в сознании клиента, это чаще всего установки, идеи и осевшие культурные образцы. За этими выражениями обязательно следует новый текст рефлексии. Но достаточное – недостаточное детерминировано условиями ситуации и условиями задачи,

цели. Именно на основании их будет определяться достаточность или недостаточность материала, представленного в рефлексии.

4. Критерий «необходимое – не необходимое» распаковывается на материале, используемом в дальнейшем развитии текста или не используемом в нем. В ходе решения проблемы клиентом по данному критерию распределяется материал как выделение нужных условий, влияющих на решение проблемы, и условий, в меньшей степени влияющих, не нужных в данный момент для рассмотрения и анализа. В отброшенном, не необходимом материале может быть много интересного материала для дальнейшей работы клиента с собой или с психологом, но в конкретной актуальной ситуации во взаимодействии психолога и клиента отбирается только необходимый материал. Сам клиент в момент рефлексии над рефлексией выделяет словами действие этого критерия: «я вам рассказал очень много, но суть в том, что...», «не знаю, надо ли было все это рассказывать, по сути всего немного...», «может быть это и лишнее, но рассказало и рассказало, а главное в том...».

Содержание рефлексии в рамках этих критериев выстраивается за счет механизмов рефлексии. Механизмы рефлексии различаются по степени сложности, но такие различия относятся к их структуре, их собственному бытию, а не к предметному знанию, в которое погружена рефлексия.

В динамическую модель рефлексии входят следующие механизмы: установочные (фиксированные установки – ситуативные установки); эмоционально-волевые (мобилизация – демобилизация); коммуникативные (кооперация – индивидуализация); интеллектуальные (анализ – синтез; различение – обобщение и т. д.); социально-личностные («Я» – «не Я»); самоотношения (оценочные: положительное – отрицательное; правильное – неправильное и т. д.); переживания времени (прошлое – будущее); экзистенциальные (бессмысленность – осмысленность, смысл).

Установка, исследования которой посвящены работы Д. Узнадзе, является склонностью человека к определенной форме ответной реакции и формируется в результате жизненного опыта личности. Установка предопределяет направление деятельности индивида, ориентирует поступать определенным образом по отношению к объектам и ситуациям, к которым она имеет отношение. В рефлексии установка является тем фокусом, через который клиент определенным образом воспринимает и интерпретирует ситуацию. Интерпретация ситуации – это первое проявление рефлексии, в большинстве случаев – фрагментарной, в которую входит недостаточно условий для более широкого понимания ситуации, в которой нет «другого», с его условиями и интересами. Например, клиент интерпретирует действия своей соседки по комнате в студенческом общежитии как направленные против нее, «военные», когда соседка открывает окно во время холода. Клиент вступает в конфликт, обвиняя соседку. Все действия, направленные против удовлетворения интересов клиента, клиент воспринимает как «военные». Установка глубокая (фиксированная) или ситуативная, иногда появляющаяся под воздействием предшествующих условий, например, переживаемого ранее напряжения и раздражения, определила содержание и границы текста фрагментарной рефлексии клиента. Клиент: «Приходя каждый день в комнату в общежитии, я наблюдаю такую картину: мои соседи занимаются своими делами, и окно полностью открыто. Их не волнует, что на улице зима. Я себя внутренне успокаиваю, думаю – пройдет немного времени, и они его закроют, но проходит час, два, три и они даже не собираются его закрывать. Я уже замерзла, про себя думаю, что все будет хорошо, они же не эгоисты. Всю ночь окно было открыто. Утром я проснулась с высокой температурой, все тело заоченело. Все это произошло только из-за них, они думали только о себе, чтобы им было хорошо, а о других они не думали. Моей ответной реакцией было то, что в разговоре по телефону с мамой я намекнула, что в моей болезни виноваты мои соседи».

Установка «другие должны думать обо мне, понимать меня и делать необходимое для меня» явилась фильтром восприятия, понимания и интерпретации ситуации клиентом. Она не дала выйти на занятие взрослой позиции согласования интересов. Она же актуализировала детский способ разрешения конфликтной ситуации «все расскажу маме, и пусть она тебя накажет». Интересным в этом случае является то, какие свои базовые положения, которые определили действия клиента в ситуации, выделил клиент: «мир во всем мире» и «за мир надо бороться с двух сторон», тем самым клиент решил, что со своей стороны все необходимые действия к «миру» в отношениях он совершил, и действия должна была совершить другая сторона: увидеть, что человек замерз и закрыть окно. Клиент считает себя ответственным человеком и заботящимся о других. Установки как фильтр в рефлексии настолько сильны, что сквозь них человеку трудно прозреть до понимания всей глубины ситуации и принять ответственность на себя за неустраивающее его происходящее в его жизни.

Эмоционально-волевые механизмы рефлексии изучены И. Н. Семеновым и С. Ю. Степановым. В ходе решения задачи рефлексия ведет к мобилизации ресурсов клиента или демобилизации. В ходе консультации, чаще всего сталкиваясь со своими психологическими защитными механизмами, клиент в рефлексии либо преодолевает сопротивление, либо нет. При преодолении в рефлексии благодаря ее механизмам появляется такой материал из неосознаваемого или уложенных в памяти культурных образцов, который активизирует волю клиента. Клиент произносит: «Я во что бы то ни стало хочу найти решение, оно должно быть, что же я еще не учел?» и преодолевает сопротивление, появляется новый для клиента материал, который он произносит в виде текста. Выражения «Я устал», «Я уже все сделал, что мог» и подобные являются тормозящими рефлексивный процесс и рефлексия «затухает», сопротивление не преодолено в данный момент, над ним предстоит работать клиенту через осознание ситуации, в которой есть сопротивление.

Коммуникативные механизмы рефлексии (кооперация – индивидуализация) прозрачны в тексте рефлексии клиента: «у соседки по комнате в общежитии невралгия и ей бывает тяжело дышать, она не может в эти моменты без свежего воздуха, возможно, когда я захожу в комнату, это вызывает у соседки нервное напряжение, и она открывает окно, видимо, ей трудно со мною жить в одной комнате, надо с ней поговорить об этом, выяснить, что в моих действиях и во мне вызывает у нее напряжение». Клиент в практике жизни собирается занять позицию согласования интересов и предварительно в рефлексии он уже занял ее. В данной позиции он активный деятель, организующий процесс согласования.

Интеллектуальные (логические – анализ – синтез; различение – обобщение, «подведение под понятие», «выделение новых признаков», эвристические – это «интуитивное открытие», «создание нового понятия» и т. д.) механизмы легко выделить в выражениях и тексте клиента. Приведем примеры: в словах клиента «Я анализировал интересы, которые есть у этого человека и понял, что мы с ним разные, у нас нет общих интересов», «Я думаю, если в сказке есть, что Ивану-дураку было предписано явиться ко двору не пешком, но и не верхом, не голому, но и не одетому и он завернулся в сеть и держал между ногами дохлую козу, я должен найти такое же решение», «Мне не стоит мучиться над постоянной необходимостью зарабатывать деньги и не заполнять время работой, надо свои увлечения сделать приносящими деньги, я люблю рисовать и изобретать узоры, это ведь может быть полезно другим, я могу учить этому, я могу продавать образцы производству и мне стоит еще поискать возможности доходного применения моего хобби» работа эвристических, логических механизмов рефлексии прозрачна.

Социально-личностные «Я» – «не Я» механизмы рефлексии рождаются в децентрации. В ходе консультации различения «Я» на реальное и идеальное, на прошлое и настоящее, «Я и не – Я» как защитный психологический механизм, «не Я» как операция отчуждения

материала есть работа в рефлексии этих механизмов. Когда в материале рефлексии представлены отношения, то этот материал есть результат опыта действия этих механизмов. В случае деструктивного опыта, как пример с соседкой по комнате, необходимо рефлексивное обобщение опыта, чтобы понять действие фиксированной деструктивной установки и неправильность принимаемых решений в конфликтной ситуации, чтобы в рефлексии появилось «мы» взамен акцентированного в этой ситуации «я».

Механизмы рефлексии самоотношения (оценочные: положительное – отрицательное; правильное – неправильное и т. д.) сопровождают построение текста рефлексии на каждом шагу: «я знаю, что это плохо, неправильно, но по-другому не могу сейчас», а через некоторое время – «может быть, это правильно – отстаивать свои интересы, ведь мои интересы должны быть уважаемы, не только я должен их уважать», спустя немного времени – «я знаю, как правильно поступить, так и мои, и ее интересы будут учтены, все же я бываю хорошим, шучу». Эти выражения настолько емки, в них легко реконструировать работу всех механизмов рефлексии и ее процесс. Оценка относится к личности, действию, мысли, желанию. Осуществляется она во всех случаях на основе какого-либо образца – культурного или субкультурного, усвоенного опытом личности.

Механизмы переживания времени (прошлое – будущее) интересны тем, что в рефлексии прошлое и будущее является во всех случаях настоящим не зависимо от того, что в тексте употребляется прошлое и будущее время. Механизм времени в рефлексии – это время настоящее, позволяющее «линию» времени свести в «точку». Как только клиент осознает это, то в нем меняется его представление о своем «настоящем». Механизм времени в личностной рефлексии может привести к быстро происходящим изменениям в личности клиента, его обучаемости жить «здесь и сейчас».

Экзистенциальные (бессмысленность – осмысленность, смысл) механизмы рефлексии направлены на то, чтобы придавать смысл или

обесмысливать происходящее, то что «выпадает» неожиданно для клиента в его тексте. Каждому принимаемому решению клиент придает смысл. Каждое действие клиента имеет смысл для него, и работа с осмыслением смысла осуществляется с опорой на экзистенциальные механизмы. Приведем пример ситуации клиента, его текст: «Я познакомилась в игре с одним молодым человеком. Мы с ним стали очень хорошо общаться по скайпу, потом лето, каникулы... Мне кажется, я влюбилась в него и как-то без памяти. Постепенно я стала узнавать его с другой стороны, кажется, у него дома было беспокойно, все в напряжении. Я хотела ему помочь и быть рядом. Когда он что-то не так говорил или я не так воспринимала, я расстраивалась до слез. Потом он внезапно перестал писать, а в один роковой день сообщил о том, что мы разные и не можем быть вместе, общаться. Мне было очень больно. Я говорила себе, что у нас и так ничего не могло получиться, но в глубине души лелеяла мысли «а вдруг», «а может быть». Мне было очень больно, горько. Подсознательно я надеялась его встретить, поговорить, и это произошло, но он прошел мимо, как будто бы не замечая вовсе, было больно... Недавно брат, которому я подпевала в песне под гитару, сказал, что я плохо пою. Он не сказал это для того, чтобы обидеть. Но, меня вынесло – слезы, сопли, переживания. Я и так в последнее время слишком много думаю о голосе, внешности...».

После работы с клиентом методом «изменения фокуса рефлексии», материалом работы которого были убеждения клиента (данный метод описан в пятой главе монографии), клиент сформулировал следующий текст: «я поняла, что я боюсь потерять прошлое, потому что мне кажется, что я потеряю себя, но я понимаю, что за него не стоит держаться, и я решила, что я не буду терять прошлое, чтобы не забыть свои ошибки и снова их не допустить в будущем».

В данном примере обесмысливается прошлое в виде обид и переживаний, появляется новый смысл и назначение его как сред-

ство недопущения ошибок, осмысливается необходимость этого прошлого для будущего.

Динамическая модель рефлексии – это совокупность всех вышеперечисленных механизмов. В акте рефлексии все механизмы работают отлаженно и в единстве, но один или несколько из них играют ведущую роль в актуальной ситуации рефлексии.

В целом, мета модель рефлексии, построенная на основе методологического принципа единства сознания, мышления и деятельности, охватывает, с одной стороны, онтологическую и гносеологическую сущность рефлексии, с другой – ее статическое и динамическое содержание. Все четыре модели в их единстве составляют мета модель. Единство означает наличие частей и отношений между ними, но это не описывает единство в полной мере, целое не равно сумме его частей. Для наглядности мы мета модель рефлексии представили в виде куба. Единство, образно, находится внутри куба. Рассмотрим это подробнее и на примере.

Мета модель, представленная в виде куба, есть соединение четырех трехмерных пространств: онтологическая модель рефлексии, гносеологическая модель рефлексии, статическая модель рефлексии, динамическая модель рефлексии.

Онтологическая модель рефлексии представлена в виде средств, видов и форм рефлексии.

Гносеологическая модель рефлексии описывает бытие рефлексии в деятельности, мышлении, сознании в качестве механизма и процесса.

Статическая модель рефлексии представляет собой три грани: сознательное – неосознаваемое, согласование, синхронизация.

Динамическая модель рефлексии описывает ее механизмы, которые мы сгруппировали в три группы: одна группа (одна грань в модели) – механизмы самоотношения, социально-личностные, коммуникативные, интеллектуальные, эмоционально-волевые, экзистенциальные; вторая группа – установочные механизмы и третья – механизмы переживания времени.

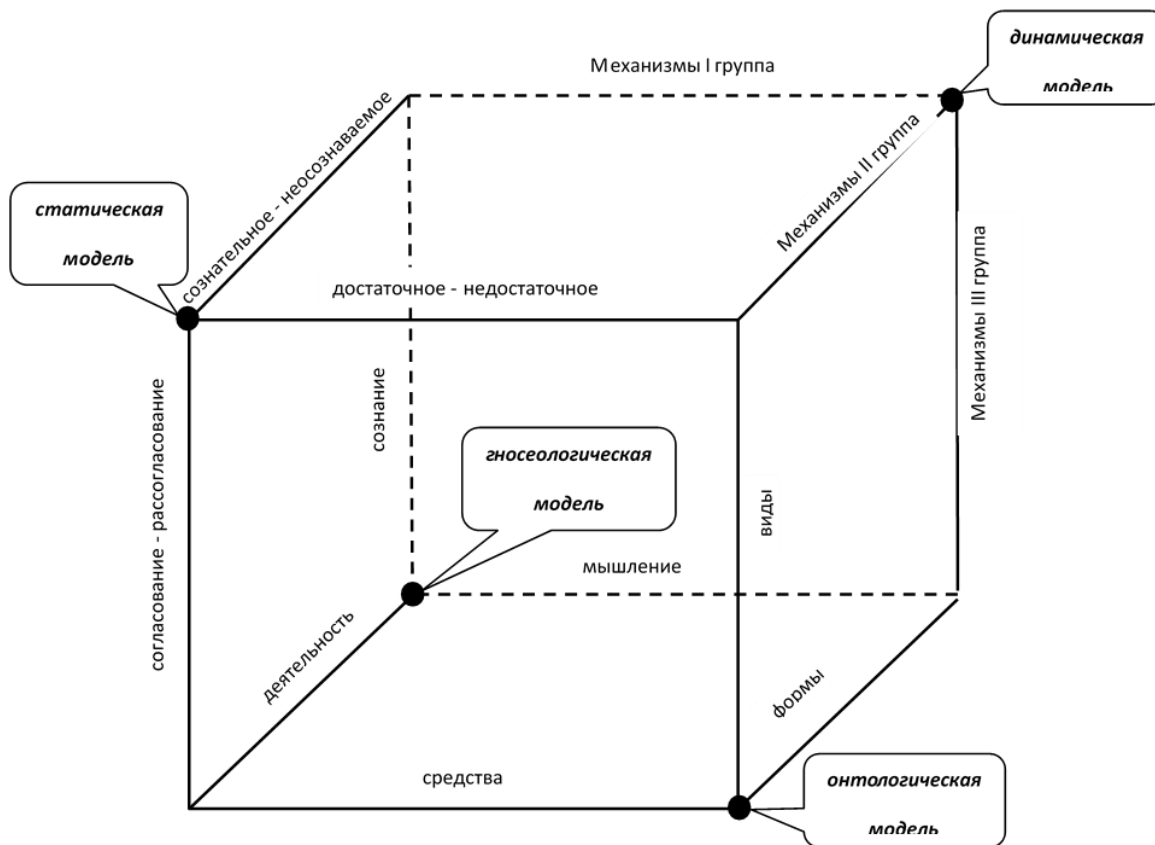


Рис. 9. Метамоделю рефлексии в рамках метаонтологии

В двенадцати гранях куба фиксируется рефлексивная ситуация в каждый определенный момент.

Соответствие друг другу «точек» пересечения указанных плоскостей фиксирует актуальную рефлексивную ситуацию. Рисунок «точек пересечения» может быть разнообразен, соединение этих «точек» между собой позволит во всей полноте описать какую-либо рефлексивную ситуацию, подлежащую исследованию. Рефлексивная ситуация многогранна и только благодаря редуцированию может приобретать более простые формы, доступные для исследования.

Приведем пример рефлексивных высказываний клиента и проведем анализ рефлексии на основе метамоделю.

Клиент пришел на консультацию с запросом о снижении массы тела. На вопрос психолога, зачем клиент хочется заняться снижением массы своего тела, клиент отвечает: «У меня столько дел, не знаю, ко-

гда все успеть сделать, но беспорядок в доме меня раздражает и вчера весь день убиралась, дела были отложены, а теперь результат этого – сегодня возник конфликт на работе».

Интерпретация ситуации – это первичная рефлексия в консультировании.

Анализ рефлексивного высказывания.

Вид – личностная, клиент выражает свои эмоции и оценивает значимость действия, подтверждает свои установки; фрагментарная, это то содержание, которое осознается клиентом и «комплексная» на основе того содержания, которое в данный момент в рефлексии есть, но еще не осознается клиентом.

Форма – репродуктивное (осознается известное), группирующая (объединены три параметра – полнота тела, уборка квартиры и конфликт на работе), избирательная (из множества возможных условий, влияющих на полноту тела, клиент выбирает условия вчерашнего дня – уборку и конфликт), противодействующая интроспективная (направлена на поддержку клиентом борьбы с самим собой).

Средства – логические (формальная логика из A – уборка, следует B – конфликт; и $A+B=C$ (увеличенная масса физического тела)); эмоционально-волевые (выделение раздражения, снижения волевой активности на основе расстановки приоритетов дел; актуальное деструктивное эмоциональное переживание); социально-психологические (поиск поддержки психологом правильности совершаемых клиентом действий, перенос ответственности на других).

Процедуры – остановка, клиент только на начальном этапе рефлексивного процесса.

Психологическая консультация – это деятельность, значит у клиента рефлексия в деятельности, направленная на личность.

Механизмы рефлексии: самоотношения, установочные.

Содержание в рамках критериев: более половины представленной в тексте информации не осознается клиентом; содержание не достаточное для понимания клиентом средств разрешения проблемы, с которой он обратился к психологу; в содержании представлен необходимый для дальнейшей рефлексивной работы материал; рассогла-

сованный материал внутри рефлексивного текста – физическое тело как психологический феномен, направленность расстановки приоритетов – самоуничтожение, компенсаторное действие – самовозвеличивание.

На основе помещения рефлексивного текста в метамоделю рефлексии психолог-консультант имеет возможность наглядно увидеть и выбрать дальнейшую свою стратегию в ведении консультации, направление – куда вести рефлексии клиента, к какой рефлексии и что необходимо осознать. Наглядность в метамоделе поможет правильно построить следующий за текстом клиента вопрос психолога к клиенту. Приведем пример.

Психолог: Какая связь между полнотой вашего физического тела, вашим неумением переживать и принимать беспорядок и отражением этого неумения в открытых и скрытых конфликтах с окружающими?

Психолог сразу поднимает качество рефлексии на новый уровень, клиент должен вывести в сознательное состояние большой объем неосознаваемого материала, выйти на системный вид рефлексии, интегрирующую форму, активизировать дополнительные логические механизмы, расширить их до применения средств синтеза, освоить процедуру субъективации и объективации, а также умение занимать разные позиции – позицию человека, читающего свой текст, который был произнесен, и позицию аналитика – выделение казуальных связей и расстановку приоритетов.

На основании ответа на вопрос психолог может следующий шаг сделать исходя из разных возможностей, например, снизить уровень запроса на качество рефлексии, пойти «мелкими шагами», либо удерживать заявленный «уровень», расширять и углублять материал до кристаллизации готовности к решению.

3.3. Предельные составляющие метамоделей рефлексии в рамках метаонтологии

В рефлексии мы выделили единицу ее цикла: «2R» (разрыв – ресурс), а также структурную единицу: «RO» (разотождествление – отождествление). Рассмотрели эти составляющие выше.

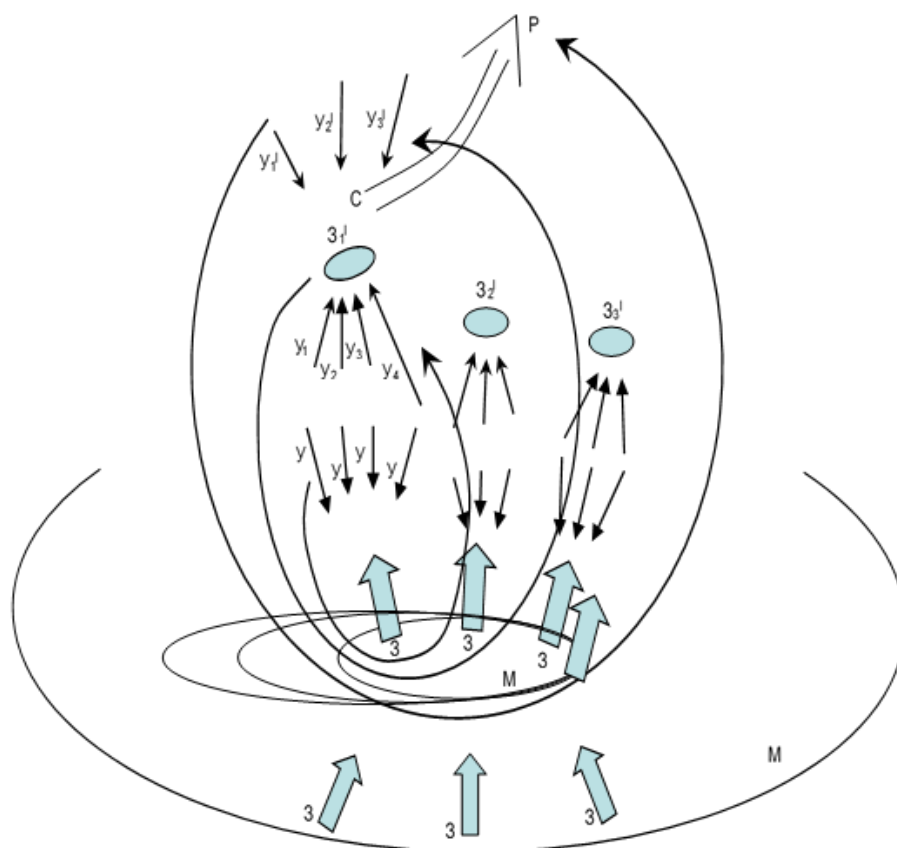
Теперь обратимся к двум другим составляющим: начальному и конечному для рефлексии. Конечным результатом рефлексии является принятие решения, а отправной точкой, в которой возникает необходимость рефлексии, наличие противоречия. Путь, единица пути от начального к конечному, это «синергичная нелинейная диалектика».

3.3.1. Процесс принятия решения

Принятие решения – это трехуровневый процесс, в котором происходит поэтапная трансформация исходного материала до материала, который определит будущее развитие какой-либо реальности мышления, деятельности, сознания, личности.

Процесс трансформации происходит под воздействием внешних и внутренних факторов – условий и задач, которые в рефлексии проходят процедуру редуцирования и на выходе получается результат: простые задачи, имеющие ресурс для своего решения. Ресурс появляется в пространстве рефлексии благодаря ее способности расширять его за счет выявления нерефлексируемого.

Рефлексия работает с незавершенностью, при завершении, т. е. при принятии решения, рефлексия исчезает. Рефлексия сама по себе есть необходимое средство, ведущее к своему же исчезновению. С помощью рефлексии в конкретной ситуации, т. е. в рамках границ, которыми обозначен объект, подлежащий рефлексированию, из мышления, деятельности, сознания, личности вытаскивается то содержание, которое было там в моменты, когда рефлексии не было, эти моменты и создают ситуации незавершенности.



М – материал рефлексии; М – расширенный материал рефлексии; З – задачи внешние; З' – задачи внутренние; З – редуцированные задачи; У – условия; У – редуцированные условия; У – условия, редуцированные под условия редуцированной задачи; С – согласование; Р – решение; огибающими стрелочками обозначены Ресурсы.

Рис. 10. Процесс принятия решения в ходе рефлексивного психологического консультирования.

3.3.2. Онтология противоречия в метамодели

Применение метамодели в практической деятельности психологического консультирования и управления организацией позволило выявить условия, определяющие появление и развитие рефлексии и ее особенностей, равно как и сами особенности, их психологическое содержание.

Выявленные особенности легли в обоснование и выделение в качестве самостоятельных видов консультативной и управленческой де-

тельности – рефлексивное психологическое консультирование и рефлексивное управление.

С помощью рефлексии человеку, организации в рамках психологического и организационного консультирования предстоит распечатать в себе знание своего незнания, извлечь опыт. Это относится к незавершенности, несовершенному, не сделанному, тому, что предстоит сделать, т. е. ресурсу человека и организации.

Заложить основы для раскрытия в самом себе своей незавершенности и пути к совершенству, т. е. завершению себя, своей полной самореализации – это высшая цель рефлексивного психологического консультирования.

При выходе на другие, не приводящие к проблемам в жизни, фокусы рефлексии, например, такие как мировоззрение и картины мира, клиент в психологическом консультировании познает естественный круговорот в его жизни, результатом которого является все то личностное содержание, которое он имеет как представление о самом себе и окружающих, как фокус рефлексии, формирующийся на базе убеждений и ценностей, вынесенных из решений как опыта жизни. Этот же «круговорот» работает в организации и может являться основанием для коучинга, стратегического и тактического управления организацией.

Путь, в котором нет неразрешимых противоречий, прост. Этот путь кратко представлен как естественный и назван «природным», круговоротом в духовной, социальной и психологической жизни человека и организации.

Нарушение данного круговорота приводит к любым видам проблем в любых сферах и областях жизнедеятельности человека и организации.

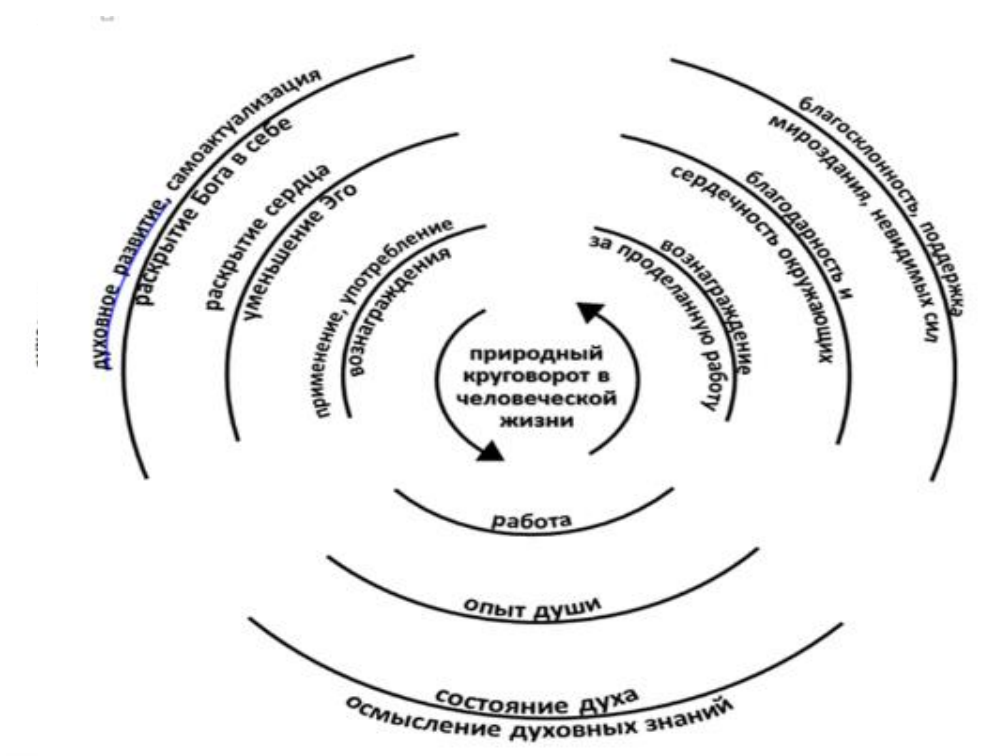


Рис. 11. Круговорот противоречий

Рефлексивное психологическое консультирование и организационное консультирование охватывают все виды проблем, вызванные противоречиями между составляющими, обозначенными на данной схеме.

Рассмотрим простой пример, противоречия между вознаграждением за проделанную работу и применением, употреблением вознаграждения могут проявиться в том, что человек в социум отдает меньше того, что получил, будь то знания, обучение навыкам, информация, материальные средства и прочее. В личных качествах это может привести к ригидности, чуть попроще – к жадности, причем во всем, всех состояниях и видах жизнедеятельности, жадно делиться знаниями и информацией, жадно оказать помощь и прочее, это приводит к неоправданной минимизации усилий, играющей деструктивную роль в жизни такого человека. Если наоборот, человек отдает больше, то это приводит к истощению ресурсов, дефициту жизненных сил, стремлению к ограниченности себя и ограничениям. Оба вида

одного противоречия есть нарушение законов динамического равновесия, отражения, отрицания отрицания и др. Подобное мы можем наблюдать во всех противоречиях.

На основе обозначенных противоречий была разработана для психологического рефлексивного консультирования типологическая модель проблем клиента, речь о которой пойдет в следующей части монографии. Эта модель позволила разработать необходимые, соответствующие рефлексивному консультированию средства практической работы, которым посвящены главы третьей части монографии.

3.3.3. «Синергичная нелинейная диалектика» как базовая единица цикла рефлексивного психологического консультирования

Рефлексивное психологическое консультирование – это способ работы с рефлексией (R). Методологической базой является метаонтология: единство сознания, личности, деятельности и мышления и построенная на ее основе метамодель рефлексии. За основу способа взяты три методологические рамки: 1) рамка частной методологии, 2) рамка общей методологии, 3) рамка всеобщей методологии. Процессуальной единицей рефлексивного консультирования на первом уровне является переход от рамки общей методологии к частной методологии и от нее ко всеобщей, затем к частной, но с новым содержанием, последующее сравнение содержания начального и конечного содержания в рамках общей методологии. На втором уровне включаются дополнительные возможности, и некоторые процессы в рамках осуществляются параллельно: от нового содержания рефлексии в рамках общей методологии осуществляется переход одновременно в рамку частной и в рамку всеобщей методологии и продолжается процесс развития содержания в рамках общей методологии, на следующем шаге развития процесса наработанный материал рефлексии в трех рамках методологий сводится путем синтеза к одной частной мето-

логии. На третьем уровне процесса консультирования выработанное путем синтеза содержание рамки частной методологии переходит в рамку всеобщей методологии и затем в рамку общей методологии, вновь при последующих действиях распадается на параллельно идущие процессы в рамке каждой их трех видов методологий и синтезируется материал двух (всеобщей и частной) методологий, который оказывает сильное влияние на перестройку содержания в рамках частной методологии, переходит в нее. Эти три уровня и алгоритм движения процесса в них является структурной единицей процесса рефлексивного консультирования, иными словами, работы с рефлексией для ее качественного изменения, т. е. осуществления развития.

Данный способ включает в себе движение от частного к общему и от общего к частному – это диалектические процедуры, а также охватывает разные, изначально не связанные между собой объекты разных предметных областей – это синергия. Структурную единицу данного способа мы определили как «синергичная нелинейная диалектика» и выразили схематично алгоритм. На схеме алгоритма цифра обозначает уровень, RЗ – запрос клиента и его интерпретация событий, в которых есть противоречия, за разрешением которых человек пришел к психологу-консультанту, R – рефлексию, штрих ' – наращивание дополнительных условий, возможностей, ресурсов, любого дополнительного материала в содержании рефлексии, в скобках через запятую обозначается параллельность идущих процессов, а через дефис – сравнительный анализ, переход от одного уровня к другому (-им) и обозначается стрелкой →, он осуществляется средствами диалектической логики и синтеза.

Структурная единица способа – рефлексивное психологическое консультирование «синергичная нелинейная диалектика»:

первый уровень: $1RЗ \rightarrow 2R \rightarrow 1R \rightarrow 3R \rightarrow 1R' \rightarrow 2R' (1R - 1R') \rightarrow$

второй уровень: $(1''R, 2R'', 3R'') \rightarrow 1R''' \rightarrow$

третий уровень: $3R'''' \rightarrow 2R'''' \rightarrow (1R''''', 2R''''', 3R''''') \rightarrow R (2R''''', 3R''''') \rightarrow 1R'''''' \rightarrow 1'R (1R - 1R''''''') \dots$ и далее новые витки спирали трех уровней

по необходимости. Но в рамках консультирования для разрешения психологической проблемы, развития рефлексии клиента, запуска механизма саморазвития клиента, движения в рамках одного цикла (витка спирали) по трем рамкам методологий в большинстве случаев является достаточным. Все последующие циклы клиент, обучившись рефлексии как деятельности и образу жизни, осуществляет за пределами консультации самостоятельно.

Внесем пояснения в разработанное нами понятие единицы способа. В. Н. Дробышев [153], анализируя философское наследие Платона, Делеза, считает, что «синергичная диалектика» представляет собой последовательно проведенный апофатизм. Мы ввели в понятие термин «нелинейная», следовательно, разомкнули поэтапный цикл прямой «это есть это» и обратной связи с положительным «не это» и отрицательным отрицанием: «не то и не это», заложив в эту единицу познание не только логическим, рациональным способом, но и управление для интуиции, «инсайта», иррациональности и алогичности. Это определенным способом осуществляемое мышление, которое мы можем по источникам, дошедшим до наших дней, реконструировать у мудрецов, Христа, Будды и др.

Единицами рефлексии (R) являются: онтологическая единица рефлексии как процесса – «2R» («разрыв – ресурс»), гносеологическая единица на первом уровне – «RO» («разотождествление – отождествление») на втором уровне «2S» («систематизация – синтез»), на третьем уровне – «2SRO», две единицы предыдущих уровней образовали одну единицу на этом уровне, именно в процессе рефлексивного консультирования.

На всех трех уровнях в рамках трех методологий предметом являются рефлексия психологической проблемы и рефлексия рефлексии психологической проблемы. Каждый из уровней – это новое качественное содержание рефлексии, влияющее на мышление, сознание, личность, отношения и деятельность клиента.

Таким образом, синергичное нелинейное диалектическое движение мысли и понимания в рефлексии, которая является отражением окружающей действительности с поправкой, благодаря фокусу отражения, состоящим из ценностей, убеждений, привычных способов мышления, установок, заданное способом – рефлексивное психологическое консультирование, соотносится с требованиями современного программного технического обеспечения жизнедеятельности Web 3 и разрабатываемого Web 4, определяющими наш современный образ жизни.

Рефлексия, осуществляемая алгоритмом «синергичная нелинейная диалектика» развивает новое мышление, новое сознание, новую личность и определяет новую суть кооперативной деятельности. Web 4 – высококачественный контент и серверы для обычных пользователей, рассчитанный на их творческое самовыражение, кластеры кооперативного общения и деятельности, выполняющих развивающую функцию как для людей, так и для системы, оперативные действия в online, кристаллизацию интересов и быстрое оперирование информацией на международном уровне.

В целом Web 4, разработанный на базе Web 3, позволит ускоренно осуществлять саморазвитие человека и системы в режиме онлайн, осознание происходящего, т. е. рефлексия, должно поспевать за этим процессом. Если раньше саморазвитие осуществлялось за счет рефлексии, то теперь появляется дополнительный механизм – интернет-ресурс и эти два механизма должны работать в паре, но один, принадлежащий человеку – рефлексия – должен быть более развит, чтобы осуществлять контролируемую функцию действия интернет-ресурса.

Доступность информации потребителю в соответствии с интересом потребителя интернет-технологии позволяет с помощью тех «зацепок», что есть при работе потребителя над каким-либо вопросом или темой, расширять свой интерес и доводить путем движения по этим «зацепкам» информационный поток, идущий в переработку

мышлением, до полноты, достаточности, но оставляя «пустые» места для развития. За короткое время мышление потребителя расширяется по многим векторам: содержанию, времени, новизне, достоверности. Поисковая мыслительная деятельность доводит мыслительный поиск до целостности образа, мысли, представления. Потребитель может выявить максимальное количество причинно-следственных связей и закономерностей, легко оперировать понятиями и категориями, имеет информационную доступность выстраивать содержание темы в рамках трех онтологий: частной, общей и всеобщей.

Относительно изменений, происходящих в настоящее время в мышлении, мы можем внести два критерия: энтропия и сингулярность. По первому критерию можно утверждать, что энтропийность, его вероятностная структура, возрастает, а по второму возрастает сингулярность, ускоряется переработка информации на основе большой ее доступности для мышления в связи с упрощением форм – все для пользователя компьютерной сети: блоги по интересам, поисковые системы, форматы представленности разного вида знаний и прочее.

Если на примере исследований А. Панова, Р. Курцвейла, Г. Снукса был проведен численный анализ феномена ускорения эволюции и мировая научная общественность сделала выводы о приближающейся точке сингулярности в эволюционных процессах Земли. На основании этого каждая предметная область научного знания может сделать подобный вывод. Сингулярность мышления синхронна с политической, экономической, космической и прочими сингулярностями. Техническая сингулярность это уже свершившийся переход от Web 1 и Web 2 к Web 3 и на его базе к Web 4. Это принципиально важно, так как первые конфигурации сети отражали процессы анализа, движение от частного к общему и опирались на линейную связь между явлениями и их отражениями. Web 3 и Web 4 – это иная сеть, где индивидуальное, частное, единичное, линейное заменяется на свои противоположности.

Web 3.0 – это переход от сайтоцентристского веба к семантической юзероцентристской сети – от сети вебстраниц с произвольно

конфигурированным контентом к сети уникальных объектов, объединенных в неконечное число кластерных онтологий. С технической стороны Web 3.0 – это множество онлайн-сервисов, предоставляющих полный спектр средств внесения, редактирования, поиска и отображения любого типа контента, которые одновременно обеспечивают онтологизацию деятельности пользователей, а через нее и онтологизацию контента, как утверждал в докладе Александр Болдачев. Новое мышление, названное Т. В. Волошиной контентным мышлением, характеризуется сингулярностью, охватывает точку «все во всем», которая затем как в гармошке, как в «зеркала» отражается, складывается и распаковывается в виде серий, линии, а в психологической жизни человека мы обнаруживаем ее в виде проблесков [94], когда проблеск впоследствии, не зависимо от временного вектора жизни человека, разворачивается в нить событий и затем, на новом витке спирали раскручивания нити, в квинтэссенцию жизни. В интернет-ресурсе Web 4 каждый пользователь сможет создавать контент для себя и своего интернет-окружения и всего социума, он сможет оперировать контентом, включая его в разные системы и кооперируя с другими контентом.

Это новая социально-личностная культура с новым мышлением, для которой нужна определенным образом развитая рефлексия. Область психологических проблем уже сейчас, благодаря контенту Web 3 смещается из непосредственного личного общения в область реального, неверно было бы сказать, виртуального интернет-общения.

Схематизация творческого самовыражения индивида, создание им своего контента, онтологизация его и управление им для включения своих интересов в мировую сеть своей развивающейся и расширяющейся группы (кластер) по интересам и развивающаяся разносторонность интересов, подобна структуре сферного сознания, сознания Христа и Будды.

Именно эту способность сознания и мышления мы активизируем в рамках рефлексивного психологического консультирования, применяя путь «синергичной нелинейной диалектики», выращиваем

таким способом рефлексию, не сворачивающую в себе многомерность сознания, как это было в прежние времена культивирования формально-логических средств мышления, а разворачивающую себя до возможной доступности охватить сознание в его предельной представленности в актуальный момент времени, что есть переживание целостности бытия в его экзистенциальном виде и целостности личности вплоть до ее растворения в «не Я».

На рисунке 8 в свободных кругах можно поместить любые объекты, феномены, предметы исследования и другое, рассмотреть между ними линейные и нелинейные связи. В больших кругах мы условно обозначаем закономерности и причинно-следственные связи, в формах, обозначенных пунктиром, мы помещаем синтез и, таким образом, приходим к точке сингулярности, в которой все изначально было, точка «всего во всем».

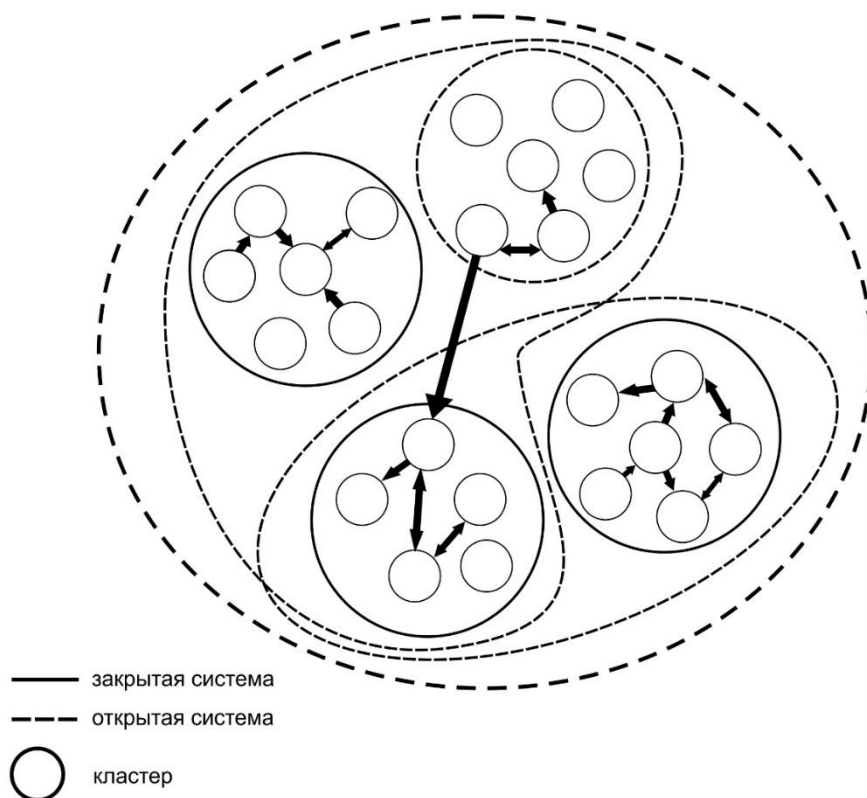


Рис. 12. Процесс синергийной нелинейной диалектики в рефлексивном психологическом консультировании

На рисунке в качестве кластера обозначены единицы представленной и не представленной в процессе консультации информации о деятельности, отношениях, переживаниях и другом, объединяющейся в процессе рефлексии в кластер. Это первый уровень консультирования, в котором выделяется то, что является открытым, доступным во взаимодействии и раскрытия содержания проблемы, а что закрытым. Кластеры на втором уровне структурной единицы консультации объединяются в большой кластер – тему, вычленяющую и фиксирующую базовую проблему. На третьем уровне клиент приходит к точке сингулярности – исходной проблеме. Так, например, работая с проблемой категоричности, являющейся базовой, исходной в рамках нашей типологии проблем, психолог и клиент, двигаясь от первого уровня к третьему, вычленяют ее при увеличении масштабности информации, упакованной в кластеры и их объединения. Исходная проблема приобретает характер ясности и более менее четкие границы. Клиент осознает, например, что вся его жизнь была заключена в борьбе за утверждение своей правоты, истинности своего знания, эффективности своего действия. Как было обозначено ранее, работа с проблемой на консультации начинается с работы над исходной, базовой проблемой. Двигаясь от центра к периферии, на основе разработанной нами модели типологии проблем, осуществляя каждый раз на новом материале, дающего вычленение проблемы и другом, дающем ее решение, процедуры «синергичной нелинейной диалектики», клиент и психолог проходят несколько раз, порой то два, то три уровня, пока не обнаруживают истинную точку сингулярности, выражающуюся в «вот это та самая истинная проблема, от которой все остальное является производным» и в «это то самое истинное решение, при котором изменится сразу все то, что хочется изменить». Данное является открытием для клиента, по причине этого процесс консультирования является творческим процессом.

3.3.4. Уровни рефлексии в метамодели рефлексии

В рефлексии несколько уровней. Мы выделяем три уровня рефлексии: рефлексия ситуации – первый, второй – рефлексия рефлексии ситуации и третий – каким образом и что я делал, на что опирался, выделяя рефлексия рефлексии ситуации. Первый уровень – в большинстве случаев относится к личностной, коммуникативной, интеллектуальной видам рефлексии, второй – к социально-личностно-экзистенциальной рефлексии, и третий – к методологической, экзистенциальной видам рефлексии. В. Лефевр выделял два уровня, доказав, что на втором уровне рефлексия замыкается сама на себя. Двух уровней рефлексии достаточно для прогнозирования действий. Третий же уровень позволяет обучиться рефлексированию и развивать рефлексивное сознание.

Качество рефлексии внутри уровней рефлексии необходимо тщательно экспериментально исследовать. Такие исследования могут быть выстроены на предлагаемой нами метамодели рефлексии. Необходимыми для рефлексивного психологического консультирования являются исследования качества (видов, форм, средств, механизмов и т. д.) рефлексии на каждом из трех уровней рефлексии и установления связи с возрастными особенностями клиентов. Выделение уровней рефлексии дало обоснование этапов рефлексивного консультирования, которые описаны в следующей части монографии.

Таким образом, осуществимый нами подход в исследовании рефлексии позволил свести разрозненные знания по рефлексии к единому основанию – метаонтологии. Благодаря этому мы смогли разработать метамоделю как единство четырех моделей рефлексии с простроенными связями между ними в рамках единой онтологии. Необходимым условием для рефлексии является наличие противоречий, конечным результатом – решение, разрешение противоречий. За счет работы комплексных и сложных механизмов (динамическая модель) рефлексии в рамках критериев (статическая модель) изменяется

содержание рефлексии. Содержание рефлексии соответствует предметным областям, и мы можем выделить в нем виды, формы и средства рефлексии (онтологическая модель), разворачивающиеся в мышлении, деятельности, сознании (гносеологическая модель). Структурные единицы рефлексии: «разотождествление – отождествление» и цикл рефлексии: «разрыв – ресурс», составляют скелет рефлексии. Единица цикла и структурная единица наполняются «живым» содержанием жизни: деятельностью как «нервной системой», личностью как воздухом в организме, мышлением как кровоснабжением и сознанием как водой, необходимой для жизни.

Мы выявили ограничения каждой из четырех моделей, ввели уточнения в терминологию и с полным правом можем утверждать, что онтологическая и статическая модели описывают онтологию рефлексии, но не могут быть замещены и сведены одна к другой, каждая из них раскрывает и выделяет суть рефлексии под разным углом зрения. Одна из них описывает виды, формы и средства рефлексии, другая, статическая, объясняет, почему в актуальной ситуации рефлексии именно такое содержание рефлексии, а не другое, описывает «фильтры», сквозь которые проходит любое предметное содержание рефлексии у субъекта. Гносеологическая и динамическая модели также не могут быть замещены или сведены одна к другой, они тоже описывают рефлексиию под разным углом зрения. Рефлексия как процесс и механизм сама имеет свои механизмы, запускающие ее активность.

Исходя из объяснительных принципов гуманистической парадигмы в психологии, мы определили, что разработанная метамодель рефлексии в рамках метаонтологии, обладает объяснительными, прогностическими и прикладными возможностями. На основе данной модели можно разрабатывать психодиагностические методы исследования уровней развития рефлексии, а также исследовать возрастные особенности рефлексии, что является на данный момент актуальным для научного знания о рефлексии.

Глава 4

ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ВЛИЯНИЯ РЕФЛЕКСИИ НА ФОРМИРОВАНИЕ МОТИВА

Рефлексивное психологическое консультирование опирается на теоретические основы имеющих уже полувековой «осадок» фундаментальных теорий отечественной психологии по мотивам, воле, рефлексии, деятельности, личности, мышлению, сознанию и экспериментальным путем доказанные современные воззрения, на проблемные вопросы, не раскрытые в этих теориях или являющиеся спорными. Одним из таких вопросов является вопрос о формировании мотива в рефлексивных процессах. В ходе консультации с помощью рефлексии важно сформировать новые мотивы, наполнить волевым усилием необходимое в качестве разрешения психологической проблемы действие, совершить это действие и получить желаемый результат, научить клиента завершать действие неполноценных намерений (понятие, введенное Ю. Кулем). Данный вопрос о роли рефлексии в побуждении является архиважным в этом виде консультирования.

В настоящей главе проводится оценка эффективности наших теоретических построений, свидетельствующих о формировании мотива и мотивации в рефлексивных процессах путем сравнения типов мотивации у студентов экспериментальной группы (где учебные занятия были направлены на развитие рефлексивных способностей) и студентов контрольной группы (где подобные занятия не проводились).

В ходе эксперимента мы решали соподчиненные задачи сравнения типов самооценки как показателя развития рефлексивных способностей, определения личностных факторов, опосредующих рефлексивные процессы, а также установления степени влияния рефлексии в организованных коммуникативных и интеллектуальных процессах на продуктивность мыслительной деятельности. Решение данных задач необходимо для формирования представления о целостности, взаимосвязанности различных подструктур личности и опреде-

ления влияния рефлексии на эти подструктуры в организованных процессах взаимодействия, каковым является любое психологическое консультирование и рефлексивное психологическое консультирование в частности.

4.1. Организация и методы экспериментальной работы

Эксперимент является более развернутым и развитым способом исследования. В настоящее время этот способ познавательного отношения к действительности стал основным и распространился на все области человекознания. И по большому счету уже стал стереотипом естественнонаучного мышления. Эксперимент как метод изучения имеет свою структуру и последовательность определенных действий. Для решения поставленной задачи наиболее адекватным методом является формирующий эксперимент. Формирующий эксперимент позволяет не ограничиваться регистрацией выявляемых фактов, а через создание специальных ситуаций раскрывать закономерности, механизмы, динамику, тенденции психического развития, становления личности, определяя возможности оптимизации этого процесса.

Из 5 групп студентов 1-го курса была сформирована одна группа в качестве экспериментальной (30 человек), а вторая – в качестве контрольной (24 человека). Контрольная группа (группа «К») и экспериментальная группа (группа «Э») выравнились по средним показателям измеряемых переменных.

До формирующего эксперимента с помощью диагностических процедур изучались самооценка, мотивация, темперамент и личностные характеристики испытуемых. После формирующего эксперимента с помощью однофакторного дисперсионного анализа осуществлялась проверка гипотезы, выявлялось изменение самооценки и мотивации в результате рефлексивного действия. С помощью факторного анализа устанавливалась обусловленность рефлексивных процессов личностными свойствами.

Во время формирующего эксперимента студенты группы «К» выполняли «тест структуры интеллекта» Р. Амтхауэра в его традиционной, установленной форме, а студенты группы «Э» после выполнения указанного теста погружались в новую для них деятельность: поиска ошибок, выявления стереотипов и т. п., актуализирующую рефлексивные процессы при групповом взаимодействии. По окончании указанных занятий проводилась диагностика мотивации и самооценки студентов в обеих группах.

Концептуальное обоснование модели эксперимента. При организации формирующего эксперимента мы учитывали тот факт, что осуществляемое в повторяющихся условиях поведение автоматизируется не только в своей исполнительской, но и мотивационной части. Формирование мотивации может «свертываться» и переходить в привычку [32]. Для того чтобы увидеть все факторы, участвующие в построении мотивов, необходимо поставить субъектов в необычные условия новой деятельности. Адаптация к этим условиям неизбежно актуализирует рефлексивные процессы, в которых мотивы, ставшие, по мнению С. Р. Рубинштейна, свойствами характера, переосмысляются, что может привести к формированию новых мотивов.

Мы исходили из того, что управление мотивацией возможно через специальные психолого-педагогические воздействия, направленные на активизацию личностно-рефлексивной подструктуры мышления в процессе преодоления субъектом проблемно-конфликтной ситуации (С. Ю. Степанов, И. Н. Семенов). Развитие и активизация рефлексивных процессов в проблемно-конфликтной ситуации при психолого-педагогических воздействиях, по нашему мнению, должны были повлиять на продуктивность мыслительной деятельности, а также привести к изменению мотивации.

При организации рефлексии мы исходили из положения об ограниченной взаимосвязи трех аспектов рефлексии: интеллектуального, личностного и коммуникативного, которое согласуется с тезисом В. А. Лекторского о том, что «коммуникация, познание и самосо-

знание – отношение к другому, отношение к объекту и отношение к самому себе – развиваются в неразрывном единстве» [159, с. 84].

При разработке системы психолого-педагогических процедур, применявшихся для организации рефлексии, мы, прежде всего, принимали во внимание необходимость развития самостоятельности мышления и способности вступать в отношения сотрудничества, а также учитывали интеллектуально-личностные особенности испытуемых. Исходя из этого были разработаны следующие формирующие процедуры, целенаправленно культивирующие механизмы личностной рефлексии.

1. Диалог экспериментатора с испытуемыми, предваряющий выполнение задания, а затем совместное обсуждение результатов исполнения.

2. Совместно с испытуемыми обсуждение путей поиска правильного решения задач и ошибки, а также обнаружение стереотипов мышления и поведения, их влияния на поиск правильного ответа и построение коммуникации.

3. Личностно-рефлексивные инструкции испытуемым, побуждающие к критическому переосмыслению сложившейся ситуации.

4. Организация самоанализа при самоотчете групп.

Целевой направленностью вышеперечисленных процедур является культивирование рефлексивно-мотивационного механизма, направленного на сотрудничество, взаимоподдержку и взаимопомощь, принятие на себя ответственности и развитие способности управлять своими побуждениями через самопознание и полный (относительно) анализ ситуации.

Для реализации указанных процедур необходима определенная организация пространства, в котором были бы условия для разворачивания рефлексивно-мотивационного механизма: проблематизация, самоопределение и групповое взаимодействие. Имея возможность мысленно поворачивать свою собственную деятельность и поведение как своеобразный многогранник, различными гранями по отношению

к своему сознанию, участники эксперимента отмечали ошибки, несоответствия в своей деятельности и поведении, осуществляли поиск новых способов действия, вовлекались в предметно-рефлексивную деятельность логических рассуждений, приемов аргументации и доказательства и т. п.

В работах, проводимых под руководством А. А. Бодалева (1983), А. М. Матюшкина (1972) и А. В. Брушлинского (1983) по выяснению специфики взаимодействия и взаимопонимания субъектов в процессе общения, в частности при коллективном решении задач, рельефно выступила личностная обусловленность мыслительного поиска. Что и определило возможность изучения на примере решения мыслительных (интеллектуальных) задач личностных проявлений в виде рефлексии и мотивации.

При решении и обсуждении интеллектуальных задач участники заведомо были поставлены в ситуацию актуализации своих мыслительных способностей и личностных качеств. Мы отказались от индивидуального решения задач и перешли к формированию коммуникации по принципу развивающейся кооперации.

Совместная деятельность позволяет задать такие способы разделения действий, когда становится необходимым не только пошаговое соотнесение индивидуального действия и его результата, но и своих действий с действиями партнера, а также совместных действий с ожидаемым результатом.

Введение в такую ситуацию специальных моделей, фиксирующих взаимозависимость и последовательность действий партнеров и те преобразования объекта исследования, которые должны быть получены в ходе совместных действий, изначально поставило участников совместной деятельности в рефлексивную позицию. Только взгляд на собственные действия с точки зрения общей структуры совместной деятельности, представленной в модели, может позволить установить оптимальный способ взаимодействия партнеров.

При этом содержанием рефлексивных процессов участников совместной деятельности становится понимание двоякого рода ограничений, накладываемых, с одной стороны, на собственные действия действиями партнера, с другой стороны – на совместное действие самим объектом изучения. Только подчинение индивидуальных действий логике развертывания совместных действий позволяет, в ходе взаимодействия с партнером сообща найти решение. Такое подчинение заведомо не обходится без изменения мотивов или мотивации, которое и обеспечивает тенденции построения отношений в виде сотрудничества. Отказ от взаимодействия приводит к доминированию «мотивации избегания», конфликтному разрешению ситуации совместной деятельности.

В подобном эксперименте его участники осваивают необходимые средства деятельности и организационные формы взаимодействия друг с другом. Работа опирается на некоторые принципы, описанные в работах И. С. Ладенко (1994, 1995).

1. Принцип коллективного мышления. Работа должна носить характер коллективного размышления вслух; полученные результаты не подлежат уточнению или пересмотру.

2. Принцип игры. Благодаря ему формируются и усваиваются подходы, методы и понятия, которые имеют общее значение для всех присутствующих и могут быть использованы каждым из них.

3. Принцип критического анализа. В условиях коллективного размышления вслух каждый должен стремиться найти слабые моменты в высказываниях другого, дать опровержение или уточнение положений, находить ошибки, выдвигать возражения и, таким образом, подниматься на новый уровень.

4. Принцип проблемности. В условиях построения проблемно-конфликтной ситуации необходимо осознавать или генерировать новые способы деятельности.

5. Принцип авторитета логического мышления. В работе не должно быть никаких персональных авторитетов, кроме авторитета

логического мышления. Все то, что не удовлетворяет этому принципу, является непонятным или противоречивым, должно быть подвергнуто критике и пересмотрено.

6. Принцип индивидуальности. Признание за каждым права на собственные мысли, свободное волеизъявление и проявление себя, принятие себя и других.

Методы диагностики. В соответствии с выработанными показателями для количественной и качественной их интерпретации нами использовались стандартизированные методики, такие как «Тест структуры интеллекта» Р. Амтхауэра, «Личностный опросник» (ЕРО, 1963) Г. Ю. Айзенка, «Шестнадцатифакторный личностный опросник» Р. Кэттелла, вариант А: «16 ФЛЮ, форма – 187, форма А, 1970», направленные на изучение интеллекта и психологических свойств человека. В целом эти свойства представляют широкий спектр взаимодействия человека с окружающим миром.

Для изучения изменения мотивации в процессе формирующего эксперимента использовался «Психографический тест» (по В. Г. Леонтьеву, 1992) без его количественных показателей и структурно-функциональный анализ рефлексивно-мотивационных высказываний. Проективные методики использовались в качестве дополнительных, углубляющих, расширяющих качественную интерпретацию полученных результатов эксперимента. Для студентов выполнение заданий этих методик вносило оживление и интерес, поддерживало игровую форму, служило средством переключения внимания и временем активного отдыха.

Среди стандартизированных методик изучения мотивации применялись: методика «Конструктивность мотивации», впервые созданная Р. Бернсом (1986) на основе идей Л. С. Выготского, адаптированная В. П. Трусовым (1980) и практически переработанная О. П. Елисеевым (1994). Уточнение типа мотивации проводилось по методике когнитивной ориентации «Локус контроля» по Д. Б. Роттеру. Именно стандартизированные, а не проективные методы позволяют достоверно

выявить происходящие изменения мотивации в ходе эксперимента, т. к. в них меньше всего учитываются ситуативные факторы изменчивости. Но только комплексное использование интерпретации разных видов методик способно в полной мере представить картину динамики мотивации под направленным воздействием организованной рефлексии и тем самым опровергнуть или подтвердить гипотезу о формировании мотивации в рефлексивных процессах.

Одним из допущений гипотезы являлось предположение о том, что показателем развития рефлексивных способностей и действия рефлексии является изменение самооценки. По нашему предположению, организация рефлексивных процессов у студентов способствует выработке адекватной Я-концепции, являющейся существенным личностным фактором. Можно выделить наиболее существенные параметры Я-концепции.

1. Самооценка. Человек так относится к другим, как к самому себе. Неадекватная самооценка (завышенная или заниженная) независимо от реальных достоинств и недостатков студента значительно искажает процесс рефлексии (восприятия и понимания, общения с другими студентами и преподавателями).

2. Дифференцированность, проявляющаяся в степени детализации представлений о себе. Дифференцированность Я-концепции определяет глубину и тонкость видения других. Восприятие других может искажаться вследствие бессознательной проекции на них неприемлемых у себя черт личности (грубость, агрессивность, эгоцентризм, заносчивость и т. п.) или приписывания ему тех черт, которыми человек хотел бы обладать. При оценке людей, Я-концепция выступает как бы точкой отсчета. Чем более дифференцированной является Я-концепция студента, тем более вероятна адекватная оценка им членов своей группы, преподавателей.

3. Уровень инструментальности в подходе к самому себе, умение использовать свои сильные стороны в качестве инструмента воздействия на других людей. Инструментальность Я-концепций пред-

полагает открытость личности для новых ситуаций, требований, взглядов, проблем и т. п. Инструментальность Я-концепций означает высокий уровень саморефлексии: использовать себя в качестве инструмента можно, лишь осуществляя рефлексивный анализ ситуаций, требований и т. д., сознательно управляя собственным развитием.

Степень адекватности показателей самооценки характерологическим чертам личности (темперамента и характера) свидетельствовала о наличии рефлексивных процессов в ходе эксперимента, подтверждала роль рефлексии в формировании самооценки, усиливала достоверность полученных результатов, подтверждающих или опровергающих гипотезу о формировании мотивации в рефлексивных процессах. Различные виды самооценки личности изучались с помощью методик: «Самооценка структуры темперамента» по Б. Н. Смирнову (1989), «Самооценка личностной тревожности» (дополняющие параметры к методике ШРЛТ Ч. Д. Спилбергера – Ю. Л. Ханина), «Самооценка интеллекта» и «Самооценка характера и личности» по О. П. Елисееву (1994). Наиболее адекватной эмпирией для экспериментального изучения такого предмета, как влияние рефлексии на мотивацию, является, с нашей точки зрения, процессуальное проявление данной взаимосвязи. Данный эмпирический материал, имея некоторые недостатки, тем не менее, является традиционным для психологии мышления и личности, поскольку объективация происходящего процесса через вербализацию рассматривается как один из эффективных способов его изучения, «который является максимально свободным и гибким», как подчеркивает Ж. Пиаже в предисловии к книге Дж. Флейвела (1967).

Обработка речевой продукции испытуемых, обсуждающих ход решения или результат решения задачи, стратегии построения взаимодействия вслух строилась на принципах структурно-функционального анализа через определение функций отдельных высказываний, которые они выполняют в мыслительном процессе. Такой способ обработки экспериментальных данных осуществлялся в исследованиях

И. Н. Семенова и С. Ю. Степанова применительно к диагностическому и формирующему исследованию мыслительной деятельности [Семенов И. Н., Степанов С. Ю., 1990, с. 40–41].

Функции высказываний рефлексивно-мотивационного характера выделялись на основе концептуальной схемы, описывающей виды взаимосвязи рефлексии и мотивации и ее роли в продуктивности мыслительного поиска. Для определения функции того или иного высказывания необходимы критерии, позволяющие классифицировать его в качестве элемента рефлексивно-мотивационного механизма мыслительной деятельности. Рассмотрим критерии соотнесения высказываний по их функциям. Если же оцениваемое высказывание не является содержательным, а выражает отношение субъекта к самому себе или к тому или иному фрагменту содержания проблемно-конфликтной ситуации задачи, то в этом случае высказывание квалифицируется как рефлексивно-смысловое. При этом когда объектом отношения выступает личность самого испытуемого как субъекта мыслительной деятельности в целом, то высказывание относится к личностно-рефлексивному компоненту.

В личностно-рефлексивном аспекте мы выделяем те проявления, которые связаны с мотивацией и самооценкой. В том случае, когда смысловое отношение связано с самопобуждением, самоощущением, самостимуляцией субъекта к тому или иному «шагу» в конфликтных для него условиях экспериментальной ситуации, оценивается как «мотивация». Когда же высказывание прямо или косвенно выражает отношение субъекта к отдельным своим личностным качествам, актуализировавшимся в условиях конфликтной ситуации, то данное личностно-рефлексивное высказывание реализует функцию «самооценки», если же высказывание относится к личности другого, то оно несет функцию «оценки».

Личностно-рефлексивное мотивационное высказывание относится к виду ретроспективных, если оно презентует отношение субъекта к уже совершенному и своих намерений содеянного. К тако-

го рода ретроспективным функциям относятся высказывания типа: «у меня не было желания думать над ней (задачей), а теперь...». Подобные высказывания обычно выражают отношение субъекта к ретроспективе уже осуществленного мыслительного поиска и анализа своих побуждений, как форме своего личностного самовыражения. Это отношение направлено на реконструкцию возможных причин, недочетов и ошибок в осуществлении мыслительной деятельности по ранее ее зафиксированным моментам в силу их личностной значимости для субъекта, а также осмысление изменения собственных побуждений.

Проспективный вид рефлексивно-мотивационного высказывания выражает направленность в будущее: «следующее задание я выполняю не так, как это». Такое высказывание фиксирует видение перспективы на основе анализа предыдущей деятельности, в котором и образовалась ниша для возникновения нового побуждения. В проспективных высказываниях выделяются такие, которые предполагают успешность или неуспешность последующего действия, а также ретроспективную оценку предыдущего по указанным критериям: «эта попытка была неудачной, а вот следующую я уж быстро решу» или «этот то я сделал, а другой, наверно, будет труднее. Вы нам трудные не давайте».

Интроспективные рефлексивно-мотивационные высказывания отражают состояние субъекта в настоящем, ситуации «здесь и теперь», его побуждения, сформировавшиеся на основе анализа прошлого и будущего. В ходе анализа речевой продукции мы сталкиваемся с рефлексивно-мотивационными высказываниями, в которых реализуется отношение субъекта к конкретным способам преодоления или снятия конфликтности через избрание той или иной формы своего личностного поведения в ситуации эксперимента при решении интеллектуальных задач. Такими способами являются: преодоление, связанное со стремлением к сотрудничеству: «я понял, что у нас с тобой лучше получается» и со стремлением к автономии: «мне мешает

общее обсуждение, я хочу думать один», либо отказ от преодоления, избегание сложной ситуации: «мне надоело, я больше не хочу решать». Во всех указанных случаях субъект распределяет ответственность на себя или возлагает ее на других: «если бы они мне не мешали, я бы решил», «я сам смогу, они только могут помочь», «я на них понадеялся, а они...».

В указанных стратегиях проявляется либо целостное видение ситуации, либо ее фрагментарное представление. В высказываниях фрагментарного видения ситуации можно выделить такие, в которых акцентируется внимание на одном отдельно взятом аспекте и который может корректироваться в зависимости от ситуации. При целостном охвате ситуации в высказываниях проявляется интеграция аспектов, выделяются причинно-следственные связи, производится их группировка.

В данных высказываниях выражается направленность субъекта либо на процессы коммуникации, либо на ход действий (организацию), либо на себя в ситуации, свои черты характера и проявления поведения. В высказываниях, выражающих отношение (самооценку и оценку), можно выделить такие, которые служат для реализации в нем отношения субъекта к себе как бы со стороны, т. е. с позиции стороннего наблюдателя. В нашем случае такими внешними наблюдателями выступают экспериментатор и другие студенты группы, с внешней позицией которых может на некоторое время идентифицироваться испытуемый: «Вы, кажется, не так предполагали, что сделаю это», «они уже тогда хотели переключиться на другую плоскость» и др.

Динамика высказываний определяет индивидуальный стиль проявления регуляторной функции активности через рефлексивно-мотивационный механизм. Мы выделили параметры, относительно устойчивых индивидуальных различий в речи: приверженность к определенным формам выраженности «Я»; способы привлечения и удержания внимания аудитории (группы); компактность как умение объединять в одном высказывании целый ряд разнообразных смысловых от-

ношений. Индивидуальный стиль проявления личности входил в пространство рефлексирования и, по нашему предположению, должен был влиять на самооценку (как показатель развития рефлексивных способностей) и изменение мотивации. Высказывания относились к простым или сложным. Сложные высказывания подводились под простые, путем деления на смысловые единицы и кодировались в определенный вид классификации. Дифференциация речевой продукции позволяет анализировать взаимосвязь рефлексии и мотива.

Показатели. Целевое назначение интерпретации полученных при проведении эксперимента результатов состоит в том, чтобы показать роль рефлексии в изменении самооценки, определить самооценку как показатель развития рефлексивных способностей, выявить взаимообусловленность рефлексии и мотивации, а также охарактеризовать изменение продуктивности мыслительной деятельности через рефлексивно-мотивационный механизм. Материалом, подлежащим интерпретации, служат количественные и качественные показатели.

Для определения взаимосвязанности рефлексии и мотивации, роли рефлексии в формировании мотивации на примере решения мыслительных задач (выполнения теста Р. Амтхауэра) мы выделили два вида показателей: продуктивности и функциональной взаимообусловленности.

Показатель продуктивности охватывает общие характеристики мыслительной деятельности, ее результативность. Сравнение результатов двух групп и будет тем показателем, раскрывающим влияние рефлексивно-мотивационного механизма на успешность мыслительного поиска. Изменение самооценки, приближение ее к адекватной также является показателем продуктивности протекающих в ходе эксперимента рефлексивных процессов. Данное влияние можно соотносить с организационными правилами или оргструктурой деятельности и коммуникации, в которой происходило развертывание рефлексивно-мотивационного механизма.

Второй род показателей – функциональной взаимообусловленности – призван установить степень влияния рефлексии на мотивацию и самооценку, выразить самооценку как показатель развития рефлексивных способностей, определить вид мотивации, который в большей степени формируется за счет рефлексивных процессов, а также определить обусловленность рефлексии личностными свойствами субъекта.

Обработка результатов эксперимента. При обработке полученных результатов определились средние арифметические значения, дисперсия, стандартное отклонение. Достоверность гипотезы определялась вычислением F – отношения при уровне достоверности ($p < 0,05$). Для математической обработки использовалась программа «STAGRAF».

Для определения взаимосвязи между отдельными показателями и факторами использовался коэффициент корреляции Пирсона. Связь считалась значимой при уровне значимости $\alpha < 0,001$; сильной при $\alpha < 0,01$.

Для факторного анализа построения новых переменных использовалась программа, позволяющая выполнять ортогональные и косугольные типы вращений.

4.2. Анализ экспериментальных данных взаимосвязи рефлексии и мотивации

Для того чтобы подтвердить или опровергнуть гипотезу, необходимо иметь исследовательский инструмент, с помощью которого можно было бы выделить связь рефлексии и мотивации, определить ее качественное содержание. По изменению количественных результатов самооценки, мотивации можно составить определенное представление о проявлении в той или иной степени указанной связи, а это значит:

- 1) выделить определенные закономерности ее проявления;
- 2) распознать отношения мотивации и рефлексии, рефлексии и самооценки;

3) представить самооценку как уровень развития рефлексивных способностей;

4) определить рефлексию как механизм порождения мотивации.

1. Изучение показателя продуктивности связано с анализом изменения самооценки и уровня интеллектуального развития.

1.1. Как уже отмечалось раньше, в процессе организованного рефлексивного воздействия происходит изменение отношения к себе и другим. Чем больше развиты рефлексивные способности, тем глубже субъект проникает в свое «Я», тем больше самооценка субъекта приближена к адекватной (реальной, объективной). На начало эксперимента у студентов группы «Э» диагностировалась адекватная самооценка черт характера у 16,7 %, неадекватная завышенная у 66,6 % и у 16,7 % неадекватная заниженная самооценка. В ходе рефлексивного обсуждения 38 % высказываний относились к самооценке интеллектуальных способностей и черт характера, темперамента. Высказывания типа «я просто медленно считаю» относилось к темпу реакции, другое – «а я сразу понял, как здесь надо делать» к пластичности и интеллектуальным способностям, «я люблю заниматься один, без помощников» к чертам характера и т. д. Такие ретроспективные высказывания относились к уже сформировавшемуся мнению о себе. Для решения нашей задачи интересны были высказывания, отражающие динамику процесса изменения отношения к своим личностным и интеллектуальным проявлениям в ходе рефлексирования. Высказывание типа: «я думал, что лучше выполню задание, но оно оказалось труднее», «как только мы с ним начинали разговаривать, возникало какое-то раздражение, а сейчас мне даже понравилось, я хотел ему помочь» – характеризовали изменение отношения к себе и другому, через обнаружение новых свойств, качеств, проявившихся именно в этой ситуации коммуникации выполнения задания, рефлексирования. В результате произошедших изменений, которые мы относим к целенаправленному воздействию рефлексии как осмыслению и переосмыслению своих черт характера, когнитивных способностей, стра-

тегий поведения, адекватная самооценка диагностировалась у 66,8 % студентов. Неадекватная заниженная 16,6 %, а неадекватная завышенная проявилась у 26,6 % студентов. Интересна индивидуальная характеристика изменчивости. Изменение самооценки диагностировалось у 96 % студентов. У студентов группы «К» изменения показателей самооценки распределились таким образом: 50 % студентов показали результаты изменения самооценки и 50 % – без изменений, что несомненно подтверждает тот факт, что действие рефлексивных процессов усиливается при их организации и снижается при естественном ходе событий в разрешении проблемно-конфликтной ситуации. В конце эксперимента были получены показатели группы «К» – адекватная самооценка у 29,2 % (исходное значение – 16,6 %), неадекватная завышенная у 54,2 % (исходное значение – 66,6 %) и неадекватная заниженная у 16,6 % (исходное значение – 16,6 %).

Роль рефлексии в изменении самооценки характера и черт личности субъекта, а точнее уровень рефлексивности студентов по данному параметру показывает F-отношение, выводимое однофакторным дисперсионным анализом. Так, для данного вида самооценки F-отношение составило 0,554 при уровне значимости 0,467, что подтверждает достоверность нашей гипотезы. Показатель «прироста» количественных результатов, выраженный отношением t (после эксперимента) к t (до эксперимента), является показателем уровня рефлексивности в данной группе.

Дифференцированность самооценки свидетельствует о более детальном, глубоком выделении, осознании проявлений своих черт характера и темперамента. Такое видение способствует адекватному восприятию других людей, членов группы. Так, в самооценке свойств темперамента выделялись такие параметры, как экстраверсия – интроверсия, ригидность – пластичность, эмоциональная возбудимость – стабильность, темп реакции, активность. Дифференцированное осознание свойств темперамента выражалось в изменении связи между показателями самооценки свойств темперамента и аналогичным

свойством темперамента. Рефлексия является универсальным коммуникатором, средством организации взаимодействия. Самооценка экстравертированности – интровертированности в экспериментальной группе показала высокую степень ее связи с показателями аналогичного свойства темперамента $r = 0,559$ ($a < 0,001$) до начала эксперимента и $r = 0,939$ ($a < 0,0005$) по окончании эксперимента, в контрольной группе соответственно $r = 0,726$ ($a < 0,001$) и $r = 0,789$ ($a < 0,001$).

Тенденция усиления связи между показателями самооценки экстраверсии – интроверсии и личностными характеристиками в группе «Э» подтверждает изменение неадекватности самооценки и приближение ее к большей адекватности.

При данном подходе мы не учитывали естественного изменения указанного свойства темперамента во времени, придерживаясь положения о том, что в основе темперамента лежат формально-динамические особенности психики человека, независимые от конкретных мотивов, целей, способов, отношений и проявляющиеся «во внешней картине поведения» (И. П. Павлов) [159]. Эти особенности менее подвержены изменениям в столь короткое время эксперимента. Степень влияния рефлексии на познание субъектом указанного свойства выразилась F-отношением, равным 0,087 ($p < 0,7$), показывающим, что изменение самооценки этого свойства незначительно по группе «Э» по сравнению с группой «К». И это вполне объяснимо тем, что указанное свойство в процессах коммуникации постоянно является объектом естественной рефлексии и приводит к более адекватной оценке его субъектом. В нашем эксперименте с помощью рефлексии подверглись уточнению и глубокому осознанию особенности проявления этого свойства в поведении, деятельности.

Сохранение устойчивых связей в группе «К» свидетельствует о меньшей изменчивости самооценки, о слабости протекания рефлексивных процессов. Дифференцированное осознание субъектом своих личностных свойств и выражение этого осознания в самооценке является тем показателем, который определяет влияние организованной

рефлексии на процессы самопознания, находящие свое выражение в самооценке.

Осознание своих свойств, связанных с общительностью, позволяет направить усилия на разрушение собственной ригидности, раскрытие творческого потенциала, увеличение вариативности поведения, что неминуемо приводит к разрушению сложившихся стереотипов. Но для такого изменения необходимо время. Первичным результатом эксперимента явилось осознание студентами своих личностных качеств, своего отношения к другим, к себе и отношения к себе других.

Осознание – это первая ступень к дальнейшему изменению. По нашему предположению, такое осознание должно в первую очередь повлиять на мотивационную сферу субъекта. При дальнейших, более глубоких изменениях необходимо проводить специальные мероприятия, рассчитанные на поддержку и закрепление устойчивости новообразований в личностной структуре.

Темп индивидуального реагирования, скорость протекания психических процессов – это та характеристика, которая уже является осознанной, устойчивой в данном возрасте. Но для группы «Э» в целом была характерна неадекватная самооценка этого свойства, и только критические условия, требующие быстрого реагирования на ситуацию, принятие решений, мыслительный поиск, способствовали осознанию неадекватности оценивания, что и нашло свое выражение в усилении связи между показателем самооценки этого свойства и параметрами личностных характеристик, в которых это свойство проявляется.

В контрольной группе на основании коэффициентов корреляции мы обнаружили более адекватную самооценку этого свойства и минимальную изменчивость степени его осознанности.

Данное обстоятельство повлияло на показатели роли рефлексии в изменениях самооценки темпа реакции. Показатели F-отношения свидетельствуют о незначительном влиянии организованной рефлексии на осознание и изменение самооценки темпа реакции. Но связи, выявленные при сопоставлении коэффициентов корреляции Пирсона,

показали существенное влияние организованных рефлексивных процессов. Расхождение двух утверждений необходимо отнести к допустимым погрешностям выравнивания групп.

Для данного возрастного периода (18–19 лет) характерно усиление функций контроля за проявлениями эмоциональной возбудимости. Естественное проявление рефлексивных процессов, которые выполняют функцию регулирования субъектом своего психического состояния в коммуникации, деятельности, поведении, приводит к высокой степени осознанности этих состояний, владению техниками управления ими и операциями соотнесения с общественной «нормой».

Обнаруженное по результатам эксперимента уже сформированное дифференцированное познание и осознание проявлений своей эмоциональности у студентов как группы «Э», так и группы «К» позволило в ходе обсуждения направить усилия студентов группы «Э» не на фиксацию этих свойств, а на поиск наиболее адекватных путей реагирования в конфликтных ситуациях.

Но так как любое действие приводит к изменениям, в результатах эксперимента обнаружено усиление связи между показателями самооценки эмоциональной возбудимости с показателями аналогичного свойства темперамента ($r = 0,703$, $a < 0,0001$ до основного этапа и $r = 0,921$, $a < 0,0001$ после основного этапа).

Показатели однофакторного дисперсионного анализа (табл. 1) свидетельствуют о незначительных влияниях рефлексии в ситуации эксперимента на изменение осознания этих свойств.

Таблица 1

Показатели однофакторного дисперсионного анализа

Параметры	F- ratio	Sig.level
Самооценка темпа реакции	0,193	0,6668
Самооценка активности	0,194	0,6663
Самооценка фрустрированности	0,483	0,4973
Самооценка агрессивности	1,048	0,3108
Самооценка интеллекта	0,389	0,5420
Самооценка эмоциональной возбудимости	0,005	0,9425
Самооценка экстраверсии – интроверсии	0,087	0,7725

В условиях повседневной жизни в данном возрасте необходимо принятие норм, требований, правил поведения, деятельности и общения, побуждающего человека осуществлять самоконтроль и саморегуляцию психических состояний, собственных действий и т. п., ведущее к высокой степени осознанности и адекватной оценке.

В ситуации организованной рефлексии проявляется не только осознание, но и изменение личностных, эмоционально-волевых свойств субъекта. Осознание таких свойств, как ригидность, тревожность, эмпатия требовало определенных усилий. Их сущность теряется в характеристиках черт характера, стратегиях поведения, переживаниях. В образах обыденного сознания они являются привычными, незамеченными, вроде естественного процесса протекания проявлений жизнедеятельности. Проявление этих свойств непосредственно связано с проживанием ситуации коммуникации. В экспериментальной группе эти процессы были организованы, и студенты не могли не вступать в общение (выполняя организационное правило), в котором больше всего проявлялись указанные свойства, т. к. было необходимо понять не только свои стратегии мышления, коммуникации, поведения, но и своих товарищей, помочь друг другу разобраться в ошибках и найти пути их изменения, пути конструктивного преодоления конфликтной ситуации. В контрольной группе, по условиям эксперимента, исключалось парное и групповое общение.

Распределение показателей уровня рефлексии в самооценке ригидности, тревожности и эмпатии показано в таблице 2.

Таблица 2

Показатели однофакторного дисперсионного анализа

Параметры	F-ratio	Sig. level
Самооценка ригидности	4,448	0,0398
Самооценка тревожности	3,708	0,0596
Самооценка эмпатии	12,883	0,0007

Психолого-педагогическое воздействие экспериментатора (преподавателя) было направлено на организацию таких ситуаций коммуникации и рефлексии, в которых, по предположению, должны были проявляться и изменяться указанные свойства через осознание и проживание ситуации, ведущей к позитивным изменениям – снижению ригидности, усилению эмпатии, снижению тревожности.

Проявления ригидности непосредственно связаны с рефлексивными процессами. Они являются определенным тормозом их развития и выражаются в неспособности переосмысления поведения, его перестройки, затрудненности выхода из состояний зависимости и приобретенной беспомощности. Свойство ригидности проявляется также и в неспособности изменять способы мыслительных действий, ломать приверженность к определенным ходам мысли. Рефлексивные процессы были направлены на выявление барьеров общения, неэффективных стратегий поведения, на способы переосмысления ситуации (фрагментарный и целостный охват), гибкости реагирования как способности изменяться и изменять.

Эмпатия является необходимым элементом рефлексии. На ее основе человек скорее познает себя и становится способным сочувствовать окружающим, понимая и предугадывая их состояние. Организованная рефлексия способствует развитию этого свойства, а осознание его формирует способность доверять собственным чувствам, предчувствиям, находить причины появления ошибок и способы изменения ситуации.

Психолого-педагогические воздействия способствовали снижению тревожности, появлению открытости своего «Я» общению. В процессе рефлексирования происходили изменения в указанных свойствах, что и повлияло на степень адекватности самооценки, устанавливаемой с помощью коэффициентов корреляции Пирсона. Слабые связи между показателями самооценки этих свойств и личностными характеристиками, выявленные после проведения формирующего эксперимента, свидетельствуют об изменении этих свойств во время экспе-

римента. Наиболее ярко этот процесс прослеживается по свойству самооценки ригидности и менее – в самооценке эмпатии и тревожности, т. к. основной предметной деятельностью являлось решение мыслительных задач. Для изменения устойчивых личных свойств необходимо более длительное время.

Таким образом, организованные рефлексивные процессы повлияли на изменение самооценки тех свойств и характеристик личности: тревожности, ригидности, эмпатии, от которых непосредственно зависит построение продуктивной коммуникации. Развитие коммуникативной, личностной рефлексии привело к изменению этих индивидуально-типологических особенностей личности.

Самооценка других диагностируемых свойств личности не претерпела существенных изменений. Это объясняется тем, что сравнение нормы и выполненного за определенное время задания приводило к переживанию студентами проблемно-конфликтной ситуации и в контрольной группе, но с меньшей степенью выраженности и слабостью течения естественных рефлексивных процессов.

Большинство студентов экспериментальной группы осознали и поверили в свои возможности, что и означало для них переход в некоторое новое состояние и отразилось на мотивации.

1.2. Результаты Т-теста показали значимые различия между группами по интеллектуальным показателям ($p = 0,000$), которые вошли во второй фактор под общим названием: «Интеллект», образованный 7 переменными: способность к абстрагированию – 0,641, комбинаторные способности – 0,650, способность выносить суждение – 0,792, индуктивное мышление – 0,814, пространственное воображение – 0,888, сосредоточие внимания, память – 0,592.

Столь значительная разница является показателем влияния рефлексии на продуктивность мыслительной деятельности. В других факторах, образованных личностными переменными, таких существенных различий не обнаружено.

2. Анализ функциональной обусловленности рефлексии и мотивации связан со сравнением показателей мотивации двух групп.

В каждой актуальной ситуации осознание себя как «Я» с новыми качествами, новыми возможностями и проявлениями, расширяет «границы» того, что может охватить сознание в процессе самопознания. Состояние переживания новых ситуаций и новых проявлений своего «Я» в поведении, деятельности, общении порождает новые потребности, желания, влечения. Для подтверждения или опровержения допущений гипотезы необходимо было использовать диагностику не только ситуативных изменений мотивации, но и более устойчивых ее образований – ведущего мотива и стратегий поведения.

2.1. В изменении мотивации в результате рефлексивного анализа можно выделить две группы факторов. Одни, менее изменяемы (малые значения F-отношения), другие – более подвержены изменению (высокие значения F-отношения). Такое разделение подтверждает выполнение двух функций рефлексии: генерирование и подведение под понятие. Она способна как закреплять устойчивые связи, формировать стереотипы поведения, деятельности и общения, так и разрушать их, генерировать новые способы и средства. В мотивационной сфере субъекта можно обнаружить проявления всех четырех типов мотивации. Этим и объясняется необходимость проведения локуса контроля для выделения ведущего типа (способа взаимодействия). Так менее всего в экспериментальной группе относительно контрольной изменились показатели деструктивной, реконструктивной и инструкторивной типов мотивации. Показатели конструктивного типа мотивации приведены в таблице 3. Это наилучшие показатели развития данного типа мотивации.

Таблица 3

Показатели однофакторного дисперсионного анализа изменения мотивации

Параметры	F-ratio	Sig. level
Реконструктивный тип мотивации	0,009	0,9267
Инструкторивный тип мотивации	0,489	0,4847
Деструктивный тип мотивации	0,394	0,5397
Конструктивный тип мотивации	8,339	0,0056

Рефлексивное взаимодействие направлено на гармонизацию, конструктивность отношений между разными стратегиями поведения и деятельности, соответственно между разными мотивами, урегулирование их борьбы и поиск адекватного принятия решения. Одному типу мотивации (ведущему мотиву) могут быть подчинены разные стратегии деятельности. И одна стратегия поведения и деятельности подчинена разным мотивам. Именно поэтому в деятельности обеих групп мы наблюдаем наличие разных ведущих мотивов, обусловленных проявлением индивидуальности. Но только в той группе, где была организована рефлексия, наблюдается выделение, прежде всего, одного ведущего типа мотивации, связанного с реализацией рефлексивной функции согласования. Эти выводы подтверждены результатами, в которых зафиксировано изменение экстернальности и интернальности.

Данные однофакторного дисперсионного анализа показали существенное изменение показателей интернальности для экспериментальной группы (F-отношение 9,488 при уровне достоверности $p < 0,003$) и незначительное по параметру экстернальности (F-отношение 6,475 при уровне достоверности $p < 0,013$).

Более глубокий анализ данных группы «Э» показал отсутствие изменений по показателю интернальности у 6,7 % студентов, а экстернальности у 16,7 %. Изменение интернальности на экстернальность – у 13,3 %, а экстернальности на интернальность – у 63,3 % студентов.

Сохранение или формирование определенных типов мотивации в рефлексивных процессах у студентов группы «Э» представлено в таблице 7. Сравнение полученных результатов показало, что у студентов ярко выражены процессы изменения ведущего типа мотивации в результате рефлексивных процессов, организуемых с помощью психолого-педагогических воздействий и условий проблемно-конфликтной ситуации. Произошедшие изменения мотивации относятся не к личностным качествам испытуемых, а к рефлексивным процессам и способам их организации.

Динамика изменения мотивации для экспериментальной группы

Тип мотивации	Сохранение (%)	Формирование (%)
Конструктивный тип	3,3	53,4
Реконструктивный тип	3,3	10
Инструктивный тип	6,7	10
Деструктивный тип	10	3,3

Необходимо учесть тот факт, что рефлексия как средство организации коммуникации при ее успешном завершении может рассматриваться как процесс, побуждающий желание общения. Осмысленная в рефлексивных процессах «успешность» общения порождает новые потребности. Этим объясняются высокие показатели (F -отношение 17,549; $p < 0,0001$) мотивации отношений и фактически незначительные изменения мотивации достижения [F -отношение 0,931; $p < 0,349$]. Организованные рефлексивные процессы в эксперименте были направлены на процессы коммуникации, анализ психологического климата в группе, результатом чего и явилось возникновение потребностей в общении.

При изучении ситуативных изменений мотивации мы использовали структурно-функциональный анализ рефлексивно-мотивационных речевых высказываний и «Психографический тест» В. Г. Леонтьева.

Весь процесс протекания изменений рефлексии мы разделили на три периода: адаптационный, основной, завершающий.

Адаптационный период характеризуется наличием высказываний, направленных на осмысление других: «А я думал, ты хотел сделать так..», «разве у тебя было желание, я этого не заметил», «ты и не хотел помогать мне», «я думаю, все у тебя только для себя» и т. п. В высказываниях преобладает конфликтность, оценка, демонстративность (выраженная интонационно и невербально), как защитная реакция собственной самооценки и поиск выхода из проблемно-конфликтной ситуации с наименьшими потерями. Мы относили такие

высказывания к типу не влияющих на преодоление препятствия возникшего противоречия. Постепенно появлялись тенденции направленности рефлексии субъекта на свое «Я» и представления о «Я» у окружающих. На это отчетливо указывает концентрация точек в пространстве седьмой и восьмой частях листа – именно там, где находит свое отражение мотивация, направленная на самого человека, его прошлое, существующая в виде желания, потенциала и проявляющаяся в виде созерцательности и пассивности в данной ситуации. В этот же период наблюдается и регистрируется постепенное увеличение высказываний ретроспективной формы. Преобладающим остается количество высказываний, несущих в себе позицию «не Я» («а я думал, Вы хотели, чтобы...»). Наиболее часто употребляющаяся сравнительная форма высказываний обозначает либо стратегию «избегания», если нет надежной поддержки, либо стратегию «конфликтности», что в целом связано с проявлениями «автономности» в группе.

Основной период характеризуется такими речевыми высказываниями, основные характеристики которых отражает групповое распределение точек в пространстве. Ярko прослеживаются две тенденции: одна связана с ретроспективными высказываниями, показатели мотивации концентрируются в восьмой, седьмой и шестой частях пространства листа; другая с усилением проспективных высказываний и перемещением показателей мотивации в первую и вторую части пространства.

Одной из особенностей рефлексивного обсуждения является его повышенная активность, широта охвата осознаваемых явлений ситуации, вовлечение в обсуждение все большей и большей информации из прошлого и предполагаемого будущего студентов. Происходит самоопределение, осознание своих «границ» и появление тенденций их расширения, что связано со способностью брать ответственность на себя. Личностная рефлексия доминирует над интеллектуальной, увеличивается проявление стратегий сотрудничества.

В этот период в речевых высказываниях наблюдалась сильная динамика смены настроений, эмоционального спада и подъема, повышение интонации (аффекты) и ее снижение (расслабление).

Завершающий период характеризуется переоценкой ценностей. Продукты рефлексии интеллектуального действия в меньшей степени проявляют себя в механизмах рождения мотивации. Механизмы самопознания выступили как наиболее эффективные в генезисе мотивации. Наибольшая групповая концентрация «точек» приходится на первую и вторую части пространства листа. Этот этап характеризуется глубиной рефлексивного анализа, направленного на свое «Я» и окружающих, гармонизацию отношений между своим внутренним видением себя и «внешним». Снижается эмоциональная возбудимость, проявляется конструктивность мотивации, ее сила, динамичность развития, направленность в будущее, гармония внутреннего и внешнего. В речевых высказываниях преобладает перспективная форма, стремление к сотрудничеству: «в будущем мне бы хотелось поработать еще также со всеми вместе», «я думаю, что мне захочется...», «я понимаю что... и поэтому мне хочется» и т. д. Структурно-функциональный анализ и анализ распределения результатов, полученных с помощью проективных методов, позволяет представить динамику процесса формирования ведущего мотива в рефлексивных процессах.

Анализ матрицы, отражающий изменение точек в пространстве, позволил сделать выводы о происходящих изменениях мотивации во время рефлексии. На протяжении всех проб обнаруживается стойкая тенденция изменения мотивации от ее направленности в прошлое субъекта на самого себя (что и было обусловлено рефлексивными процессами) к направленности в будущее, наполнение ее большей силой, динамичностью, духовными стремлениями (на что влияло вырабатываемое в рефлексии содержание).

Концентрация точек в центре листа или приближенно к нему может расцениваться по-разному: с одной стороны, выражать эгоцентризм, а с другой – гармоничное сочетание всех проявлений моти-

вации, не позволяющей обнаружить ее тенденцию, независимо от установки обозначения того, откуда она пришла и куда направлена.

Таким образом, экспериментальные данные подтвердили взаимосвязь между рефлексивными процессами и мотивацией. Эта взаимосвязь выражается в том, что рефлексия является механизмом порождения мотивации, в ее «теле» происходит генезис мотивов и оформление их иерархии. В результате качественного анализа были обнаружены сильные прямые связи между рефлексией и изменением мотивации.

4.3. Анализ экспериментальных данных взаимосвязи рефлексии, мотивации и личности

По нашему предположению, на определенном уровне развития личности формируются такие черты характера, которые обуславливают рефлексивные процессы, влияют на их развитие. Эта связь не односторонняя. Формирование личностных черт происходит при участии рефлексивных процессов. На определенном уровне развития мотивации некоторые мотивы становятся чертами характера.

Все личностные показатели, влияющие на изменение самооценки и мотивации, а точнее на протекание рефлексивных процессов, можно определить группой факторов, которые на психологическом уровне анализа трудно, а иногда и просто невозможно обнаружить из-за переплетения внутренних причинно-следственных связей. Под фактором в теории факторного анализа понимается общая причина или общее условие, от которой зависят количественные изменения тех или иных явлений. С математической точки зрения фактор представляет собой искусственно построенную новую переменную, в которую входят первично исходные переменные с определенным весом. Вес — это показатель степени влияния фактора на изменения переменной. В нашем исследовании для факторного анализа использовалась про-

грамма «STAGRAF». Программа выполняла факторный анализ корреляционной матрицы методом главных компонент.

Для доказательства правомерного применения факторного анализа для данной выборки нам необходимо было выполнить несколько процедур сравнения. Формирование факторов личностных показателей осуществлялся на данных выборки из 54 человек (студентов 2 групп). Построение структуры рефлексивно-мотивационных и рефлексивно-оценочных изменений осуществлялось для каждой из групп. С помощью корреляционного анализа выявлялись устойчивые и значимые связи между структурами. Сравнение распределения показателей личностных переменных в факторах, построенных для всей выборки, выявило несущественные различия их проявления в каждой из групп ($p < 0,05$).

С помощью процедур вращения нам удалось выделить 4 фактора, раскрывающих связи между личностными переменными и 6 факторов, раскрывающих связи между личностными и интеллектуальными переменными. С помощью Т-теста проведено сравнение распределения переменных этих факторов в каждой из групп.

Существенные различия выявлены по второму фактору – «Интеллект», о котором шла речь раньше, при определении влияния рефлексии на продуктивность мыслительной деятельности.

Слабо выраженные различия по другим факторам позволили выделить только личностные факторы и на основании данных выборки из 54 человек построить новые личностные факторы и рассмотреть проявление их различий в двух группах.

Из анализа полученных результатов следует, что существенных различий проявления распределения показателей факторов не выявлено.

Этим обоснована правомерность рассмотрения личностных факторов для каждой из групп и определения их связей со структурой мотивационно-самооценочных изменений, произошедших в результате действия организованной рефлексии.

Первый фактор, под общим названием «*Общительность*» представлен 7 переменными: экстраверсия – интроверсия (0,82), аффектометрия (0,89), покорность (0,79), озабоченность (0,88), решительность (0,85), проницательность (–0,76), консерватизм (0,71), характеризующих интеллектуальные и эмоционально-волевые особенности личности.

Личностные характеристики, лежащие в основе данного фактора, характеризуют отношение субъекта с окружающим миром, стратегии его поведения. Обнаруженные связи между характеристиками вполне понятны. В основе активности субъекта в окружающем мире лежат свойства темперамента: экстраверсия – интроверсия. В чертах характера это свойство проявляется либо в виде легкости общения, гибкости, либо отчужденности, консерватизма, замкнутости. В процессе общения человек либо берет ответственность на себя, действует решительно, либо подчиняется мнению других, покорно принимает различные ограничения, что исключает творческое отношение к реальности и приводит к формированию консервативного отношения к изменяющимся условиям жизни. Чаще всего такие люди не обладают проницательностью.

В экспериментальной группе выявлено сильное влияние этого фактора ($a < 0,001$) на рефлексивные изменения самооценки интеллекта (–0,662) и самооценки черт характера (–0,609). Осознание данных черт характера влияет на самооценку личности. И в то же время, чем большее проявление консерватизма, ригидности, покорности, нерешительности мы наблюдаем, тем менее выражены рефлексивные процессы. Слабые связи ($a < 0,01$) этого фактора с изменением самооценки ригидности (0,486) и самооценки эмоциональной возбудимости (0,457) объясняются тем, что во время общения субъекту необходимо находить нестандартные решения или проигрывать стереотипы. Любой вид общения и взаимодействия эмоционально наполнен. Все личностные характеристики, объединенные в данном факторе, обуславливают рефлексивные процессы, влияют на продуктивность их действия.

В контрольной группе обнаружена сильная связь ($a < 0,001$) фактора «Общительность» с изменением интернальности ($-0,625$) и слабая связь ($a < 0,01$) с изменением экстернальности ($0,514$). Чем большее проявление личностных свойств, образующих этот фактор, тем к большему изменению экстернальности они приводят, при этом несомненно снижается интернальность субъекта.

Во второй фактор «Эмоциональность» вошли такие переменные: стабильность – нестабильность ($0,676$), эмоциональная устойчивость ($-0,855$), сентиментальность ($0,479$), уверенность ($0,768$), эгонапряженность ($0,860$). Чем больше выражена эмоциональная напряженность, капризность, зависимость, фрустрированность, возбудимость, тем меньше у человека уверенности в своих силах, спокойствия, стабильности, уравновешенности.

Третий фактор раскрывает связи между переменными, которые характеризуют отношение субъекта к себе. Фактор «Социальная зависимость» образован четырьмя переменными: суперэгоистичность ($0,662$), доверчивость ($-0,714$), групповая зависимость ($0,745$), сомнение ($0,564$). Чем больше сомнение, концентрация на своем «Я», эгоистичность, независимость, игнорирование общественного мнения, волевой контроль, тем меньше выражено доверие к другим, больше проявляется подозрительности и упрямства.

В основе объединения личностных характеристик лежат способы построения отношений субъекта с окружающим миром.

В экспериментальной группе выявлены сильные связи ($a < 0,001$) этого фактора с изменением самооценки интеллекта ($0,616$) и слабые ($a < 0,01$) с изменением самооценки черт характера ($0,476$). Рефлексивные процессы в большей степени направлены на осознание собственного «Я», отношения к себе, что, несомненно, ведет к переоценке самооценки черт характера и интеллекта. Но именно черты характера, в которых выражено отношение субъекта к себе, влияют на протекание рефлексивных процессов. Они лежат в основе рефлексивных механизмов самомобилизации и самоорганизации. Отношение субъекта

екта к себе влияет ($a < 0,01$) на изменение самооценки экстраверсии – интроверсии ($-0,452$).

В контрольной группе выявлены связи ($a < 0,01$) данного фактора с изменением самооценки активности ($-0,519$). Чем больше выражена эгоистичность, тем меньше проявляется активность, выражающаяся в творческом преобразовании окружающего мира.

Четвертый фактор «*Интеллект*» составили две переменные: интеллект ($0,888$) и практичность ($-0,688$). При понимании интеллекта не только как развития умственных способностей, но и как проявления их в социальной адаптации объединение данных переменных в один фактор вполне объяснимо. Чем больше выражены склонности к академической науке, тем меньше развит интеллект практический, бытовой.

В контрольной группе обнаружена сильная связь ($a < 0,001$) данного фактора с самооценкой фрустрированности ($-0,619$). Чем больше развиты интеллектуальные способности, выше уровень образованности, тем меньше в отношениях субъекта проявляются эмоциональная неустойчивость, склонность к аффектам.

Каждый личностный фактор имеет свою полярную структуру. Один полюс имеет положительный знак (+), другой – отрицательный (-). В основе такого взаимодействия личностных переменных лежит механизм динамического равновесия. Личностные факторы, по своей природе представляют собой эмоционально-волевые, личностные механизмы рефлексии, которые при своем взаимодействии друг с другом объединяются в генерализированные механизмы «самомобилизации» и «саморегуляции».

В основе изменений мотивации лежат такие личностные рефлексивные механизмы, как «общительность», «отношение к себе» (самооценка) и «интеллект». Именно первый, третий и четвертый факторы имеют сильную ($a < 0,001$) и слабую ($a < 0,01$) связь с отдельными элементами рефлексивно-мотивационной и рефлексивно-оценочной структуры.

Для контрольной группы была построена структура мотивационных и самооценочных изменений, произошедших в процессе интеллектуальной деятельности студентов. Естественные рефлексивные процессы не исключались в этой группе, но и произошедшие изменения мы не можем отнести к их действию.

В привычных ситуациях трудно проследить процесс формирования мотивации. Большинство исследований этих процессов проводилось именно в этих условиях. При таком исследовании обнаруживались прямые, непосредственные связи между личностными свойствами и мотивацией. Данные контрольной группы подтвердили утвердившееся в психологии мотивации представление. В контрольной группе сильная связь ($a < 0,001$) выявлена между факторами «общительность» и «конструктивность», образованная тремя переменными – экстернальность ($-0,76$), интернальность ($0,85$), конструктивность ($0,82$), выражающим изменение направленности мотивации. Эта связь не вызывает сомнения, т. к. в основе направленности мотивации лежат отношения субъекта с окружающим миром.

Данные, полученные в экспериментальной группе, позволили проникнуть в глубину процесса формирования мотива и мотивации, дифференцировать его составляющие.

В данных экспериментальной группы выявлена сильная обратная связь ($a < 0,001$) между фактором «Социальная зависимость» и фактором «Самооценка Я-концепции», включающим оценку субъектом собственного темперамента, интеллекта, черт характера – самооценка экстраверсии – интроверсии ($0,66$), самооценка интеллекта ($-0,82$), самооценка черт характера и личности ($-0,89$). От того, как субъект относится к себе, зависит построение его отношений с окружающими, его восприятие другими. В факторе «Самооценка Я-концепции» скрыт механизм, который можно отнести к компенсационным – чем выше самооценка своего интеллекта и черт характера, тем избирательнее общение, тем выше уровень притязаний. Завышенная самооценка может рассматриваться как компенсация заниженной. Зани-

женную самооценку человек компенсирует либо демонстративностью, легкостью, неразборчивостью, изменчивостью и множественностью товарищеских связей, либо погруженностью в свой мир, устремленностью к абсолютным идеалам, постоянной работой над духовным становлением своей личности, что приводит к развитию интеллекта и черт характера, меньше связанных с общительностью, но больше с духовностью.

Рефлексивные процессы проявляют себя в коммуникации и направлены на организацию взаимопонимания.

Фактор «общительность» имеет сильную связь ($a < 0,001$) с фактором «самооценка гибкости взаимоотношений», включающим 3 переменных: самооценка ригидности (0,77), самооценка эмоциональной возбудимости (0,73), самооценка эмпатии (-0,64), выражающих как интеллектуальные, так и эмоционально-волевые качества личности, ее способности к изменению и чувствованию других. Развитые эмпатические способности свидетельствуют об адекватном жизненном опыте, возможности самоконтроля и развитии рефлексии.

Фактор «самооценка эмоциональности», куда вошли 3 переменных: самооценка тревожности (0,81), самооценка агрессивности (0,75), самооценка фрустрированности (0,75) имеет сильную связь ($a < 0,01$) с фактором «интеллект». Выявленная связь подтверждает, что интеллект не существует без «живой материи» эмоций. По словам В. П. Зинченко, аффект ограничивает бесконечное число свободы интеллекта. Интеллект ограничивает, а иногда парализует степени свободы аффекта.

Рефлексивно-мотивационная структура представлена тремя факторами.

В фактор «интернальность» вошли такие переменные: реконструктивность (0,72), конструктивность (0,78) и потребность в отношениях (0,82), характеризующие интернальную стратегию поведения и отношений, принятие внутреннего (т. е. своего «Я») мира и мира отношений, при нередком доминировании самопознания, самосознания над экстравертированностью.

Фактор «экстернальность» образован переменными: инструктивности (0,76) и деструктивности (0,842), выражающими мотивацию, направленную на достижение, демонстративность, распределение ответственности на других, следование ответственной норме.

Фактор «конструктивность» составили два параметра: экстернальности (0,590) и интернальности (-0,542), характеризующие две разнонаправленные мотивации. Мотивация, для которой характерна экстернальность, приводит к небрежности, необязательности, обращению к внешней стимуляции, демонстративности способностей и т. д. Мотивация, для которой характерна интернальность, приводит к настойчивости, аккуратности, упорядоченности, целеустремленности, ответственности, старательности, плановости и т. д.

Мотивационные изменения, произошедшие в результате организованных рефлексивных процессов, подтвердили валидность методики «Конструктивность мотивации» (Елисеев О. П., 1994).

Нами не обнаружены связи личностных факторов со структурой рефлексивно-мотивационных изменений. Формирование ведущих мотивов связано с действием рефлексивного механизма самооценки.

Мы можем с определенной долей условности утверждать об управляемости формированием мотивации через организацию рефлексивных процессов. Если в процессе рефлексирования не произошло принятия личностью того образа «Я» и мира, который формируется в рефлексии, то изменения могут не произойти. Возможно, этот факт позволил В. А. Лефевру утверждать о рефлексивном механизме как автомате, когда присутствует факт осознания, но изменений в действиях и поступках нет. Это замечание относится к рефлексии первого ранга. На более высоких рангах рефлексии «автоматизм» отсутствует и заменяется формированием отношения человека к себе (самооценкой). Самооценка в качестве необходимого элемента рефлексии фиксирует факт «принятия» или «отвержения» тенденций к изменениям и выполняет функцию «побуждения» в мотивации.

Рассмотренные в нашей работе факторы и связи между ними, характеризующие зависимость самооценки, а значит и рефлексии от индивидуально-типологических свойств личности – интеллекта, общительности и социальной зависимости, подтвердили положение о том, рефлексивные процессы обусловлены личностными особенностями субъекта.

Основные выводы. Таким образом, формирование ведущих мотивов в рефлексивных процессах связано с изменением самооценки. Рассмотренные факторы и связи между ними, характеризующие зависимость самооценки от индивидуально-типологических свойств личности, подтвердили положение о том, что рефлексивные процессы обусловлены личностными особенностями субъекта, т. к. «подлинная самооценка» является продуктом рефлексии, показателем развития рефлексивных способностей.

Процесс становления мотивации в рефлексивных актах включает в качестве необходимого звена принятие личностью образа реальности, образующегося в результате осмысления ситуации, собственных потребностей и последствий возможных действий. Именно принятие, находящее свое выражение в самооценке, приводит к изменению мотивов и мотивации в рефлексивных процессах.

В процессе организованной рефлексии происходит формирование, прежде всего, конструктивного типа мотивации. Рефлексия, направленная на коммуникацию и взаимодействие, способствует снижению тревожности, развитию эмпатии, изменению ригидности субъекта.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Тема рефлексии является одной из актуальной и широко исследуемых тем в настоящее время разными научными направлениями и дисциплинами: педагогикой, психологией, философией, методологией и т. п. Основные представления о рефлексии получили свое развитие и конкретизацию в многочисленных работах С. Л. Рубинштейна, В. П. Зинченко, И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, Г. П. Щедровицкого, Ю. В. Громько, И. С. Ладенко, И. Г. Алексеева, В. К. Зарецкого и др.

Приступая к разработке рефлексивного психологического консультирования, мы определились с теоретической фундаментальной базой, основными понятиями и базовыми положениями, одно из которых – формирование мотивации в рефлексивных процессах – в силу слабой изученности его в психологической науке мы доказали экспериментальным путем. В ходе эксперимента решили сопутствующие задачи, тем самым доказав, что рефлексивное психологическое консультирование с помощью своих методов в тренинге и групповом консультировании способно решать задачи позитивных личностных изменений, что является одним из критериев эффективности консультирования.

Вводя в данную работу ключевые понятия: «сознание», «рефлексия», «психологический механизм», «мотив», «мотивация», «потребность», «воля», мы ориентировались на анализ работ выше названных авторов, а также А. Н. Леонтьева, Л. И. Анцыферовой, В. Г. Леонтьева и др.

Исследования понятия рефлексии привели нас к следующим выводам и новым научным построениям в виде метамоделей многомерного полифункционального объекта – рефлексии.

1. По своему существу рефлексия всегда есть разрыв, раздвоение и выход за пределы любого непосредственно, «автоматически» текущего процесса или состояния.

При изучении мышления, деятельности, процессов коммуникации и кооперации, а также самосознания личности исследователи выделяют рефлексию в качестве средства самоконтроля и саморазвития мышления, единицы умственного действия и эвристического решения, уровня мыслительного процесса, слоя сознания, механизма выбора, способа осуществления деятельности или связки ее компонентов, способа группового взаимодействия или изменения самооценки личности.

Анализ литературы показал, что многофункциональная природа рефлексии породила неоднозначность теоретического и экспериментального подходов ее исследования, что привело к отсутствию в настоящее время строго научного определения этого феномена. В сложившейся ситуации правомерным является подход, реализуемый в нашей работе, выражающий очерчивание границ понятия через перечисление и описание его основных структурно-содержательных элементов, сведение всех разногласий к единому основанию и моделирование объекта в соответствующей ему онтологии.

2. Рассматривая действие механизма рефлексии в процессах мышления, деятельности, самопознания, мы пришли к выводу о необходимости и возможности построения метамодеи рефлексии, т. к. ее основные элементы уже являлись предметом научных исследований, и достигли определенных успехов в решении отдельных вопросов.

Построенная метамодеи рефлексии представляет собой пересечение четырех плоскостей. Каждая образовавшаяся «точка» представляет собой фиксацию актуальной рефлексивной ситуации, подлежащей научно-теоретическому и эмпирическому исследованию. Онтологическое пространство рефлексии ограничено тремя векторами: средства и механизмы, разворачивающиеся в конкретных ее видах, проявляющиеся в разных ее формах.

Средства и механизмы рефлексии изучались нами по работам И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, И. С. Ладенко.

Наши экспериментальные данные показали, что в основе генерализованных эмоционально-волевых, личностных механизмов рефлексии (самомотивации и саморегуляции) лежат механизмы «общительности», «социальная зависимость» и «интеллект». Доминирующим во взаимодействии других механизмов является механизм «общительности», имеющий наибольшее количество сильных связей с рефлексивно-мотивационной и рефлексивно-оценочной структурой личности. В детерминации рефлексивных процессов наряду с индивидуально-типологическими особенностями и ситуативными предпосылками приоритет остается за социальными факторами. Рефлексия как процесс появляется из отношений человека с окружающим миром, из необходимости наполнения смыслом своих действий и творческого преобразования окружающей действительности, из общения, в котором происходит понимание и построение «единого» для двух коммуникантов пространства. Рефлексия является процессом обнаружения и согласования «разрыва» в «автоматически» текущем процессе или состоянии.

Логические, эвристические, семиотические, эмоционально-психологические средства рефлексии разворачиваются в конкретных ее видах. К таким видам мы относим: экзистенциальную, философскую, методологическую, интеллектуальную, личностную. В той или иной степени, в зависимости от предмета деятельности, все перечисленные виды рефлексии проявляются в ее межсубъектных, внутрисубъектных, временных формах.

Гносеологическое пространство рефлексии ограничено тремя векторами, обозначенными теми предметностями, в которых рефлексия функционирует в виде механизма мышления, деятельности, самосознания.

Статическая модель рефлексии представляет собой единство критериев содержания рефлексии в любой предметной области: сознаваемое и неосознаваемое, согласования (согласованное – рассогласованное) и синхронизации (необходимое – не необходимое; достаточ-

ное – недостаточное). Совокупность этих критериев является фильтром, сквозь который проходит содержание рефлексии. Этими критериями ограничивается онтологическая структура рефлексивного текста.

Динамическая модель представляет собой описание механизмов самой рефлексии, а не рефлексиию как механизм или процесс. Статическая и динамическая составляющие рефлексии не зависимы от проявления рефлексии в качестве механизма или процесса.

Адекватность метамоделей реальным изучаемым процессам была проверена в конкретной практике, учебной деятельности и в конечном счете легла в основу консультирования.

Признавая сложность *детерминации* такого явления, как рефлексия, нами на основании работ Л. С. Выготского (1956), С. Л. Рубинштейна (1973), А. Н. Леонтьева (1983), В. П. Зинченко (1994), И. Н. Семенова (1990), В. И. Слободчикова (1995) и других, были выделены три фактора, влияющие на рефлексиию: социокультурные предпосылки, определяющие этическую систему сознания; индивидуально-психологические, личностные характеристики и ситуационные условия.

3. В работах Л. С. Выготского, А. Н. Леонтьева, Г. П. Щедровицкого, Ю. В. Громько, В. Я. Дубровского, И. Д. Глячкова, В. В. Давыдова рассматривается рефлексия в процессе деятельности, где и обнаруживается как механизм непрерывного, согласованного развертывания ее организованностей. Каждая единица деятельности имеет «подстройку» в виде принятия решения. Субъект является тем рефлексивным элементом, который осуществляет анализ, оценку ситуации и принятие решения в процессе деятельности.

В сфере мышления рефлексия рассматривается как один из механизмов понимания, идеализации – полагания смысла как идеального объекта особого рода, схематизации – отнесения смысла к разным объектам, синтеза знаний, которые извлекаются не столько из объекта, сколько из других знаний. Рефлексией сопровождается выбор язы-

ка и представлений, эмпирическая фиксация ситуации (А. А. Зиновьев, И. С. Ладенко, В. К. Зарецкий, И. Н. Семенов, С. Ю. Степанов).

4. Работы Л. С. Выготского, В. А. Лефевра, С. Ю. Семенова, В. В. Столина, В. И. Слободчикова, Ю. А. Ранецкого, Г. И. Катрич и других определили теснейшую связь процессов самосознания с рефлексией. Самопознание, самоотношение, самооценка формируются на определенном уровне развития личности, и рефлексия является механизмом выбора действия, поступка; механизмом саморегуляции и самоопределения субъекта. Возможность личности осуществлять рефлексивную регуляцию своих внутренних процессов приводит к необходимости изучения вопроса о путях изменения мотивов и мотивации, определения таких структур, в которых происходит формирование мотива.

Проведенный нами анализ позволил разработать модель для решения конкретных задач изучения механизма формирования и адаптации новых образований в мышлении, деятельности, самопознании. Последнее закономерно приводит к необходимости рассмотрения вопроса о роли рефлексии в личностных, точнее мотивационных изменениях.

Рефлексия определяется нами в качестве базового процесса формирования мотива и активизации воли. Мы выделяем основной механизм, побуждающий и поддерживающий изменения в личности в соответствии со свободой выбора ею допустимого, необходимого и привлекательного варианта действия и саморазвития. Таким механизмом является «рефлексия – мотивация – волевая регуляция».

В любой конкретной ситуации происходит выбор направления активности, позволяющей с учетом возможностей ситуации и способностей субъекта реализовать или приблизить реализацию максимального числа наиболее значимых и актуальных потребностей.

В работах А. В. Брушлинского, В. Г. Асеева (1974), А. Г. Асмолова (1986), В. К. Вилюнас (1983), В. И. Ковалева (1982), Ю. Н. Кулюткина (1984), Х. Хекхаузена (1986), А. А. Файзулаева (1985), В. Г. Леонтье-

ва (1992) рассматривается процесс формирования и становления мотива в виде взаимодействия многих сторон личности, вовлекающихся на различных уровнях ее активности в деятельности. Каждая организованность деятельности обладает рефлексией (В. Я. Дубровский, 1994) и каждый последовательный момент деятельности имеет свое специфическое мотивационное обеспечение [31] и подкрепление волевым усилием [62].

В работах А. М. Матюшкина (1972), Л. П. Аристовой (1968), Ю. К. Бабанского (1970), В. В. Давыдова (1979) неоднократно указывалось на то, что не сам результат деятельности, отражающий достижение цели, а осознание этого результата, придание ему личностного смысла становится механизмом возникновения новой познавательной мотивации и волевой активности.

При произвольной регуляции, возникшая потребность не реализуется сразу в действие, а побуждает к постановке задачи согласования цели, которая, будучи представлена в определенных условиях, требует выполнения действия, направленного на создание или получение предмета, отвечающего требованиям актуальных потребностей.

Существо данной задачи состоит в том, что в процессе ее решения возникает противоречие между ресурсами субъекта и уникальностью условий ситуации. Каждый элемент ситуации имеет свой смысл, который может не совпадать с очевидным и привычным смыслом данного элемента, когда он включен в другие сложившиеся содержания опыта субъекта. Возникает *рефлексивная ситуация* поиска смысла. Потребности в данный момент могут находиться в противоречивых связях и отношениях друг с другом, приходить в противоречие с имеющимися целями и задачами личности, общества. В связи с этим возникает необходимость переосмысления собственного опыта, объективированных потребностей, условий ситуации и путей поиска предмета удовлетворения потребностей: интересов, влечений, желаний, установок, импульсов, мечты.

Эмоции принимают участие в переосмыслении, актуализируя одни потребности и тормозя другие.

По мнению И. Н. Семенова (1990), при решении любой задачи субъект как разрешает ее проблемность, так и борется с возникающим в процессе поиска личностным конфликтом, преодоление которого требует мобилизации условий.

Соответственно, результатом рефлексии является не только смысловое обеспечение интеллектуально-познавательного процесса, но и кристаллизация итогов действия личностных, эмоционально-волевых и социально-психологических ее механизмов в виде специфических личностных содержаний, обеспечивающих непосредственную включенность субъекта в процесс поиска решения задачи удовлетворения потребностей.

5. Согласно нашей концепции, процесс формирования мотива можно представить как решение отдельных подзадач, осуществляемое с помощью рефлексии. Нелинейное течение этого процесса характеризуется циклическими возвращениями к исходным подзадачам и сопровождается принятием решения субъектом о действии на основе своих потребностей, возможностей, объективных целей и последствий действий. Взаимодействие ретроспективной, интроспективной и проспективной форм рефлексии в процессе принятия решения позволяет учитывать вероятность успеха действия через оценку физических и психических возможностей, т. е. самооценку, включающую функциональное состояние субъекта, его знания и умения, работоспособность и обеспеченность средствами, а также вероятность противодействия или поддержки своему поведению, деятельности со стороны других людей и объективных обстоятельств. В разных видах и формах рефлексии учитываются внутренние и внешние условия, способные повлиять на осуществление действия.

6. На каждом этапе формирования мотивации с помощью рефлексии решаются различные подзадачи. Согласно В. Г. Леонтьеву,

становление мотивации проходит четыре периода: предстартовый, адаптационный, исполнительский, послемотивационный.

В предстартовый период рефлексией обеспечивается осознание цели, результата будущего действия, условий наличной ситуации, выработка критериев построения иерархии потребностей.

В адаптационный период рефлексия является одним из условий мобилизации ресурсов организма и осуществляет возможную переоценку степени сложности решаемой задачи, соотносит опыт стратегий решения подобных задач с данными условиями ситуации. Механизмы рефлексии обеспечивают выбор решения – либо поиск в памяти мотива, способного отвечать общественно значимой цели, либо формирование новых мотивов, смена одних мотивов другими. В рефлексивном процессе формируется определенный комплекс мотивов, соответствующий данной ситуации. Доминирование того или иного мотива определяется его значимостью.

В исполнительский период, характеризующийся максимальной мобилизацией психофизиологических резервов организма, оформляется мотивация, приобретая побудительную силу. Рефлексия обеспечивает поиск средств удовлетворения мотивов.

В послемотивационный период рефлексия направлена на осмысление и оценку адекватности принятого решения.

В нашей работе используется причинная *типология* мотивации, построенная О. П. Елисеевым (1994) на основе идей Л. С. Выготского.

Данная типология позволяет вскрыть сущность индивидуальных различий мотивации, ведущих мотивов и направленности активности субъекта. В тот или иной момент жизни или деятельности обнаруживается доминирование того или иного типа мотивации.

В ходе разрешения средствами рефлексии конфликта между двумя несовместимыми потребностями; социально заданной целью и личностными мотивами; желаемой целью и последствиями действий, отвечающих одному мотиву; личностными мотивами, обуслав-

ливающими одну цель, осуществляется выбор ведущего мотива или мотивации.

Субъект на основе рефлексивных способностей осуществляет ориентировку в своих потребностях, формулирует мотивационное обоснование своей деятельности по достижению общественно значимых целей, создает новые мотивы, позволяющие вписать цели общества в свою мотивацию и соединить потребности общества и личные потребности.

Высшей стадией овладения человеком собственными процессами является волевая регуляция деятельности и поведения. Волевое поведение может осуществляться без актуальной потребности, а через целенаправленное формирование субъектом мотива с помощью рефлексивных средств осмысления ситуации и последствий действий.

Осуществляемое в повторяющихся условиях поведение автоматизируется не только в своей исполнительской, но и мотивационной части. Формирование мотивации может «свертываться» и переходить в привычку.

Для того чтобы увидеть все факторы, участвующие в построении мотивов, необходимо поставить субъекта в необычные условия новой деятельности. Адаптация к этим условиям актуализирует рефлексивные процессы, в которых мотивы, ставшие, по мнению С. Л. Рубинштейна, свойствами характера, переосмысляются, что может привести к формированию новых мотивов.

Применение разработанной нами на основе работ И. Н. Семенова, С. Ю. Степанова, И. С. Ладенко модели структурно-функционального анализа речевых высказываний позволяет осуществлять контроль за ходом этих изменений. В данном анализе выделяются рефлексивно-мотивационные высказывания, которые выполняют функцию мобилизации личностных ресурсов субъекта для преодоления проблемно-конфликтной ситуации, и те, которые отражают защитные механизмы, приводящие к стратегии избегания трудных ситуаций. В ходе нашего эксперимента большинство ретроспективных, про-

спективных, интроспективных рефлексивно-мотивационных речевых высказываний отражало отношение субъекта к своим личностным качествам, т. е. самооценку. Адекватная структура самооценки обеспечивается рефлексивным самоотношением субъекта. По нашему мнению, изменение самооценки можно рассматривать в качестве необходимого условия процесса формирования мотива и воли в рефлексивных актах.

7. Необходимым условием для становления ведущего мотива является изменение самооценки субъекта в процессе рефлексирования. Разрешение личностного конфликта в проблемной ситуации сопровождается изменением отношения к себе и окружающим. Рефлексивные механизмы обеспечивают осмысление и понимание субъектом своих потребностей, условий ситуации, последствий действий, собственных возможностей, а также принятие своим «Я» полученных при осмыслении результатов, что выражается в изменении самооценки. В данном случае самооценка может рассматриваться в качестве одного из рефлексивных механизмов в формировании мотивации и являться одним из показателей развития рефлексивных способностей.

8. Мы установили, что рефлексивные процессы обусловлены личностными свойствами, выражающими способы построения отношений с окружающим миром, интеллектуальные способности и эмоционально-волевые особенности субъекта.

9. В нашей работе показано преимущество организованной рефлексии в коллективной деятельности, влияющей на конструктивное разрешение проблемно-конфликтной ситуации и доминирование конструктивного типа мотивации.

10. Управление процессом разворачивания рефлексии осуществляется особыми способами организации деятельности, каковым является рефлексивное психологическое консультирование, личностно-рефлексивный тренинг, рефлексивные игры.

Рефлексивные процессы, как естественные процессы, присущи человеческому сознанию. Но для того чтобы их изучать, необходимо

их организовать. Через организацию внешней ситуации осуществляется управление рефлексией, а опосредованно мотивацией, волей, личностными изменениями. Эти взаимосвязи более сложные, т. к. определяющая роль принадлежит самой личности в принятии или непринятии собственных изменений, произошедших в процессе рефлексирования. Качественным показателем данного факта является изменение самооценки. Самооценка в процессах формирования мотивации является рефлексивным механизмом, в котором проявляется отношение субъекта к происходящему в нем изменению. Самооценочный механизм является одним из базовых в генерализованных механизмах рефлексии – самомотивации и самоорганизации.

На основе экспериментальных данных было подтверждено, что организованные рефлексивные процессы прежде всего влияют на формирование конструктивного типа мотивации. При этом изменение мотивации связано с изменением самооценки. В основе формирования в рефлексивных процессах конструктивного типа мотивации изменение самооценки ригидности, эмпатии и тревожности. Конструктивная мотивация влияет на развитие эмпатических способностей, снижение тревожности, появление творческого отношения к окружающему миру, разрушение стереотипов.

Формирование конструктивной мотивации связано с формированием адекватной самооценки субъектом своего «Я», свидетельствующей об адаптивности и адекватности его жизненного опыта. Самооценка субъекта является показателем развития рефлексивных способностей. Неадекватное отношение субъекта к собственному «Я» свидетельствует о слабости и неразвитости рефлексивных процессов. Выявленные взаимосвязи подводят к пониманию необходимости культивирования рефлексии.

Личностная обусловленность рефлексии в процессах формирования мотива проявляется в таких факторах, как «общительность», в котором проявляются и свойства темперамента, и черты характера (консерватизм и принципиальность, решительность и покорность,

озабоченность и эмоциональная устойчивость), «социальная зависимость», который отражает и отношения субъекта, и уровень развития рефлексивных способностей, и «интеллект», т. к. для продуктивного течения рефлексивных процессов необходимо развитие определенных интеллектуальных способностей и потребностей.

Общение является необходимым, определяющим условием возникновения рефлексивных процессов. Во взаимоотношениях с окружающим миром проявляется социальная зависимость. Чем больше выражена зависимость от внешних обстоятельств, тем меньше ответственности берет на себя человек, тем труднее в проблемной ситуации ему принять какое-либо решение, являющееся порождением рефлексивных процессов. Другая крайность также свидетельствует о снижении рефлексивности субъекта.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Абрамова Г. С.* Введение в практическую психологию. Н., 1994
2. *Абрамова Г. С.* Практикум по психологическому консультированию. Н., 1995
3. *Абрамова Г. С.* Введение в практическую психологию. М., 1996.
4. *Абрамова Г. С.* Психологическое консультирование. Теория и опыт. М., 2000.
5. *Авксентьев В. Л.* Артификация рефлексии в условиях коллективной мыследеятельности // Проблемы логической организации рефлексивных процессов. Новосибирск, 1986. С. 67–68.
6. *Авксентьев В. Л.* Рефлексия в организации архитектурного творчества // Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, 1984. С. 88–92.
7. *Агафонов А. Ю.* Человек как смысловая модель мира. М., 2000.
8. *Айви А.* Консультирование и психотерапия. Новосибирск, 1990.
9. *Айви А.* Лицом к лицу. Новосибирск, 1995.
10. *Александрова Г. И., Карнозова Л. М.* Использование методологических схем для организации рефлексии // II Всесоюзная конференция «Системный подход в геологии (теоретические и прикладные аспекты)»: тезисы докладов. Ч. I. М., 1986. С. 103–104.
11. *Александрова Г. И., Карнозова Л. М.* Об использовании организационно-деятельностной игры для проведения включенного исследования оргуправленческой деятельности // Методы имитационного анализа экономических процессов. М.: ЦЭМИ АН СССР, 1986. С. 22–30.
12. *Александрова Г. И., Карнозова Л. М.* Организация взаимопонимания в межпрофессиональной коммуникации // Проблемы развития и освоения интеллектуальных систем. Ч. II. Новосибирск, 1986. С. 140–142.
13. *Александрова Г. И., Карнозова Л. М.* Организация обучения рефлексии в ситуации групповой работы // Развитие прикладных психологических исследований и разработок: Тезис докладов и сообщений. М., 1986. С. 71–72.
14. *Александрова Г. И., Попов С. В.* О роли рефлексии в процессе формирования представления о ситуации у руководителя группы (на материале организационно-деятельностных игр) // Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, 1984. С. 182–185.

15. *Алексеев Н. Г.* Методологические принципы анализа концептуальных схем деятельности в психологии // Проблемы методологии в эргономике (Эргономика, Вып. 17). М.: ВНИИТЭ, 1979.
16. *Алексеев Н. Г.* Рефлексия и сознание // Категории, принципы и методы психологии: Психические процессы. Ч. 2. М., 1983.
17. *Алексеев Н. Г., Семенов И. Н.* Уровни познавательной деятельности при решении творческих задач // Новые исследования в психологии. 1979. № 2. С. 3–8.
18. *Алексеев Н. Г., Юдин Э. Г.* О психологических методах изучения творчества // Проблемы научного творчества в современной психологии. М., 1971. С. 151–203.
19. *Алексеев Н. Г., Щедровицкий Г. П.* Организационно-деятельностная игра как форма и метод комплексной подготовки и развития руководителей и специалистов // III Всесоюзный научно-практический семинар по психологическому обеспечению АСУ: Тезисы докладов. М., 1985. С. 111–114.
20. *Алешина Ю. Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М., 1999.
21. *Алешина Ю. Е.* Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. М., 1973.
22. *Альбуханова-Славская К. А.* Деятельность и психология личности. М., 1980.
23. *Альбуханова-Славская К. А.* Личностные механизмы регуляции деятельности // Проблемы психологии личности. М., 1982.
24. *Андреас К., Андреас С.* Измените свое мышление и воспользуйтесь результатами. Новосибирск, 1995.
25. *Андрес К., Андрес С.* Новейшие субмодальные вмешательства в НЛП. Новосибирск, 1987. С. 29–41.
26. *Андряко Л. Я., Иванов Ф. Е., Ладенко И. С., Семенов И. Н., Степанов С. Ю* и др. Психологическая экспертиза критических ситуаций. Новосибирск, 1980.
27. *Аникеева Н. П.* Воспитание игрой. Новосибирск, 1993.
28. *Аникеева Н. П.* Воспитание игрой. Новосибирск, 1993.
29. *Анохин П. К.* Проблема принятия решения в психологии и физиологии нервной деятельности // Вопросы психологии. 1974. № 4.
30. *Анцыферова Л. И.* О динамическом подходе к психологическому изучению личности // Психол. Журнал. 1981. Т. 2. № 2.

31. *Анцыферова Л. И.* Принцип связи психики и деятельности и методология психологии // Методологические и теоретические проблемы психологии. М., 1969.
32. *Асмолов А. Г.* Личность как предмет психологического исследования. М., 1984.
33. *Асмолов А. Г., Братусь Б. С., Зейгарник Б. В., Петровский В. А., Субботский Е. В., Хараиш А. У., Цветкова Л. С.* О некоторых перспективах исследования смысловых образований личности // Вопросы психологии. 1979. № 4. С. 38.
34. *Бадер Ф.* Wissens – und Gottesargumente als Letzbegründungsargumente bei Platon, Descartes und Fichte. Habilitation-sschrift.–G-ro benzell, 1984.
35. *Байярд Р. Т., Байярд Д.* Ваш беспокойный подросток. М., 1991.
36. *Бендлер Э., Гриндер Д.* Опыт восприятия как активный процесс. Новосибирск, 1988.
37. *Берлянд И. Е.* К постановке проблемы рефлексии как проблемы общения // Методологические проблемы психологии личности. М., 1982.
38. *Блазер А.* и др. Проблемно-ориентированная психотерапия. М., 1998.
39. *Бодрова Е. В., Степанов С. Ю.* Анализ типов понимания и проблема формирования творческого отношения к тексту // Философско-методологические аспекты гуманитарных наук. М., 1981.
40. *Божович Л. И.* Личность и ее формирование в детском возрасте. М., 1969.
41. *Болотова А. К.* Психология времени в межличностных отношениях. М., 1997.
42. *Братусь Б. С.* К изучению смысловой сферы личности // Вестн. Моск. Ун-та. Сер.14, Психология,1981. № 2.
43. *Братусь Б. С.* Общепсихологическая теория деятельности и проблема единиц анализа личности // А. Н. Леонтьев и современная психология. М., 1983.
44. *Брушлинский А. В.* Проблема субъекта в психологической науке // Психологический журнал. М., т. 12, 1991. № 6.
45. *Вайсс Д.* Как работает психотерапия. М., 1998.
46. *Выготский Л. С.* Психология развития ребенка. М., 2003. 538 с.
47. *Высоцкая Г. В.* Рисунок и процесс рисования в детской психологии и психотерапии. Новосибирск, 1996.
48. *Гаспаров М. Д.* Занимательная Греция. М., 2004.
49. *Глячков И. Д.* Концептуальная схема рефлексии индивидуально-групповой формы работы // Модели рефлексии. Новосибирск, 1995.

50. Головнях В. В., Карнозова Л. М. Рефлексия в ситуационном анализе // Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, 1984. С. 190–193.
51. Громыко Ю. В. Организационно-деятельностные игры и развитие образования. М., 1992.
52. Групповая психотерапия / под ред. В. Д. Карвасарского. М., 1990.
53. Гулдинг М. М., Гулдинг Р. Л. Психотерапия нового решения. Теория и практика. М., 1997.
54. Зарецкий В. К., Ладенко И. С., Семенов И. Н., Степанов С. Ю. Рефлексивная регуляция мышления. Новосибирск, 1990.
55. Зарецкий В. К., Сазонтьева Н. Б. Рефлексивно-личностная регуляция поиска и принятия решения в стрессогенных условиях // Исследование и организация процессов принятия решения (Эргономика, Вып. 23). М., 1983.
56. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М., 1993.
57. Захаров А. И. Ребенок до рождения. СПб., 1998.
58. Зинченко А. П. Идеализация в ситуациях организации рефлексии коллективной мыследеятельности // Проблемы логической организации рефлексии. Новосибирск, 1986. С. 65–66.
59. Зинченко А. П. Организация рефлексии в процессах коллективного решения проблем // Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, 1984. С. 204–206.
60. Зинченко В. П., Леонтьев А. Н. Развитие современной психологии // А. Н. Леонтьев. Избранные психологические произведения. Предисловие. М., 1983.
61. Зинченко В. П., Моргунов Е. Б. Человек развивающийся. Очерки российской психологии. М., 1994.
62. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции: учебное пособие. М., 1998.
63. Игнатенко О. Е., Агавелян О. К. К вопросу формирования механизмов толерантности и прощения у студентов педагогического вуза // Вестник педагогических инноваций. 2014. №1(33). С. 41–48.
64. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд. СПб.: Питер, 2009.
65. Иовчук Н. М., Северный А. А. Депрессия у детей и подростков. М., 1999.
66. Исследования проблем психологии творчества. М., 1983.
67. Исследования рече-мысли и рефлексии. Психология, вып. X. Алма-Ата, 1979.
68. Кавун Л. В. Децентрация как психологический механизм развития толерантности личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2012.

69. *Калин В. К.* Волевая регуляция деятельности: автореф. дис. ... д-ра наук. Тбилиси, 1989.
70. *Карл А.* Витакер. Техники процесса семейной терапии. Новосибирск, 1990.
71. *Карнозова Л. М., Щедровицкий Г. П.* Системомыследеятельностные основания и условия психологических исследований // Развитие прикладных психологических исследований и разработок: тезисы докладов и сообщений. – М., 1986. С. 8–9.
72. *Карпов А. В.* Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики. // Психологический журнал, 2003, т. 24, № 5.
73. *Катрич Г. И.* Становление рефлексивной структуры самооценки // Рефлексия, образование и интеллектуальные инновации. Новосибирск, 1995.
74. *Качавели Л. Г.* Роль неосознаваемых компонентов в интеллектуальной деятельности субъекта познания // К проблеме бессознательного психического. Тбилиси. Т. 3. 1973.
75. *Кернберг О.* Агрессия при расстройствах личности. М., 1998.
76. *Кле И.* Психология подростка (психосексуальное развитие). М., 1991.
77. *Копытин А. И.* Основы арт-терапии. СПб., 1999.
78. *Короленко Ц. П., Дмитриева Н. В., Загоруйко Е. Н.* Идентичность в норме и патологии. Новосибирск, 2000.
79. *Крипнер С., Диттард Дж.* Сновидения и творческий подход к решению проблем. М., 1997.
80. *Кулагина Н. В.* Символ как средство мировосприятия и миропонимания. М., 1999.
81. *Кле И.* Психология подростка (психосексуальное развитие). М., 1991.
82. *Лабунская В. А.* Экспрессия человека: общение и межличностное познание. Ростов н/Д, 1999.
83. *Ладенко И. С.* Логика рефлексивного моделирования // Проблемы логической организации рефлексивных процессов. Новосибирск, 1986.
84. *Ладенко И. С.* О роли рефлексии в самоорганизации интеллектуальных систем. // Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, 1989.
85. *Ладенко И. С.* Феномен рефлексивного стиля мышления и генетическая логика // Рефлексия, образование и интеллектуальные инновации. Новосибирск, 1995.
86. *Ладенко И. С., Щедровицкий Г. П.* в развитии генетической логики и методологического движения // Интеллектуальные торпеды. Новосибирск, 1996.
87. *Ладенко И. С., Винокуров В. Л.* Интеллектуальные системы, рефлексия и генетическая логика // Модели рефлексии. Новосибирск, 1995.

88. *Ладенко И. С., Семенов И. Н., Советов А. А.* Рефлексивная организация проектировочного мышления. Новосибирск, 1990.
89. *Ладенко И. С., Семенов И. Н., Степанов С. Ю.* Философские и психологические проблемы исследования рефлексии. Новосибирск, 1990.
90. *Ладенко И. С., Семенов И. Н., Степанов С. Ю.* Формирование творческого мышления и культивирование рефлексии. Препринт. Новосибирск, 1990.
91. *Ланге Н. Н.* Психологический мир. Избранные психологические труды. М.; Воронеж, 1996.
92. *Ларичев О. И.* Теория и методы принятия решений. М., 2000.
93. *Либин А., Парилис С.* Думаем, говорим, делаем: феномены повседневного сознания. М., 1998.
94. *Мамардашвили М. К.* Психологическая топология пути. Изд. Русский Христианский гуманитарный институт, 1997.
95. *Маслоу А.* Самоактуализация // Психология личности. Тексты. М., 1982.
96. *Матюшкин А. М.* Проблемные ситуации в мышлении и обучении. М., 1972.
97. *Минухин С.* Техники семейной терапии. М., 1998.
98. *Модина И. А.* Развитие игровой деятельности педагогов ДОУ как условие психологической подготовки детей к школьному обучению: дис. ... канд. психол. наук. М., 2008.
99. *Мэй Р.* Искусство психологического консультирования. М., 1994.
100. *Недугова И. А., Анухтина Н. Г.* Проблема рефлексии над измененными состояниями сознания // Вестник Челябинской государственной академии культуры и искусств. 2011. № 4 (28).
101. *Нельсон-Джоунас Р.* Теория и практика консультирования. СПб., 2000.
102. *Неретина Т. Г.* Программа коррекционной работы школы. Магнитогорск: МаГУ, 2014. 28 с.
103. *Неретина Т. Г., Клевесенкова С. В.* Использование артпедагогических технологий в коррекционной работе : учебное пособие / под общ. ред. Т. Г. Неретиной. М.: ФЛИНТА: Наука, 2013. 276 с.
104. *Неретина Т. Г., Степанов К. С.* Формирование у студентов ценностных ориентаций в условиях турпохода: монография. Саарбрюкен, 2015. 96 с.
105. *Неретина Т. Г.* Формирование «Образа Я родителя» у студентов педагогического вуза в процессе профессиональной подготовки: дис. ... канд. пед. наук. Магнитогорск, 2000. 204 с.
106. *Никольская И. М., Грановская Р. М.* Защита личности. СПб., 1999.

107. *Никольская И. М., Грановская Р. М.* Психологическая защита у детей. СПб., 2000.
108. *Новиков П. В.* Развитие рефлексии у младших школьников: дис. ... канд. психол. наук. Москва, 1998. 190 с.
109. *Одиноква Н. А.* Коррекция и развитие зрительного восприятия у детей дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих сниженные зрительные возможности: учебное пособие / под ред. Е. А. Омельченко. Новосибирск: ЦСРНИ, 2014. 192 с.
110. *Одиноква Н. А.* Теоретические аспекты проблемы формирования готовности студентов педагогического вуза к работе с детьми с особыми образовательными потребностями // Сибирский педагогический журнал. 2013. № 5. С. 81–84.
111. *Оклендер В.* Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. М., 1997.
112. *Орлов А. Б.* Психологическое консультирование и психотерапия // Сборник статей / сост. А. Б. Орлов. Изд. ООО «Вопросы психологии», 2004.
113. *Пашукова Т. И.* Эгоцентризм в подростковом и юношеском возрасте: причины и возможности коррекции. М., 1998.
114. *Пезешкиан Н.* Купец и попугай. Восточные притчи как средство, используемое в психотерапии. М., 1992.
115. *Пезешкиан Н.* Позитивная семейная психотерапия. М., 1992.
116. *Польстер И.* Интегрированная гештальт-терапия. М., 1997.
117. *Поляков В. Г.* В поисках синтеза традиций рефлексии // Интеллектуальные системы и творчество. Новосибирск, 1990.
118. *Поляков В. Г.* Самоорганизация социальных систем и рефлексивное управление // Философия рефлексивного мышления. Новосибирск, 1992.
119. *Пономарев В. Я.* Взгляд на рефлексивность с позиций структурно-уровневой концепции психологического механизма творчества // Прикладная эргономика. 1994. № 1.
120. *Пономарева В. В.* Психодиагностика рефлексивности как метод социально-психологического исследования управленческой деятельности. Ярославль, 2000.
121. Психогимнастика в тренинге / под ред. Н. Ю. Хрящевой. СПб., 1999.
122. Психологическая помощь и консультирование в практической психологии / под ред. М. К. Тутушкиной. СПб., 1999.
123. *Пэпп П.* Семейная терапия и ее парадоксы. М., 1998.

124. *Ранецкий Ю. А., Семенов С. Ю., Степанов И. Н.* Типы и уровни рефлексивности в процессе профессионального самоопределения личности // Образование и культура. Ежегодник. Новосибирск, 1994.

125. *Реут Д. В.* О способе существования человека/человечества в свете новой онтологии // Мир психологии. 2012. № 3. С. 94–103.

126. *Реут Д. В.* Трансформер: концепция рефлексивного управления степенью коллективной субъектности // Третья международная конференция по проблемам управления (20–22 июня 2006): пленарные доклады и избранные труды. М.: Институт проблем управления, 2006. С. 599–606.

127. *Реут Д. В.* Человек как принцип самоорганизации социальной структуры // Мир психологии. 2011. № 2. С. 84–91.

128. Рефлексия в науке и обучении. Новосибирск, ИИФФ СО АН СССР 1984.

129. *Ричард Б., Гриндер Д.* Переформирование с помощью речевых стратегий. Новосибирск, 1988.

130. *Роджерс К. Р.* О групповой психотерапии. М., 1993.

131. *Роджерс К. Р.* Консультирование и психотерапия. М., 1999.

132. *Розов М. А., Степин В. С., Горохов В. Г.* Философия науки и техники. Библиотека RIN.RU

133. *Россохин А. В.* Психология рефлексии измененных состояний сознания: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. М., 2009.

134. *Россохин И. С.* Роль саногенной рефлексии при работе с измененными состояниями сознания: дис. ... канд. психол. наук. М., 1989.

135. *Россохин А. В.* Рефлексия и внутренний диалог в измененных состояниях сознания: интерсознание в психоанализе. М.: Когито-Центр, 2010. 431 с.

136. *Рубинштейн С. Л.* Человек и мир // Проблемы общей психологии. М., 1973.

137. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. М., 1946; СПб., 1999.

138. *Саймон Р.* Один к одному. Беседы с создателями семейной терапии. М., 1996.

139. *Сатир В.* Воспитывающая семья / пер. Р. Б. Сапожникова. Новосибирск, 1989.

140. *Семенов И. Н.* Психология рефлексии и педагогика творчества в технологическом взаимодействии наук о человеке // Творчество и педагогика. Т. 4, М., 1988.

141. *Семенов И. Н., Степанов С. Ю.* От психологии рефлексии к рефлексивной культурологии // Наука о человеке. М., 1989.

142. Семенов И. Н., Степанов С. Ю. Психология рефлексии: проблемы исследования // Вопросы психологии. 1985. № 3.
143. Семья в психологической консультации: опыт и проблемы психологического консультирования / под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. М., 1989.
144. Сетер В. Воспитывающая семья / пер. Р. Б. Сапожникова. Новосибирск, 1989.
145. Сизикова Т. Э., Волошина Т. В. Рефлексивное психологическое консультирование как новое направление оказания психологической помощи // Сибирский педагогический журнал. 2012. №3. С. 183–188.
146. Сизикова Т. Э. Структурно-содержательный подход к построению модели рефлексии: Тезисы // Психология и практика. Ежегодник российского психологического общества. Т. 4. вып.1, Ярославль, 1998.
147. Сизикова Т. Э. Волошина Т. В. Принцип динамического равновесия в типологии проблем, разработанной в рефлексивном психологическом консультировании // Сибирский педагогический журнал. 2015. № 4. С. 160–166.
148. Сизикова Т. Э. Время подумать об эффективных инструментах управления в бизнесе // Менеджмент сегодня. 2009. № 3.
149. Сизикова Т. Э. Индивидуальная и групповая психотерапия. Программа и реферативный курс. Новосибирск: НГИ, 1999. 24 с.
150. Сизикова Т. Э. Основы психологического консультирования. Авторизованный курс и практические задания к курсу. Новосибирск: НГИ, 2000. 48 с.
151. Сизикова Т. Э. Рефлексивное психологическое консультирование // Рефлексивные процессы и управление: Сборник материалов VIII Международного симпозиума «Рефлексивные процессы и управление» 18–19 октября 2011 г., Москва. М.: Когито-центр, 2011. С. 224–226.
152. Сизикова Т. Э. Рефлексивное управление в организации // Менеджмент сегодня. 2007. № 2.
153. Сизикова Т. Э. Рефлексия в психологическом консультировании: тезисы // Проблемы саморегуляции личности. Новосибирск, НГПУ. 2000.
154. Сизикова Т. Э. Самоопределение педагога-психолога в социокультурных традициях. Новосибирск: НГПУ, 2010. 152 с.
155. Сизикова Т. Э. Самоопределение психолога: учебное пособие. Новосибирск: НПК, 2000. 70 с.
156. Сизикова Т. Э. Система оплаты труда на основе рефлексивной матрицы оценки труда // Менеджмент сегодня. 2007. № 2.

157. *Сизикова Т. Э.* Статическая и динамическая модели рефлексии // *Материалы: Пятый Российский философский конгресс «Наука. Философия. Общество»*, т. 2. Новосибирск, 2009. С. 412–413.
158. *Сизикова Т. Э.* Формирование мотива в рефлексивных процессах: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 1996.
159. *Сизикова Т. Э.* Формирование мотива в рефлексивных процессах: дис. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 1996.
160. *Сизикова Т. Э., Волошина Т. В.* Типология проблем для рефлексивного психологического консультирования // *Сибирский педагогический журнал*. 2015. № 1. С. 74–79.
161. *Сизикова Т. Э., Неретина Т. Г.* Применение метамоделей рефлексии в организационном консультировании // *Современные тенденции развития науки и технологий. Сборник научных трудов по материалам VIII Международной научно-практической конференции г. Белгород, 30 ноября 2015 г. N 8 часть X*. С. 118–120.
162. *Скайдер Д.* Курс выживания для подростков. Екатеринбург, 1992.
163. *Скиннер Р.* Семья и как в ней уцелеть. М., 1995.
164. *Слободчиков В. И.* Рефлексия как принцип существования индивидуального сознания // *Экспериментальные исследования по проблемам общей и социальной психологии и дифференциальной психологии*. М., 1979.
165. *Смирнов С. Д.* Психология образа. М., 1985.
166. *Смирнова Е. И., Сопиков А. П.* Рассуждение о рассуждениях (рефлексивность сознания личности) // *Социальная психология личности*. Л., 1974.
167. *Смирнова Е. О.* Развитие воли и произвольности в раннем онтогенезе // *Вопросы психологии*. 1990. № 3.
168. *Спиркин А. Г.* Сознание и самосознание. М., 1972.
169. *Степанов С. Ю.* Рефлексивная психология и рефлексивная практика // *Рефлексивные процессы и творчество*. Новосибирск, 1990.
170. *Степанов С. Ю., Семенов И. Н.* Личностно-рефлексивный диалог в развитии творческих возможностей учащихся // *Общение и диалог в практике обучения, воспитания и психологической консультации*. М., 1987.
171. *Степанов С. Ю., Семенов И. Н.* Проблема формирования типов рефлексии в решении творческих задач // *Вопросы психологии*. 1982. № 1.
172. *Столин В. В.* Самосознание личности. М., 1972.
173. *Стюарт В.* Работа с образами и символами в психологическом консультировании. М., 1998.

174. Сычева Л. С. Рефлексивная симметрия как средство открытия новых «миров» в математике // Рефлексия, образование и интеллектуальные инновации. Новосибирск, 1995.
175. Творческая агрессия. Т. 1–2.
176. Уитмор Д. Коучинг высокой эффективности. МАК, 2005.
177. Уолен С., ДиГусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная психотерапия. М., 1997.
178. Управленческое консультирование. Т. 1. М., 1992.
179. Ушатиков А. И., Ковалев О. Г., Борисов В. Н. Аудиовизуальная психодиагностика. М., 2000.
180. Федерик С. Перлс. Практикум по гештальт-терапии. Новосибирск, 1990.
181. Фейдиммер Д., Фрейгер Р. Личность и личностный рост. Новосибирск, 1989.
182. Фельдштейн Д. И. Социальное развитие в пространстве – времени детства. М., 1997.
183. Фопель К. Психологические группы. Рабочие материалы для ведущего. М., 1999.
184. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990.
185. Фрейд А. Введение в детский психоанализ. Вып. 1. М., 1991.
186. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы. М., 1993.
187. Фрейд З. Психология бессознательного. Н., 1989.
188. Харрис Т. А. Я о-кей – вы о-кей / пер. Е. А. Антонова. М., 2006.
189. Хоментausкас Г. Т. Семья глазами ребенка. М., 1989.
190. Цукерман Г. А. Психология саморазвития. М., 1994.
191. Цукерман Г. А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. М., 1994.
192. Шевандрин Н. И. Социальная психология в образовании. М., 1995.
193. Шмуракова М. Е. Взаимосвязь социально-психологической рефлексии младших подростков с их индивидуальными характеристиками: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2002.
194. Щедровицкий Г. П. Избранные труды. М., 1995.
195. Щедровицкий Г. П. Исходные представления и категориальные средства теории деятельности // Разработка и внедрение автоматизированных систем в проектировании (теория и методология). М.: Стройиздат, 1975. С. 72–161.
196. Щедровицкий Г. П. К анализу топике организационно-деятельностных игр. Препринт. Пущино, 1987.

197. *Щедровицкий Г. П.* Коммуникация, деятельность, рефлексия // Исследование рече-мыслительной деятельности. Алма-Ата, 1974.
198. *Щедровицкий Г. П., Ладенко И. С.* О некоторых принципах генетического анализа мышления // Тез. докл. и сообщ. На 1-м съезде Всесоюз. Общества психологов.
199. *Щедровицкий Г. П.* Методологические замечания к проблеме происхождения языка // Научные доклады высшей школы. «Филологические науки». 1963. № 2. С. 3–18.
200. *Щедровицкий Г. П.* Организационно-деятельностная игра как новая форма организации коллективной мыследеятельности // Методы исследования, диагностики и развития международных трудовых коллективов. М., 1983. С. 153–173.
201. *Щедровицкий Г. П.* Принципы и общая схема методологической организации системно-структурных исследований и разработок // Системные исследования. Методологические проблемы. Ежегодник, 1981. М., 1981. С. 193–227.
202. *Щедровицкий Г. П.* Рефлексия в деятельности // Вопросы методологии. 1994. № 3–4.
203. *Щедровицкий Г. П.* Схема мыследеятельности – системно-структурное строение, смысл и содержание // Системные исследования. Методологические проблемы. Ежегодник, 1986. М., 1987. С. 124–146.
204. *Щедровицкий Г. П., Алексеев Н. Г.* О возможных путях исследования мышления как деятельности. М., 1957. № 3.
205. *Щедровицкий Г. П., Котельников С. И.* Организационно-деятельностная игра как новая форма организации и метод развития коллективной мыследеятельности // Нововведения в организации. М., 1983. С. 33–53.
206. *Щедровицкий П. Г.* К анализу топике организационно-деятельностных игр. Препринт. Пущино, 1987. 43 с.
207. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. Л., 1982.
208. *Эйдемиллер Э. Г., Юстицкий В. В.* Семейная психотерапия. Л., 1989.
209. *Энрайт Дж.* Гештальт ведущий к просветлению. М., 1994.
210. *Эриксон Э.* Детство и общество. Обнинск, 1996.
211. *Якобс Д., Дэвис П., Мейер Д.* Супервизорство. Техника и методы корректирующего консультирования. СПб., 1997.
212. *Ялом И.* Лечение от любви и другие психотерапевтические новеллы. М., 1997.

Н а у ч н о е и з д а н и е

Сизикова Татьяна Эдуардовна

**РЕФЛЕКСИВНОЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ
КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

Часть 1

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СУЩНОСТЬ РЕФЛЕКСИИ

Монография

В авторской редакции
Компьютерная верстка – *И. Т. Ильюк*

Подписано к печати 26.09.2016 г. Формат бумаги 60×84/16.

Печать цифровая. Уч.-изд. л. 8,9. Усл. печ. л. 11,8

Тираж 500 экз. Заказ №

ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный
педагогический университет»,
630126, г. Новосибирск, ул. Виллюйская, 28.
Тел.: 8(383)244-06-62, www.rio.nspu.ru
Отпечатано: ФГБОУ ВО «НГПУ»