

В статье приводится анализ экспериментальных данных, подтверждающих развивающую функцию батареи методик, диагностирующих рефлексию. Механизм саморазвития рефлексии, работа которого поддерживается фоновой рефлексией в ходе выполнения заданий батареи методик, приводит в большинстве случаев к более адекватному пониманию рефлексии испытуемыми. Выделенные три профиля батареи методик подтверждают такие закономерности, как поляризация результатов при углублении в понимании рефлексии – рефлексия рефлексии и динамическое равновесие противоположностей; изменения в одном блоке шкал методик приводят к изменениям в другом.

**К л ю ч е в ы е с л о в а :** рефлексивность, рефлексия, батарея методик, саморазвитие, психодиагностика.

The article provides an analysis of experimental data confirming the developmental function of a battery of techniques that diagnose reflection. The mechanism of self-development of reflection, whose work is supported by background reflection in the course of performing tasks of a battery of techniques, leads in most cases to a more adequate understanding of the reflection of the subjects. The highlighted three battery profiles of methods confirm such regularities as polarization of results when deepening the understanding of reflection - reflection of reflection and dynamic balance of opposites; Changes in one block of methods scales lead to changes in another.

**К e y w o r d s :** reflexion, battery of methods, psychodiagnostics, development, reflexion of reflection.

**Т. Э. Сизикова, О. А. Дураченко**

*Новосибирский государственный педагогический университет*

*E-mail: tat@ccru.ru*

*E-mail: reflexia@mail.ru*

**Психодиагностические методы рефлексии  
как метод развития рефлексии  
Часть 2\***

Научная статья

**T. E. Sizikova, O. A. Durachenko**

*Novosibirsk State Pedagogical University*

**Psychodiagnostic Methods Of Reflection  
As A Method Of Development Of Reflection  
Part 2**

Research Article

В настоящее время в рамках постнеклассической парадигмы выделение и внесение развивающей функции в психодиагностический метод приводит к поискам путей наиболее эффективного применения данных методов.

Нами была составлена, обоснована и экспериментально проверена батарея методик для развития рефлексии. В батарею вошли следующие психодиагностические методы: «Методика диагностики рефлексивности» А. В. Карпова, В. В. Пономаревой (2000), «Дифференциальный тест рефлексивности» (ДТР) Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина (2014),

«Опросник фокус рефлексии» (ОФР) Т. Э. Сизиковой (2018).

Цель статьи – анализ экспериментальных данных батареи методик диагностики рефлексии, раскрывающих ее развивающую функцию.

Гипотезой эксперимента являлись допущения, что в ходе выполнения заданий батареи методик будут происходить изменения в рефлексии за счет двух факторов: саморазвития рефлексии, поддерживаемого фоновой рефлексией, и влияния общественно культивируемой нормы развитости рефлексии, заложенной в батарее методик. Чем глубже

\* Часть 1 опубликована: Вестник ЯрГУ им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2018. №3 (45). С. 81–86.

© Сизикова Т. Э., Дураченко О. А., 2018

испытуемый познает общественную норму и осуществляет самооценку рефлексии при выполнении заданий батареи методик, тем более адекватное представление о рефлексии будет формироваться у одних испытуемых и более неадекватное у других испытуемых. На основании данных допущений качественные результаты батареи методик будут стремиться к крайностям – от общих показателей к блокам узко дифференцированных параметров «конструктивный блок» и «деструктивный блок».

Особенностью, осложняющей интерпретацию полученных экспериментальных данных, является отсутствие для сравнения начального и итогового уровней развития рефлексии испытуемых, что предполагает формирующий эксперимент и атрибутивные подходы в исследовании. Сам предмет рефлексии и тем более ее диагностики не могут дать таких данных. Сложный саморазвивающийся объект можно описать только феноменологически с опорой на статистические анализы, конструируя, достраивая недостающие звенья для описания процесса развития.

### 1. Теоретическая аргументация развивающей функции батареи методик

Исследования неклассического периода выявили два важных явления: фоновую рефлексию и эмоциональное предвосхищение. «Эффекты такой процессуальной фоновой рефлексии обнаружены не в конце действия и не в начале, а по ходу его протекания. Они случаются до трех-четырёх раз в секунду» [1, 26–41]. Фоновая рефлексия, эмоциональное предвосхищение и сознаваемая рефлексия по ходу выполнения заданий батареи методик запускают механизм саморазвития рефлексии. Включение и переход неосознаваемого, автоматического действия в действие осознаваемое по данным нашего эксперимента [2] осуществляется от 2 до 4 секунд. Две–четыре секунды— это не отсрочка во времени, это локализация пространственно-временного континуума в психо-духовном измерении экзистенциального выбора. Выбор может быть осознаваем – неосознаваем и как его результат – автоматическая или управляемая, сознательная и осознанная реакция, все последующее может быть обоснованием свершенного выбора, т. е. процесса выбора, завершившегося принятием решения. Испытуемым в возрасте от 18 до 28 лет в количестве 54 человек предложили ответить на следующие вопросы, проговаривая ответы вслух: «Что течет по венам? Что бежит,

если порезать пальчик? Что перекачивает сердце? На какой цвет светофора надо переходить улицу?». Если испытуемый на последний вопрос отвечал: «На красный», – то экспериментатор фиксировал время, через которое происходит осознание ошибки испытуемым. 43 % испытуемых ответили правильно, предварительно они не были знакомы с данным тестом, несмотря на его широкую распространенность в сети Интернет. У оставшихся 57 % испытуемых среднее время переключения на осознание ошибки составило 3 секунды. Результаты фоновой рефлексии разворачиваются не в отсроченное время. Что выходит из такой рефлексии в осознанное состояние, определяется самой рефлексией, содержанием потенциального состояния (онтологическая, гносеологическая, динамическая, статическая модели рефлексии), а актуальное состояние определяется сформировавшимся фокусом рефлексии [2]. Рефлексия хотя и искажает реальность, но все же приводит к большей адекватности и подлинности внутри человека, к пониманию и принятию им себя. В ходе эксперимента было выявлено, что в точке выбора есть две составляющие – эмоциональная реакция на обнаруженный рефлексией автоматизм реагирования и рациональная составляющая в виде поиска и предъявления объяснительной и прогностической аргументации. В моменте разрыва между стимулом и реакцией Р. Мэй увидел место локализации человеческой свободы [3]. Проведенный факторный анализ шкал «Опросника фокус рефлексии» позволил выделить трехфакторную модель опросника. Механизм саморазвития рефлексии в «Опроснике фокус рефлексии» (Т. Э. Сизикова) диагностируется шкалами «рефлексия рефлексии» (факторная нагрузка 0.774), «направленность на дедуктивный способ переработки информации» (факторная нагрузка 0.665), имеющими тесные корреляционные связи между собой ( $r = 0.670$ ) и образующими один фактор.

Таким образом, ситуацию выполнения заданий батареи методик сопровождает фоновая рефлексия и рефлексия, актуализирующаяся за счет самого диагностируемого материала, каковым является рефлексия. Последняя развивается за счет механизма саморазвития.

### 2. Экспериментальное исследование

Экспериментальное исследование проходило на выборке 124 человека в возрасте от 18 до 28 лет (54 муж. и 70 жен.). Возрастной период, выбранный для эксперимента, объясняется двумя причинами,

дающими возможность более рельефно выделить развивающую функцию диагностической батареи методик: 1) ранее в экспериментах были получены данные об искажающей роли рефлексии (в том числе рефлексии рефлексии) у людей в возрасте от 18 до 21 года и более адекватной рефлексии рефлексии от 22 лет [2]; 2) данный возрастной диапазон – это общий возрастной диапазон для трех методик.

В выборку вошли мужчины – курсанты военного института, в силу их профессиональной направленности, требующей выполнять общественные нормы, и женщины – студенты педагогического университета, профессиональной чертой которых является внедрение общественной нормы в воспитательных целях. В двух профессиональных направленностях востребовано развитие рефлексии.

Эксперимент состоял из пяти этапов. Первый этап – проведение батареи методик в строгой логической последовательности: первая «Методика диагностики рефлексивности» А. В. Карпова, В. В. Пономаревой, вторая «Дифференциальный тест рефлексивности» Д. А. Леонтьева, Е. Н. Осина, третья «Фокус рефлексии» Т. Э. Сизиковой с временным промежутком 10–30 минут между тестированиями с учетом возможности фрустрации в связи с тем, что обращение рефлексии на себя вызывает эмоциональное напряжение по причине непривычности такого действия. Если с чертами личности, волей, мотивом человеку современной эпохи приходится встречаться чаще, чем со своим осознанием, то встреча с рефлексией во многих случаях может быть фрустрирована. Второй этап – ответы на вопросы анкеты. Третий этап – испытуемые по желанию самостоятельно осуществляли обработку тестовых заданий в соответствии с ключами методик и обобщали интерпретации. Четвертый этап – индивидуальное, по желанию испытуемых, обсуждение полученных результатов с психологом. Соблюдение экологичности и антропоцентричности являлось необходимым условием эксперимента.

Пятый этап – повторное тестирование по «Опроснику фокус рефлексии» на части выборки (35 человек). Временной промежуток – 3 недели.

### Результаты и обсуждение

Факторный анализ результатов по батарее тестов показал, что шкалы каждой методики связаны каузальными связями между собой,

но не имеют их между методиками. Это еще раз показало взаимодополняемость методик в батарее, раскрывающих в рефлексии разные ее проявления, а не их взаимозаменяемость. Логическим путем на основании общественной нормы о конструктивности рефлексии нами были выделены три блока шкал: общий блок составили шкалы батареи методик «общая рефлексивность» (методика А. В. Карпова, В. В. Пономаревой), «направленность рефлексии на нормативность» (ОФР), «направленность рефлексии на индуктивный способ» (ОФР), «направленность рефлексии на дедуктивный способ» (ОФР), «направленность рефлексии на творчество» (ОФР); в «конструктивный» блок вошли шкалы «системная» (ДТР), «направленность рефлексии на системность» (ОФР), «направленность рефлексии на целостность» (ОФР), «механизм рефлексии – мотив – воля» (ОФР), «рефлексия рефлексии» (ОФР), «прогрессивная направленность рефлексии» (ОФР), «направленность рефлексии на «Другой» (ОФР); блок, затрудняющий рефлексии, «деструктивный» составили шкалы «интроспекция» (ДТР), «квазирефлексия» (ДТР), «регрессивная направленность рефлексии» (ОФР), «направленность рефлексии на «Я» (ОФР), «склонность ко лжи» (ОФР). Выделение блоков позволяет определить направленность происходящих изменений в ходе эксперимента.

Методом качественного анализа результатов было профилирование результатов батареи методик.

Все результаты методик были приведены к единому основанию – стенам. С помощью кластерного анализа были выделены три профиля: первый профиль – «конструктивное развитие рефлексии», второй – «хаотичное развитие рефлексии» и третий – «адекватное развитие рефлексии» (рис. 1)

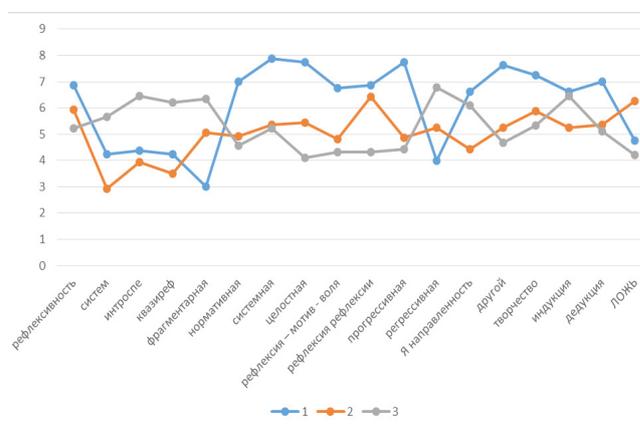


Рис. 1. Профили развития рефлексии

Достоверность различия между профилями проверялась с помощью коэффициента Манна-Уитни. На начальном этапе эксперимента у испытуемых всех трех профилей не выявлено достоверных различий по шкале «рефлексивности» (Методика диагностики рефлексивности) и по методике «Опросник фокус рефлексии» по шкалам «направленность рефлексии на творчество» и «направленность рефлексии на индуктивный способ». В самой методике эти шкалы имеют небольшой вес, что могло повлиять на акцентирование у испытуемых работы по другим шкалам в понимании и развитии рефлексии.

По всем другим шкалам батареи методик в трех профилях выявлены статистически достоверные различия. Благодаря тому что все три методики рассматривают рефлексии с разных сторон, запущенный экспериментом процесс углубления в познании испытуемыми рефлексии и тем самым ее развития, как видно из полученных результатов, осуществлялся.

Статистически достоверные различия между первым и вторым профилями выявлены по шкалам «направленность рефлексии на фрагментарность» ( $U_{эм} = 21.5$ ;  $p = 0.01$ ), «направленность рефлексии на нормативность» ( $U_{эм} = 31.0$ ;  $p = 0.04$ ), «направленность рефлексии на системность» ( $U_{эм} = 17.0$ ;  $p = 0.004$ ), «направленность рефлексии на целостность» ( $U_{эм} = 10.5$ ;  $p = 0.001$ ), «прогрессивная направленность рефлексии» ( $U_{эм} = 5.0$ ;  $p = 0.0003$ ), «направленность на «Я»» ( $U_{эм} = 19.5$ ;  $p = 0.007$ ), «направленность на «Другой»» ( $U_{эм} = 12.5$ ;  $p = 0.001$ ), «направленность на дедуктивный способ» ( $U_{эм} = 33.0$ ;  $p = 0.04$ ) и по шкале «лжи» ( $U_{эм} = 31.0$ ;  $p = 0.04$ ).

Между первым профилем и третьим статистически достоверные различия определены между шкалами: «направленность рефлексии на фрагментарность» ( $U_{эм} = 4.5$ ;  $p = 0.002$ ), «направленность рефлексии на нормативность» ( $U_{эм} = 10.0$ ;  $p = 0.01$ ), «направленность рефлексии на системность» ( $U_{эм} = 10.0$ ;  $p = 0.01$ ), «направленность рефлексии на целостность» ( $U_{эм} = 5.0$ ;  $p = 0.003$ ), «механизм рефлексия – мотив – воля» ( $U_{эм} = 7.5$ ;  $p = 0.007$ ), «рефлексия рефлексии» ( $U_{эм} = 10.0$ ;  $p = 0.01$ ), «прогрессивная направленность рефлексии» ( $U_{эм} = 0.5$ ;  $p = 0.0007$ ), «регрессивная направленность рефлексии» ( $U_{эм} = 2.0$ ;  $p = 0.001$ ), «направленность на «Другой»» ( $U_{эм} = 4.5$ ;  $p = 0.002$ ).

Статистически достоверные различия между вторым и третьим профилями выявлены по

шкалам: «системная рефлексия» ( $U_{эм} = 23.5$ ;  $p = 0.006$ ), «интроспекция» ( $U_{эм} = 36.0$ ;  $p = 0.04$ ), «квазирефлексия» ( $U_{эм} = 25.0$ ;  $p = 0.008$ ), «направленность рефлексии на целостность» ( $U_{эм} = 33.5$ ;  $p = 0.03$ ), «рефлексия рефлексии» ( $U_{эм} = 28.0$ ;  $p = 0.01$ ), «регрессивная направленность рефлексии» ( $U_{эм} = 35.5$ ;  $p = 0.04$ ) и по шкале «ложь» ( $U_{эм} = 27.0$ ;  $p = 0.01$ ).

На основе этих данных мы можем констатировать, что просматривается тенденция дифференциации результатов испытуемых по осознанию своей рефлексии при выполнении методики «Опросник фокус рефлексии». Достоверные различия между вторым и третьим профилем свидетельствуют, что эта тенденция наблюдается при выполнении второй методики «Дифференциальный тест рефлексивности» и уже при выполнении третьей методики ответы испытуемых более соответствуют познаваемой ими реальности своей рефлексии. Различия по третьей методике «Опросник фокуса рефлексии» существенны для понимания развития рефлексии, они коснулись сложных для самопринятия испытуемыми своей рефлексии шкал «регрессивная направленность рефлексии», «направленность на целостность», «рефлексия рефлексии». Третий профиль более всего соответствует конструктивному отношению к себе и глубокому искреннему познанию испытуемыми своей рефлексии.

Первый профиль раскрывает процесс развития рефлексии, ориентированный на общественную норму. Испытуемые, выделив у себя общие качества рефлексивности, вошли в состояние ее дифференцированности, постепенно осознавая ту общественную норму, которая заложена в «Дифференциальном тесте рефлексии», дифференцировали три ее формы, касающиеся системного мышления, фантазий и переживаний. Далее, по мере выполнения «Опросника фокус рефлексии» происходило второе различие, более дифференцированное. В этом процессе могло происходить два разнонаправленных явления: одно – соответствие социальной желательности, другое – реальное развитие рефлексии. Как показало постэкспериментальное обсуждение, формулировка «в большинстве случаев» и «чаще всего» не оставляла следа в памяти, проскальзывала в восприятии. Средние баллы по шкале лжи свидетельствуют о доверии к получаемым результатам и в то же время о наличии социальной желательности. Условно можно предположить, что данный профиль составили

две группы испытуемых: одни – направлены на соответствие общественной норме в ответах, другие – на развитие рефлексии при опоре на общественную норму. На данном этапе мы не могли утверждать достоверно, осуществлялось ли развитие рефлексии у испытуемых данного профиля. Соотнесение с данными анкеты показало, что развитие представления о рефлексии – рефлексия рефлексии осуществлялось, о чем будет сказано ниже.

Второй профиль «хаотичное развитие рефлексии» демонстрирует направленность испытуемых неадекватного отношения к своей рефлексии. Шкала лжи имеет тенденцию к высоким показателям. Налицо фрустрированность, т. к. результаты шкал показывают, что испытуемым трудно было выделить общественную норму и реально взглянуть на свою рефлексию со стороны.

Третий профиль «адекватное развитие рефлексии» показывает, что у испытуемых проходило углубление в свою рефлексию; они адекватно к ней относились, стремились правдиво выполнить задания. Это стремление вело к принятию своей рефлексии. При погружении в виды, средства, эмпирические случаи рефлексии, рефлексия как рефлексия над рефлексией развивалась.

Результаты анкетирования подтвердили предполагаемую динамику развития рефлексии, отраженную в профилях.

Испытуемым предлагалось ответить «да» или «нет» на 5 вопросов анкеты: 1. Выполняя задания методик, узнавали ли вы новое о себе? 2. Являлись ли задания методик развивающими вас? 3. Приходилось ли вам долго задумываться, чтобы понять задания методик? 4. Приходилось ли вам долго задумываться при ответе на задания? 5. Повлияла ли работа с методиками на развитие вашего представления о себе и окружающих?

Были получены следующие результаты: при ответе на первый вопрос 77 % испытуемых ответили положительно, на второй вопрос положительно ответили 63 % испытуемых, на третий вопрос положительный ответ дали 60 % испытуемых, на четвертый вопрос положительный ответ у 54 % испытуемых и у 71 % испытуемых отрицательный ответ на пятый вопрос. В анкете первый, второй и пятый вопросы согласованы между собой и с разных ракурсов рассматривают один и тот же процесс развития, обусловленный батареей методик. Анкеты испытуемых, давших отрицательный ответ на пятый вопрос, были проанализированы на предмет рассогласования ответов при ответах

на первый, второй и пятый вопросы. У 84 % испытуемых выявлены данные рассогласования, что свидетельствует о противоречивом характере рефлексии, обусловленном эмоциональной окраской и, возможно, фрустрацией на обнаружение блокированной, бессознательной, не-приятной и непринимаемой информации о личности, отношениях, убеждениях, осознании, позитивности. У 14 % всех испытуемых на все вопросы положительные ответы и у 6 % всех испытуемых на все вопросы отрицательные ответы.

Результаты анкетирования отражают выделенные профили испытуемых. В первом профиле данные анкет показывают, что в большинстве случаев осуществлялось развитие рефлексии, а не подстройка под социально желаемый результат.

Устойчивость результатов развития. Ситуативный фактор развития нами не исключался, поэтому мы провели повторное тестирование по «Опроснику фокус рефлексии» через 3 недели на выборке в 35 человек. Значимость различия между первым и вторым тестированием по данному опроснику устанавливалась с помощью критерия Стьюдента. Значимые различия выявлены по четырем шкалам: шкала «направленность на «Я»» ( $t = -3,853$ ), осознание ориентированности на удовлетворение и защиту интересов своей личности в осознании и понимании жизненных ситуаций увеличилось и приобрело более адекватное понимание своего осознания с позиций «Я» у испытуемых; шкала «направленность на творчество» ( $t = 2, 206$ ) также более адекватно при повторном тестировании стала осознаться испытуемыми и ранние представления о своей творческой направленности рефлексии пришли, возможно, в более соответствующее реальности жизни состояние; шкалы «индуктивный способ» ( $t = 2, 213$ ) и «дедуктивный способ» ( $t = -2, 333$ ) представления об индуктивности снизились, а о дедуктивности осознания повысились.

Полученные результаты свидетельствуют о том, что батарея методик несет развивающую функцию для рефлексии. Происходящие изменения в рефлексии коснулись двух блоков «конструктивного» и «деструктивного», что полностью соответствует закону динамического равновесия. Отвечая на вопросы о рефлексии, испытуемые не только понимали свою рефлексию, но и развивали ее. «Проведенные в последние годы исследования показали, что в предметном действии, равно как и в других актах, в которых «растворяется» Я, присутствует

неосознаваемая фоновая рефлексия (Гордеева, Зинченко, 2001). В. А. Лефевр писал о быстрой и тоже неосознаваемой рефлексии в умственных действиях (Лефевр, 1990). А. М. Пятигорский ввел понятие «рефлексии без Я» (Пятигорский, 2002). Хотя Пятигорский понятие «рефлексия» (прочтем его как «рефлекс – и – Я») лишил Я, назвав «рефлексом Z», это не рефлекс в павловском смысле слова. Можно предположить, что Я не растворяется в перечисленных выше актах (Я весь...), а становится их внутренней формой, оставаясь при этом носителем сознания, сохраняет его в качестве своего ядра» [4].

Таким образом, фоновая рефлексия и рефлексия по ходу действия – выделение эмпирического случая (самонаблюдение), познание, как осуществляется осознание (самопознание) и соотнесение с предполагаемой нормой, которая неизбежно присутствует в формулировке заданий (самооценивание). Эта триада запускает механизм саморазвития рефлексии, которая выходит из «пещеры» неосознанности в светлое пятно сознательного и в даль-

нейшем осознаваемого. Результаты осознанного изменения рефлексии были подтверждены повторным тестированием по «Опроснику фокус рефлексии» и анкетированием.

### Ссылки

1. Зинченко В. П. Опыт думания о думании. К восьмидесятилетию В. В. Давыдова (1930–1998) // Вопросы философии. 2010. URL: [http://vphil.ru/index.php?option=com\\_content&task=view&id=227](http://vphil.ru/index.php?option=com_content&task=view&id=227).
2. Сизикова Т. Э. Рефлексивное психологическое консультирование. Ч. 3: Методы рефлексивного психологического консультирования. Новосибирск: НГПУ, 2018. 401с.
3. Мэй Р. Свобода и судьба. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2013. 288 с.
4. Зинченко В. П. К проблеме Я. Языковые игры: не с нулевой ли суммой? (Из личного архива В. П. Зинченко). // Национальный психологический журнал. 2017. № 1 (25) С. 39–44.