

Наведена нами технологія формування рефлексивних здібностей не претендує на вичерпність, а слугує як можливий варіант для застосування у роботі вчителя.

Література

1. Карпов А.В. Психология рефлексии /А.В. Карпов, И.М. Скитяева. М.: Ин-т психологи РАН, 2002. – 413 с.
- 2.Коваленко А.Б. Психология розуміння / Алла Борисівна Коваленко. К. : Геопринт, [монографія]. 1999, 184 с.
- 3.Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К.Маркова. – М.: Знание, 1997. – 308 с.
4. Моляко В. А. Творческая конструкторология (пролегомены) / В. А. Моляко. – К.: Освіта України, 2007. – 388 с.
- 5.Сластенин В. А. Готовность педагога к инновационной деятельности / В. А. Сластенин, Л. С. Подымова // Пед. образование и наука. – 2000. – № 1. – С. 32–37.
- 6.Щедровицкий Г.П. Мышлению. Понимание. Рефлексия. /Георгий Петрович Щедровицкий. – М.: наследие ММК, 2005. – 800 с.

В статье освещаются проблемы инновационной деятельности учителя с позиций модернизации педагогического пространства. Приведены и проанализированы инновационные технологии, которые активно применяются в субъект-субъектной и полисубъектной деятельности учителя, указано на роль рефлексии в инновационном процессе.

In article highlights the problem of innovation from the standpoint of the teacher upgrading teaching spaces. Shows and analysis of innovative technologies that are used extensively in the subject-subject and involving many of the teacher, shows the role of reflection in the innovation process.

О.О. Мішкулинець (м. Київ)

ФОРМУВАННЯ «Я ОБРАЗУ» В ПРОЦЕСІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Актуальність дослідження. Проблема адаптації людини до різних умов життя й діяльності особливо гостро заявляє про себе в період трансформації суспільства. Вивченню проблеми соціально-психологічної адаптації присвячені праці Г. Андреевої, Г. Балла, Л. Виготського, І. Вайнера, Л. Дзюбко, Ч. Кулі, Е. Кузьміна, С.Максименка, В. Маскаленко, Г. Міда, Р. Немова, Б. Паригіна, А. Петровського, та інших. Учені розглядають адаптацію як складний і багатогранний психологічний процес на шляху становлення особистості та створення умов для її самореалізації в соціальному середовищі.

Особливо гострим здається питання адаптації дітей молодшого шкільного віку, як чутливого періоду в особистісному розвитку дитини, що супроводжується появою нового системного новоутворення - внутрішньої позиції, формуванням нового рівня самосвідомості та її складової “Я - образу”, переходу до нової соціальної ситуації, змісту взаємин з оточуючими (М. Басов, М. Боришевський, Л. Божович, А. Залкінд, О. Киричук, В. Поліщук, Т.Титаренко)

Більшість досліджень з проблеми адаптації дітей молодшого шкільного віку (В.Котирло, М. Безруких, О. Киричук, Н. Уткіна, Г. Чуткін та інші) присвячені вивченню адаптації дитини до школи, до шкільного колективу та навчання; інші надають перевагу індивідуальним характеристикам та можливостям реалізації особистісних якостей у конкретних суспільних умовах.

До таких якостей відносять: легкість входження в новий колектив, визначенням місця в спільній діяльності та своєї ролі в новому колективі, умінням бути правильно зрозумілим, знанням сильних і слабких сторін свого характеру й урахуванням його при виборі змісту та методів діяльності, умінням в різних умовах знаходити можливості для прояву власних здібностей та інтересів, організованістю, упевненістю, активністю.

Підтвердженням цього є роботи А. Фурмана, в яких йдеться про взаємозв'язок "Я-концепції" із соціально-психологічною адаптацією. Такий взаємозв'язок вчений вбачає у численних соціальних взаєминах, формуванні не тільки сукупності уявлень про світ, а й про себе; мисленому виокремленні ставлення до власного внутрішнього світу та його окремих характеристик, тобто приймає себе, формує самооцінку та утверджує установки як напівусвідомлені й емоційно забарвлені готовності суб'єкта сприймати світ і себе в ньому".

Мета статті – розкрити феномен «Я- образ» в процесі соціально-психологічної адаптації молодшого школяра

Виклад основного матеріалу. Психологи Р. Бернс, І. Бех, О. Гуменюк, І. Кон, А. Петровський та інші визначають "Я – концепцію" як відносно стійку неповторну систему уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він взаємодіє з іншими людьми та ставиться до себе. Настанови, спрямовані на самого себе, утворюють "Я - образ" як уявлення про самого себе, що включає також емоційно забарвлену оцінку себе.

"Я – образ" виникає на основі взаємодії особистості з соціумом, визначає актуальну систему її самосприйняття та задає вчинкові межі реальної поведінки. Її зміст (у вузькому розумінні – самооцінка) є одним із найважливіших результатів виховання та організованого навчання, завдання яких полягає у становленні позитивної "Я – концепції", а відтак – у високій самоадаптованості людини. Це означає, що у внутрішньому світі людини переважатимуть турботливе ставлення до себе, самоповага, прийняття себе, відчуття власної цінності, віра в успіх, оптимізм, довіра і внутрішня свобода [2, 3].

Відтак, процес соціально-психологічної адаптації не може бути відокремлений від розвитку особистості, її становлення, а навпаки якнайтісніше пов'язаний з гармонійним розвитком індивіда. Тому, на наш погляд, основною його метою є не пасивне пристосування до середовища, а самореалізація особистості. З одного боку, соціально-психологічна адаптація визначається як процес пристосування особистості до суспільства, організації, а з іншого - як шлях реалізації продуктивної взаємодії особи із суспільством для задоволення її значимих потреб у процесі діяльності та спілкування. З огляду на це існують об'єктивні й суб'єктивні чинники соціально-психологічної адаптації. До об'єктивних належать продуктивність діяльності, реальне становище в колективі; до суб'єктивних – задоволеність особистості, ставлення до різних аспектів діяльності та спілкування.

Проте в багатьох випадках соціально-психологічна адаптація є засобом психологічного захисту, завдяки якому послаблюється й долається внутрішнє психічне напруження, що виникає в людини при взаємодії з іншими особами, із суспільством у цілому. Захисні механізми при цьому є засобами психологічної адаптації людини. Важливе значення в їх утворенні і прояві, як свідчать наукові дослідження В. Аршавського, О. Гуменюк, А.Налчаджана, В. Розенбога, В. Петровського, припадає на дитячий вік, коли дитина оволодіває механізмами психологічного захисту, що підвищує її адаптивний потенціал, сприяє успішності соціально-психологічної адаптації.

Окрім зазначених, доцільно вказати і на такі як досягнення оптимальної рівноваги в динамічній системі особистість – соціальне середовище; максимальний прояв і розвиток творчих можливостей і здатностей особистості, зростання соціальної активності особистості; регулювання спілкування і взаємин; формування емоційно-комфортних позицій особистості; самореалізація особистості; самопізнання та самокорекція.

Як відомо, молодший шкільний вік – це важливий етап у житті дитини, що має визначальне значення для формування у неї особистісного ставлення до соціального оточення і самого себе. Не останню роль у тому, якою виросте дитина, відіграє здатність адаптуватись до нових умов, в які вона потрапляє у процесі особистісного становлення.

Варто наголосити, що соціально-психологічна адаптація – це процес специфічної адаптивної діяльності, обумовлений зміною соціально-психологічного простору і спрямований на оптимізацію взаємодії особистості з соціальним оточенням у відповідь на появу факторів, відсутніх в індивідуальному досвіді суб'єкта. Соціально-психологічна адаптація є комплексним явищем соціального буття особистості, універсальною властивістю людини, що забезпечує засвоєння нею соціально-доцільних стандартів поведінки, ціннісних орієнтацій, гармонізацію взаємозв'язків з новим соціальним оточенням, набуття елементів соціальної компетентності, розуміння нових соціальних ролей і функцій, уміння поводитись відповідно до нових вимог.

У віковій та педагогічній психології молодший шкільний вік визначається як особливий період у житті дитини Л. Виготський зазначав, що "перше питання, на яке ми повинні дати відповідь, вивчаючи динаміку будь-якого віку, полягає у визначенні соціальної ситуації розвитку". Під соціальною ситуацією розвитку він розумів специфічні для певного віку стосунки між дитиною та довкіллям. У молодшому шкільному віці соціальні взаємини реалізуються в постійному спілкуванні з учителями, однокласниками та іншими дорослими й дітьми у процесі позашкільної взаємодії".

Аналіз літератури з проблеми соціально-психологічної адаптації молодших школярів свідчить про залежність адаптації від вікових психологічних особливостей праці С. Бодаєва, Я. Коломенського, Г. Кравцова, Е. Кравцової, В. Мухіної, Е. Панько та інших. Більшість авторів виокремлює два основні критерії адаптованості:

- *об'єктивний*, що характеризується показниками рівня досягнень у навчальній діяльності (успішність, дисциплінованість, громадська активність) та в спілкуванні (реальний соціометричний статус);

- *суб'єктивний*, який відображає ступінь задоволення суб'єкта досягнутими результатами у діяльності та спілкуванні в колективі.

Особливого значення психологи надають результату адаптації - адаптованості як системі якостей особистості, умінь і навичок, що забезпечують успішну життєдіяльність дитини. Згідно з Я. Коломенським і Е. Панько, адаптованість учнів визначається за такими критеріями: успішність оволодіння знаннями, уміннями, навичками з основних предметів; ставлення до навчання. В. Андропова, М. Кольцова, Г. Хрипко, вважають одним із головних критеріїв перебігу адаптації дітей їх стан здоров'я. Автори доводять, що процес фізіологічної адаптації проходить декілька етапів, кожен з яких має свої особливості і характеризується різною мірою напруження функціональних систем організму.

М. Безруких О. Киричук, І. Ревасевич, виділяють три етапи процесу адаптації, кожен з яких має певні особливості:

1. Перший етап орієнтації характеризується бурхливою реакцією і значним напруженням усіх систем організму.

2. Другий етап - період нестійкого пристосування, коли організм у процесі пошуку знаходить оптимальні шляхи реагування на вплив; на другому етапі затрати знижуються, бурхлива реакція стихає.

3. Третій етап - період відносно-стійкого пристосування, коли організм знаходить найбільш оптимальні варіанти реагування на навантаження [5].

Мета пропонованого наукового дослідження полягає у вивченні особливостей соціально-психологічної адаптації дітей у колективі художньої самодіяльності. Такі колективи характеризуються певними особливостями, які виявляються в режимі і специфіці роботи, а також вимогах, що диктує заняття, й оволодіння дитиною тією чи іншою творчістю.

У цьому контексті важливими є праці В. Поліщук, О. Бодальнової, Г. Чуткіної, Л. Божович, Н. Уткіної, де розкрито особливості адаптації дітей молодшого шкільного віку до школи, шкільного колективу, визначено умови її успішної адаптації, шляхи подолання шкільної дезадаптації, форми подолання й уникнення труднощів адаптації в колективі, а також роботи про особливості розвитку особистості у сфері вільного часу (М. Аріарський, В. Кірсанов, О. Сасихов, В. Тріюді) та паро сутність і специфіку дитячого дозвілля (С. Ашмаков, С. Букрєєв, В. Ручекіна, Т. Сущенко та інші)

Дослідники дійшли висновку, що успішна адаптація до шкільного життя залежить від рівня готовності дитини до навчання, сформованості основних передумов навчальної діяльності, що є важливим і для адаптації дітей у колективі художньої самодіяльності. Дитина має бути готова до навчання та співтворчості, до труднощів, які виникають при оволодінні майстерністю, а також бути здатною до творчого самовираження в колективі [2; 5].

О. Бодальов визначає процес активного пристосування дитини на початковому етапі навчання як соціально-психологічну адаптацію, виділяє її високий, середній та низький рівні. Дослідник вважає, що адаптація особистості в групі чи колективі забезпечується функціонуванням певної системи механізмів (рефлексії, емпатії, прийому зворотного зв'язку). Механізми пристосування, які виникли в процесі адаптації, постійно актуалізуються й використовуються в подібних ситуаціях, закріплюються в структурі особистості й стають підструктурами її характеру [4].

Р. Немов доводить, що від рівня сформованості механізмів адаптації у дитини залежить успішність проходження цього процесу. Вироблені в процесі життєдіяльності адаптивні механізми переходять до сфери автоматизованих навичок, звичок, підсвідомих регуляторів поведінки, причому їх перехід до підсвідомості відбувається без зниження регуляторної функції. Це дає практично необмежені можливості для розвитку індивідуальності.

Труднощі процесу адаптації дітей молодшого шкільного віку пояснюються наявністю стійких стереотипів поведінки, певного соціального досвіду, який не завжди узгоджується з вимогами суспільного дитячого життя. Будь-яке порушення збалансованості системи “особистість - середовище”, а саме недостатність психічних (здібності, особистісні властивості) чи фізичних (особливості функціональних систем) ресурсів індивіда для задоволення актуальних потреб, неузгодженість самої системи потреб (відсутність чіткої ієрархії), побоювання, пов'язані з імовірною нездатністю реалізувати значимі прагнення в майбутньому, нові вимоги середовища - усе може стати джерелом дезадаптованості дитини, яка є зворотнім процесом щодо процесу адаптації [1].

В. Войтко, Ю. Гільбух, В. Гороховський, В. Каган вважають, що дезадаптація учнів - це виникнення неадекватних механізмів пристосування дитини, що виявляються як труднощі в навчанні, порушення дисципліни, конфліктні взаємини, психогенні захворювання та реакції, підвищення рівня тривожності, зміни в особистісному розвитку. Нерідко симптоми дезадаптації не проявляються зовні, однак дитина боляче переживає всі проблеми, тобто в неї спостерігаються реакції як активного, так і пасивного процесу. Це все може мати негативні наслідки й виявлятися в настороженості, невпевненості, зростанні тривожності. Дезадаптованість учнів призводить до неадекватної, погано контрольованої поведінки, конфліктних стосунків, проблем в особистісному розвитку, зниження самооцінки.

І. Кайлаков виділяють такі варіанти шкільної дезадаптації: така, що виникає на тлі труднощів саме навчального процесу; пов'язана з невмінням дітей довільно регулювати власну поведінку, увагу, адекватно сприймати вимоги; зумовлена невмінням дітей дотримуватися темпу шкільного життя.

Вивчаючи психологічні особливості становлення особистості дитини, вчені визначають соціальну дезадаптацію як стан невідповідності, внутрішнього дисонансу,

головним джерелом якого є конфлікт між настановами дитячого “Я” і безпосереднім досвідом дитини, що гальмує цей процес. Його характеристиками є загальна загальмованість, надмірна настороженість, різка зміна настрою, часті вибухи роздратованості й гніву, відлюдкуватість, високий ступінь замкнутості, утруднене переключення уваги, завищена самооцінка, притуплення розумової діяльності, стан тривоги, асоціальні форми поведінки, задерикуватість, схильність до руйнівних дій, гіперактивність та інші. В одних випадках ці показники виступають чинниками дезадаптації, в інших - її наслідками.

Варто зазначити, що труднощі адаптації дітей молодшого шкільного віку пояснюються наявністю стійких стереотипів поведінки, певного соціального досвіду, який не завжди узгоджується з вимогами суспільного дитячого життя.

Дослідження вчених Г.Балл, І. Бех, С. Максименка, О. Савченко та інших засвідчили залежність соціально-психологічної адаптації від особистісних характеристик учителя, а також від стилю й типу педагогічного спілкування. [1, 2].

Л.Дзюба вважає, що “За умови недостатньої особистісної децентрації вчителя, (виявляється у зниженні емпатійних тенденцій, у підвищених показниках ворожості, егоцентричних настановах) зовнішня адаптація відбувається за рахунок психологічного здоров’я дитини. Учитель з високими показниками особистісної децентрації, навпаки, сприяє більш успішній і безболісній адаптації першокласника, емпатійно ставлячись до дитини, ураховуючи її емоційні стани в будь-яких ситуаціях. Він допомагає дитині успішно долати труднощі адаптаційного періоду. Отже, умовою зміни психосоціальної ситуації дослідники вважають спеціальне навчання педагогів, батьків усвідомленому використанню механізму позитивної експектації як комунікативного засобу, що стимулює потенційні особистісні ресурси” [84, с 4].

Соціально-психологічна адаптація є першою з трьох фаз соціального становлення особистості дитини й передбачає засвоєння норм тієї соціальної спільноти, до якої вона належить. Дитина, долучаючись до нового соціального оточення, здатна реалізувати себе як особистість, лише засвоївши групові норми цієї спільноти. Особливостями соціальної адаптації дітей є орієнтація на суспільні функції людей, норми та сенс їх поведінки й діяльності, суб’єктивне ставлення до соціальних цінностей, розуміння приналежності до дитячого колективу, усвідомлення себе суб’єктом діяльності, розширення соціальних контактів, прихильне ставлення до одних груп дітей та відмова від спілкування з іншими.

На думку О. Кононко, специфіка функціонування дитини як суб’єкта предметної, комунікативної та пізнавальної діяльності передбачає:

- достатній, оптимальний для віку розвиток його самосвідомості як системи знань про себе (фізичні особливості, розумовий розвиток, почуття і вольові риси характеру, чесноти й вади, права та обов’язки, потреби й можливості);
- формування образу “Я”, що забезпечує типізацію (відповідність невідповідність певним віковим та соціальним стандартам) та індивідуалізацію (прагнення винятковості, унікальності);
- вироблення здатності самостійно щось обирати, відмовляти в чомусь, надавати перевагу, здійснювати обґрунтований вибір;
- визнання дорослими й однолітками власних чеснот і досягнень;
- бути спроможною в разі потреби не погоджуватися з упередженими оцінками своєї поведінки й діяльності, відстоювати власну гідність;
- уміння називати не лише свої зовнішні ознаки, а й душевні якості;
- володіння елементарною рефлексією — умінням дивитися на себе очима інших людей, зіставляти самооцінки з оцінками судженнями дорослих і однолітків, вносити корективи у власну поведінку;
- відчуття оптимальної дистанції;

- формування потреби в соціальних контактах, здатності сприймати себе в контексті стосунків з іншими;
- виховання соціальних почуттів через формування впевненості в їх доцільності;
- гармонійне поєднання різних засобів комунікації, збагачення досвіду спілкування .

Проблема шкільної адаптації постає не тільки в теоретичних, а також і в емпіричних дослідженнях. Інноваційна модульно-розвивальна система освіти, запроваджена А. Фурманом, дає змогу глибше пізнати внутрішній світ особистості кожного школяра. Визначена автором структура особистісної адаптованості (ставлення, оцінка й самооцінка, внутрішнє прийняття, психологічна ситуація, психічний образ, Я - концепція) та запропонована методика "Наскільки адаптований ти до життя?" дозволяє чітко диференціювати основні різновиди адаптаційних процесів і визначати ступінь їх безпосередньої наявності в психічній життєдіяльності індивіда. Одним із факторів успішності адаптації дитини є її особистісний розвиток .

Ми поділяємо погляди науковців щодо ролі соціометричного статусу особистості в її адаптованості до нових умов навчання. Немає сумніву, що адаптація дітей до школи в цей віковий період є одним з головних питань, оскільки основним видом діяльності дітей молодшого шкільного віку є навчання. "Опанування наукою життя - основна потреба маленької дитини, яку вона прагне задовольнити. Це вимагає від неї умінь не лише виживати за швидкоплинних умов навколишнього середовища, а й жити в повну силу, реалізувати свій потенціал, досягати злагоди з довкіллям, знаходити своє домірне місце в суперечливому світі".

А. Фурман, досліджуючи особливості адаптації, доходить висновку, що процесуально-результативні параметри перебігу цього процесу відчутно розширюються й ускладнюються під час кардинальної зміни напрямів діяльності індивіда, соціального оточення або власного внутрішнього світу особистості. Успішність адаптації визначається характеристиками середовища та психічного світу особистості. Думка дослідника про те, що основний напрямок розвитку адаптивної активності школяра безпосередньо пов'язаний з процесами становлення, оцінки і прийняття ними норм і цінностей того основного соціального середовища, до якого він належить, а також сформованих тут форм соціальної взаємодії (формальні, неформальні міжсуб'єктні зв'язки, стиль педагогічного керівництва тощо) і форм предметної діяльності, є слушною щодо нашого дослідження.

Висновки. Здійснений аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми свідчить, що вчені більше уваги приділяють питанню навчання, навчальної діяльності залишаючи за кадром такі важливі питання як соціальний статус, взаємостосунки із однокласниками, взаємостосунки із вчителями-предметниками, їх вимогами та ставленнями до труднощів, які переживаються підлітками на початкових етапах переходу до нових умов навчання. Вчасно здійснена профілактична робота психолога з учнями, вчителями основної школи, батьками щодо труднощів, які виникнуть у цей період, значною мірою зніме напруження, підвищить рівень самопочуття, навчальних досягнень, творчої самореалізації та самовдосконалення.

Література

1. Балл Г.О. Понятие адаптации и его значение для психологии личности/ Георгий Олексеевич Балл // Вопросы психологии. -1989. - №1. - С. 92-100.
- 2.Бех І. Д. В інтересах соціалізації школярів/ І.Д. Бех. // Педагогічна газета. - 1988 - №3 - С.2-3.
3. Бернс Р. Развитие "Я" - концепции и воспитание / Роберт Бернс - М.: Прогресс,1968.-422 с.
- 4.Бодалев А. А._ Психологические проблемы акмеологии / А. А. Бодалев // Психологический журнал. - 1993. - № 5. - С. 18-21.

5. Буллах І. Д. Генез різних аспектів “Я” у структурі самосвідомості підлітка / І. Д. Буллах // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, - Івано-Франківськ : Плай, 2002.- Вип. 7. - Ч. 1. - С. 79-89.

6. Дзюбко Л. В. Психологічні особливості ранньої шкільної дезадаптації і шляхи її подолання: дис. канд. психол. наук: 19.00.07 / Людмила Віталіївна Дзюбко. - К., 2000. - 194 с.

7. Кайлаков І. Цивілізація и адаптація/ І. Кайлаков- М.: Академия, - 202 с.

В статье социально-психологическая адаптация младших школьников рассматривается с позиции перехода на обучение в основную школу, охарактеризованы основные этапы и критерии при которых происходит адаптация младшего школьника к новым условиям учебного взаимодействия, показана роль «Я-образа» в этих преобразованиях, определены причины, приводящие к реадaptации и указаны пути предотвращения.

In the article social-psychological adaptation of junior schoolboys is examined from position of passing to teaching in basic school. The basic stages and criteria of adaptation of junior schoolboy are characterized to the new terms of educational co-operation. The role of «I-appearance» is rotined in these transformations, reasons, resulting in readaptacii and the ways of prevention are indicated, are certain.

О. Г. Мирошник (м. Полтава)

РЕФЛЕПРАКТИКА У РОЗВИТКУ РЕФЛЕКСИВНОСТІ ВЧИТЕЛЯ

Постановка проблеми та аналіз останніх публікацій. Поняття рефлексії розглядалось представниками психологічної науки в зв'язку з вивченням достатньо широкого кола психічних явищ. Так, рефлексію визначають як: механізм самосвідомості (К. О. Абульханова-Славская [1]), центральний феномен суб'єктності (В. І. Слободчиков [17]), метасистемний рівень організації психіки (В. В. Знаков [10], А. В. Карпов [11]), рівень ієрархічно організованого мислення та механізм саморозвитку особистості (І. М. Семенов і С. Ю. Степанов [16]), механізм виникнення нової діяльності (Г. П. Щедровицький [19]), процес створення віртуальних світів та умова досягнення свободи особистості (В. А. Лефевр [14]). Однак, незважаючи на значний діапазон визначень феномену рефлексії, усі дослідники погоджуються з тим, що рефлексія є умовою, механізмом, властивістю, специфічною мисленевою активністю, що здійснює вихід за межі наявного буття людини, створює якісно нові цілі та способи її досягнення, забезпечує самозміни та саморозвиток особистості. На думку М. Хайдеггера, одного з засновників екзистенційної філософії, рефлексія онтологічна представлена в структурі психіки людини як метасистемний рівень її організації. На цьому рівні психіка як би долає власну системну обмеженість, оскільки стає сама для себе предметом власної регуляції. Завдяки рефлексії здійснюється зміни особистості, що призводять до формування нових її якостей та перебудови смислових систем.

Аналіз існуючих теоретико-прикладних підходів до розуміння природи та функцій рефлексивності як психічного явища дозволив визначити її модуси існування та умови виникнення. На думку А. В. Карпова, рефлексію слід розглядати як процес, стан та особистісну властивість, що забезпечує розуміння людиною змісту своєї свідомості [11]. Процеси рефлексії актуалізуються при наявності смислового конфлікту та забезпечують