

## EXPERIMENTÁLNÍ POHLEDY

УДК 159.922-057.875

### РЕФЛЕКСИЯ КАК ФАКТОР ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОРАЗВИТИЯ СПЕЦИАЛИСТОВ СОЦИОНОМИЧЕСКОЙ СФЕРЫ

Ж. Г. Гаранина  
С. И. Баляев

*Кандидат психологических наук, профессор  
кандидат психологических наук, доцент  
Национальный Исследовательский Мордовский  
государственный университет им. Н. П. Огарева  
г. Саранск, Республика Мордовия, Россия*

### REFLECTION AS A FACTOR OF PERSONAL-PROFFESIONAL SELF-DEVELOPMENT SPECIALISTS OF SOCIAL SPHERE

Zh. G. Garanina  
S. I. Balyaev

*Candidate of Psychological Sciences, professor  
Candidate of Psychological Sciences  
assistant professor  
National Research Mordovia State University  
named after by N. P. Ogarev,  
Saransk, Republic of Mordovia, Russia*

---

**Abstract.** The article considers the problem of personal and professional self-development specialists and the role of reflection in this process. The features of reflection and self- knowledge, and their impact on professional self-development. The results of an experimental study of personal and professional self-development specialists of the social sphere on which the reflective identified factors affecting the success of achieving self-development purposes. Cluster analysis identified three groups of professionals with different levels of reflection, willingness to self-knowledge and self-development.

**Keywords:** personal and professional self-development; professionals; social sphere; reflection; self-attitude; self- knowledge.

---

Одним из показателей профессионального развития современных специалистов является способность к осуществлению осознанной и самостоятельной деятельности, направленной на самосовершенствование, профессиональный и личностный рост. В процессе осуществления саморазвития большую роль играют регулятивные и рефлексивные особенности личности профессионалов.

Рефлексию в контексте личностно-профессионального саморазвития можно рассматривать как осознание человеком самого себя, своих профессиональных и личностных особенностей, оценку своих

реальных возможностей и потенциальных ресурсов для саморазвития, на основе которых возможно осуществление самоизменения, самосовершенствования [1]. Рефлексия как условие самопознания и саморазвития личности представляет собой сложное психическое образование, основным компонентом которого является самопознание, направленное на расширение представлений человека о самом себе, о своих личностных и профессиональных особенностях.

Осуществление процесса самопознания может осуществляться множеством способов. Одним из них является самона-

блюдение, подробный анализ которого проведен в трудах Г. И. Гурджиева и его ученика П. Д. Успенского. Так, П. Д. Успенский отмечал, что главным методом, направленным на осознание себя, и способствующим самоизменению, является самонаблюдение. Он выделял два способа самонаблюдения: это регистрация фактов собственного поведения, внутренних психических функций и самоанализ [4]. Г. И. Гурджиев считал, что самонаблюдение – это возможность изменить себя, т. е. приступая к правильному самонаблюдению, человек немедленно начинает изменяться. В процессе самонаблюдения человек отмечает в себе множество качеств, о которых он даже не подозревал. В дальнейшем, сформировав привычку к самонаблюдению, человек, по мнению Г. И. Гурджиева, может приступать к самоанализу своих поступков и своих психических функций. Осознание себя и саморазвитие невозможны без самонаблюдения [2].

Наряду с общими закономерностями исследования рефлексии и самопознания личности в психологии разрабатываются вопросы профессионального самопознания. Н. Г. Рукавишников понимает под профессиональным самопознанием процесс постепенного осознания человеком особенностей собственной личности как субъекта профессиональной деятельности, результатом которого является формирование профессиональных аспектов «образа Я» [3].

Таким образом, самопознание способствует более глубокому проникновению в сущность своей личности, развитию представлений о собственном «Я», повышению на этой основе уровня рефлексии и самосознания, что в конечном итоге приводит к личностному росту. В профессиональной сфере самопознание повышает уровень осознания своих профессиональных качеств, что создает предпосылки для профессионального саморазвития.

Для изучения рефлексии и ее роли в процессе личностно-профессионального саморазвития, нами проводилось экспериментальное исследование среди специ-

алистов социоэкономической сферы, получающих дополнительное профессиональное образование в Мордовском государственном университете им. Н. П. Огарева. Объем выборки составил 120 человек, средний возраст – 27 лет.

Исследование рефлексивных особенностей проводилось с помощью опросника рефлексивности А. В. Карпова, теста-опросника самооотношения В. В. Столина, С. Р. Пантелеева, для изучения личностного и профессионального саморазвития использовались опросники «Готовность к самопознанию и саморазвитию» Т. М. Шамовой и «Способность к саморазвитию» И. В. Зверевой. Статистическая обработка полученных результатов проводилась с помощью корреляционного и кластерного анализа.

Полученные результаты позволили выявить статистически значимые корреляционные взаимосвязи между показателем готовности к самопознанию и рефлексией ( $r = 0,715$ ,  $p < 0,01$ ). Данную связь можно объяснить стремлением к самопознанию и саморазвитию у лиц с высоким уровнем рефлексии. Статистически значимая взаимосвязь между уровнем саморазвития и самооотношением ( $r = 0,417$ ,  $p < 0,05$ ) может означать, что отношение к себе и самосознание в целом во многом влияют на стремление к личностному росту и профессиональному самосовершенствованию специалистов. Личность, осуществляющая саморазвитие, более позитивно относится к себе и обладает более высоким уровнем рефлексии и самоуважения. Сформированная рефлексия личности обеспечивает потенциальные возможности для саморазвития.

Проведенный кластерный анализ позволил выделить три группы испытуемых, обладающих различными уровнями саморазвития и рефлексивных качеств.

В первую группу (29 % от числа испытуемых) вошли специалисты, находящиеся на высшем, активном уровне саморазвития, который характеризуется развитой рефлексивностью, склонностью к систематическому самопознанию и самоанализу, позитивным самооотношением, что в

целом является основой для реализации продуктивной деятельности, направленной самоизменением, творческую самореализацию. На данном уровне наиболее развито самосознание, что создает наиболее благоприятные условия для саморазвития, самосовершенствования в жизни и профессиональной деятельности.

Вторую группу (62 %) составили испытуемые со средним уровнем саморазвития и средним уровнем рефлексии, которая осуществляется в процессе самонаблюдения и самоанализа, что обеспечивает более высокий уровень самосознания и в целом создает благоприятные предпосылки для саморегуляции и развития своих личностных и профессиональных качеств. Вместе с тем, на данном уровне осознание необходимости самоизменения выражено в недостаточной степени, отсутствует склонность к систематическому самопознанию и самоанализу. Самоотношение также отличается неустойчивостью, во многом зависит от внешних обстоятельств, что создает неблагоприятные условия для саморазвития, в связи с чем такой уровень саморазвития можно назвать бессистемным, хаотическим.

В третью группу (9 %) вошли специалисты с низким, стагнирующим уровнем саморазвития, с неразвитой рефлексивностью, у которых не сформирована мотивация и способность к самонаблюдению и самоанализу, преобладает негативное самоотношение, что в целом определяет низкий уровень самосознания, влияющий на регуляцию поведения и деятельности. На данном уровне у человека слабо выражено или отсутствует стремление к самоизменению, самосовершенствованию.

Таким образом, стремление к самопознанию и рефлексия являются важнейшими составляющими в процессе личностного и профессионального саморазвития специалистов, поскольку на их основе формируется способность к осознанию своих личностных и профессиональных качеств, которая и создает предпосылки для профессионального самосовершенствования специалистов социэкономической сферы.

#### **Библиографический список**

1. Гаранина Ж. Г. Личностно-профессиональное саморазвитие специалистов социэкономической сферы в процессе получения дополнительного профессионального образования // Интеграция образования. – 2013. – №1. – С. 99–104.
2. Гурджиев Г. Взгляды из реального мира. – Минск : Харвест, 2004. – 637 с.
3. Рукавишников Н. Г. Профессиональное самопознание студентов педагогического вуза : дис. ... канд. психол. наук – М., 1999. – 188 с.
4. Успенский П. Д. Психология возможной эволюции Человека. – М. : Издательский дом «Профит Стайл», 2006. – 352 с.

#### **Bibliograficheski spisok**

1. Garanina Zh. G. Lichnostno-professional'noe samorazvitie specialistov socionomicheskoy sfery v processe poluchenija dopolnitel'nogo professional'nogo obrazovanija // Integracija obrazovanija. – 2013. – №1. – S. 99–104.
2. Gurdzhiev G. Vzglyady iz real'nogo mira. – Minsk : Harvest, 2004. – 637 s.
3. Rukavishnikova N. G. Professional'noe samopoznanie studentov pedagogicheskogo vuza : dis. ... kand. psihol. nauk – M., 1999. – 188 s.
4. Uspenskij P. D. Psihologija vozmozhnoj jevoljucii Cheloveka. – M. : Izdatel'skij dom «Profit Stajl», 2006. – 352 s.

© Гаранина Ж. Г., Баляев С. И., 2016