

УДК 159.9

Психология развития, акмеология (возрастная психология)

РЕФЛЕКСИВНОСТЬ КАК СВОЙСТВО ЛИЧНОСТИ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Куимова Н.Н., Губина В.С., Семенычева К.Н.

В статье рассматриваются вопросы о рефлексивности в юношестве. Анализируются различные подходы к пониманию рефлексии. Выделяются её психологические характеристики и свойства. Юношеский возраст рассматривается как наиболее чувствительный период для развития рефлексивного мышления. В контексте постановки проблемы юношество этот период в жизни человека, когда рефлексивные способности наиболее интенсивно развиваются. Это связано с рядом факторов: во-первых, решаются специфические задачи: установление с другими дружеских и интимных взаимоотношений, проигрывание половых ролей и формирование установок на семью. Во-вторых, многие психологи констатируют, что для юношества характерна устремлённость в будущее, которое насыщено для них особыми проблемами и задачами. В третьих, в юношестве продолжает развиваться гипотетико-дедуктивное мышление, способность к абстрагированию, интеллектуальная рефлексия.

Ключевые слова: рефлексия и её феноменология, механизм познания, категория сознания и мышления, методологические проблемы, суть генезиса рефлексии в общении, самоанализ, личностная рефлексия, рефлексия в юношеском возрасте.

REFLEXIVITY AS A PROPERTY OF THE PERSON AT YOUTHFUL AGE

Kuimova N.N., Gubina V.S., Semenicheva K.N.

The article deals with the question of reflexivity in youth. Various approaches to understanding reflection are analyzed. Its psychological characteristics and properties are distinguished. Adolescence is considered as the most sensitive period for the development of reflective thinking. In the context of the problem statement, youth is the period in human life when reflexive abilities are most intensively developed. This is due to a number of factors: first, specific tasks are solved: the establishment of friendly and intimate relationships with others, the reproduction of sexual roles and the formation of attitudes to the family. Secondly, many psychologists state that youth is characterized by aspiration to the future, which is saturated for them with special problems and tasks. Thirdly, in youth continues to develop hypothetical-deductive thinking, the ability to abstract, intellectual reflection.

Keywords: reflection and its phenomenology, the mechanism of cognition, the category of consciousness and thinking, methodological problems, the essence of the Genesis of reflection in communication, introspection, personal reflection, reflection in adolescence.

Введение

В связи с новыми условиями развития современного общества ценности людей меняются, и общество требует от подрастающего поколения инициативности, ответственности и моментальной адаптации к быстрым изменениям в мире. Если в XX веке ценностью было коллективное мышление, то сейчас в XXI акцент делается на индивидуальности и саморазвитии человека. Феноменология рефлексии всегда интересовала ученых. Универсальным и системообразующим качеством личности, способствующим успешному усвоению, расширению и преобразованию социального опыта, переводу внешнего социального во внутренний план является рефлексивность. Проблема рефлексии и сейчас остается актуальной, поэтому стала предметом изучения в разных науках – философии,

психологии, педагогике. Феномен рефлексии стал предметом специального изучения в психологии благодаря А. Буземану, показывающий ее в качестве любого перенесения переживания с внешнего мира на самого себя. Именно благодаря рефлексии происходит отражение во внутреннем плане реализуемой деятельности, что показывает субъекту подвергаемый критике материал [2].

Поэтому сейчас так важно развивать у подрастающего поколения самовоспитание, способность к анализу самого себя (рефлексии).

Рефлексия (от лат. reflexio - обращение назад) – мыслительный процесс, направленный на самопознание, анализ своих эмоций и чувств, состояний, способностей, поведения. Рефлексия начинает формироваться в младшем школьном возрасте, а в подростковом становится основным фактором регуляции поведения и саморазвития (так, главная проблема отрочества, по Э. Эриксону, связана с рефлексией над вопросом «Кто я?»). Рефлексия является одним из важных механизмов развития личности. Проблема изучения и развития рефлексии не нова. Феномен заинтересовал многих учёных и стал объектом исследования, как в России, так и за ее пределами. Анализ этого феномена посвятили свои работы Л.И.Божович, Д.Б.Эльконин, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, В.И.Слободчиков, Г.А.Цукерман и многие другие [6]. Как отмечают все исследователи, сензитивным периодом для развития этого качества является юношеский возраст. Е.А.Цихончик делает вывод, что личностная рефлексия является одним из важнейших и всё еще недостаточно изученным регулятором развития личности в юношеском возрасте. Важная мысль отражена в словах Д.И.Фельдштейна: «Перед нами сейчас ребенок, ... который при сохранении сущностных оснований и действенных механизмов сознания, мышления, разительно отличается... даже от ребенка 90-х годов двадцатого века. При этом ребенок стал не хуже или лучше своего сверстника двадцатилетней давности, он просто стал другим!» [12]. Эта идея побудила нас к исследованию того, что же именно изменилось (и изменилось ли?) в рефлексивных переживаниях современного юношества? Проблема очень весома, но в своем исследовании мы делаем лишь первый шаг к ее исследованию. Поэтому целью исследования - изучить особенности личностной рефлексии в юношестве.

Объектом исследования – юношеский возраст (ранняя юность).

Предметом исследования – личностная рефлексия юношества.

Теоретический обзор / Результаты исследования

«В широком понимании рефлексивность – это взаимодействие двух переменных, в котором каждая из них оказывает влияние на другую переменную. В итоге такого взаимодействия осуществляется взаимное изменение переменных. В общении

рефлексивность – это взаимное отражение субъектов межличностного взаимодействия, приводящее к осознанию себя, своих качеств, свойств, характеристик, успехов и неудач и их причин» [3].

Изучение рефлексии содержит многовековую историю, которая совпадает с развитием представлений человека о самом себе. В классической немецкой философии (Кант, Фихте) рефлексия рассматривалась как анализ наукой собственных средств познания или особый вид теоретической ретроспекции и ассоциировалась с гносеологической проблематикой обоснования истинности знаний. «В наше время философские представления о рефлексии получили дальнейшее развитие. Они активно используются для понимания или решения таких методологических проблем, как организация междисциплинарных исследований, развивающаяся разработка средств комплексного изучения и проектирования системных объектов, а так же оптимизация и управление системами» [17]. В современной психологии известно, что принятие себя через другого и другого через себя в данной ситуации взаимодействия проходит определенное количество стадий. Е.М. Иванов отмечает, что сначала средства рефлексии приобретаются с помощью наблюдения за конкретными развертками смысла в эмоциональных переживаниях и поведенческих актах, а после, определенные смыслы фиксируются при помощи языковых средств [4].

Согласно П. Тейяру де Шардену, благодаря рефлексии, человек выделился из царства животных, смог сосредоточиться на себе самом и овладеть самим собой как предметом, а также получил возможность не просто познавать, но познавать самого себя, не просто знать, а знать, что знаешь [14].

По Э. Кассиреру, рефлексия заключается в «способности выделять из всего нерасчленённого потока чувственных феноменов некоторые устойчивые элементы, чтобы, изолировав их, сосредоточить на них внимание» [5].

Одним из первых в психологии рассмотрением рефлексии занялся А. Буземан, который трактовал её как «всякое перенесение переживания с внешнего мира на самого себя».

А.В. Россохин выделяет следующие психологические характеристики рефлексии:

1. Способность рефлексии изменять содержания сознания.
2. Способность рефлексии изменять структуры сознания [8].

В психологических исследованиях рефлексия выступает двояко:

- 1) Как способ осознания исследователем оснований и результатов исследования,
- 2) как базовое свойство субъекта, благодаря которому становится возможным осознание и регуляция своей жизнедеятельности.

Рефлексия, в одной из весьма общих и абстрактных её трактовок, может рассматриваться как связанная с процессом развития чего-либо (в частности, практики, мышления,

сознания, технологии и др.), и участвующая в этом процессе, например, посредством снятия затруднений в его функционировании.

В обиходном, а также в некоторых контекстах – в психологическом смысле рефлексией называют всякое размышление человека, направленное на рассмотрение и анализ самого себя и собственной активности (своеобразный самоанализ), – собственных состояний, поступков и прошедших событий. При этом глубина такой рефлексии, связана, в частности, с заинтересованностью человека в этом процессе, отстранённостью его внимания замечать что-то в большей, а что-то в меньшей степени, на что может влиять степень его образованности, развитость моральных чувств и представлений о нравственности, уровень его самоконтроля и многое другое. Считается, что представители различных социальных и профессиональных групп различаются в использовании рефлексии. Рефлексия, в одном из пониманий может быть рассмотрена как разговор, своеобразный диалог с самим собой. Рефлексия также обычно рассматривается в связи со способностью человека к саморазвитию, и с самим этим процессом [9].

Рефлексия является предметом изучения и орудием, применяемым в разных сферах человеческого знания и его использования: философии, науковедении, психологии, акмеологии, управлении, педагогике, эргономике, конфликтологии и др.

В психологии творчества и творческого мышления рефлексия трактуется как процесс осмысления и переосмысления субъектом стереотипов опыта, что является необходимой предпосылкой для возникновения инноваций. В этом контексте принято говорить о рефлексивно-инновационном процессе, рефлексивно-творческих способностях, а также выделять разные формы рефлексии (индивидуальная и коллективная) и типы (интеллектуальная, личностная, коммуникативная, кооперативная).

У.Э. Гуссерль, как отмечает А.В. Россохин, рефлексия оказывается «способом видения», включённым при этом в сам метод описания, и, кроме того, она трансформируется в зависимости от объекта, на который направлена [8].

Традиционно (по крайней мере, для отечественной психологии, в частности, начиная с работ И.Н. Семёнова и С.Ю. Степанова выделяются 4 подхода к изучению рефлексии (или другими словами – 4 аспекта изучения рефлексии) [10].

1. Кооперативный

Рассматривается при анализе субъект-субъектных видов деятельности, а также при проектировании коллективной деятельности с учётом необходимости координации профессиональных позиций и групповых ролей субъектов, а также кооперации их совместных действий.

2. Коммуникативный (социально-психологический)

Рефлексия рассматривается как существенная составляющая развитого общения и межличностного восприятия, как специфическое качество познания человека человеком.

3. Когнитивный или интеллектуальный

Понимание рефлексии, как умения субъекта выделять, анализировать и соотносить с предметной ситуацией собственные действия, а также рассмотрение рефлексии в связи с изучением механизмов мышления, прежде всего – теоретического.

4. Личностный (общепсихологический)

Построение новых образов себя, своего «я», в результате общения с другими людьми и активной деятельности, а также выработка новых знаний о мире.

Личностная рефлексия в традиционном понимании – это психологический механизм изменения индивидуального сознания. Согласно А.В. Россохину, личностная рефлексия – это «активный субъектный процесс порождения смыслов, основанный на уникальной способности личности к осознанию бессознательного (рефлексия нерефлексивного) – внутренней работе, приводящей к качественным изменениям ценностно-смысловых образований, формированию новых стратегий и способов внутреннего диалога, интеграции личности в новое, более целостное состояние» [8].

В зависимости от функций, которые выполняются рефлексией в различных ситуациях, А.В. Карпов и некоторые другие её исследователи, например А.С. Шаров, выделяют следующие её виды: [15].

1. Ситуативная рефлексия – выступает в виде «мотивировок» и «самооценок», обеспечивающих непосредственную включённость субъекта в ситуацию, осмысление её элементов, анализ происходящего. Включает в себя способность субъекта соотносить с предметной ситуацией собственные действия, а также координировать и контролировать элементы деятельности в соответствии с меняющимися условиями.

2. Ретроспективная рефлексия – служит для анализа уже выполненной деятельности и событий, имевших место в прошлом.

3. Проспективная рефлексия – включает в себя размышления о предстоящей деятельности, представление о ходе деятельности, планирование, выбор наиболее эффективных способов её осуществления, а также прогнозирование возможных её результатов .

Рефлексию следует отличать от самосознания. Не всякая рефлексия – обращение сознания на свое знание – становится самосознанием. Самосознание есть такая рефлексия, при которой ее предметом становится знание себя. Обдуманность – результат включения сознания на предстоящее. Осознанность - на происходящее. Рефлексия – включение сознания на уже происшедшее.

Своеобразие проблемы рефлексии обусловлено уникальностью самого свойства рефлексивности. Действительно, благодаря этому свойству как «данности сознания самому себе» человек понимает, что наделен таким уникальным качеством, которого нет ни у одного из живых существ, способностью сознать. В то же время во многом благодаря этому свойству возникает и психология как таковая, поскольку оно позволяет дифференцировать психическое на «познающее» и «познаваемое», а тем самым - конституировать его как предмет познания. В связи с этим можно говорить об известной «вторичности» психологического знания по отношению к свойству рефлексивности. Поэтому и психологическое знание - сначала в его донаучной, а затем и в собственно научной форме - возникает при появлении свойства рефлексивности [1].

Рефлексивность как психическое свойство представляет собой одну из основных граней той интегративной психической реальности, которая соотносится с рефлексией в целом. Рефлексивность это способность конкретного индивида к самовосприятию содержания своей собственной психики и его анализу, а также способность к пониманию психики других людей, включающей наряду с рефлексивностью как способностью «встать на место другого» [7]. Рефлексивность для субъекта это способ познания своих духовных свойств. В самом процессе рефлексивности нет иного смысла чем этот. Субъект, это, прежде всего человек, обладающий духовностью, жизненной силой, энергией. Его мотивация, знание, действия и другие проявления его жизни проявляются при помощи рефлексивности, через отражение самого себя в объект и восприятие этого отражения обратно. Принимая во внимание процесс рефлексивности, уже нельзя исследовать объект отдельно от субъекта, необходимо изучать их совместно . Что касается рефлексивности в юношеском возрасте, то тут мы можем сказать о том, что в этом возрасте человек умеет анализировать и обдумывать свои поступки и при желании тщательно продумывать свою деятельность. Так же может посмотреть на себя со стороны, и при желании оценить себя и свои поступки в глазах другого человека. Но не всегда пользуется всем этим, или пользуется не в полной мере. Юношество самоуглубленно развивает в себе рефлексивные способности, но еще не достигло глубины рефлексии. Юношеское «я» еще не определено, расплывчато, диффузно, оно нередко переживается как смутное беспокойство или ощущение внутренней пустоты, которую чем-то необходимо заполнить. Отсюда растет потребность в общении и одновременно повышается избирательность общения, потребность в уединении.

В современной психологии признан факт смещения возрастных границ рефлексивности как новообразования личности ребенка.

Юношество самоуглубленно развивает в себе рефлексивные способности. Развитая рефлексия дает возможность для тонкого чувствования в собственные переживания, побуждения, взаимодействующие мотивы и одновременно - холодного анализа и соотнесения интимного с нормативным. Рефлексии выводят молодого человека за пределы его внутреннего мира и позволяют занять позицию в этом мире. Именно в этом возрасте человек либо обращается к нравственному цинизму, либо начинает сознательно стремиться к духовному росту, к построению жизни на основе понятия традиционных и новых нравственных ориентации [9].

Рефлексия - это один из механизмов смысловой саморегуляции, поэтому является источником свободы и устойчивости личности, ее саморазвития. Это осознаваемая форма смысловой регуляции, отличающаяся от усвоенных нами в процессе жизни и развития неосознаваемых психических автоматизмов [12]. Ограничение возможности понимать себя, связанное со слабым использованием способностей к рефлексии, становится значительным препятствием для осознания происходящего, для возможности целостного представления собственной жизни. Ведь рефлексия дает возможность посмотреть на себя со стороны, осознать смысл собственной жизни и деятельности, позволяет увидеть их во временной взаимосвязи, осуществить смысловое связывание настоящего с прошлым и будущим, что позволяет человеку создавать и сохранять внутреннюю гармонию, необходимым образом изменять свой внутренний мир и не оказываться всецело во власти ситуации. Саморегуляция позволяет юноше меняться в соответствии с изменением обстоятельств внешнего мира и условий его жизни, поддерживает необходимую для его деятельности психическую активность, обеспечивает сознательную организацию и коррекцию его действий [11]. Главное, что юноша осознает мотивы собственной деятельности и может управлять своими потребностями, и это дает ему возможность быть хозяином, творцом собственной жизни, свободой от обстоятельств и возможность самоактуализации, активного творческого отношения к своей жизни, понимание своей самоидентичности. Способность произвольно управлять собственными мотивами - одна из важнейших характеристик человека, показатель гармонии и зрелости личности. Стремление познать себя как личность приводит к рефлексии, к углубленному самоанализу. Самопознание и познание других подводит к постановке задач самосовершенствования. Рефлексия, критическая переоценка ценностей, как правило, связана с какой-то паузой, «вакуумом» в деятельности или в отношениях с другими людьми. Главная трудность юношеской рефлексии состоит в том, чтобы правильно совместить то, что А.С. Макаренко называл ближней и дальней перспективой. Ближняя перспектива - это непосредственная сегодняшняя и завтрашняя деятельность и ее цели.

Дальняя перспектива - долгосрочные жизненные планы, личные и общественные. Их совмещение дается молодому человеку не без труда. Молодежь любит помечтать об отдаленном будущем, но вместе с тем хочет быстрого получения осязаемых результатов, немедленного удовлетворения своих желаний. Временная перспектива личности с возрастом не только углубляется, но и расширяется: когда детей просят описать будущее, они обычно рассказывают преимущественно о своих личных перспективах, тогда как старшие, отвечая на тот же вопрос, активно обсуждают социальные, мировые проблемы [16].

В обиходном смысле рефлексия - всякое размышление человека, направленное на самоанализ. При этом глубина рефлексии зависит от степени образованности человека, развитости морального чувства и уровня самоконтроля. Рефлексия поддерживает и уточняет действие. Действование без рефлексии - необдуманность и бестолковость. Рефлексия без действий - заикливание на себе. И то и другое - ошибочное поведение. Юношеский возраст является наиболее чувствительным периодом для развития рефлексивного мышления. Это связано с рядом факторов: во-первых, решаются специфические задачи: установление с другими дружеских и интимных взаимоотношений, проигрывание половых ролей и формирование установок на семью. Во-вторых, многие психологи (Е.Е. Сапогова, О.В. Хухлаева и др.) констатируют, что для юношества характерна устремленность в будущее, которое насыщено для них особыми проблемами и задачами. В третьих, в юношестве продолжает развиваться гипотетико-дедуктивное мышление, способность к абстрагированию, интеллектуальная рефлексия. К исследованию которой в современной психологии существует несколько подходов. Рефлексия – это один из механизмов смысловой саморегуляции, поэтому является источником свободы и устойчивости личности, ее саморазвития. Ограничение возможности понимать себя становится значительным препятствием для осознания происходящего, для возможности целостного представления собственной жизни. Рефлексия дает возможность посмотреть на себя со стороны, осознать смысл собственной жизни и деятельности, осуществить смысловое связывание настоящего с прошлым и будущим, что позволяет человеку создавать и сохранять внутреннюю гармонию, необходимым образом изменять свой внутренний мир и не оказываться всецело во власти ситуации [14].

Обсуждение и заключение

«Личностная рефлексия, по мнению С.Ю. Степанова, задает связность и осмысленность событийности человеческой жизни, обеспечивает мобилизацию личностно-интеллектуальных ресурсов в проблемно-конфликтных ситуациях и порождает

действенно-преобразующее отношение личности, как целостного “Я” человека, к его собственному поведению, а также к его социокультурному и вещно-экологическому окружению. Она призвана обеспечить создание новых способов поведения, общения и деятельности, а также смысловых перспектив реализации потенциала личности в творчестве. Благодаря личностной рефлексии задается особая рефлексивно-инновационная среда, способствующая проникновению культуры рефлексивного мышления во все формы деятельности» [10].

Личностная рефлексия обеспечивает переосмысление человеком отношений с предметно-социальным миром, которое выражается, с одной стороны, в построении новых образов себя, а с другой – в выработке более адекватных знаний о мире. Личностная рефлексия является принципом интеграции «я» в неповторимую целостность, нерасторжимую и несводимую ни к одной из ее отдельных составляющих, ни к их механической сумме.

Список использованных источников

1. Абрамова Г.С.. Возрастная психология: учебное пособие для студентов, вузов. М., 2010. 205 с.
2. Богородская О.В. Осознанное целеполагание как ключевая компетенция в рефлексии учебной деятельности студентов. // Вестник Мининского университета. 2016. № 4. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/294> (дата обращения 24.12.2019г.)
3. Егорова М.С. Психология индивидуальных различий. М., 2010. 301 с.
4. Иванова И.А., Каширникова А.М. Исследование становления рефлексивности в младшем подростковом возрасте. // Нижегородский психологический альманах. 2015. № 1. URL: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2015/%201/5.pdf> (дата обращения 24.12.2019г.)
5. Кассирер Э. Опыт о человеке. М., 2018. 270 с.
6. Князева Т.Н., Матюкова А.В. Динамика рефлексивных проявлений у современных подростков. // Нижегородский психологический альманах. 2016. № 1. URL: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2016/1/6.pdf> (дата обращения 24.12.2019г.)
7. Маясова Т.В., Фоминова А.Н. Сравнительный анализ личностных коррелятов рефлексивности в контексте профессионального становления учителя. // Вестник Мининского университета. 2017. № 2. URL: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/353> (дата обращения 24.12.2019г.)
8. Россохин А.В. Антология современного психоанализа. М., 2015. 199 с.
9. Семенов И. Н. Развитие проблематики рефлексии и ее изучение на факультете психологии Высшей школы экономики. // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2007. № 3(2). С. 97-103.

10. Степанов С. Ю. Личностно-рефлексивный диалог в развитии творческих возможностей учащихся // Общение и диалог в практике обучения, воспитания и психологического консультирования. М., 2017. С. 96-108.
11. Столин В.В. Самосознание личности. М., 2013. 341 с.
12. Фельдштейн Д.И. Психология воспитания подростка. М., 2011. 178 с.
13. Чеснокова И.И. Проблема самосознания в психологии. М., 2017. 189 с.
14. Шарден П.Т. Феномен человека. М., 2018. 226 с.
15. Шаров А.С. Общая психология. М., 2014. 256 с.
16. Шаповаленко И.В. Возрастная психология. М.: Гайдарики. 2014. 349 с.
17. Щедровицкий Г. П. Рефлексия и ее проблемы. М., 2015. 59 с.
18. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / под. ред. Толстых А.В. М., 2014. 276 с.

References

1. Abramova G. C. *Vozrastnaya psihologiya* [Age psychology: a textbook for students, universities]. М., 2010. 205 p. (In Russian)
2. Bogorodskaya O.V. *Osoznanное celepolaganie kak klyuchevaya kompetenciya v refleksii uchebnoj deyatel'nosti studentov* [Conscious goal-setting as a key competency in the reflection of the educational activities of students]. // Vestnik Mininskogo universiteta. 2016. No. 4. Available at: <https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/294> (accessed 24 December 2019).
3. Egorova M.S. *Psihologiya individual'nyh razlichij* [Psychology of individual differences]. М., 2010. 301 p. (In Russian)
4. Ivanova I.A., Kashirnikova A.M. *Issledovanie stanovleniya refleksivnosti v mladshem podrostkovom vozraste* [A study of the development of reflexivity in young adolescents]. // Nižegorodskij psihologičeskij al'manah. 2015. No. 1. Available at: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2015/%201/5.pdf> (accessed 24 December 2019).
5. Cassirer E. *Opyt o cheloveke* [Experience about a person]. М., 2018. 270 p. (In Russian)
6. Knyazeva T.N., Matyukova A.V. *Dinamika refleksivnyh proyavlenij u sovremennyh podrostkov* [The dynamics of reflexive manifestations in modern adolescents]. // Nižegorodskij psihologičeskij al'manah. 2016. No. 1. Available at: <http://psykaf417.esrae.ru/pdf/2016/1/6.pdf> (accessed 24 December 2019).
7. Mayasova T.V., Fominova A.N. *Sravnitel'nyj analiz lichnostnyh korrelyatov refleksivnosti v kontekste professional'nogo stanovleniya uchitelya* [A comparative analysis of personal correlates of reflexivity in the context of the professional development of a teacher]. // Vestnik

Mininskogo universiteta. 2017. No. 2. Available at:
<https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/353> (accessed 24 December 2019).

8. Rossokhin A.V. *Antologiya sovremennogo psihoanaliza* [Anthology of modern psychoanalysis]. M., 2015. 199 p. (In Russian)
9. Semenov I. N. *Razvitie problematiki refleksii i ee izuchenie na fakul'tete psihologii Vysshej shkoly ekonomiki*. [Development of the problems of reflection and its study at the faculty of psychology of the Higher School of Economics]. // Psychology. Journal of the Higher School of Economics. 2007. No. 3 (2). PP. 97-103.
10. Stepanov S. Yu. *Lichnostno-refleksivnyj dialog v razvitii tvorcheskih vozmozhnostej uchashchihsya* [Personal-reflective dialogue in the development of students' creative abilities]. // Communication and dialogue in the practice of training, education and psychological counseling. M., 2017. PP. 96-108 (In Russian)
11. Stolin V.V. *Samosoznanie lichnosti* [Self-identity]. M., 2013. 341 p. (In Russian)
12. Feldstein D.I. *Psihologiya vospitaniya podrostka* [Psychology of parenting]. M., 2011. 178 p. (In Russian)
13. Chesnokova I.I. *Problema samosoznaniya v psihologi* [The problem of self-awareness in psychologists]. M., 2017. 189 p. (In Russian)
14. Sharden P.T. *Fenomen cheloveka* [The phenomenon of man]. M., 2018. 226 p. (In Russian)
15. Sharov A.S. *Obshchaya psihologiya* [General psychology]. M., 2014. 256 p. (In Russian)
16. Shapovalenko I.V. *Vozrastnaya psihologiya* [Age-related psychology]. M.: Gaidariki. 2014. 349 p. (In Russian)
17. Shchedrovitsky G.P. *Refleksiya i ee problemy* [Reflection and its problems]. M., 2015. 59 p. (In Russian)
18. Erickson E. *Identity: Identichnost': yunost' i krizis* [Youth and Crisis] / under. ed. Tolstykh A.V. M., 2014. 276 p. (In Russian)

Куимова Наталья Николаевна (Россия, Нижний Новгород) кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии Нижегородский государственный педагогический университет имени Козьмы Минина E-mail: kuimoava_nataliy@mail.ru
ORCID ID: 0000-0002-4902-0884

Губина Валерия Сергеевна (Россия, Нижний Новгород) студент, Нижегородский Государственный Педагогический Университет имени Козьмы Минина,
e-mail: gubinavs@std.mininuniver.ru

Семенычева Ксения Николаевна (Россия, Нижний Новгород) студент, Нижегородский Государственный Педагогический Университет имени Козьмы Минина, e-mail: semenychevakn@std.mininuniver.ru

Kuimova Natalia Nikolaevna (Russia, Nizhny Novgorod) PhD in Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Practical Psychology Kozma Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), e-mail: kuimova_nataliy@mail.ru

Gubina Valeria Sergeevna (Russia, Nizhny Novgorod) student, Kozma Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), e-mail: gubinavs@std.mininuniver.ru

Semenycheva Ksenia Nikolaevna (Russia, Nizhny Novgorod) student, Kozma Minin Nizhny Novgorod State Pedagogical University (Minin University), e-mail: semenychevakn@std.mininuniver.ru