

УДК 159.955.4:331.361

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2022-1-4>**Ковальчук Зоряна Ярославівна,**

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри теоретичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки,
Львівський державний університет внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2355-2129>

ПРОБЛЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ КРИЗОВОГО СУСПІЛЬСТВА ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ЇЇ РЕФЛЕКСИВНОСТІ

Анотація. Автор статті розкриває зміст рефлексивної діяльності людини під час професійної підготовки в умовах світової пандемії. Зазначає, що така діяльність є беззаперечною умовою оптимального формування та розвитку особистості, а також саморозвитку в часі світової пандемії. Зазначає, що є три компоненти структури, з яких формується рефлексія у ході подолання особистістю наслідків соціальних змін та кризи, зокрема, фіксування рівня свого стану, умов життєдіяльності; визначення причин; оцінювання ефективності власної діяльності, використаних засобів щодо подолання соціальних змін та криз. У науковій праці також розглядаються функції, властиві рефлексії людини в умовах пандемічної кризи: проєктувальна; організаторська; комунікативна, змістова; мотиваційна; корекційна. Також автор зупиняється на тому, що виокремлено близько п'яти рівнів людської діяльності, що свідчить про осмислення особистістю передової практики, різноманітного досвіду організації рефлексії. Зі збільшенням рівня рефлексивної діяльності людини її продуктивність під час професійної підготовки збільшується, а також зростає успішність подолання наслідків особистісних змін, реалізація різноманітних соціальних технологій стає ефективнішою та більш оптимізованою в житті людини та її різних соціальних та економічних ситуаціях.

Ключові слова: розвиток особистості, криза, пандемія, рефлексивна діяльність, професійна підготовка.

Kovalchuk Zoriana. PROBLEMS OF PROFESSIONAL TRAINING OF PERSONALITY IN CRISIS SOCIETY THROUGH THE PRISM OF ITS REFLECTIVENESS

Abstract. The author of the article reveals the content of a person's reflexive activity during professional training in the conditions of a global pandemic. He notes that such activity is an indisputable condition for optimal formation and development of the individual, as well as self-development during the global pandemic. He notes that there are three components of the structure, from which reflection is formed in the course of overcoming the consequences of social changes and crises, in particular, fixing the level of one's condition, living conditions; determination of causes; evaluating the effectiveness of one's own activities, the means used to overcome social changes and crises. The scientific work also examines the functions characteristic of human reflection in the conditions of a pandemic crisis: projective; organizational; communicative, meaningful; motivational; corrective. Also, the author dwells on the fact that about five levels of human activity are distinguished, which indicates the understanding of the best practice by the individual, various experience of organizing reflection. With an increase in the level of reflective activity of a person, his productivity during professional training increases, as well as success in overcoming the consequences of personal changes, the implementation of various social technologies becomes more effective and more optimized in the life of a person and in his various social and economic situations.

Key words: personality development, crisis, pandemic, reflective activity, professional training.

Вступ. Професійне формування особистості та її становлення як суб'єкта повноцінної життєдіяльності можливе завдяки рефлексії людини як активного громадянина соціуму. Це може стати головною детермінантою для самоздійснення та подальшого зростання

особи, бути виміром навчання та виховання, в тому числі її особистісної спрямованості.

Сучасна людина змушена систематично відреагувати на постійні соціальні зміни, рефлексувати. Останні роки переповнені різними викликами, такими як світова пандемія, війна в

Україні, економічна криза, яка з тими подіями тісно пов'язана. Соціальні зміни й окреслені кризи несуть негативні наслідки, що залишають слід у людській свідомості, чинять вплив та перетворюють внутрішній світ і трансформуються у відповідний розвиток.

Особистісний розвиток у працях вчених бачиться як вдосконалення та стрімкий прогрес, спрямований у зрілість вищого порядку, формується людська суб'єктність. У сумнівах, протиріччях та прийнятих особистістю рішеннях проглядається шлях до самоактуалізації, вимальовується характерний стиль розвитку життя, зокрема і професійного становлення. Моніторинг актуального та потенційного в ході особистісного становлення є спрямованим на вияв нереалізованих та прихованих ресурсів. Проектування розвитку не через зіставлення послідовних стадій, а виявлення наявної стадії в зіставленні з ідеалом, з перспективою, з певною моделлю бажаного майбутнього, досягнення якого є рух від того «як є» до того «як повинно бути» [8].

До прикладу, час карантину та самоізоляції в умовах пандемії COVID-19 безпосередньо вплинув на значну частину населення більшості країн світу. Зокрема, стерто звичні правила життя і побуту людей, які викликані змінами усталених соціальних норм та формуванням нових, що посіяло певний «хаос» у структурі суспільних відносин. Майже увесь світ розділився на світ до пандемії COVID-19 і після.

Проблема професійного становлення молоді особистості в недалекому майбутньому теж зазнає негативного впливу через різке зменшення фінансування вищої школи, зменшення надходжень з недержавних фондів через спад прибутків населення та відсутності можливості потенційним здобувачам отримати вищу освіту, зменшення кількості іноземних здобувачів, призупинення інтернаціоналізації вищої освіти через перехід на он-лайн навчання, розрив соціальних комунікацій та реального спілкування між здобувачем та викладачем. Усі ці аспекти безумовно матимуть вплив на якість надання освітніх послуг в часі обмежень через пандемію.

Подібне світове бачення, зміна світоглядних уявлень, як правило, виникає в суспільстві під час надзвичайних та екстремальних ситуацій, стихійних лих, техногенних катастроф, революцій, війн. Щоденні повідомлення кількості про вітальні загрози та й в цілому небезпеку для людського життя, втрату контролю ситуації, невизначеність в завтрашньому дні дестабілізують та травмують психіку людини. Швидкість поширення захворювання, зростання кількості летальних випадків у 2020–2021 рр. була досить висока і зачепила майже всі країни світу.

Світ змінюється внаслідок періоду проживання різноманітних потрясінь, криз, пандемії та стає іншим. Однак і досі немає впевненості у їх завершенні. Але вже сьогодні багато вітчизняних та зарубіжних дослідників підбивають попередні підсумки: аналізують основні допущені помилки, здійснюють аудит уразливостей, коли людський чинник поглиблював проблемну ситуацію та спричиняв сумні соціально-психологічні наслідки. Дослідники наголошують, що багатьох наслідків можна було б уникнути, якщо б в умовах кризи більш вагомій роль відігравали інформаційні ресурси і сформований ними ціннісний, понятійний, емоційний фон.

Хоча не всім, на щастя, довелося зіткнутися з самим захворюванням на коронавірус та війною безпосередньо, однак майже всі ми були примушені мати справу з медійними, інформаційними, комунікативними, символічними інтервенціями. Таким чином, майже усі люди стали «заражені» більшою чи меншою мірою, мова йде, звісно, про психологічне, емоційне зараження. Значна частина населення, діти та підлітки у тому числі, почувають підвищену тривогу в умовах взаємодії з символічними чи реальними подіями в суспільстві.

Проте нам видається, що інтенсивно занурившись у застосування новітніх форм навчання та роботи, потреба в абсолютно іншій організації відпочинку та дозвілля, можливість використання вільного часу на самоосвіту й саморозвиток дали можливість дещо зменшити вплив на власне життя теми втрати

здоров'я, тривожності та страху відносно пандемії, фінансові проблеми та обмеження в карантині та й загалом – дистанційного навчання. До того ж, пірнувши в саморозвиток та відпрацювання дистанційних форм комунікації у праці та навчанні, ймовірно, можна дати людині відповідний час для інформаційної гігієни та власної рефлексії.

Цікавим напрямком дослідження особистості в часі всесвітньої пандемії є ракурс особистісної рефлексії як унікальної здатності людської свідомості в процесі сприйняття діяльності сприймати й саму себе, внаслідок чого людська свідомість постає як самосвідомість (знання про знання або думка про думку).

Феномен рефлексії у наукових працях вечних підтримали та продовжили українська психолого-дослідницька спільнота, зокрема, цією темою займалися М. Боришевський, С. Васьківська, С. Максименко, В. Юрченко, Т. Яценко, З. Ковальчук. Вони переконують у потребі формування майбутніх фахівців різних рівнів саме рефлексії, здатності проєктувати, прогнозувати та програмувати свою професійну та соціальну діяльність. Саме тому проблемою нашого дослідження є існуюче протиріччя між потребою у компетентних фахівцях у суспільстві та досить незначним арсеналом психолого-технологічних можливостей під час дистанційних форм навчання, які покликані сприяти професійній рефлексії ще на етапі професійної підготовки особистості.

Учена Ю. Безгіна, характеризуючи поняття рефлексії, запевняє, що вона розвивається стадіями, а її усвідомлення проходить на різних східцях усвідомлення самості, позаяк пізнання себе є в основі саморегуляції та постійного контролю особистості, і це лягає в канву її професійного становлення. Останнім часом рефлексія професіоналізації особистості досліджувалась достатньо широко. Адже питання навчальної рефлексії у наукових пошуках пов'язано як з викладацькою діяльністю у закладі вищої освіти, так і з навчальною діяльністю здобувача вищої освіти. Професійний розвиток здобувача нам вбачається неможливим без відповідного рівня рефлексії.

Науковець О. Кононко стверджує, що рефлексія є «здатністю зростаючої особистості усвідомлювати свої особливості і те, як вони сприймаються іншими, а також будувати свою поведінку з урахуванням можливих реакцій інших (у першу чергу, авторитетних)» [4].

Поняття «рефлексії» перекладається з латині як «повернення назад», «відображення». Цю категорію активно досліджують у педагогіці, психології та філософії.

Філософи, трактуючи поняття індивіда, пов'язують його рефлексію з роздумами про самого себе; самоспостереженням; аналізом власних дій, думок, емоцій; зверненням свідомості на себе, усвідомленням свого внутрішнього стану. Породження нового знання у свідомості індивіда – це завжди рефлексія.

Психологи розглядають рефлексію як процес самопізнання особистістю власних внутрішніх станів та психічних актів. Зокрема, соціальні психологи стверджують, що рефлексія є не тільки розумінням та знанням людини самої себе, а й усвідомленням нею оцінки його іншими індивідами. Тобто це уявне відображення позиції іншого з його точки зору. Рефлексія – це процес взаємного дзеркального суб'єктного відображення самого себе та один одного, при цьому свідомість суб'єктів може бути і неадекватною, спотворювати відтворюючий предмет рефлексії.

На думку науковця О. Бандурко, рефлексія – це усвідомлення людиною того, як її сприймає співрозмовник; стереотипізацію; це «класифікація форм поведінки й інтерпретація їх причин шляхом віднесення до явищ, що вже відомі, чи здаються відомими, тобто такими, що відповідають соціальним стереотипам» [1, с. 137].

Рефлексуючи людина усвідомлює власну діяльність, в тому числі професійне становлення, а її мета в тому і полягає, щоб виявити, згадати, зафіксувати та глибоко усвідомити алгоритм та компонент своєї діяльності: її призначення та зміст, способи та типи здійснення, шляхи реалізації дій та їх вирішення, одержані результати і т. ін. Рефлексія передбачає вивчення, дослідження, аналіз суб'єктом вже реалізованої, здійсненої діяльності. Все

це відбувається з метою фіксації результатів діяльності, причин і наслідків дії, що сприяє підвищенню ефективності цієї діяльності надалі [6].

Завдяки рефлексивній діяльності людини покращується її взаємодія з іншими, вона сприяє оцінному, критичному ставленню людини до себе та своєї діяльності. Рефлексія є джерелом внутрішнього досвіду індивіда, способом його самопізнання і необхідним інструментом мислення [6].

Освітній процес та система освіти загалом організовують людині рефлексивну діяльність. Насамперед вони формують рефлексивну культуру особистості. Акцентом у педагогічній роботі звичайно є розвиток. А тому саме створюючи умови розвитку та саморозвитку здобувача вищої освіти, в тому числі й педагога, відбувається головне завдання педагогічного процесу.

Тобто педагогічний процес існує саме для того, щоб його учасники отримували позитивні особистісні зміни, як у діяльності, так і у її мотивах, почуттях та емоціях, знаннях та уміннях тощо.

Позаяк рефлексія у педагогічній психології дозволяє прийняти себе – дозволити собі бути таким, як є, побачити себе справжнього, без ілюзій і брехні, з достоїнствами і недоліками, дозволити собі бути собою, відмовитися від боротьби з собою, заспокоїтися і продовжувати свій шлях. Також рефлексія того, що не приймаєш у собі; прийняти інших означає дозволити їм бути такими, які вони є, визнати їх унікальність, не намагатися змінити або переробити, не засуджувати або відкидати за недоліки. Рефлексія того, чого не приймаєш в інших; прийняти реальність – дозволити їй бути такою, яка вона є, визнати її без умов, вчитися у реальності; рефлексія того, чого не приймаєш в навколишній дійсності; рефлексія того, що заважає прийняттю (страхи, заборони, засудження, «гординя», ідеалізовані або неадекватні уявлення, небажання що-небудь змінювати) [4, с. 330].

Головною сутнісною ознакою соціальних стратегій діяльності особистості в умовах соціальних змін рефлексія відображає та дає

оцінку учасникам процесу взаємодії, відповідного стану власного економічного та соціального розвитку, в тому числі і економічного та соціального розвитку країни, де проживає особа. Вона проходить процес ідентифікації себе з економічною ситуацією, яка склалася, та її детермінантами.

Рефлексія є головною умовою оптимального розвитку та саморозвитку людини, її загальної та економічної культури. На підставі цього можна визначити функції рефлексії в процесі подолання суспільної кризи. Рефлексія робить людину суб'єктом своєї активності в сьогоденні, у взаємодії з навколишнім світом [9], тобто сприяє прояву самостійності, усвідомленості, творчості в професійній діяльності. Особистість усвідомлює себе і свої можливості, формує установку на впевненість у своїх власних силах у вирішенні різних життєвих, економічних проблем, а також проблем подолання суспільної кризи завдяки саме рефлексивній діяльності.

Відзначимо, що процедура рефлексії здійснюється у процесі предметної (господарсько-економічної, професійної) діяльності (взаємодії), при тимчасовій її зупинці, або після здійснення, завершення предметної діяльності (взаємодії). Конструктивний процес особистісного і професійного розвитку людини, продуктивна професійна взаємодія з іншими в рамках будь-якої ситуації життєдіяльності – це послідовне чергування предметної та рефлексивної діяльності їх учасників [7].

Три провідні структурні компоненти складають процедуру рефлексії в процесі подолання людиною кризи, спричиненої пандемією. Це фіксування рівня свого фінансово-економічного стану, умов життєдіяльності; визначення причин цього; оцінка продуктивності своєї діяльності, застосованих заходів щодо подолання наслідків соціальних змін через світову пандемію.

Важливим кроком у здійсненні процедур рефлексії у процесі подолання людиною наслідків кризи пандемії є виокремлення і фіксування причин відповідного стану розвитку. Серед них ми можемо виокремити, зокрема, успішність взаємодії, різноманіття

видів діяльності, їх глибину та зміст, позитивний клімат спілкування, місце для творчості, власну цінність та значимість у вирішенні завдань та проблем в діяльності, різноманітні та креативні методи подолання наслідків соціальних та економічних змін та криз тощо.

Таким чином, особистість на цьому етапі точніше визначає причинно-наслідкові зв'язки зафіксованого рівня свого стану та умов життєдіяльності.

Завершується процедура рефлексії в процесі подолання людиною наслідків кризи періоду пандемії, оцінкою продуктивності своєї діяльності та застосованих заходів щодо виходу з неї.

Можна припустити, що діяльність суб'єкта у подоланні кризи пандемії з реалізації процедури рефлексії і є суттю, основою його рефлексивної діяльності.

У процесі своєї рефлексивної діяльності особистість повинна усвідомлювати і використовувати в цьому процесі різноманітні форми і методи рефлексії, відповідні соціально-економічній ситуації, адекватні її індивідуальним, статевим особливостям.

Отже, аналізуючи існуючу рефлексивну практику, можемо визначити деякі головні форми рефлексії особистості, яка знаходиться у періоді професіоналізації, зокрема усну (вербальну), графічну (письмову), рухову (пластичну), чуттєво-емоційну, образотворчу.

Однією з основних форм рефлексивної діяльності особистості, що відіграє неабияке значення у процесі професійної підготовки, є вербальна, яка виявляється в рефлексивному висловлюванні, в якому виражаються всі аспекти процедури рефлексії в процесі подолання людиною наслідків кризи пандемії.

Про різні рівні рефлексії діяльності людини свідчить осмислення передової практики, різноманітного досвіду організації рефлексії. Таким чином, можна дати характеристику цих рівнів, спираючись на структурні компоненти процедури рефлексії в процесі подолання людиною наслідків фінансової, економічної кризи.

Перший – це рівень фіксації, на якому суб'єкт тільки фіксує окремі параметри,

окремі характеристики, окремі компоненти стану свого розвитку; не прагне визначити причини цього стану; дає поверхневу оцінку або взагалі не дає оцінки свого розвитку в результаті діяльності, взаємодії.

На другому, більш глибокому, рівні, нормативному, суб'єкти рефлексивної діяльності фіксують стан свого розвитку, співвідносячи окремі його компоненти з нормою, еталоном, стандартом розвитку; визначають окремі причини стану розвитку; дають оцінку діяльності, взаємодії, стану свого розвитку.

Третій рівень рефлексії, аналітичний (проблемний), характеризується тим, що суб'єкт рефлексивної діяльності фіксує достатньо повно стан свого розвитку в різних сферах; співвідносить стан свого розвитку з нормою, еталоном розвитку; визначає причини стану розвитку; виявляє закономірності, тенденції здійснюваної діяльності, взаємодії, проблеми особистісного розвитку, дає оцінку стану свого розвитку, а також окремих компонентів діяльності, взаємодії.

Носіям четвертого рівня, концептуального, притаманне прагнення в рефлексивній діяльності зафіксувати стан свого розвитку в різних сферах; співвіднести стан свого розвитку з критеріями розвитку, з еталоном; визначити та проаналізувати причини стану розвитку; визначити закономірності, тенденції здійснюваних діяльності, взаємодії; усвідомити проблеми здійснюваних діяльності, взаємодії, свого розвитку; прагнення проектувати рішення проблем діяльності, взаємодії; створювати концепцію свого розвитку в умовах подолання наслідків світової пандемії.

Найбільш високий п'ятий, оцінно-ціннісний, рівень рефлексії. На цьому рівні суб'єкти процесу подолання наслідків пандемії достатньо аргументовано дають оцінку стану свого розвитку, продуктивності діяльності, взаємодії; їм притаманне глибоке усвідомлення того чи іншого набутого знання, вміння, досягнення того рівня розвитку, здійснюваної діяльності, взаємодії як особистісних цінностей. Вони дуже повно фіксують стан свого розвитку в різних сферах; співвідносять стан свого розвитку з еталоном, критеріями розвитку;

визначають причини стану розвитку: виявляють причинно-наслідкові зв'язки між станом розвитку та здійсненими діяльністю, взаємодією; виділяють закономірності, тенденції діяльності, взаємодії, свого розвитку [5].

Ми вважаємо, що під час організації освітнього процесу з метою запуску в ньому механізму рефлексії варто створювати професійно спрямовані ситуації, квести, які б змусили здобувачів вищої освіти наштотуватись на те, що заставляє замислитись. Адже відомо, що істина породжується тоді, коли відповідна ситуація нас вимушує діяти відповідним чином, коли ми відчуваємо потребу, що спонукає до пошуку. Думка усвідомлюється та переосмислюється лише тоді, коли вона має проблемний характер.

Саме тому доречним є використання методу рефлексивного полілогу, який спрямований на формування рефлексії під час прийняття пошуку та прийняття рішення в колективі [2].

Впровадження цього методу має такі етапи дій: окреслення проблеми, що вивчається; створення цілісного образу проблемної ситуації чи події та розуміння ролі різних чинників її формування; формування ідей у мікрогрупах в напрямку зняття проблеми, погодження усіх пропозицій та поєднання їх в узагальнені принципи розвитку за порядком їх значення. В результаті створюється банк пропозицій відповідно проблемі та є змога розробити проект вирішення проблеми.

Полілогічна рефлексія конструюється як послідовне залучення усіх учасників освітнього процесу до обговорення відповідно до їх активності чи компетентності. Це забезпечить сприятливий мікроклімат в групі здобувачі, зникнуть протистояння та конфлікти. Такий принцип проведення дискусії та обговорення проблеми дає можливість розвитку здатності не лише слухати, а й чути, вибудовувати власну думку, концепцію свого бачення, а також шляхи вирішення.

Звичайно, дистанційні методи навчання, які зараз повсякчас використовуються за причини як світової пандемії, так і проведення широкомасштабних військових дій в Україні,

дещо ускладнюють виконання окреслених методів роботи на заняттях, проте не виключають можливість їх використання. Педагогічна майстерність та особистісна харизматичність науково-педагогічного працівника у цій ситуації виходить на перший план. Так, опрацювання проблеми одного рівня призводить до роботи над проблемою вищого рівня, варто здійснити прорахунок негативних та позитивних наслідків їх виконання.

Відбувається як предметне, так і позиційне бачення професійних ситуацій, до того ж на різних рівнях рефлексії, актуалізуються різні смисли проблеми, яка досліджується, відбувається самовизначення здобувачів.

Ефективними також стали такі методи рефлексивного навчального середовища, як рефлексивні контрасти, концептуалізація, рефлексивне коктейлювання тощо.

Завдяки методу рефлексивних контрастів стає можливою допомога здобувачам вищої освіти осмислити різноманітні аспекти цього феномену, зокрема щодо форм організації технологій професійного навчання, партнерів комунікації, власного життя та уявлення про себе. А це дозволяє рефлексувати реальність та прийняти відповідні рішення щодо власної професіоналізації [9].

Цей метод дає змогу створювати уявлення про себе як про сам феномен, про можливі позитивні чи негативні його варіанти. Отож здобувачі описують самостійно найгірший, найкращий та реальний варіанти, виокремлюють основні їх характеристики, що допоможуть їх згодом оцінити. Така робота допомагає здобувачам вищої освіти мати активну позицію щодо самопізнання, адже активізуються деякі процеси рефлексивного осмислення та переосмислення феноменів, які досліджуються.

Наступний прийом концептуалізації є тематичним узагальненням змістовних смислів, які проявляються під час рефлексії, та відбувається як типологізація, схематизація, моделювання, теоретичні доповіді і т. ін. Саме у груповій роботі стає можливим виявляти й розвивати здатності до самостійного віднаходження й узагальнення під час професійної підготовки

через індивідуальний досвід, порівнювати свої власні сенси, разом окреслювати особистісні, професійні значення та поняття, відчуючи групову єдність через проживання особистісних саморозвитків та групову співтворчість.

Метод рефлексивного коктейлювання застосовується для організації процесу обговорення в колективі професійних проблем. Завдяки йому відбувається організація змішаних («коктейльних») груп після зібрання інноваційного матеріалу в малих групах, у яких їх учасники вже напрацювали деякий матеріал із зазначеної тематики. Головна мета цього методу полягає у швидкому інформуванні щодо розробок всередині мікрогруп, формування загальних позицій, окреслення групової ефективності такої колективної роботи щодо мети й завдань навчально-професійної діяльності. Застосовуючи таку техніку, здобувач вищої освіти матиме змогу озвучити власне ставлення до проблеми, оцінити зміни, які відбуваються в інших та в самого себе. У професійній рефлексії такий компонент проявляється як інформаційний контакт та взаємодія з викладачем, іншими здобувачами вищої освіти, а також світом, у ставленні до таких діалогів набувається досвід вирішення конфліктних та невизначених ситуацій різного характеру, формування власного досвіду, поведінки в інформаційному просторі та її формування у здобувачів вищої освіти. Робота у групі відбувається за синергетичним ефектом, тобто результат роботи групи є більшим за суму роботи окремих здобувачів.

Рефлексія має здатність розвиватись і через включеність до аналітичної та оцінної навчально-практичної роботи, яка допомагає формувати відповідне самоуявлення, уявлення щодо інших людей, які є в оточенні здобувачів, додає професійного досвіду.

Саме тому варто використовувати під час освітнього процесу розв'язання професійних задач, які сформовані на основі ситуацій конфліктного змісту. Така робота потребує визначення підстав та причин виникнення того чи іншого здійсненого вибору.

Під час здійснення свого вибору у здобувача вищої освіти реалізується можливість

показати відповідні рівні ставлення, переконань, мотивів, системи цінностей, які врегульовують свідомість та поведінку. І в такому випадку є важливим досягти точності очікувань рефлексивності, аналізу складних професійних ситуацій та виправданих дій у процесі професіоналізації.

Висновки. Отже, рефлексія є інструментом та водночас продуктом навчання упродовж життя. Вона визначає не лише вектор розвитку однієї особистості, а й загалом соціуму, який детермінований відповідними завданнями та стратегіями життєдіяльності. Вона також допомагає усвідомити та скласти цілісне уявлення щодо змісту та способів власної діяльності, критично проаналізувати свій попередній досвід, сьогоднішній стан подій та свого майбутнього, суб'єктивує власну діяльність. Рефлексія підвищує власну професійну майстерність, впливає на формування позитивного ставлення до соціальних змін, розвиває творчу активність та впевненість у власних професійних вміннях та знаннях, підвищує мотивацію до саморозвитку, формує вміння прогнозувати результати своїх дій та узагальнювати власні надбання.

Можемо підсумувати, що з підвищенням рівня рефлексії людини продуктивнішою та успішнішою стає її діяльність з подолання наслідків соціальних змін, пов'язаних зі світовою пандемією, а також особистісної, фінансової, економічної кризи, а звідси – стає більш ефективною реалізація різноманітних технологій соціальних змін та оптимізації життя та діяльності людини за будь-якого економічного та соціального середовища.

Розвиток рефлексії здобувачів вищої освіти відбувається за допомогою методів рефлексивного полілогу, створення середовища рефлексії, використання рефлексивно-ігрових методів розвитку, різних видів соціально-психологічних тренінгів. Також великого значення набуває включеність майбутніх фахівців в аналітичну, оцінну, пошукову та практичну діяльність, що формує чітке уявлення про себе як фахівця, інших людей та збагачує досвід у майбутній професії. Головні методи – це вирішення педагогічних та психо-

логічних завдань, моделювання проблемних та неоднозначних ситуацій, залучення здобувачів до життєвих ситуацій через зміни умов у завданні. Саме така реалізація на практиці відповідних методів навчання може посприяти формуванню рефлексії у здобувачів вищої освіти під час їхньої професійної підготовки.

Наша тема має широкий спектр майбутніх розвідок, а тому перспективами нашого дослідження бачимо виокремлення основних векторів підвищення рівня рефлексії здобувача вищої освіти, а також емпіричний аналіз визначеної проблеми у розрізі порівняння рефлексії з погляду гендеру, віку, фаху, соціального статусу.

Список використаних джерел:

1. Бандурка О. М. Основи психології і педагогіки : підручник для вищ. навч. закладів МВС України / Національний ун-т внутрішніх справ, 2003. 336 с.
2. Волкова Н.П., Батраченко І.Г. Формування рефлексії магістрантів педагогіки вищої школи у процесі професійної підготовки. *Вісник дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. Педагогічні науки, 2015. № 1(9). С. 94–101.
3. Ковальчук З.Я. Особистісна рефлексія в умовах постійних соціальних змін. *Соціально-правові студії: науково-аналітичний журнал* / гол. ред. О. Балинська. Львів : ЛьвДУВС, 2021. Вип. 4. С. 177–183.
4. Кононко, О. Л. Соціально-емоційний розвиток особистості. Київ : Освіта, 1998. 255 с.
5. Лосієвська О.Г. Тренінг інтелектуальної, особистісної та соціальної рефлексії як засіб профілактики суїцидальних тенденцій у підлітків. *Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. пр. Луганськ : Видавництво СХУ ім. В.Далія, 2005. № 3(11). С. 167–172.*
6. Михальченко Н.В. Модель патріотичної рефлексії особистості. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки : зб. наук. пр.* Вип. 2.12(103). 2012. С. 124–128. URL: http://mdu.edu.ua/spaw2/uploads/files/25_20.pdf.
7. Найдюнова Л.М. Групова рефлексія як механізм реконструкції соціальних настановлень : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т психології ім. Г.С. Костюка. Київ, 2014. 246 с.
8. Найдюнова Л. «Як працює рефлексія?», або Дискурсивні функції рефлексивного капіталу. *Науковий журнал «Психологічні перспективи». Спеціальний випуск «Психологія професійної діяльності працівників соціальної сфери»*. 2012. С. 167–174.
9. Носко Л.А. Методологія поняття рефлексії як психолого-педагогічної категорії. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Вип. 28. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2015. С. 354–364. URL: <http://problempsp.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/58/2016/03/28-31.pdf>.*
10. Ярош Н.С. Вплив саногенної рефлексії на стрес-долаючу поведінку особистості. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Вип. 34. Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2016. С. 651–662.*

References:

1. Bandurka O. M. (2003). *Osnovy psykholohii i pedahohiky : pidruchnyk dlia vyshch. navch. zakladiv MVS Ukrainy* [Basics of psychology and pedagogy: a textbook for universities. education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]: Natsionalnyi un-t vnutrishnikh sprav, 2003. 336 s. [in Ukrainian].
2. Volkova N.P., Batrachenko I.G. (2015). *Formuvanya reflexiyi magistrantiv pedagogiky vyschchoyi shkoly u procesi profesynoyi pidgotovky* [Formation of reflection of master's students of pedagogy of the higher school in the process of professional training]. *Visnyk dniproetrovskogo universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya "Pedagogika I psychologiya"*. Pedagogichny nauky. 2015. № 1 (9). S. 94-101. [in Ukrainian].
3. Kovalchuk Z.Ya. (2021). *Osobystisna reflexiya v umovach postiynykh zmin* [Personal reflection in the conditions of constant social changes]. *Socialno-pravovi studiyi: naukovo-analitychnyi gurnal / gol. Red. O. Balyns'ka. Lviv. L'vDUVS, 2021. Vyp. 4. S. 177-183.* [in Ukrainian].
4. Kononko, O. L. *Sotsialno-emotsiinyi rozvytok osobystosti* [Socio-emotional development of personality]. K.: Osvita, 1998. 255 s. [in Ukrainian].

5. Losijevs'ka O. G. (2005). Trening intelektual'noi', osobystisnoi' ta social'noi' refleksii' jak zasib profilaktyky sui'cydal'nyh tendencij u pidlitkiv [Intellectual, personal and social reflection training as a means of preventing suicidal tendencies in teenagers]. *Teoretychni i prykladni problemy psihologii'* : zb. nauk. pr. Lugans'k : Vydavnytvo SNU im. V.Dalja. 2005. № 3 (11). S. 167–172. [in Ukrainian].
6. Myhal'chenko N. V. (2012). Model' patriotychnoi' refleksii' osobystosti [A model of patriotic reflection of the individual]. *Naukovyj visnyk Mykolai'vs'kogo nacional'nogo universytetu imeni V. O. Suhomlyns'kogo. Serija : Psihologichni nauky : zb. nauk. pr. Vyp. 2.12 (103). 2012. S. 124–128. [Elektronnyj resurs] Rezhym dostupu : http://mdu.edu.ua/spaw2/uploads/files/25_20.pdf [in Ukrainian].*
7. Najd'onova L. M. (2014). Grupova refleksija jak mehanizm rekonstrukcii' social'nyh nastanovlen' [Group reflection as a mechanism of reconstruction of social guidelines] [Tekst] : dys. ... kand. psihol. nauk : 19.00.05. Nac. akad. ped. nauk Ukrai'ny, In-t psihologii' im. G. S. Kostjuka. K., 2014. 246 s. [in Ukrainian].
8. Najd'onova L. (2012). «Jak pracjuje refleksija?», abo Dyskursyvni funkcii' refleksyvnogo kapitalu ["How does reflection work?", or Discursive functions of reflective capital.]. *Naukovyj zhurnal «Psihologichni perspektyvy». Special'nyj vypusk «Psihologija profesijnoi' dijal'nosti pracivnykiv social'noi' sfery».* 2012. S. 167–174. [in Ukrainian].
9. Nosko L. A. (2015). Metodologija ponjattja refleksii' jak psihologopedagogichnoi' kategorii' [Methodology of the concept of reflection as a psychological and pedagogical category]. *Problemy suchasnoi' psihologii'* : zbirnyk naukovykh prac' Kam'janec'-Podil's'kogo nacional'nogo universytetu imeni Ivana Ogijenka, Instytutu psihologii' imeni G. S. Kostjuka NAPN Ukrai'ny / za red. S. D. Maksymenka, L. A. Onufrijevoi'. Vyp. 28. Kam'janec'-Podil's'kyj : Aksioma, 2015. S. 354–364. [Elektronnyj resurs] Rezhym dostupu : <http://problemps.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/58/2016/03/28-31.pdf>. Nazva z ekranu. [in Ukrainian].
10. Jarosh N. S. (2016). Vplyv sanogennoi' refleksii' na stres-dolajuchu povedinku osobystosti [The influence of sanogenic reflection on the stress-overcoming behavior of the individual]. *Problemy suchasnoi' psihologii'* : zbirnyk naukovykh prac' Kam'janec'-Podil's'kogo nacional'nogo universytetu imeni Ivana Ogijenka, Instytutu psihologii' imeni G. S. Kostjuka NAPN Ukrai'ny / Za red. S. D. Maksymenka, L. A. Onufrijevoi'. Vyp. 34. Kam'janec'-Podil's'kyj : Aksioma, 2016. S. 651–662. [in Ukrainian].