

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ, ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ, ИСТОРИЯ ПСИХОЛОГИИ/GENERAL
PSYCHOLOGY, PERSONALITY PSYCHOLOGY AND HISTORY OF PSYCHOLOGY

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97>

РЕФЛЕКСИЯ КАК ЛИЧНОСТНЫЙ РЕСУРС ОБЕСПЕЧЕНИЯ СУБЪЕКТНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

Научная статья

Ильина Е.В.^{1,*}

¹ ORCID : 0000-0003-2318-2946;

¹ Санкт-Петербургский Морской Технический Университет, Санкт-Петербург, Российская Федерация

* Корреспондирующий автор (ilyina-ev78[at]yandex.ru)

Аннотация

В статье представлены результаты исследования взаимосвязи между уровнем развития рефлексии и становления субъектности человека, на основе характерного для него типа субъект-объектных жизненных ориентации. Показано, что у респондентов с развитой рефлексией преобладает субъектная жизненная ориентация, характеризующаяся активной жизненной позицией человека по преобразованию внешнего мира, что является основой проявления его субъектности. У респондентов со слаборазвитой рефлексией преобладает объектная жизненная ориентация, которая подразумевает адаптационный характер взаимодействия с внешним миром, принятие внешних обстоятельств без попытки их изменения, что определяет отсутствие внутренней основы для становления и развития субъектности, как способности человека к преобразованию внешних условий.

Ключевые слова: рефлексия, субъект-объектные жизненные ориентации, ресурс, субъектность.

REFLECTION AS A PERSONAL RESOURCE FOR ENSURING HUMAN SUBJECTIVITY

Research article

Ilyina E.V.^{1,*}

¹ ORCID : 0000-0003-2318-2946;

¹ Saint-Petersburg State Marine Technical University, Saint-Petersburg, Russian Federation

* Corresponding author (ilyina-ev78[at]yandex.ru)

Abstract

The article presents the results of the study of the relationship between the level of reflection development and the development of human subjectivity on the basis of the type of subject-object life orientation characteristic of a person. It is shown that respondents with developed reflection have a predominantly subjective life orientation characterised by an active life position of a person to transform the external world, which is the basis for the manifestation of their subjectivity. Respondents with underdeveloped reflection have an object life orientation, which implies an adaptive nature of interaction with the external world, acceptance of external circumstances without an attempt to change them, which determines the lack of an internal basis for the formation and development of subjectivity as a person's ability to transform external conditions.

Keywords: reflection, subject-object life orientations, resource, subjectivity.

Введение

В условиях стремительно развивающегося внешнего мира, предъявляемые требования к современному человеку существенно изменились. На сегодняшний день недостаточно иметь внутренний ресурс для обеспечения адаптации к постоянно меняющимся параметрам среды, необходим потенциал для самостоятельного изменения внешних условий, активного участия человека в создании благоприятных обстоятельств разрешения поставленных жизненных задач. Человек не довольствуется имеющимся стечением обстоятельств, не ждет более удачной ситуации, он сам её создает. Только при таком подходе, мы можем говорить о человеке как авторе и творце своего жизненного пути [7], [8]. Идея человека как активного преобразователя и созидателя своей жизнедеятельности звучала в трудах С. Л. Рубинштейна, А. Н. Леонтьева, Б. Г. Ананьева и продолжила свое воплощение в последующих психологических исследованиях, воплотившись в понятие субъектности, как способность личности воздействовать на заданные условия ситуации, на других людей, при этом меняя себя и параметры среды, человек создает те условия, которые ему необходимы для решения жизненных задач [7], [9], [10], [11]. Многочисленные теории субъектности предлагают рассматривать данное качество человека, как интегральную характеристику зрелой личности, где присутствуют автономность, осмысленность, активность, самостоятельность – все то, что помогает индивиду преодолевать зависимость собственного поведения от внешних обстоятельств и самому выступать активным началом внешнего преобразования, в соответствии с осмысленными внутренними задачами и целями [1], [4]. Субъектность как способность индивида определяет качество жизни человека, его психологическое благополучие и личностную успешность [3]. Именно поэтому актуальным является вопрос развития субъектности, рассмотрение механизмов формирования, поиск внутренней основы для её становления. Мы предполагаем, что таковой основой является механизм рефлексии человека. Рефлексия выступает личностным ресурсом индивида, мера развития которой определяет возможность индивида проявить свою субъектность, как способность реализовать внутреннюю активность для преобразования внешней среды. Субъектность мы рассматриваем в контексте проявления различных поведенческих стратегий в жизненных ситуациях на примере теоретической концепции Е. Ю. Коржовой [7], [8]. Автор выделяет две поведенческие стратегии (ориентации) человека в жизненных ситуациях: объектная и субъектная. Субъектная

ориентация характеризует человека склонного к активному преобразованию внешних условий в соответствии со своими целями, отличающегося гибкостью и высоким уровнем субъективного контроля, что дает уверенность в собственной результативности, а предпочитаемая стратегия поведения отражает внутренний мир человека, «внутренний срез» [8, С. 95].

Объектная ориентация определяет человека, который не стремится к внешнему преобразованию, принимает обстоятельства без изменений, склонен «плыть по течению», объектом активности становится не жизненная ситуация (как при субъектной ориентации), а сам человек, который пытается выбрать наиболее «правильную» стратегию поведения, соответствующую не своим внутренним потребностям и задачам, а внешним обстоятельствам [8, С. 96]. Как мы видим, именно субъектная ориентация обеспечивает наличие субъектности человека как способности быть творцом своей жизнедеятельности.

По нашему мнению, степень развития рефлексии определяет имеющуюся у человека жизненную ориентацию: развитая рефлексия служит основой формирования субъектной ориентации (и самой субъектности), слабо развитая рефлексия определяет объектную ориентацию (отсутствие субъектности).

Организация и методы исследования

Уровень развития рефлексии измерялся на основании «Методики рефлексивности А. В. Карпова», где, объединяя научные подходы к исследованию рефлексии, автор предлагает понятие рефлексивность как психическое свойство человека, как процесс, направленный на себя и во вне и как состояние самоанализа происходящего. Карпов выделяет три уровня сформированности рефлексивности: высокоразвитая рефлексивность, средний уровень рефлексивности, низкий уровень развития рефлексивности [5], [6].

Мы предполагаем, что именно сформированный уровень развития рефлексивности выступает личностным ресурсом по обеспечению наличия у человека субъективной жизненной ориентации, что обуславливает формирование субъектности. Для выявления характерного для респондента типа субъект-объектной жизненной ориентации была использована методика Е. Ю. Коржовой «Опросник жизненных ориентаций» [8]. Методика нацелена на выявление меры активности субъекта при взаимодействии с внешним миром, отражает способность человека реализовывать свою внутреннюю активность в виде жизненной позиции. Наши предположения подтверждаются полученными эмпирическими данными в ходе исследования, проведенного на базе СПбГМУ среди студентов 3 курса, как гуманитарной, так и технической направленности. В исследовании участвовало 349 человек, из которых 137 женщин и 212 мужчин, средний возраст 21 год.

Результаты и их обсуждение

Первоначально, всех респондентов мы поделили на три группы по уровню развития рефлексивности, согласно инструкции «Методика рефлексивности А. В. Карпова». Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты применения методики А.В. Карпова

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.1>

Уровень рефлексивности	Низкий уровень рефлексивности	Средний уровень рефлексивности	Высокий уровень рефлексивности
Кол-во стенов	0–3	4–6	7–10
чел	103	211	35
%	30	60	10

Учитывая малочисленность группы с высоким уровнем развития рефлексивности и наличие максимального результата в пределах 7 стенов – 27 чел. и 8 стенов – 8 чел., мы провели дифференциацию респондентов более обобщенно. Так как в методике шкала результатов в 10 стенов, мы разделили всех испытуемых на две большие группы: слабо развитая рефлексивность (0–5 стенов) и развитая рефлексивность (6–10 стенов). Итоги представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Распределение по уровню развития рефлексивности

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.2>

Слаборазвитая рефлексивность		Развитая рефлексивность		t-критерия Стьюдента
0–5 стенов		6–10 стенов		
чел	%	чел	%	
264	75	85	25	Значимые различия $t_{Эмп} = 2.15$, $t_{Кр=1,97}$, при $p \leq 0.05$
М ср. = 8,68		М ср. = 9,43		

Различия в показателях меры рефлексивности по двум группам являются статистически значимыми ($p_{\text{при}} \leq 0.05$), что позволяет нам продолжить исследование, и следующим шагом мы провели анализ представленности субъект-объектных ориентаций в каждой группе респондентов отдельно. Учитывая тот факт, что, согласно методике жизненных ориентаций Е. Ю. Коржовой, различия респондентов по субъект-объектным ориентациям осуществляется по шкале 10 стенов, где 0–3 стена – это «чистые» представители объектной ориентации и 7–10 стенов – «чистые» представители субъектной ориентации. В результате применения описательной статистики, нами были получены данные по частоте результатов выбора респондентами от 0 до 3 стенов и от 7 до 10 стенов, соответственно, в каждой группе респондентов с различным типом рефлексивности отдельно (см. табл. 3).

Таблица 3 - Результаты частотного анализа субъект-объектных жизненных ориентаций в группах со слаборазвитой и развитой рефлексивностью

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.3>

	Слаборазвитая рефлексивность 264 чел.			Развитая рефлексивность 85 чел.		
	Объектная ориентация	Субъектная ориентация	Не выражен тип субъект-объектной ориентации	Объектная ориентация	Субъектная ориентация	Не выражен тип субъект-объектной ориентации
стенов	–3 стена	7–10 стенов	4–6 стенов	0–3 стена	7–10 стенов	4–6 стенов
чел	37	96	131	6	43	36
%	14	36	50	7	51	42

Для повышения надежности полученных эмпирических данных мы использовали только показатели по «чистым» типам субъект-объектных ориентаций, которые для наглядности представлены на рисунке 1.

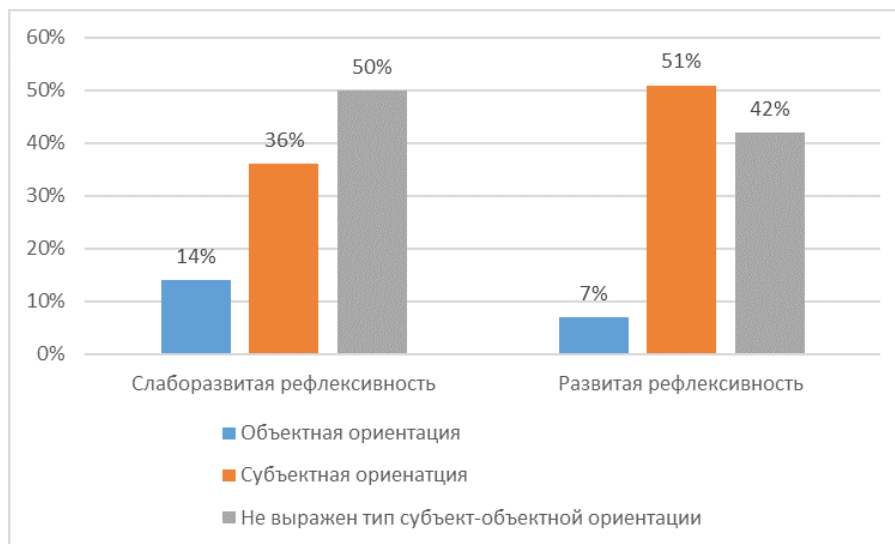


Рисунок 1 - Распределение субъект-объектных ориентаций по типам рефлексивности

DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.4>

Полученная диаграмма наглядно демонстрирует различия представленности субъект-объектных ориентаций в группах с разным уровнем рефлексивности. В обеих группах субъектная ориентация превалирует над объектной, но с разным соотношением. У респондентов со слаборазвитой рефлексивностью в два раза чаще встречается объектная ориентация (14%, от общего числа респондентов в группе со слаборазвитой рефлексивностью против 7%, от общего числа респондентов группы с развитой рефлексивностью) и в полтора раза реже субъектная ориентация (36% против 51%, соответственно), чем у представителей группы с развитой рефлексивностью. Число респондентов не определившихся с типом субъект-объектных ориентаций также больше в группе со слаборазвитой рефлексивностью. Полученные данные подтверждают наше предположение о том, что развитая рефлексивность способствует внутреннему осмыслению и на его основе формируется поведенческая стратегия «от себя», где человек, преобразуя внешние условия, создает благоприятную ситуацию для реализации задуманного. Согласно терминологии Коржовой,

это и есть субъектная ориентация, поэтому в данной группе меньше частоты выбора объектной ориентации и меньше неопределенных. Слаборазвитая рефлексивность затрудняет анализ внутреннего мира человека, поэтому в данной группе больше представителей объектной ориентации и неопределенных, поведенческая стратегия выстраивается по принципу «от ситуации», ориентация на внешние обстоятельства, попытка подстроить своё поведение под имеющиеся условия, не меняя их под собственные потребности.

Заключение

Полученные данные убедительно демонстрируют, что мера сформированности рефлексии (рефлексивность по Карпову) выступает основой для формирования типа субъект-объектной жизненной ориентации. Сформированная рефлексивность значительно увеличивает возможность становления субъектной жизненной ориентации, развития субъектности, где человек выступает активным началом по преобразованию внешнего мира и творцом своего жизненного пути. Слаборазвитая рефлексивность, в силу неспособности к самоанализу, формирует объектную жизненную ориентацию, что обуславливает неразвитую субъектность, при которой человек ориентирован на внешние обстоятельства и принимает их без попытки изменить.

Результаты эмпирического исследования могут быть полезны в вопросах становления и развития субъектности человека, которую, на наш взгляд, можно развивать через рефлексивность, как личностный ресурс.

Благодарности

Автор выражает благодарность в помощи проведения исследования и написания статьи моего научного руководителя Елену Юрьевну Коржову, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии человека Института психологии Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена (РГПУ им. А. И. Герцена).

Конфликт интересов

Не указан.

Рецензия

Сообщество рецензентов Международного научно-исследовательского журнала
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.5>

Acknowledgement

The author expresses gratitude to my supervisor Elena Yurievna Korzhova, Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Human Psychology, Institute of Psychology, Herzen Russian State Pedagogical University (A.I. Herzen RSPU), for her assistance in conducting the research and writing the article.

Conflict of Interest

None declared.

Review

International Research Journal Reviewers Community
DOI: <https://doi.org/10.60797/IRJ.2025.154.97.5>

Список литературы / References

1. Альбуханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Альбуханова-Славская. — Москва: Мысль, 1991. — 299 с.
2. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания / Б.Г. Ананьев. — СПб: Питер, 2001. — 288 с.
3. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека: учебник для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности «Психология» / А.Г. Асмолов. — Москва: Смысл : Academia, 2007. — 526 с.
4. Брушлинский А.В. Психология субъекта / А.В. Брушлинский. — СПб: Алетейя, 2003. — 268 с.
5. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методики её диагностики / А.В. Карпов // Психологический журнал. — 2003. — Т. 24. — № 5. — С. 45–57.
6. Карпов А.В. Психология рефлексии / А.В. Карпов, И.М. Скитяева. — Москва; Ярославль: Аверс-Пресс, 2002. — 304 с.
7. Коржова Е.Ю. Психологическое познание человека как субъекта жизнедеятельности dis. ...д-ра Social and Human Sciences: 19.00.01 : защищена 2002-04-16 : утв. 2002-04-16 / Е.Ю. Коржова. — Санкт-Петербург: 2002. — 485 с.
8. Коржова Е.Ю. Психология жизненных ориентаций человека / Е.Ю. Коржова. — Санкт-Петербург: Изд-во РХГА, 2006. — 384 с.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность: учебное пособие / А.Н. Леонтьев. — Москва: Смысл : Академия, 2005. — 352 с.
10. Леонтев Д.А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции. / Д.А. Леонтев. // Личностный потенциал: структура и диагностика; под ред. Леонтьева Д. А. — Москва: Смысл, 2011. — С. 107–130.
11. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. — Москва: Питер, 2012. — 705 с.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Al'buxanova-Slavskaya K.A. Strategiya zhizni [Life Strategy] / K.A. Al'buxanova-Slavskaya. — Moscow: My'sl', 1991. — 299 p. [in Russian]
2. Anan'ev B.G. Chelovek kak predmet poznaniya [Man is an object of knowledge] / B.G. Anan'ev. — Spb: Piter, 2001. — 288 p. [in Russian]
3. Asmolov A.G. Psixologiya lichnosti: kul'turno-istoricheskoe ponimanie razvitiya cheloveka: uchebnik dlya studentov vy'sshix uchebny'x zavedenij, obuchayushhixsya po special'nosti «Psixologiya» [Personality Psychology: cultural and historical understanding of human development: a textbook for students of higher educational institutions studying in the specialty "Psychology"] / A.G. Asmolov. — Moscow: Smy'sl : Academia, 2007. — 526 p. [in Russian]

4. Brushlinskij A.V. Psixologiya sub"ekta [Psychology of the subject] / A.V. Brushlinskij. — Spb: Aletejya, 2003. — 268 p. [in Russian]
5. Karpov A.V. Refleksivnost kak psikhicheskoe svoistvo i metodiki yeyo diagnostiki [Reflexivity is a mental property and methods of its diagnosis] / A.V. Karpov // Psikhologicheskii zhurnal [Psychological Journal]. — 2003. — Vol. 24. — № 5. — P. 45–57. [in Russian]
6. Karpov A.V. Psixologiya refleksii [Psychology of reflection] / A.V. Karpov, I.M. Skityaeva. — Moskva; Yaroslavl': Avers-Press, 2002. — 304 p. [in Russian]
7. Korzhova E.Yu. Psixologicheskoe poznanie cheloveka kak sub"ekta zhiznedeyatel'nosti [Psychological cognition of a person as a subject of vital activity] dis....of PhD in Social and Human Sciences: 19.00.01 : defense of the thesis 2002-04-16 : approved 2002-04-16 / E.Ю. Коржова. — Saint Petersburg: 2002. — 485 p. [in Russian]
8. Korzhova Ye.Yu. Psikhologiya zhiznennikh orientatsii cheloveka [Psychology of human life orientations] / Ye.Yu. Korzhova. — St. Petersburg: Publishing House of the Russian Academy of Fine Arts, 2006. — 384 p. [in Russian]
9. Leont'ev A.N. Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost': uchebnoe posobie [Activity. Conscience. Personality: a textbook] / A.N. Leont'ev. — Moscow: Smy'sl : Akademiya, 2005. — 352 p. [in Russian]
10. Leontev D.A. Lichnostny'j potencial kak potencial samoregulyacii [Personal potential is a potential for self-regulation]. / D.A. Leontev. // Personal potential: structure and diagnosis; edited by Leont'eva D. A. — Moscow: Smy'sl, 2011. — P. 107–130. [in Russian]
11. Rubinshtejn S.L. Osnovy' obshhej psixologii [Fundamentals of general psychology] / S.L. Rubinshtejn. — Moscow: Piter, 2012. — 705 p. [in Russian]