

УДК: 165.2+159.955.4

DOI: 10.18413/2408-932X-2024-10-2-0-5

Беляков М. А.

**К поискам общего основания многообразия подходов
к изучению рефлексии в психологии**

Костромской государственной университет,
ул. Дзержинского, д. 17/11, Кострома, 156005, Россия; belyakof88@mail.ru

Аннотация. В статье предпринимается попытка найти основу для объединения большого количества существующих на данный момент концепций рефлексии в психологии. Сегодня имеется осознание важности рефлексии в познании нами окружающего мира, однако нет достаточно ясного определения, которое бы наиболее непротиворечиво выражало ее сущность и способствовало объединению всего многообразия существующих сейчас подходов к изучению рефлексии. В статье высказывается предположение, что такое положение вещей во многом обусловлено давней философской традицией противопоставлять внешнему миру субъективную реальность человека. Влияние данной философской традиции ощущается и при попытках научного описания рефлексии. Она традиционно понимается как способность мыслить о наших мыслях и противопоставляется ощущениям и чувственному восприятию человека. Предполагается, что такой подход можно и нужно подвергнуть сомнению, поскольку он способствует созданию большого количества разрозненных концепций. Можно заключить, что не существует отдельных, действующих независимо, процессов познания внешнего и внутреннего миров, но есть единый процесс конструирования нашего сознания, в котором всегда участвует рефлексия.

Ключевые слова: рефлексия; сознание; системный подход; восприятие; мышление

Для цитирования: Беляков М.А. К поискам общего основания многообразия подходов к изучению рефлексии в психологии // Научный результат. Социальные и гуманитарные исследования. 2024. Т. 10. № 2. С. 50-63. DOI: 10.18413/2408-932X-2024-10-2-0-5

M. A. Belyakov

**In search of a common basis for the diversity
of approaches to the study of reflection in psychology**

Kostroma State University,
17/11 Dzerzhinsky St., Kostroma, 156005, Russian Federation; belyakof88@mail.ru

Abstract. The article attempts to find a basis for combining a large number of currently existing concepts of reflection in psychology. Today, there is an awareness of the importance of the role of reflection in our knowledge of the world around us, but there is no sufficiently clear definition that would most consistently express its essence and contribute to the unification of the entire variety of existing approaches to the study of reflection. The article suggests that this state of affairs is largely due to the long-standing philosophical tradition of contrasting the subjective reality of a person with the outside world. The influence of this philosophical tradition is also felt in attempts to

scientifically describe reflection. It is traditionally understood as the ability to think about our thoughts and is contrasted with human sensations and perceptions. It is assumed that this approach can and should be questioned, since it contributes to the creation of a large number of disparate concepts. It can be concluded that there are no separate, independent processes of cognition of the external and internal worlds, but there is a single process of constructing our consciousness, in which reflection always participates.

Keywords: reflection; consciousness; systematic approach; perception; thinking

For citation: Belyakov M. A. (2024), "In search of a common basis for the diversity of approaches to the study of reflection in psychology", *Research Result. Social Studies and Humanities*, 10 (2), 50-63, DOI: 10.18413/2408-932X-2024-10-2-0-5

Введение

При теоретическом анализе рефлексии можно заметить интересную особенность, которая, на наш взгляд, является довольно характерным ее свойством: трудно найти какое-нибудь другое явление, которое бы обнаруживало столь настойчивое и упрямое стремление выйти за рамки своего первоначально заданного значения.

Рефлексию в психологическом смысле можно достаточно просто определить в качестве мысли о наших мыслях. Первичные знания об окружающем мире мы получаем с помощью наших чувств, а затем анализируем их в нашем сознании с помощью рефлексии. В результате, с помощью данного самоанализа, мы можем корректировать наши знания об окружающей действительности и делать наш опыт все более и более адекватным реальности.

Помимо психологического определения, имеются также физический и биологический смыслы рефлексии, каждый из которых обладает своей спецификой и не может быть сведен к другому.

Например, в толковом словаре русского языка Д.Н. Ушакова можно встретить два определения данного понятия:

«1. Отражение света на поверхности предмета (физ.).

2. Размышление, внутренняя сосредоточенность, склонность анализировать свои

переживания (псих.)»¹.

Биологический смысл рефлексии раскрывается в смежном понятии рефлекса – «непроизвольной реакции организма на внешние или внутренние раздражители»².

Таким образом, уже на этапе определения рефлексии можно обнаружить большое количество смыслов – данным термином обозначаются как физические, так и психические процессы, которые обычно считаются разнопорядковыми, несводимыми друг к другу.

Вообще, следует отметить, что «...в современном русском языке переводное с латыни слово "рефлексия" и однокоренные с ним и производные от него слова употребляются в значениях, используемых всеми основными видами современных наук: естественными (математика, астрономия, физика, оптика, геология), техническими (электротехника, радиотехника), биологическими (физиология, психофизиология, рефлексология) и гуманитарными (психология, философия, логика)» (Семенов, 2013: 32). Как найти какую-либо основу для единства в таком многообразии значений? На наш взгляд, это является очень важной задачей, решение которой позволит понять, до какой степени возможны заимствования из различных областей научного знания. Все-таки первоначальное значение термина рефлексии было физическим – он начал

¹ См.: Ушаков Д.Н. Толковый словарь современного русского языка. М.: Аделант, 2013. С. 597.

² См.: Ожегов, С.И., Шведова, Н.Ю. Толковый словарь русского языка. М.: А-темп, 2006. С. 678.

специфически использоваться в Италии на рубеже Средневековья и Возрождения и обозначал эффект большего усиления волн в середине бухты по сравнению с волнением в открытом море (см.: Семенов, 2013). Затем данный эффект взаимоусиления вследствие возвратного взаимоотражения распространился на сферу психического, когда под рефлексией стали понимать интенсивную работу духа благодаря ретроспективному самосозерцанию и самоанализу.

Начать поиск единства, вероятно, следует с наиболее близкой для человека сферы – психической, поскольку она в наибольшей степени, на наш взгляд, сегодня ассоциируется с данным явлением (размышлять может каждый человек, а физические опыты ставят обычно энтузиасты своего дела), а также порождает в нем больше всего неясностей и коллизий. Для этого обратимся к истории развития взглядов о рефлексии.

Концепция рефлексии в истории философии и науки

Начало философского осмысления нашего явления следует искать в Античности. Хотя в данный период самого термина «рефлексия» не существовало (Семенов, 2013), однако произошедший именно в это «осевое время» разворот от мифологического к рациональному осмыслению действительности заставляет нас искать в трудах античных философов соответствующие эквиваленты указанного понятия. И именно здесь следует искать истоки традиции выделения рефлексии в качестве особого мыслительного процесса. В учении Демокрита, разделявшего восприятие и мышление, мире идей Платона, а также в Уме перводвигателя Аристотеля можно встретить основания для вывода о том, что следует различать две совершенно специфические и не сводимые друг к другу познавательные способности – познание вещей с помощью восприятия, наших органов чувств и познание мира с помощью мышления. Очевидно, что

столь богатая традиция не могла не оказывать сильного влияния на научное мышление, которое появилось в эпоху Нового времени. В этот период появляется сам термин «рефлексия» в его наиболее общеупотребительном значении.

Впервые данный термин использует Декарт – он подчеркивает автономный характер рефлексии как способа организации процесса познания (Ескина, 2022). Указание на автономность рефлексии можно встретить в следующем отрывке: «...поскольку действие мысли, посредством которой мы думаем о вещи, отличается от действия мысли, посредством которой мы сознаем, что думаем о ней, то они часто независимы одна от другой» (Декарт, 2019: 56). Непосредственное же выделение термина рефлексии происходит здесь: «Наконец, как мы проводим различие между прямым и отраженным видением в том, что одно зависит от первого пересечения лучей, а другое – от второго, так первые и простые мысли младенцев <...> я называю *прямыми*, а не отраженными (*non reflexas*); когда же взрослый человек ощущает что-либо и одновременно воспринимает, что он не ощущал этого ранее, это второе восприятие я называю рефлексией (*reflexionem*) и отношу его лишь к разуму, хотя оно настолько связано с ощущением, что оба происходят одновременно и кажутся неотличимыми друг от друга» (Декарт, 1994: 564-565). Данные первоначальные попытки определения рефлексии, на наш взгляд, представляют большую ценность. Декарт, сначала отмечая, что следует выделять два действия, два источника мысли, которые функционируют независимо друг от друга, в дальнейшем пытается объединить эти источники, слить их воедино. Благодаря аналогии со светом он пытается показать, что отличие между ними достигается только в результате преломления, но основа – луч света – остается той же, неизменной, как в начале пути, так и в его конце.

Вероятно, Декарт не мог не заметить, что ощущение и мысль об этом ощущении практически неотличимы друг от друга.

Резкое различие их привело бы к тому, что помимо мыслящей и протяженной субстанции, ему в своих работах необходимо было бы ввести некую дополнительную «чувствующую» субстанцию. Но такое нововведение совершенно невозможно, поскольку в разы усложняет предлагаемую Декартом картину мира.

Совершенно неясно, как доказать наличие, истинность этой «чувствующей» субстанции. Очевидно, что она присутствует только в нашем сознании, но внутри сознания невозможно подвергнуть сомнению исключительно нашу способность сомневаться в окружающем мире. Признание же безусловно истинными всех наших ощущений нарушает исходный посыл всех декартовских рассуждений, по сути, делая их изначально бессмысленными.

Кроме того, неясно, как «чувствующая» субстанция могла бы согласовываться с двумя другими. Декарт предпринимает значительные усилия для объяснения согласованности мыслящей и протяженной субстанций, допуская наличие божественного вмешательства. Бог в его работах предстает изначально совершенным, к этому совершенству может стать сопричастен и человек благодаря своему мышлению, но при условии, что в своих рассуждениях он ориентируется только на максимально ясное и очевидное знание, постепенно освобождаясь тем самым от несовершенств греховной плоти.

Разделение же изначально единой, сопричастной совершенству, мыслящей субстанции на мыслящую и чувствующую немедленно потребовало бы объяснения, почему Бог, по определению являющийся совершенством, а значит, не имеющий возможности действовать во вред, создает несовершенные в самой своей сути существа. Возникает вопрос, почему он закладывает внутрь человека наряду с мыслящей субстанцией дополнительную, совершенно несогласованную с ней «чувствующую», которая всегда будет оставаться источником разлада и беспочвенного усложнения божественного творения.

В целом, довольно удивительно, что Декарт вообще говорит о каком-то, пусть даже и незначительном, разделении мышления и ощущения. Можно предположить, что их выделение является отчасти данью традиции, отчасти ответом на извечный спор эмпиристов и рационалистов, вновь ставший актуальным на заре формирования науки в эпоху Нового времени. Вероятно, невозможно было написать в то время, что ощущать и мыслить – суть одно и то же, и не столкнуться с серьезной критикой в свой адрес со стороны научного сообщества. Укажем, что «Новый Органон» Ф. Бэкона, демонстративно противопоставленный умозрительно-спекулятивному методу схоластики, был написан в 1620 году, а цитируемое выше «Рассуждение о методе» и письмо Декарта в 1637 и 1648 гг. соответственно.

Как бы то ни было, противопоставление чувственного и рационального знания закрепляется в определении Джона Локка, который высказывал мысль об опытном происхождении знания, различая в связи с этим два вида опыта: внешний (чувственный) и внутренний (рефлексивный). Первый вид возникает, когда что-либо внешнее воздействует на наши органы чувств. Второй появляется у нас в процессе самонаблюдения. Являясь независимым процессом познания по отношению к внешнему опыту, рефлексия, тем не менее, основывается на нем, считает Локк.

Приведем цитаты самого Локка о рефлексии: «*Все идеи приходят от ощущения или рефлексии...* Наше наблюдение, направленное или на внешние ощущаемые предметы, или на внутренние действия нашего ума, которые мы сами воспринимаем и о которых мы сами размышляем, доставляет нашему разуму весь материал мышления» (Локк, 1985: 154). Далее: «...богатый источник большинства наших идей, зависящих всецело от наших чувств и через них входящих в разум, я <...> называю ощущением <...> называя первый источник ощущением, я называю второй рефлексией, потому что он доставляет только такие

идеи, которые приобретаются умом при помощи размышления о своей собственной деятельности внутри себя. Итак, мне бы хотелось, чтобы поняли, что под *рефлексией* в последующем изложении я подразумеваю то наблюдение, которому ум подвергает свою деятельность и способы ее проявления, вследствие чего в разуме возникают *идеи* этой деятельности» (Локк, 1985: 155).

В данных отрывках рефлексия и ощущение представлены в виде двух взаимоисключающих процессов. Когда мы ощущаем, мы не рефлекслируем. И наоборот, когда мы рефлекслируем, мы не ощущаем. Хотя здесь можно заподозрить некий подвох, но именно в противопоставлении с ощущением можно получить наиболее четкое, «кристаллизованное» определение рефлексии в ее классическом виде. Благодаря данному противопоставлению и четкому разграничению мышления и ощущения у эмпиристов и рационалистов, по сути, появляются свои отдельные сферы интересов, свои предметные области, в рамках которых они могут оригинально воспринимать мир и его описывать, то есть нормально осуществлять свою деятельность, раз уж их подходы невозможно свести друг к другу.

В дальнейшем рефлексия прочно связывается с мышлением и приобретает особое значение для гносеологических и идеалистических направлений, получая в них свое развитие и усложнение.

Очень интересный, тотально-конструктивный, подход в понимании рефлексии можно встретить в философии Гегеля. Рефлексия, согласно Гегелю, выступает в качестве движущей силы развития абсолютного духа. Благодаря ей он переходит от одной формы своей явленности к другой. Дух не может обладать содержанием, не проработанным рефлексией – там, где не осуществлялся рефлексивный процесс, дух не присутствует, и это содержание не может входить в компетенцию философского анализа. Мышление является способом деятельности рефлексии, которая есть в то же время, по Гегелю, метод мышления (Матяш, 1988: 54).

Гегель выделял различные формы рефлексии – она бывает теоретической и практической. Теоретическая рефлексия, в свою очередь, делится на внешнюю и внутреннюю (Матяш, 1988).

В небольшом историческом обзоре мы попытались затронуть наиболее важные, с нашей точки зрения, моменты становления и развития представлений о рефлексии – рассмотрели предпосылки возникновения данного понятия, берущие свое начало в философии античности; момент непосредственного возникновения научного понятия, его классическую форму; кроме того, мы упомянули, каким путем стало развиваться данное явление в философии, каким образом его определение начало усложняться и обрастать новым содержанием.

Классическое направление осмысления феномена рефлексии. Опыт американской рефлексивной практики

Вероятно, можно выделить основную линию развития представлений о рефлексии, ту основу, опора на которую позволяла получить наиболее ясное понимание данного явления. Мы уже указывали такую линию выше, она следует из классического определения Локка: рефлексия противопоставляется нашей способности ощущать. Если наши ощущения позволяют нам взаимодействовать с предметами внешнего мира, то рефлексия делает доступными для познания предметы внутренней реальности. Невозможно отрицать тот факт, что существует нечто внешнее по отношению к нашему телу, обладающее своим собственным, независимым от нас существованием, однако с не меньшей очевидностью мы понимаем, что помимо внешнего содержания существует и внутреннее, которое, хотя мы и не можем каким-либо образом его ощутить, все же является не менее реальным, чем окружающий мир. Не менее очевидно и то, что наша субъективная реальность принципиально отличается от внешней ре-

альности – они обладают набором принципиально разных свойств и характеристик. Следовательно, мы должны постулировать наличие двух независимых процессов. Однако задумаемся, что значит ощущать и не мыслить, как возможен такой процесс?

Уже у Канта встречаем мысль о том, что мы не можем воспринимать мир непосредственно таким, какой он есть в действительности. Все «вещи в себе», которые существуют в реальности, становятся доступны нам только после соответствующей ментальной обработки их, после того как мы соотнесем их с нашими априорными формами чувственности – пространством и временем. Иначе говоря, благодаря наличию у нас априорных форм чувственности мы не можем ощущать и при этом не мыслить. Хотя все наше тело покрыто многочисленными и разнообразными рецепторами, мы не воспринимаем весь этот поток ощущений во всей его полноте. Чтобы то или иное ощущение стало доступным нашему ясному сознанию, мы должны о нем помыслить, обратить на него внимание. Наше мышление исключительно предметно, мы не можем мыслить бессодержательно. В связи с этим начало простейшего рефлексивного процесса можно описать так: «Я знаю о...» или «Я мыслю о...», затем мы подставляем некий мысленный предмет и совершаем рефлексю. Мы можем, таким образом, подставлять некие абстрактные формы: «Я знаю, что такое пространство», «Я знаю, что такое время». Очевидно, что в данном случае мы совершаем рефлексю, поскольку эти понятия стали возможны только благодаря нашей мысленной работе – нигде в реальности не существует объективно воспринимаемого чистого «пространства» и чистого «времени». Но что случится, когда мы станем создавать такие рефлексивные предложения: «Я знаю, что мне холодно», «Я знаю, что этот цветок приятно пахнет»? Ясно, что в случае создания таких высказываний мы воспринимаем внешний мир. Но в какой момент здесь заканчивается процесс ощущения и начинается рефлексия? Вероятно,

очень трудно ответить на этот вопрос и при этом не бояться, что где-нибудь будет совершена ошибка.

Хотя умозрительно мы можем признать, что на основе дихотомии внешнего и внутреннего должны существовать два независимых психических процесса, но смогут ли наши убеждения оставаться непоколебленными, если мы будем и дальше оставаться на этом пути в наших попытках описывать окружающую реальность?

Очень интересно в этой связи обратиться к опыту американской рефлексивной практики. Будучи тесно связанной с концепцией эмпирического (практического) обучения, которое, в свою очередь, основывается на принципах обучения Джона Дьюи, данное направление психологии и педагогики, на наш взгляд, наиболее точно и последовательно придерживается классического определения рефлексии, данного Локком. Человек, взаимодействующий с окружающим миром и сталкивающийся с какой-либо проблемной ситуацией, получает о ней первичный сенсорный опыт, затем, на основе данной первичной информации им вырабатывается решение, которое воплощается на практике либо дорабатывается, если первое решение неудачно. Собственно к рефлексии относятся процессы выработки решения и его доработка.

Несмотря на столь ясное определение рефлексии, достаточно часто встречаются работы авторов, которые требуют пересмотра исходной концепции. Например, в статье “There is No Such Thing as Reflection” (Ixer, 1999) прямо указывается, что мы очень мало знаем о рефлексии, и широкое распространение концепции рефлексивной практики привело к тому, что у каждого появилось свое собственное понимание рефлексии вплоть до такой степени, что данный термин стал непригоден для использования. Также автор указывает, что существенной проблемой в обучении рефлексивному мышлению является то, что у преподавателя имеется знание, что люди

должны уметь делать, но нет представления, как люди приобретают соответствующие навыки. Иначе говоря, обучение рефлексии осуществляется без понимания того, как происходит сам процесс обучения. Конкретизацию указанных проблем можно встретить в другой работе (см.: Jordi, 2011). Ее автор, указывая на то, что резкое разграничение в процессе эмпирического обучения первичного сенсорного опыта и его вторичной мысленной обработки приводит к дуализму души и тела и главенству одного начала в ущерб другому, в результате чего наше понимание ситуации становится недостаточно полным и адекватным, предлагает преодолеть данный дуализм большим погружением в сенсорный, телесный опыт и его более всесторонним осмыслением. Поскольку каждая конкретная проблемная ситуация является уникальной для того или иного человека (не существует двух совершенно идентичных восприятий одной и той же ситуации), то, погружаясь в данное субъективное восприятие, рефлексировав над ним, человеку удастся воссоздать наиболее полную и адекватную картину действительности. Следует отметить, что основанием для такого расширения рефлексивной практики является замечание Дьюи о том, что первичный сенсорный опыт всегда является незавершенным, поскольку мы не можем охватить сознанием сразу всю совокупность воздействий на наши рецепторы, но выделяем лишь наиболее актуальные. Здесь возникает вопрос, каковы границы нашего незавершенного опыта, как их определить? Очевидно, мы можем и дальше погружаться в уникальность проблемной ситуации и пытаться выявить в ней неповторимое не для всего нашего тела в целом, но для каждого отдельного органа, описывать мир в соответствующих сенсорных терминах. Вопрос в том, когда нам следует остановиться в членении проблемной ситуации и произвести четкое разделение первичного сенсорного опыта и его вторичной

мысленной обработки?

Исходя из противопоставления внешнего и внутреннего, умозрительно мы можем предположить наличие некой границы в нашем сознании, но такая граница всегда будет оставаться крайне расплывчатой и нечеткой. Уже в наших снах зачастую мы не можем отличить явь от вымысла. Кроме того, можно привести другое вполне конкретное явление, которое не позволяет говорить о резком разграничении внешнего и внутреннего. Речь идет о галлюцинациях, которые, согласно одной из классификаций, разделяют на истинные и псевдогаллюцинации³. Если в случае псевдогаллюцинаций человек может понять, что кажущийся ему стимул не существует, не относится к объективной реальности, то в случае истинных галлюцинаций у человека есть полная убежденность в том, что на него производится внешнее воздействие, хотя на самом деле его нет. Конечно, галлюцинации всегда связаны с нарушением работы мозга и существует большая разница между нормой и патологией, но мы лишь приводим конкретный пример того, как человек исключительно умозрительно разделяет мир на внешний и внутренний по отношению к себе, хотя эта внешняя реальность порождается исключительно его сознанием и в действительности не существует.

На наш взгляд, невозможно отделить ощущение от мышления и мышление от ощущения. Это два неразрывно связанных процесса. В конце концов, без мышления не существовало бы самой концепции ощущений. Невозможно ощущать и не мыслить. Конечно, существует огромное количество воздействий на наши рецепторы, которые мы не воспринимаем сознанием, однако всегда, во всех тех случаях, когда мы направляем сознание на то или иное внешнее воздействие, мы задействуем также и рефлексивную. Рефлексию невозможно отде-

³ Ушаков, Г.К. Галлюцинации // Большая медицинская энциклопедия [Электронный ресурс]. URL:

<https://бмэ.орг/index.php/ГАЛЛЮЦИНАЦИИ> (дата обращения: 10.04.2024).

лить от того, что У. Джемс называл «поток сознания», она всегда присутствует в этом потоке. Всегда, когда мы тем или иным образом конструируем реальность (внешнюю или внутреннюю) в нашем сознании, мы задействуем рефлексию.

Изначально появившись как своеобразный компромисс и дань традиции в работах Декарта, определение рефлексии как будто обрело собственную жизнь и стало чересчур бурно развиваться и подвергаться теоретизированию без особого соотнесения с реальностью. Ведь кажется, нет ничего сложного в самой рефлексии. С помощью нее у нас просто есть возможность осознавать окружающую реальность, ее структурировать. Я мыслю о смысле жизни и совершаю рефлексию, я мыслю о том, что у меня чешется палец на ноге и также совершаю рефлексию. Я могу перейти на другой рефлексивный уровень и заметить, что я знаю о том, что я думаю сейчас о смысле жизни и одновременно у меня чешется палец на ноге. При рефлексии не происходит ничего специфического, но лишь последовательно, механически, прибавляется к моему сознанию один предмет за другим, оно просто и однообразно конструируется путем добавления схожих в своей основе элементов. Приведем следующую аналогию для пояснения наших мыслей.

Представим себе каменщика, которому необходимо построить стену. Допустим, что данный каменщик давно занимается своим делом и может строить стены, практически не концентрируя свое сознание на данном процессе. Строитель хорошо знает свое дело и строит стену, последовательно ставя один кирпич за другим, постепенно создавая целостную конструкцию. Теперь представим, что во время работы нашего каменщика что-то отвлекает, например, разговор с другим человеком. Каменщик уверен в себе и ведет разговор с собеседником, не прекращая при этом работать. Тем не менее, по окончании разговора, строитель замечает, что допустил ошибки при строительстве – в его стене появились

заметные щели. Каменщик начинает исправлять свою работу, но вдруг ему на ум приходит идея, что появившиеся промежутки можно использовать в дальнейшем – создавать с их помощью интересные узоры. Поэтому в следующий раз, при строительстве стены, он реализует свою идею и начинает класть кирпичи не сплошными рядами, но в шахматном порядке, проявляя тем самым оригинальность и затрачивая на работу примерно в два раза меньше времени и материала. Закончив строительство, каменщик демонстрирует свою работу окружающим, и им кажется, что при возведении данной конструкции сама цель – возведение стены – отошла на второй план, а строитель прежде всего хотел воссоздать определенный узор. У случайного зрителя создается впечатление, что это новшество в работе как бы подавило собой первоначальную цель и стало доминирующим в конструкции стены – стена создавалась не для того, чтобы огораживать определенную территорию, но чтобы быть оригинальной конструкцией. Некоторые зрители даже могли заметить, что промежутки в конструкции стены вовсе не дыры, а своеобразные окна в некую реальную эмпирическую действительность, скрывающуюся за стеной. Однако с точки зрения движений строителя, при возведении данной оригинальной конструкции он не делал ничего нового, но лишь строил стену, последовательно, механически, кладя один кирпич за другим.

Вероятно, что и в случае с рефлексией в изначально единый процесс конструирования нашего сознания было внесено некоторое внешнее искажение. Данный процесс был искусственно разделен на эмпирический и рационалистический, каждый из которых начал жить своей жизнью в теории. Возможно, для удобства можно и нужно изучать, как мы познаем внешний и внутренний миры, однако не следует разделять единую ткань сознания.

Нет чувствования как некоей вещи в себе, которая существует и действует самостоятельно, прорываясь в сознание своими

собственными неизведанными путями. Всегда, во всех тех случаях, когда мы говорим о конструировании сознания, мы должны обязательно подразумевать рефлексивность⁴.

Другой, более явный, пример того, как рефлексия «зажила своей жизнью» в результате своего теоретического обоснования можно встретить в работах отечественных авторов.

Специфический (специально-научный) подход изучения феномена рефлексии

Если в зарубежных (англоязычных) исследованиях центральной линией развития представлений о рефлексии было ее противопоставление нашей способности ощущать окружающий мир, то в отечественных научных работах сложилось специфическое отношение к рефлексии. Имеется тенденция к выделению внутри мышления некой особенной, во многом ему подобной, но все же отличающейся от него способности к рефлексии, что приводит к существенному усложнению психической реальности человека.

Вероятно, отечественная психология и не могла пойти по другому пути. Термин «рефлексия», являясь очевидным заимствованием из другого языка, причем прямым, всегда остается чуждым для нашего восприятия. Он сам по себе, своей чужеродностью, порождает предвзятое к себе отношение и заставляет рассматривать себя как нечто специфическое, относящееся исключительно к сфере специальной научной терминологии. В работе И.Н. Семенова (Семенов, 2013) приводится интересное исследование по этому поводу. В одном из гумани-

тарных вузов проверялось то, насколько хорошо студенты знакомы с термином «рефлексия». Для этого им предлагалось его раскрыть, дать определение данного понятия. Оказалось, что подавляющая часть студентов – 47 % (100 человек) не смогли дать определение (отвечали «не знаю» или оставляли пропуск в задании) и лишь 17% ответили правильно (писали, что это «самоанализ, самооценка, самонаблюдение, самосознание и т. п.»). Только в процессе последующего обучения прививается определенное специфическое понимание рефлексии.

Конечно, нет ничего плохого в формировании у учащихся специальной научной терминологии, поскольку это делает из них грамотных специалистов в своей области. Однако, на наш взгляд, относительно термина рефлексии было бы полезно предварительно указывать на более общий контекст применения данного понятия, в котором рефлексия понимается крайне широко и отождествляется с мышлением вообще. Иначе у студента, решившего более подробно изучить данное понятие и обратившегося к зарубежной литературе, может возникнуть удивление относительно того, насколько свободно данный термин употребляется в англоязычных научных публикациях. Существует огромное количество публикаций “Reflection on...”, в которых приводятся размышления по самым разным основаниям, рефлексии подвергается буквально любой абстрактный предмет, а не только самооценка и самоанализ. Поэтому при обучении рефлексии, прежде чем формировать у учащегося специфическое теоретическое восприятие данного термина, было бы полезно, вероятно, уточнить, в чем

⁴ Следует различать рефлексивность и волю. Мы исходим из предположения о том, что в сознании существуют механические процессы, которые несколько не мешают нам оставаться самими собой. Можно бездумно смотреть телевизор и оставаться в сознании, но можно напрячь волю и смотреть исключительно полезные передачи либо читать только интересные книги. Какие у нас есть основания, чтобы считать один процесс рефлексивным, а другому отказывать

в этом? Здесь можно привести аналогию с нашим телом (к которой мы опять обратимся в дальнейшем изложении), где наблюдается сочетание механических и волевых процессов при конструировании единой биологической ткани. В одних случаях, например, при утере части ткани, включаются механические регенеративные процессы. В других случаях, например, когда мы занимаемся спортом, будет также происходить развитие биологической ткани – рост мышц, но уже под нашим контролем.

состоит качественная разница между выражениями вроде: «Я думаю о самом себе» и «Я думаю о строении человеческого тела». И если в этих выражениях, на чей-то взгляд, нет разницы и они оба являются рефлексивными (специально рефлексивными, согласно отечественному подходу), то, вероятно, далее следует пояснить, в чем, например, состоит разница между выражениями: «Я думаю о строении человеческого тела» и «Я думаю о строении тела собаки».

Однако, справедливости ради, следует указать, что специально-научный подход к изучению рефлексии, который выходил за общепринятые рамки, все же сложился именно в зарубежной психологии, а не в отечественной. В начале XX века А. Бузман предложил выделить в психологии отдельное направление – психологию рефлексии, где рефлексия определялась как «всякое перенесение переживания с внешнего мира на самого себя» (см.: Степанов, Семенов, 1983).

Особенно отчетливо специфическое отношение к рефлексии в отечественной науке проявляется в том, что к настоящему времени сложилось большое количество направлений изучения рефлексии. Так, согласно А.В. Карпову, можно выделить одиннадцать направлений изучения рефлексии (см.: Шигабетдинова, 2014).

Более сокращенная классификация предложена И.Н. Семеновым и С.Ю. Степановым. По их мнению, рефлексия исследуется в четырех основных аспектах:

1. Коммуникативный аспект. Рефлексия здесь проявляется в размышлениях за другое лицо, в способности понять, что думают другие люди.

2. Кооперативный аспект. Рассматривается роль рефлексии в субъект-субъектных видах деятельности, в частности, в координации и кооперации их совместных действий и групповых ролей.

3. Личностный аспект. Благодаря ему у нас появляются новые образы себя в результате общения с другими людьми и активной деятельности, а также вырабатываются более адекватные знания о мире.

4. Интеллектуальный аспект. Здесь рефлексия позволяет субъекту выделять, анализировать и соотносить с предметной ситуацией собственные действия (Карпов, Скитяева, 2001).

Как можно заметить, в наиболее строгом виде рефлексия в качестве способности к самоанализу раскрывает только личностный аспект, благодаря которому у человека появляется представление о самом себе.

Очень интересно выделение коммуникативного и кооперативного аспектов рефлексии. Можно заметить, что они достаточно сильно расходятся с классическим понятием рефлексии Локка – мысль о собственных мыслях. Строго говоря, при взаимодействии с другим человеком мы осуществляем лишь его внешнюю перцепцию, выделяем какие-то внешние признаки, а затем, на основании этого восприятия, строим предположения о тех или иных качествах нашего собеседника, предполагаем его намерения и т. д. Непосредственно с мыслями другого человека никто не соприкасается – чтение мыслей нам не доступно, а значит, строго говоря, когда мы говорим о коммуникативном аспекте рефлексии, то подменяем рефлексия нашим восприятием. На то, что при социальном познании происходит расширительное толкование понятия рефлексии, указывает, в частности, В.А. Лефевр: «Рефлексия в ее традиционном философско-психологическом понимании – это способность встать в позицию “наблюдателя” <...> по отношению к своему телу, своим действиям, своим мыслям. Мы расширим такое понимание рефлексии и будем считать, что рефлексия – это также способность встать в позицию исследователя по отношению к другому “персонажу”, его действиям и мыслям» (Лефевр, 2003: 16). Удивительно, с какой легкостью внешнее восприятие подменяется рефлексией. Возможно, это произошло потому, что не существует двух отдельных частей разума – рефлексиирующей и ощущающей, но есть единая мыслительная способность, сопровождаемая рефлексией.

Однако, что более существенно, при выделении аспектов рефлексии, обеспечивающих успешность человека в различных сферах его жизни, появляется необходимость прояснения ее соотношения с таким немаловажным качеством человека, как его интеллект. Являясь средством адаптации к внешнему миру, он обладает достаточно сложной структурой, и разные авторы по-разному описывают строение интеллекта. Один из подходов для описания структуры интеллекта предлагает выделять различные его виды, обеспечивающие успешность выполнения человеком того или иного вида деятельности. В частности, в работе Г. Гарднера (Gardner, 1987) можно встретить подобный подход. Можно заметить, что некоторые из описываемых им видов интеллекта тесно пересекаются с различными аспектами рефлексии, указанными выше. Так, например, межличностный интеллект (позволяет общаться с другими людьми и понимать их, а также работать сообща) соотносится с коммуникативным и кооперативным аспектами рефлексии; внутриличностный интеллект (позволяет понимать внутренний мир эмоций и мыслей, дает способность контролировать их и работать с ними осознанно) соотносится с личностным аспектом рефлексии; телесный или кинестетический интеллект (включает в себя физическую координацию, использование мелкой и крупной моторики) частично соотносится с интеллектуальным аспектом рефлексии. Соответственно, возникает вопрос: как при описании различных видов рефлексии не допустить смешения с типами интеллекта? Как провести границу между двумя этими феноменами, выделить четкие критерии, которые давали бы однозначное понимание, что относится к одному, а что – к другому?

Здесь заметим, что нам импонирует идея разделения интеллекта на различные виды. По нашему мнению, они выступают в качестве своеобразных органов в сознании, целостных функциональных структур, позволяющих взаимодействовать с окружающим миром. Но как с этими структурами

соотносится рефлексия?

Возвращаясь к рассматриваемым аспектам рефлексии, отметим, что выделение различных видов рефлексии мешает нахождению единства в понимании данного явления. Возможно, описание разнообразных форм рефлексии позволяет взглянуть на это явление с различных точек зрения, но, одновременно, мешает его ясному пониманию. Мы считаем, что является ошибкой чрезмерно специфическое понимание рефлексии. Она теснейшим образом связана со всем нашим мышлением в целом. Благодаря ей наше сознание может обращаться абсолютно к любому предмету и осуществлять его теоретический анализ и конструировать, таким образом, всю мысленную реальность. Без учета глобально конструктивной роли рефлексии невозможно ее адекватное понимание.

Основа для объединения многообразия подходов изучения рефлексии

Можно заметить, что при чрезмерно специфическом взгляде на феномен рефлексии чрезвычайно трудно оставаться в изначально заданных довольно узких рамках. Всегда возникает соблазн расширить исходное определение, поскольку легко заметить в психике ряд сходных механизмов, которые мы можем также отнести к рефлексии. С другой стороны, при чрезмерном расширении феномен может утратить свою специфику, его определение может сильно разрастись и начать описывать явления, которые не имеют к нему никакого отношения. Как здесь соблюсти баланс?

В связи с этим интересно отметить подход авторов (Карпов, Скитяева, 2001), которые предлагают описывать рефлексии в системе базовых психологических категорий «процессы – свойства – состояния», где рефлексия выступает в качестве такой синтетической психической реальности, которая одновременно является и процессом, и свойством, и состоянием. Фактически, при такой расширенной трактовке рефлексия уподобляется психике (которая традиционно рассматривается как совокупность

процессов, свойств и состояний), хотя и не сводится к ней. Именно таким образом, на наш взгляд, рефлексия может выполнять свою глобально-конструктивную функцию, и именно здесь можно найти возможность для интеграции всего множества разрозненных концепций рефлексии.

Однако здесь остается открытым вопрос баланса. Психика – это одно, а рефлексия – другое. Возникает вопрос: каким образом можно уподобить рефлексии психике, но не свести одну к другой? Для решения этого вопроса обратимся к очень близкой каждому человеку аналогии – к собственному телу.

Организм человека, состоящий из огромного количества функционально специфичных клеток, обладающий большим числом разнообразных органов и представляющий собой уникальную целостность, тем не менее, в процессе своего роста и становления всегда сопровождается довольно однообразным процессом деления клеток – митозом и мейозом. Начав свое развитие из первичной зиготы, наш организм сумел развиваться в сложную систему благодаря последовательному и очень стереотипному процессу увеличения количества собственных элементов – клеточному делению. Клетка за клеткой наше тело в процессе своего развития постоянно отражает некий первичный исходный элемент, который получает свою специфику либо под воздействием внешней среды – благоприятных и неблагоприятных условий развития, либо благодаря включению в какую-либо ткань, когда множество элементов начинают функционировать как одно целое, совместно выполняя какую-либо специфическую работу в нашем организме.

С окончанием роста и развития данный процесс отражения первичного элемента не заканчивается, но остается акту-

альным на протяжении всей жизни человека – в организме человека постоянно происходят регенеративные процессы, когда вместо старых клеток возникают новые, либо в том случае, когда организм сталкивается с опасными воздействиями, в результате которых часть ткани теряется.

Таким образом, благодаря всего лишь одному процессу – клеточному делению – происходит построение всего нашего тела, а также его обновление в дальнейшем. Именно в этом процессе, на наш взгляд, следует искать ответ на вопрос, как рефлексия может быть подобна психике, но при этом не являться ею.

Наше сознание воплощается в конкретном опыте, который складывается из культурных значений. Однако этот опыт будет довольно хаотичным образованием без той силы, которая могла бы его организовывать. Соответственно, благодаря рефлексии, благодаря последовательному включению в наше сознание одного предмета за другим или одного значения за другим конструируется вся мысленная реальность и становится возможным становление и развитие нашего сознания. Мы не утверждаем, будто рефлексия сознания и клеточное деление – два совершенно одинаковых процесса, но лишь указываем, что они подобны в тех конструктивных функциях, которые выполняют – в результате клеточного деления возникает все наше тело, благодаря рефлексии возникает вся наша мысленная реальность⁵. Выделение специфики данных процессов, разумеется, требует дополнительного анализа.

Лучше ли предлагаемый нами подход? Трудно сказать. Можно возразить, что метод аналогии подразумевает лишь приближенное, предполагаемое знание. Однако если до сих пор умозрительные спекуляции на тему рефлексии не вели ни к чему,

⁵ Конечно, мы могли бы использовать в качестве аналогии какие-нибудь другие общепринятые органические или механические метафоры: производство, построение, организацию. Однако в данной работе нам бы хотелось отождествить рефлексии с

тем, что обладает конкретным воплощением и достаточно хорошо изучено наукой, поскольку стремимся максимально ясно представить наш взгляд на природу рефлексии. Другие аналогии слишком общие.

кроме чрезмерного размытия данного явления, то возможно, все же имеет смысл обратиться к нашему телу, опереться на что-то знакомое, что доказало свою жизнеспособность, свою «реальность» и, отталкиваясь уже от него, искать рациональное зерно.

Литература

Декарт, Р. Из переписки 1643–1649 гг. // Декарт, Р. Собрание сочинений: В 2 т. Т. 2. М.: Мысль, 1994. С. 489-588.

Декарт, Р. Рассуждение о методе. М.: АСТ, 2019. 320 с.

Ескина, С.А. Онтологические интенции понимания рефлексии в классической философии // Общество: философия, история, культура. 2022. № 6. С. 94-99.

Карпов, А.В., Скитяева, И.М. Психология рефлексии. Ярославль: Аверс Пресс, 2001. 203 с.

Лефевр, В.А. Рефлексия. М.: Когито-центр, 2003. 496 с.

Локк, Дж. Опыт о человеческом разуме // Локк, Дж. Собрание сочинений: В 3 т. Т. 1. М.: Мысль, 1985. С. 77-595.

Матяш, Т.П. Сознание как целостность и рефлексия. Ростов н/Д.: Изд-во Ростовского университета, 1988. 184 с.

Семенов, И.Н. Методологические проблемы этимологии и типологии рефлексии в психологии и смежных науках // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2013. Т. 10. № 2. С. 24-45.

Степанов, С.Ю., Семенов, И.Н. Психология рефлексии: проблемы и исследования // Вопросы психологии. 1983. № 5. С. 171-173.

Шигабетдинова, Г.М. Феномен рефлексии: границы понятия // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. 2014. № 2 (1). С. 415-422.

Gardner, H. The theory of multiple intelligences // *Annals of Dyslexia*. 1987. Vol. 37. Pp. 19-35.

Ixer, G. There's no such thing as reflection // *The British Journal of Social Work*. 1999. Vol. 29. No. 4. Pp. 513-527.

Jordi, R. Reframing the concept of reflection: Consciousness, experiential learning, and reflective learning practices // *Adult education quarterly*. 2011. Vol. 61. No. 2. Pp. 181-197.

References

Descartes, R. (1994), "From the correspondence of 1643-1649", *Sobranie sochineniy: V 2 t. T. 2* [Collected works: In 2 vol. Vol. 2], Mysl, Moscow, Russia (in Russ.).

Descartes, R. (2019), *Rassuzhdenie o metode* [Discourse on the method], AST, Moscow, Russia (in Russ.).

Eskina, S. A. (2022), "The ontological intentions for understanding of reflection in classical philosophy", *Society: Philosophy, History, Culture*, 6, 94-99 (in Russ.).

Gardner, H. (1987), "The theory of multiple intelligences", *Annals of Dyslexia*, 37, 19-35.

Ixer, G. (1999), "There's no such thing as reflection", *The British Journal of Social Work*, 29 (4), 513-527.

Jordi, R. (2011), "Reframing the concept of reflection: Consciousness, experiential learning, and reflective learning practices", *Adult education quarterly*, 61 (2), 181-197.

Karpov, A. V. and Skityaeva, I. M. (2001), *Psikhologiya refleksii* [Psychology of reflection], Avers Press, Yaroslavl, Russia (in Russ.).

Lefevr, V. A. (2003), *Refleksiya* [Reflection], Kogito-tsentr, Moscow, Russia (in Russ.).

Locke, J. (1985), "An essay concerning Humane Understanding", *Sobranie sochineniy: V 3 t. T. 1* [Collected works: In 3 vol. Vol. 1], Mysl', Moscow, Russia, 77-595 (in Russ.).

Matyash, T. P. (1988), *Soznanie kak tselostnost i refleksiya* [Consciousness as integrity and reflection], Rostov University Press, Rostov-on-Don, Russia (in Russ.).

Semenov, I. N. (2013), "Methodological problems of etymology and typology of reflection in psychology and related sciences", *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 10 (2), 24-45 (in Russ.).

Shigabetdinova, G.M. (2014), "Phenomenon of reflection: boundaries of the concept", *Vestnik of Lobachevsky University of Nizhni Novgorod*, 2, 415-422 (in Russ.).

Stepanov, S. Yu. and Semenov, I. N. (1983), "Psychology of reflection: problems and research", *Voprosy psikhologii* [Questions of psychology], 5, 171-173 (in Russ.).

Информация о конфликте интересов: автор не имеет конфликта интересов для деклараций.

Conflict of Interests: the author has no conflict of interests to declare.

ОБ АВТОРЕ:

Беляков Максим Александрович, аспирант кафедры философии, культурологии и социальных коммуникаций, Костромской

государственный университет ул. Дзержинского, д. 17/11, Кострома, 156005, Россия; belyakof88@mail.ru

ABOUT THE AUTHOR:

Maksim A. Belyakov, Postgraduate Student, Department of Philosophy, Cultural Studies and Social Communications, Kostroma State University, 17/11 Dzerzhinsky St., Kostroma, 156005, Russian Federation; belyakof88@mail.ru