

УДК 159.922

**Мишина Е.И.**

*Московский государственный областной университет*

## РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТНОЙ РЕФЛЕКСИИ В СТРУКТУРЕ СОЦИАЛЬНОГО КАПИТАЛА

**E. Mishina**

*Moscow State Regional University*

### DEVELOPMENT OF PERSONAL REFLECTION IN THE STRUCTURE OF SOCIAL CAPITAL

*Аннотация.* Статья посвящена анализу особенностей развития личностной рефлексии в структуре социального капитала, который рассматривается как механизм социального взаимодействия, способствующий усилению сотрудничества и распространению профессиональных знаний будущих специалистов. В статье представлено теоретическое осмысление научной проблемы, даны результаты эмпирического исследования, особое внимание отводится психолого-педагогическому сопровождению процесса развития личностной рефлексии будущих специалистов за счет внедрения акмеологических и психокоррекционных технологий с целью усиления социального капитала.

*Ключевые слова:* личностная рефлексия, развитие, социальный капитал, психолого-педагогическое сопровождение, акмеологические и психокоррекционные технологии.

*Abstract.* The article is devoted to the analysis of specific features of a person's reflection development in the structure of social capital, which is regarded as a mechanism of social interaction, promoting increased cooperation and dissemination of professional knowledge of future professionals.

The paper presents a theoretical understanding of the scientific problem and gives the results of an empirical research. Particular attention is given to psychological and pedagogic support of the process of future professionals' personal reflection development. This support is realized by introducing acmeologic and psychocorrectional technologies in order to enhance social capital.

*Key words:* Personal reflection, development, social capital, psychological and educational support, acmeologic and psychocorrectional technology.

Социальный капитал (*social capital*) можно рассматривать как механизм социального взаимодействия, способствующий усилению сотрудничества и распространению профессиональных знаний. В процессе становления личностной рефлексии происходит осознание человеком своих собственных действий, чувств, мыслей, мотивов поведения, интересов, положения в социальной среде, что чрезвычайно важно для наращивания социального капитала. Человек может достичь «акме» в профессиональной деятельности лишь в условиях качественно организованного процесса подготовки специалиста, включающего в себя переработку сложной информации в форме профессионального и социально-личностного знания.

Социальный капитал как психологический феномен имеет общественную природу, он является компонентом структуры человеческих отношений и имеет множество преимуществ.

Развитие личностной рефлексии приводит к размышлению человека о себе, усиливая социальный капитал общественного развития. Рефлексия способствует социальной наполненности, она позволяет приобщиться к сокровищам цивилизации и культуры человечества [5].

На разных этапах профессионального становления личностная рефлексия ориентирует на саморазвитие и интегрирует все психические функции, обогащая профессиональную деятельность.

Когнитивной составляющей социального капитала являются ценности и правила поведения, отраженные личностью.

В результате исследования личностной рефлексии было выявлено, что рефлексивные процессы способствуют формированию сознания и самосознания жизнедеятельности человека, влияют на творческое начало его личности, усиливая социальный капитал.

Уровень становления личностной рефлексии зависит от качественной специфики организации мотивационного, когнитивного и конативного компонентов личности будущих специалистов. Высокий уровень личностной рефлексии характеризуется наличием положительных установок в адрес собственного «Я», наиболее полным и адекватным пониманием сущностных особенностей своей личности и особенностей профессиональной деятельности; адекватной самооценкой, активным стремлением к самоанализу, самонаблюдению, адекватным осознанием профессиональных целей и средств, необходимых для достижения высокого уровня развития социального капитала.

Средний уровень личностной рефлексии характеризуется наличием недостаточно сформированных положительных установок в адрес собственного «Я», недостаточно полным и адекватным пониманием сущностных особенностей личности. Самооценка как личностных, так и профессиональных качеств недостаточно адекватна. Недостаточно адекватное осознание целей своей профессиональной деятельности и средств для их эффективного достижения.

Низкий уровень личностной рефлексии характеризуется осознанием и оценкой свойств и качеств собственной личности, которые складываются в недостаточно устойчивый образ, детерминирующий, как правило, неконструктивное поведение. Помимо этого, низкий уровень определяется недостаточной последовательностью в принятии и построении концепции развития своей личности как субъекта профессиональной деятельности, низким уровнем доверия к себе при приня-

тии решения и неадекватной самооценкой, что снижает социальный капитал.

Структура социального капитала зависит от соотношения включенных в различную профессиональную деятельность людей.

У будущих специалистов в зависимости от выбранной специальности существуют разные представления о собственном «Я». В представлениях о реальном «Я» у студентов технических специальностей при выраженном доминировании агрессивности преобладают такие качества, как независимость, прямолинейность, недоверие и скептицизм, включая профессиональный выбор будущих специалистов, а в идеальном «Я» – независимость и прямолинейность. Представления студентов-документоведов о реальном «Я» характеризуются наличием связи между недоверием и прямолинейностью, т. е. при проявлении недоверия выражены прямолинейность и скептицизм. При проявлении покорности и застенчивости ярко выражены зависимость и сотрудничество. В представлениях студентов-психологов об идеальном «Я» выражена тесная связь между ответственностью и покорностью, при сравнении представлений между идеальным и реальным «Я» выражена тесная связь между властностью в идеальном «Я» и властностью в реальном «Я».

Существуют гендерные и профессиональные различия в структуре социального капитала. У юношей эгоцентризм более стабилен и мало подвержен изменениям по сравнению с девушками. В профессиональном выборе юноши более ориентированы на альтруистические и социальные причины, а девушки – на решение личных проблем и рефлексии. У первокурсников наблюдается тенденция к завышению самооценки и чаще встречается эйфорическая ригидность перцептивно-образной самооценки, а у пятикурсников – дисфорическая и экзальтированная ригидность.

Развитие личностной рефлексии в структуре социального капитала требует вложений в форме социального взаимодействия и действий, поддерживающих доверие к личности будущего специалиста. Социальный

капитал стимулирует экономическое развитие, содействуя связям между профессионалами, облегчая доступ к информации, принятие коллегиальных решений и действий.

Условия для развития социального капитала необходимо специально создавать и поддерживать. К факторам, которые деструктивны для развития социального капитала в организации, относятся: доверие как сложная этическая категория, определяемая как «отношение к действиям другого лица и к нему самому, которое основывается на убежденности в его правоте, верности, добросовестности, честности, искренности»; развитие сотрудничества (чем выше развито профессиональное сообщество, тем в нем более выражены четкие и стойкие нормы относительно сотрудничества) [2]. В формировании готовности к сотрудничеству важнейшую роль играет система профессиональных целей. Их четкость, осмысленность и реалистичность позволяют создать систему профессиональных целей и ценностей. Высокой профессиональной культуре сотрудничества также способствует наличие ряда определенных правил относительно порядка заполнения вакансий, посещения профессиональных и обучающих мероприятий. При этом развитие личностной рефлексии способствует реализации социального капитала в системе существующих социальных связей. Развивающиеся технологии сотрудничества активизируют социальный капитал, причем большое значение имеет формирование способности к совместному решению проблем.

С целью усиления социального капитала необходимо использовать технологии сотрудничества и активизации внутренних, интрапсихических средств, в первую очередь личностной рефлексии. Это дает возможность личности погружаться в непосредственную профессиональную деятельность, что вырабатывает соответствующее отношение к деятельности. При этом важной является позиция осознания профессиональной деятельности, ее критический анализ целью усовершенствования [3].

В последнее время получила распространение психолого-педагогическая технология, понимающаяся как система образовательных воздействий на человека, обеспечивающая формирование у него соответствующих знаний, умений и навыков. Слабой стороной данной технологии является использование репродуктивных методов в профессиональном обучении, что не способствует развитию личностной рефлексии в структуре социального капитала. При этом профессионал среднего уровня способен выполнять весьма стандартный спектр функций и видов профессиональной деятельности. Качественная структура социального капитала возрастает только в результате применения психолого-педагогических технологий, направленных на развитие неповторимой личности, способной к творчеству.

Следующая тенденция в постановке решения проблемы становления социального капитала заключается в разработке и применении психолого-педагогических технологий, происходящих из представления о принципиальной неотчуждаемости метода психолого-педагогической работы от его создателя. При этом метод понимается, как квинтэссенция личностно-профессиональных качеств и структур жизнотворчества человека, вобравших в себя и преломивших в себе его индивидуальный опыт и культурно-профессиональное наследие человечества.

К недостаткам этого метода относится то, что рефлексивные методы, ориентированные на высокое качество профессионально-творческой подготовки, не могут использоваться и внедряться экстенсивно (с максимальной быстротой и минимальными материальными затратами). Однако современный опыт в образовании, в том числе и зарубежный, показывает, что максимальный выигрыш в качестве «на старте» за счет проигрыша в количестве и в материальных затратах окупается в количественном отношении несколько позже – «на финише», что способствует накоплению социального капитала.

Становление социального капитала требует разработки целостной системы целевой

подготовки профессионалов, при этом важна реализация профессионально-психологического потенциала личности.

Мы полагаем, что оптимизация процесса становления личностной рефлексии будущих специалистов связана с серьезной разработкой, реализацией методологического и содержательного обеспечения целостной системно-структурной программы реализации социального капитала, обеспечивается за счет внедрения акмеологических и психокоррекционных технологий на протяжении всех этапов обучения в вузе.

Исходя из этого, мы выбрали психолого-педагогические технологии, способствующие созданию индивидуальной траектории развития личности будущего специалиста как основы социального капитала.

В реализации программы становления социального капитала принимали участие не только студенты, но и преподаватели, которые участвовали в тренинге. Моделируя стратегии преодоления трудностей как в личностном плане, так и в профессиональной деятельности, мы провели психолого-педагогический тренинг личностно-профессионального развития и саморазвития, включающий упражнения на развитие саморегуляции и методику рефлексивного практикума.

За основу построения технологии становления личностной рефлексии был разработан алгоритм, включающий определенные этапы (табл. 1).

Следование представленному в таблице психолого-педагогическому алгоритму становления личностной рефлексии будущего специалиста заключалось в имитации профессиональной деятельности будущего специалиста (на этапе обучения в вузе).

Внедрение психолого-педагогического алгоритма, включающего в себя рефлексивный практикум, основанный на моделировании ситуации затруднения в профессиональной деятельности и актуализации рефлексивных процессов, дало положительную динамику позитивных изменений таких характеристик профессионального самосознания, как «уве-

ренность в себе», «самоценность» при снижении внутренней конфликтности.

Эмоциональные переживания, проявляющиеся в процессе тренинга, связанные с надеждой на успех в профессиональной деятельности, являются показателем развития личностной рефлексии будущего специалиста. Оптимистический стиль восприятия действительности и овладение стратегией по преодолению фрустрационных состояний, выработанные в процессе тренинговых занятий, также являются показателем становления личностной рефлексии будущих специалистов.

Еще одним важным фактором становления личностной рефлексии у будущих специалистов является развитие у них внутренней позиции, формирующейся посредством анализа различных успешных и неуспешных ситуаций в условиях жизнедеятельности. Развитие личностной рефлексии способствует осознанию основных событий жизнедеятельности, что оказывает влияние на уровень притязаний, на доминирующие переживания и мотивацию к деятельности в целом. У будущих специалистов, характеризующихся высоким уровнем развития личностной рефлексии, существуют различные схемы для объяснения своих успехов и неудач: успех, как правило, приписывается действию внутренних факторов (способностям и усилиям), неуспех – внешним факторам (сложностью задачи, непредвиденному случаю). Будущих специалистов с высоким уровнем развития личностной рефлексии характеризует осознание цели и пути ее реализации. Они, как правило, не ориентируются на быстрый успех, их привлекает сам процесс деятельности.

Важным фактором оптимизации становления личностной рефлексии будущих специалистов является их осознанное профессиональное самоопределение и компетентность. Ситуации свободного выбора профессиональной деятельности дают возможность осознавать себя как профессионала уже на начальном этапе обучения в вузе, что позитивно сказывается на становлении социального капитала.

Таблица 1

**Психолого-педагогический алгоритм становления личностной рефлексии  
будущих специалистов**

№ п/п	Этапы	Действия, производимые на каждом этапе
1	Целеполагание	Выбор форм, методов и средств воздействия, планирование, составление программы действий, актуализация знаний субъекта о личностной рефлексии, целеутверждение. Действия производятся с учетом мотивационного критерия личностной рефлексии
2	Социально-психологическая диагностика проблемной ситуации в системе «будущий специалист – профессиональная деятельность»	Анализ противоречий в системе профессиональной подготовки будущих специалистов (между развитием теории и практики оптимизации исследуемого процесса и объективной потребности общества интенсификации; между уровнем становления личностной рефлексии и недостаточными знаниями будущего специалиста). Действия производятся с учетом когнитивного критерия личностной рефлексии
3	Оценка реального уровня развития социально-психологической системы «будущий специалист – профессиональная деятельность»	Оценка возможных экспрессивных и функциональных реакций на профессиональное воздействие со стороны объекта. Действия производятся с учетом конативного критерия личностной рефлексии
4	Моделирование наличия личностной рефлексии будущего специалиста	Оценка мотивационной, когнитивной, эмоциональной сферы личности. Адаптация к будущей профессиональной деятельности и вхождение в ролевую структуру профессионального сообщества. Действия производятся с учетом синтеза мотивационного, эмоционального и когнитивного критериев
5	Проектирование требуемого уровня становления личностной рефлексии будущего специалиста	Введение мотивационного, когнитивного, эмоционального, конативного и интегративного критериев для оценки уровня становления личностной рефлексии. Действия производятся на основе синтеза мотивационного, когнитивного, эмоционального, конативного и интегративного критериев
6	Социально-психологическая актуализация личностной рефлексии будущего специалиста	Использование эффективных деятельностных стратегий будущего специалиста в процессе профессиональной деятельности, создание условий для повышения продуктивности профессиональной деятельности. Действия производятся на основе учета интегративного критерия

К факторам, снижающим развитие личностной рефлексии будущих специалистов, относятся различные формы социального контроля над их поведением, а также необходимость выполнения заданий к жестко фиксированному сроку (часто задания выполняются формально, а не творчески).

Внедренный нами комплекс методик, анализ которого позволяет отследить уровень становления личностной рефлексии будущих специалистов, показал, что на пя-

том курсе у юношей и у девушек в целом уровень развития личностной рефлексии выше, чем у первокурсников. Например, такой показатель, как «Реализация потребностей в саморазвитии» у пятикурсников значимо выше, чем у первокурсников. Показатель «Цель», который связан с глубоким пониманием и осознанием цели, выбранной будущим специалистом профессиональной деятельности, у пятикурсников также значимо выше.

Рефлексивно-перцептивный тренинг способствовал освоению студентами высших учебных заведений приемов и методов более глубокого проникновения в собственную личность, расширение возможностей рефлексии и более адекватной перцепции в профессиональной сфере.

Содержательный аспект рефлексивно-перцептивного тренинга состоял в последовательном и циклическом переходе от незнания к осознанию определенной психологической реальности. Цикличность перехода означала регулярное возвращение к уже выявленным психологическим феноменам с целью их наилучшего понимания на данном этапе развития. При этом групповому анализу подвергались основные механизмы самопознания и психологического познания окружающих (стереотипизация, проецирование, децентрация, идентификация, эмпатия и др.), а также сопутствующие групповые и межгрупповые психологические феномены. Особое внимание уделялось выявлению неадекватных представлений в сфере профессионального взаимодействия и коррекции соответствующих профессиональных установок.

Становление личностной рефлексии во многом определяется развитостью эмоционально-волевой сферы студента, так как всякая деятельность состоит в преодолении препятствий, барьеров разной природы. Рефлексивно-перцептивный тренинг развивает способность к анализу, обобщению и систематизации знаний по проблеме межличностного и профессионального сознания и самосознания. Обучающий аспект рефлексивно-перцептивного тренинга состоял в освоении эффективных приемов и методов познания личностных особенностей, осознания и осмысления человеческой культуры в целом. Рассмотрению и анализу знаний и поступков, размышлению об их значении в жизни человека способствовало освоение приемов адекватного самопознания. Будущие специалисты ставили себе вопросы: «Что я делаю? Как я это делаю? Почему (зачем) я это делаю?». Ответы на перечисленные вопросы способствовали становлению

личностной рефлексии как основе формирования социального капитала.

В процессе тренинга по развитию личностной рефлексии будущих специалистов была использована методика Л.М. Митиной «Анализ значимых событий за неделю» [4], в которой письменной рефлексии подвергалось яркое событие недели и значимые положительные и отрицательные события. Рефлексия самовосприятия и запуск механизма самопознания и самокоррекции личности как субъекта профессиональной деятельности был произведен посредством изучения индекса жизненной удовлетворенности. Проведение рефлексивно-перцептивного тренинга осуществлялось на основе разработанного нами плана рефлексии: описание себя, описание профессиональной деятельности, описание мыслей и чувств после профессиональной деятельности, кто и как повлиял на анализ и выводы профессиональной деятельности, насколько успешна профессиональная деятельность.

Мы соблюдали главное условие, заключающееся в систематичности проведения данной последовательности. Рефлексии способствовало также ведение дневников с фиксацией событий жизнедеятельности, анализом по предложенным вопросам, в которых было подробное описание, включающее трудности, связанные с профессиональной деятельностью. Освоение системы рефлексивно-перцептивного анализа, формирование соответствующих знаний, умений, навыков способствовало развитию мышления студентов, преодолению у будущих специалистов привычных стереотипов, формирование гибкого, творческого подхода к своим обязанностям. При этом важную роль играл анализ собственного реального и идеального «Я», проводимый будущим специалистом.

Исходя из того, что существенным признаком рефлексии является анализ собственной деятельности, будущим специалистам рекомендовалось разрабатывать привычку задавать себе стандартные вопросы: «Что не очевидно в объекте профессиональной деятельности? Что я вижу в нем такого, чего не

замечали другие?», «Что нужно изучить из того, что раньше не было изучено специалистами?», «Что на данный момент следует изучить, чтобы улучшить профессиональную деятельность?», «Что сделано из того, что другими профессионалами не было сделано в данной области, какие результаты получены впервые?», «Какие конкретно недостатки профессиональной деятельности можно исправить, исходя из полученных результатов?».

Рефлексивно-перцептивный тренинг, являясь гибкой технологией повышения профессионализма, познания себя как будущего профессионала, способствовал развитию рефлексии у будущих специалистов, которая, в свою очередь, дала возможность развить самовосприятие, самосознание и самоанализ.

Условием психолого-педагогического сопровождения процесса становления личностной рефлексии будущих специалистов явилось освоение системы рефлексивно-перцептивного анализа, способствующего формированию у будущих профессионалов соответствующих знаний, умений и навыков. Упражнения по развитию личностной рефлексии способствовали развитию творческого потенциала, что дало положительную динамику в развитии личности в целом.

Результаты проведенного исследования с целью продуктивного становления личностной рефлексии будущих специалистов показали необходимость осуществления целенаправленной работы, включающей в себя диагностику проблем, возникающих у будущих специалистов, выявление профессиональных ожиданий, потенциала деятельности будущего профессионала, постановку им целей профессионального и личностного роста, определение собственных возможностей.

Наиболее продуктивной формой психолого-педагогического сопровождения, способствующего становлению личностной рефлексии будущих специалистов, являлся разработанный нами алгоритм, который включал в себя ряд этапов: социально-пси-

хологическую диагностику проблемной ситуации в системе «будущий специалист – профессиональная деятельность – личность»; оценку реального уровня развития профессионализма; моделирование высокого уровня личностной рефлексии будущего специалиста; социально-психологическое прогнозирование ситуации становления; проектирование требуемого уровня становления личностной рефлексии будущего специалиста и обеспечение взаимодействия с профессиональной средой; социально-психологическую актуализацию личностной рефлексии.

Включенность технологии формирования социального капитала, консультирование по проблемам социально-профессионального развития, игромоделирование процесса становления личностной рефлексии и перспектив профессиональной жизни, а также тренинги саморегуляции эмоционально-волевой сферы дали положительную динамику.

Алгоритм психолого-педагогического сопровождения процесса становления личностной рефлексии будущих специалистов выявил не только особенности структурной организации Я-концепции личности, но и обеспечивал профессионально-личностное развитие посредством рефлексивной оценки собственной способности к личностному росту [1].

В целом развитие личностной рефлексии в структуре социального капитала зависит от характера активности сознания личности и образа жизни будущего специалиста; адекватности между отношением личности к себе и внешнему миру; особенностей взаимоотношений будущего специалиста и коллег в профессиональной деятельности; внутренней согласованности структуры Я-концепции и включенности будущего специалиста в разные виды профессиональной деятельности еще на этапе профессионального становления.

Высокий уровень профессионального взаимного доверия, сотрудничество и взаимопонимание составляет социальный ка-

питал профессионального сообщества, развитие которого способствует достижению больших личностных и профессиональных успехов.

**ЛИТЕРАТУРА:**

1. Агапов В.С. Становление Я-концепции личности: теория и практика. – М., 1999. – 164 с.
2. Калмыкова Е.С. Исследование индивидуального создания методом контент-анализа // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 3. – С. 28-41.
3. Кон И. Словарь по этике. – М., 2004. – 430 с.
4. Митина Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя. – М., 2004. – 142 с.
5. Рубинштейн С.Л. Избранные философско-психологические труды. – М., 1997. – 462 с.