

РАЗРАБОТКА МЕТОДИКИ ДИФФЕРЕНЦИАЛЬНОЙ ДИАГНОСТИКИ РЕФЛЕКСИВНОСТИ

Д.А. Леонтьев, Е.М. Лантева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова

(Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, г. Москва)

С тех пор, как понятие о рефлексии как о внутреннем отношении сознания к самому себе было введено Дж. Локком, в философии и психологии возникло множество различных представлений о рефлексии, рассматривающих её феномены с разных сторон и подчёркивающих их позитивные и негативные последствия.

Наиболее ярко идея о позитивной роли рефлексии в становлении личности звучит в работах С.Л. Рубинштейна [1]. По его мнению, исходно человек существует «внутри жизни», устанавливая отношение к её отдельным явлениям, но не к жизни в целом: будучи неспособным выйти за её пределы, человек ведёт жизнь, сравнимую с природным процессом. Возникновение рефлексии позволяет человеку прервать цепь детерминации явлениями своего жизненного мира и занять позицию по отношению к жизни; согласно С.Л. Рубинштейну, именно становление рефлексии является решающим, поворотным моментом, который даёт человеку возможность сознательно строить собственную жизнь.

Присущая развитому человеческому сознанию способность к рефлексии выступает одной из ключевых предпосылок перехода от режима детерминированности к режиму самодетерминации: бытие определяет неразвитое сознание, но развитое сознание может начать со своей стороны определять бытие [2]. Рефлексия в данном случае понимается как способность произвольного обращения человеком сознания на самого себя и имеет два аспекта: механизм произвольного манипулирования идеальными содержаниями в умственном плане, основанный на переживании дистанции между своим сознанием и его интенциональным объектом [3, с. 144-145] и направленность этого процесса на самого себя как на объект рефлексии.

В то же время, в психологии накоплен ряд эмпирических данных, свидетельствующих о негативных эффектах рефлексивных размышлений (*ruminatio*), связанных с сосредоточением на симптомах дистресса, возможных причинах и последствиях этих симптомов. Получены многочисленные эмпирические подтверждения связи рефлексивных размышлений с депрессией, дезадаптивными стилями совладания, пессимизмом, нейротизмом, а также их обратной связи с успешностью в решении задач и социальной поддержкой [4].

По нашему мнению, подобные противоречия связаны с тем, что единый термин «рефлексия» используется в разных контекстах для обозначения различных феноменов. Полному отсутствию самоконтроля, сосредоточенности лишь на внешнем интенциональном объекте деятельности (что можно обозначить термином «арефлексия») могут быть противопоставлены три качественно различных процесса: 1) *интроспекция* (самокопание), связанная с сосредоточенностью на собственном состоянии, собственных переживаниях; 2) *системная рефлексия*, связанная с самодистанцированием и взглядом на себя со стороны, позволяющая охватить одновременно полюс субъекта и полюс объекта; 3) *квазирефлексия*, направленная на объект, не имеющей отношения к актуальной жизненной ситуации и связанная с отрывом от актуальной ситуации бытия в мире. Мы предполагаем, что из трёх описанных форм рефлексии системная рефлексия является наиболее адаптивной, и именно эта форма связана с самодетерминацией.

Эмпирическому обоснованию гипотезы о существовании трёх качественно специфических форм рефлексии были посвящены два исследования, в ходе которых осуществлялась разработка новой психодиагностической методики – Дифференциального теста рефлексии (ДТР).

В первом исследовании приняли участие 93 студента московских ВУЗов (в том числе 48 мужчин и 45 женщин) в возрасте от 17 до 25 лет, обучающихся по специальностям вокал, журналистика и менеджмент.

В основу Дифференциального теста рефлексии лёг набор из 82 оригинальных пунктов, сгруппированных в 4 теоретически обоснованных шкалы: арефлексия (примеры утверждений: «Когда ты сосредоточен на деле, мысли только мешают», «Я не могу сидеть без дела и размышлять»), самокопание («Часто я полностью сосредоточен на своём состоянии», «Нередко я не могу отделаться от мыслей о моих текущих проблемах»), системная рефлексия («Я обычно задумываюсь о причинах того, что со мной происходит», «В случае конфликта полезно попытаться увидеть ситуацию глазами оппонента») и квазирефлексия («Я могу замечтаться и забыть обо всём», «Мне нравится мысленно путешествовать по местам, где я ещё не был»). Испытуемым предлагается оценить утверждения по 4-балльной шкале.

В дополнение к ДТР, испытуемые заполняли Методику определения индивидуальной меры рефлексивности А.В. Карпова и В.В. Пономарёвой, Тест смысловых ориентаций Д.А. Леонтьева и Методику исследования самооотношения С.Р. Пантилеева.

По данным анализа одномоментной надёжности производился отбор пунктов. В результате достаточно высокую внутреннюю согласованность (альфа Кронбаха) показали три из четырёх шкал ДТР: системная рефлексия (14 пунктов, $\alpha = 0,79$), самокопание (13 пунктов, $\alpha = 0,83$) и квазирефлексия (16 пунктов, $\alpha = 0,83$); шкала арефлексии показала невысокую надёжность (11 пунктов, $\alpha = 0,64$).

По данным корреляционного анализа, шкала самокопания показала умеренные значимые взаимосвязи со шкалами системной рефлексии ($r = 0,47$; $p < 0,001$) и квазирефлексии ($r = 0,55$; $p < 0,001$), а также слабую обратную взаимосвязь со шкалой арефлексии ($r = -0,22$; $p < 0,05$). В дополнение к этому, шкала системной рефлексии слабо, но значимо коррелировала со шкалой квазирефлексии ($r = 0,24$; $p < 0,05$).

Гендерных различий обнаружено не было. Тенденции к более высокой системной рефлексии и более низкой арефлексии у студентов творческих специальностей, по сравнению с менеджерами, не достигли уровня значимости ($0,05 < p < 0,07$).

В соответствии с ожиданиями, обнаружались значимые корреляции со шкалой рефлексивности В.В. Пономарёвой шкалы системной рефлексии ($r = 0,62$; $p < 0,001$) и самокопания ($r = 0,49$; $p < 0,001$), а также арефлексии ($r = -0,25$; $p < 0,05$).

Шкалы, соответствующие всем трём формам рефлексии, показали значимые умеренные положительные корреляции со шкалами внутренней конфликтности и самообвинения опросника МИС, наиболее сильные для шкалы самокопания ($r = 0,62$ и $r = 0,56$, соответственно, $p < 0,001$) и наиболее слабые для шкалы системной рефлексии ($r = 0,35$; $p < 0,01$). Шкала самокопания также значимо ($p < 0,01$) отрицательно коррелировала с рядом остальных шкал МИС: открытость, самоуверенность, саморуководство, отражённое самоотношение, самопривязанность. Также лишь эта шкала показала значимую отрицательную корреляцию с общим показателем осмысленности жизни по тесту СЖО ($r = -0,33$; $p < 0,01$). Шкала квазирефлексии отрицательно коррелировала со шкалами открытости ($r = -0,57$; $p < 0,001$) и саморуководства ($r = -0,29$; $p < 0,05$) МИС.

В целом, представленные данные свидетельствовали о дискриминантной и конвергентной валидности полученных шкал опросника ДТР, за исключением шкалы арефлексии. Несмотря на то, что все три вида рефлексии оказались взаимосвязаны, шкала системной рефлексии оказалась наиболее тесно связанной с рефлексивностью, тогда как шкалы самокопания и квазирефлексии обнаружили связи с негативным самооотношением и низкой осмысленностью жизни.

Полученные в первом исследовании данные составили основу для другого исследования, задачей которого явилось усовершенствование опросника ДТР и изучение его взаимосвязей. Набор работающих пунктов был нами дополнен; часть пунктов, значимо коррелировавших сразу с несколькими шкалами рефлексии, были переформулированы с целью повышения дискриминантной валидности шкал.

Испытуемыми во втором исследовании выступили студенты факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, а также его филиала в г. Ташкенте. Всего в исследова-

нии участвовало 106 человек, в том числе 85 женщин и 21 мужчина в возрасте от 17 до 25 лет.

Помимо доработанной версии опросника ДТР из 60 пунктов, испытуемые заполняли шкалу удовлетворённости жизнью Э. Динера в переводе Д.А. Леонтьева, шкалу субъективного счастья С. Любомирски в переводе Д.А. Леонтьева, шкалу толерантности к неопределённости MSTAT-I Д. МакЛейна в адаптации Е.Г. Луковицкой, тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева, тест жизнестойкости Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой (русскоязычная адаптация опросника жизнестойкости С. Мадди), опросник «Контроль за действием» Ю. Куля в адаптации И.А. Васильева, С.А. Шапкина, Д.А. Леонтьева, В.В. Кобанова и О.В. Митиной, а также шкалу личностной тревожности Ч. Спилбергера в адаптации Ю.Л. Ханина.

Достаточно высокую внутреннюю согласованность вновь показали лишь три из четырёх шкал опросника: системная рефлексия (17 пунктов, $\alpha = 0,82$), самокопание (10 пунктов, $\alpha = 0,80$) и квазирефлексия (14 пунктов, $\alpha = 0,83$). Шкала арефлексии вновь показала низкую надёжность (10 пунктов, $\alpha = 0,52$) и была исключена из рассмотрения. Данные эксплораторного факторного анализа (метод главных компонент с вращением вращением вращением) полностью подтвердили распределение 41 пункта по трём работающим шкалам.

Дискриминантная валидность шкал во втором варианте опросника несколько повысилась: значимые корреляции были получены только для шкалы самокопания со шкалами квазирефлексии ($r = 0,50$; $p < 0,001$) и системной рефлексии ($r = 0,32$; $p < 0,01$).

Шкалы опросника ДТР не показали значимых взаимосвязей со шкалами субъективного благополучия (счастье и удовлетворённость жизнью). Шкала системной рефлексии слабо положительно коррелировала с общим показателем осмысленности жизни по тесту СЖО ($r = 0,22$; $p < 0,05$). Шкала самокопания отрицательно коррелировала с толерантностью к неопределённости ($r = -0,62$; $p < 0,001$), шкалой принятия риска теста жизнестойкости ($r = -0,46$; $p < 0,05$), и положительно – со шкалой личностной тревожности ($r = 0,37$; $p < 0,05$). Шкала квазирефлексии отрицательно коррелировала с контролем за действием при неудаче Ю. Куля ($r = -0,48$; $p < 0,05$).

В целом, данные двух исследований подтверждают существование трёх качественно специфических видов рефлексии. Системная рефлексия не связана с показателями дезадаптации, однако её адаптивную роль ещё предстоит показать. Самокопание обнаруживает устойчивые взаимосвязи с показателями дезадаптации и примерно соответствует как в теоретическом, так и в эмпирическом отношении конструкту рефлексивных размышлений (ruminations), и должно быть тесно связано с нейротизмом. В то же самое время, самокопание, отражающее ориентацию субъекта на собственные переживания по поводу актуальной ситуации, выступает промежуточным звеном между квазирефлексией (оперирование объектами в «идеальном поле», оторванном от актуальной ситуации) и системной рефлексией (целостным представлением субъекта-в-ситуации).

Для окончательного решения вопроса о роли каждого из трёх видов рефлексии необходимы дополнительные исследования. К настоящему моменту завершается разработка третьей, окончательной версии опросника ДТР из трёх шкал.

Литература

1. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. М.: Наука, 1997.
2. Леонтьев Д.А. Рефлексия как предпосылка самодетерминации (в печати, 2009).
3. Леонтьев Д.А. Психология смысла. М.: Смысл, 1999.
4. Nolen-Hoeksema S., Wisco B.E., Lyubomirsky S. Rethinking Rumination // Perspectives on Psychological Science. 2008. Vol. 3. No. 5. P. 400-424.

Сведения об авторах:

Леонтьев Дмитрий Алексеевич – профессор факультета психологии МГУ имени М.В. Ломоносова, доктор психологических наук. E-mail: dleon@smysl.ru.

Лаптева Екатерина Михайловна – аспирант Института психологии РАН. E-mail: katenock@gmail.com.

Осин Евгений Николаевич – доцент Государственного университета – Высшей школы экономики, кандидат психологических наук. E-mail: keen-psy@mail.ru.

Салихова Анастасия Жэмильевна – аспирант факультета психологии МГУ имени М.В. Ломосова. E-mail: salixova@gmail.com.