



## ARTICLE INFO

Received: 02<sup>nd</sup> February 2023

Accepted: 11<sup>th</sup> February 2023

Online: 12<sup>th</sup> February 2023

## KEY WORDS

Рефлексия, рефлексивлик, “Мен” сиймоси, ўзи ҳақидаги тасаввур, ўзини ўзи тушуниш, ўзини ўзи англаш, ўзини ўзи назорат қилиш, ўзини ўзи бошқариш, ўзини ўзи тарбиялаш, психик ўзини ўзи бошқариш, мулоқотда ўзини ўзи назорат қилиш.

## ЗАМОНАВИЙ ПСИХОЛОГИЯДА РЕФЛЕКСИЯ БОРАСИДАГИ НАЗАРИЙ ЁНДАШУВЛАР

Н.И.Халилова

Ўзбекистон Республикаси Жамоат хавфсизлиги университети

Хизмат фаолиятини тарбиявий психологик таъминлаш

кафедраси, психология фанлари доктор (DSc)

<https://www.doi.org/10.37547/ejar-v03-i02-p2-57>

## ABSTRACT

Мақолада рефлексия тушунчасига нисбатан таърифларнинг моҳият, мазмунни очиб беришга ва тизимлаштиришга қаратилган. Шунингдек, рефлексия тушунчасига нисбатан жаҳон олимлар томонидан илгари сурилган ёндашувларнинг мазмуни таҳлил қилинган. Айниқса, фалсафа, педагогика ва психология фанлари доирасида рефлексия тушунчасининг мазмунини кўрсатиб ўтилган.

Рефлексия феномени азалдан кўплаб мутафаккирларнинг эътиборини ўзига тортиб келган. Ҳозиргача рефлексия муаммоси замонавий фанлар доирасида ўзининг долзарблиги ва аҳамиятини йўқотмади. Аксинча, фалсафа, психология, педагогика каби фан соҳаларининг тармоқлараро ўрганиш предмети айланган бўлган. Рефлексия тушунчасининг шаклланиш тарихи кўп жиҳатдан инсоннинг ўзи ҳақидаги тасаввурлари ривожланиши билан мос келади. Таъкидлаш жоизки, рефлексия тушунчаси учун психологик атамалар тизимида ўрни ва мақомига кўра, ноаниқлик хусусияти хосдир. Бу рефлексия муаммосини тадқиқ этишга нисбатан ёндашувларнинг кенг ва вариативлиги билан изоҳланади.

Замонавий психологик луғатларда рефлексиянинг ўзини ўзи назорат қилиш ва бошқариш жараёни билан боғлиқлиги ҳақида маълумотлар келтирилади. Хусусан, психологик луғатда эса (В.Б.Шапарь): «Психик ўзини ўзи бошқариш – бу тизим фаоллигини бошқариш даражасининг бири бўлиб, борлиқни акс эттириш ва моделлаштириш, жумладан, рефлексия воситаларини қўллашда намоён бўлади» деб келтирилади [16]. Психологиянинг яна бир замонавий луғатида (В.В.Юрчук): «рефлексив-иродавий бошқаришнинг моделлар-кондициялар-омиллари ўзини ўзи бошқаришнинг базал ингредиентидан бири сифатида ўзини ўзи назорат қилишга асосланади» [17] деб таърифланган.

Ўзи ҳақидаги тасаввур (ўз “Мен”ининг субъектив образи), А.Н.Леонтьевнинг фикрича, бошқа кишиларнинг жамиятда қабул қилинган меъёрлар ва идеалларга



ўзининг хулқ-атвори натижалари, мотив ва мақсадлари мос келиши ҳамда баҳоланиши асосида шаклланади. Рефлексия – ташқи амалий фаолият ва ички ақлий фаолият тузилиши ўртасидаги ўзаро мосликни қидиришнинг ўзига хос туридир. Бу одамларнинг ҳамкорликдаги фаолиятида намоён бўладиган ўзини ижтимоий аҳамиятга лойиқ, хатти-ҳаракат ва амалларни бажара оладиган, деб тасаввур қилишга имкон берадиган турмушига, борлиғига муносабатидир [9].

М.К.Тутушкинанинг фикрича эса, рефлексияни ўзини ўзи бошқаришнинг энг муҳим механизмларидан бири деб ҳисоблаш мумкин. “Рефлексия – шахснинг мулоқот ва фаолиятдаги ўзини ўзи назорат қилиш ҳамда ўзини ўзи бошқариш асосида ётувчи дунёқараш ва аниқ вазият ўртасидаги муносабатларни аниқлаш тамойили ва шахсий мазмунини акс эттириш механизмидир. Айнан рефлексия инсонни лаҳзалик вақт маконидан чиқариб, бўлаётган ҳодисаларни онгида акс эттиришга имкон беради” [13]. Ўзини ўзи билиш ва тушунишнинг фундаментал механизми сифатида рефлексия В.В.Знаков ишларида ҳам тадқиқ этилган. Ўзини ўзи тушунишнинг натижаси “инсоннинг ўз фикрлари, кечинмалари, хулқ-атвор мотивларини изоҳлаши; хатти-ҳаракатлари мазмунини аниқлаш кўникмаси; характери, дунёқараши, ўзига ва бошқа инсонларга муносабати, улар уни қандай тушунишлари ҳақидаги саволларга жавоб бера олишидир” [1]. А.Г.Асмолов ва В.П.Зинченколарнинг фикрича, “Рефлексия инсоннинг ўзини ўзи таҳлил қилиш, ўзини ўзи мушоҳада қилиб кўриш, ўзи ҳақида қайта-қайта фикр юритиш қобилияти сифатида ўзини ўзи англаш жараёнини фаоллаштиради, “Мен-концепциясини” бойитади ҳамда шахснинг ўзини ўзи такомиллаштиришининг муҳим омили ҳисобланади”. Онг таркибида, В.П.Зинченко фикрича, иккита қатлам- борлиқ (ҳаётий, турмуш) ва рефлексив қатлам мавжуд. “Мазмунни англаш уларни субъектнинг мотивлари, дунёдаги субъектив рефлексиялашган ҳолати билан мослашиш жараёнида амалга оширилади”, яъни “онгнинг рефлексив қатламида шахсиятли (махсус) хусусиятга эга жараёнлар қайта айлантирилади” [7].

Г.М.Андрееванинг фикрича, ижтимоий психология мутахассислари рефлексия деганда, “таъсир кўрсатаётган индивиднинг мулоқотдаги шериги уни қандай идрок қилаётганлигини англаш”ини тушунишади [1]. Замоनावий тадқиқотлар контекстида изланишлар рефлексияни ҳамкорликдаги фаолият шароитида шахслараро идрок жараёнида, ўзаро таъсирдан ташқари вазиятни билиш орқали ўрганишга йўналтирилган. Мазкур ишлар орасида рефлексиянинг кооператив жиҳатини ўрганишга бағишланган тадқиқотлар алоҳида ўрин тутади.

Ҳамкорликдаги фаолият таркибида рефлексив феноменни таҳлил қилиш масаласини В.А.Недоспасова ва В.В.Рубцов ишларида учратиш мумкин. Баъзи муаллифлар (К.Е.Данилин, Е.А.Смирнов, А.П.Сопиков) мулоқот давомида намоён бўладиган рефлексияни инсоннинг бошқа кишининг ички дунёсини акс эттириши, деб билишади. Хусусан, А.П.Сопиков ва Е.В. Смирноваларнинг таъкидлашича, «бошқа киши учун мушоҳада юритиш, бошқалар нимани ўйлаётганлигини тушуна олиш қобилияти рефлексиядир» [3]. К.Е.Данилин рефлексияни одамни одам томонидан билишнинг идрок субъекти томонидан бошқа инсонлар ички олами элементларини (қисмларини) ўз онгида қайта конструкциялаши (тузиши) дан иборат махсус сифати деб



таърифлайди [5]. И.Н.Семенов ва С.Ю.Смирновлар эса рефлексия тушунчасининг моҳиятини янада кенгайтириб, унга нафақат бошқа инсонларнинг ички оламини, балки ўзини ўзи акс эттиришини ҳам қўшади.

Кўпчилик замонавий психологик ва педагогик луғатларда «рефлексия» тушунчасига нисбатан таърифлар келтирилмай қолмаган. Хусусан, В.П.Зинченко ва Б.Г.Мещеряков таҳрири остидаги психологик луғатда рефлексия – бу “ўзини ўзи англаш; ўз хатти-ҳаракатлари, хулқ-атвори, нутқи, тажрибаси, ҳис-туйғулари, ҳолати, қобилияти, характери ва муносабатларини тушуниш, таҳлил қилишга йўналтирилган фикрлаш (рационал) жараёнидир”, деб таърифланади [14].

В.Б.Шапарь таҳрири остидаги психологик луғатда эса рефлексиянинг нафақат тафаккур билан боғлиқлиги, шу билан бирга “қарама-қаршилик ва шубҳаларга тўлиқлиги”, “ўз психик ҳолатини таҳлил қилиш” эканлиги ҳам таъкидлаб ўтилган. Шу билан бирга рефлексиянинг иккинчи мазмуни ҳам келтирилади. Унга кўра, рефлексия- “субъект томонидан қандай воситалар ёрдамида ва нима учун мулоқотдаги шеригида у ёки бу таассуротни қолдира олганлигини” ўзаро тушуниш механизмидир [16].

Амалиётчи-психолог С.Ю.Головин луғатида «рефлексия» тушунчасининг икки хил мазмуни келтирилган:

1. Ўзини билиш жараёни. Муаллиф рефлексияни психик билиш жараёнлари билан боғлайди – «ўз руҳининг фаолиятига эътиборни алоҳида йўналтиришни тақозо этади». Шу билан бирга муаллиф, рефлексиянинг вужудга келишини – “субъектнинг етукликка эришуви” деб таърифлаб, унинг онтогенезда пайдо бўлишига урғу беради.
2. Ўзаро тушуниш механизми. Бу мазмун рефлексиянинг ўзига ўзи ҳисобот бериш, психик ҳолатларини таҳлил қилишини ифодалайди [4].

Педагогик луғатларда рефлексия “субъект томонидан ҳаётий тажриба асосида ўзининг ички психик актларини билиш жараёни экани” (Л.В.Мардахаев) [10], «янги тушунишга ўтиш мақсадида ўз тажрибаси ҳақида мулоҳаза юритиш, ўз эътиқоди ва қадриятли муносабатини баҳолаш ҳамда асослаш қобилиятидир. Ўз ичига хулоса чиқариш, умумлаштириш, аналогия, таққослаш ва баҳолашни олиши” [12] таъкидланади (В.М.Полонский). Умуман, педагогик луғатларда рефлексия шахснинг энг муҳим сифати, деб таърифланади.

М.К.Тутушкинанинг асарларида [13] рефлексия тушунчасининг маъноси, унинг вазифаларидан келиб чиқиши таъкидланган. Унинг фикрига кўра, рефлексия конструктивлик ва назорат функцияларини бажаради. Конструктив нуқтаи назардан рефлексия – ҳозирги вазият билан шахснинг интеллектуал дунёқарашини боғлаш ва уларни излаш ҳисобланади. Ушбу функция ёрдамида рефлексияни фаоллаштириш юз беради, унга фаолият, хулқ-атвор ва мулоқотда ўзини ўзи тартибга солиш жараёнлари ҳам киритилган. Назорат қилиш функцияси нуқтаи назаридан, рефлексия - муайян ҳудудда ва мавжуд вазиятда шахснинг дунёқарашини ва улардан фойдаланиш, текшириш ўртасидаги алоқалар ҳисобланади. Бу ўзига хос акс эттириш механизмидир. Мазкур механизм ўз натижаларини муайян фаолиятда ёки мулоқотда ўзини ўзи назорат қилиш учун ишлатишга имкон беради. У рефлексияни объект бўйича фарқ қилувчи уч хил рефлексияга ажратади. Бу ўзини ўзи англаш, фаолият тури ва касбий фаолият рефлексиясидир.



Демак, рефлексия кўпгина ижтимоий фанларнинг умумий тадқиқот муаммоларидан ҳисобланади. Бунда рефлексияни ўрганишнинг учта асосий фалсафий, психологик, педагогик йўналишларини ажратиш мумкин.

Фалсафий адабиётларда рефлексия ижтимоий ривожланган шахснинг назарий фаолияти, ўз ҳаракатларини ва уларнинг қонунларини билиш, инсоннинг маънавий оламини ёритишга қаратилган ўзини ўзи англаш фаолияти шакли сифатида изоҳланади. Рефлексияни ўрганишда фалсафий анъана фан ривожланишининг ҳозирги босқичида метафикрлаш сифатида талқин қилинади. Рефлексив ҳаракатлар натижасида предмет чегаралари белгиланади, шунинг учун, рефлексия объективлик воситаси бўлиб хизмат қилади; рефлексивлик диалектикасида предметнинг алоҳида таркибий қисмлари акс эттирилади яъни предметнинг кўп ўлчовли хусусияти, турли концептуал қатламлари аниқланади.

Замонавий фалсафада рефлексияни шакллантириш ва ривожлантириш ҳақидаги ғоялар бир қатор тадқиқотчилар (В.В.Бажанов, А.П.Огурцов, И.Н.Семенов ва К.И.Степанов, В.С.Швырев, Э.Г.Юдин ва бошқалар) томонидан кўриб чиқилган. Умумий маънода, рефлексия ифодани англатади, шунингдек, билиш ҳаракатини тадқиқ қилишни билдиради. “Рефлексиялаш” атамаси онгнинг ўз-ўзига муносабати, ўз руҳий ҳолатини мулоҳаза қилмоқ демакдир [15].

Рефлексив амалиёт ва улар ёрдамида олинган билимларининг хусусиятларини таҳлил қилган В.А.Лекторский рефлексияга нисбатан қарашларни ягона фикрга олиб келиб, ҳар томонлама асослаб берган. Унга кўра, рефлексия ўрганилаётган объектни ижодий ўзгартиришга олиб келади. “Рефлексия натижасида унинг объекти-билимлар тизими нафақат янги муносабатларга, балки тугалланган ва қайта тикланган, рефлексия жараёнигача бўлган муносабатларга асосланади. Билиш ва объектнинг ўзгариши ўртасидаги ноодатий муносабатлар, идрок ва онг мустақил ҳолда мавжудлиги, лекин идрок ва онг билим билан бирга акс эттирилишида ифодаланади” [7].

Тадқиқотчилар (Г.М.Андреева ва бошқалар)нинг таъкидлашича, рефлексияни чуқурроқ тушуниш учун уни диадада эмас, балки ҳамкорликдаги фаолиятда бирлашган, мураккаб уюшган реал ижтимоий гуруҳларда кўриб чиқиш керак.

Психологияда рефлексия кенг маънода, инсон руҳияти ва унинг ўзини ўзи англашини тушунтириш тамойили сифатида ҳам кўрилади. Психоанализ назариясида рефлексия “ўзлик” каби тушунчалар билан боғлиқ, у “Мен”нинг кечинмалари, “Мен” образи интеграцияси” сифатида “Мен-муносабат” яхлит тизимини шакллантиришда ишлатилади.

Демак, рефлексия кенг маънода:

- 1) фикрлаш, ўзини ўзи кузатиш, ўзликни англаш;
- 2) инсоннинг ўз ҳаракатларини ва қонунларни тушунишга қаратилган инсон фаолиятининг назарий шаклидир.

Баъзи тадқиқотчилар (И.С.Кон, А.К.Марков ва бошқалар) рефлексия ҳар доим ижобий, конструктив омил бўлмаслигига эътибор қаратадилар. Зеро, ўзига ортиқча диққатни жалб этиш, ўзига бошқалар нигоҳи билан қараш зиддият, чексиз шубҳа ва ўз фаолиятни ўзгартириш билан кечади. Ш.Дювал ва Р.Виклунд назарияларига кўра



(Duval & Wicklund), рефлексия ўзига диққатни қаратиш ва ўз ўзига баҳо беришдан бошланади, бошқа модел билан қарама-қарши қўйилади, бунда рефлексия предмети шахснинг мавжуд шароитларда ўз фаолиятини баҳолаши билан юз беради, ўзини ўзи англаш тадқиқоти онгнинг ўзгариши билан ривожланиб боради [6].

Замонавий таълим тизимини таҳлил қила туриб, А.С.Обухов қуйидагиларни алоҳида таъкидлаб кўрсатади: “Ривожланиш ва такомиллашиш мақсади билан боғлиқ тарзда рефлексия ўзининг таянч мақсадларини англаш усули сифатида ўқувчиларни ривожлантиришга хизмат қилади” [11].

Рефлексия нафақат ўзини ўзи англаш балки ўзини билиш ҳамдир. У бошқани тушуниш ва таҳлил қилиш каби жараёнларни ўз ичига олади. Рефлексия ёрдамида онгнинг қадриятлар, қарашлар, нуқтаи назарлар, бошқа одамлар, гуруҳлар, жамият ва, ниҳоят, умуман одамлар билан муносабатлар, ўзаро боғлиқлик таъминланади. Бирор нарса акс эттириш, демаски, бирор нарса “бошдан кечирини”, уни “ички дунёнгиз орқали ўтказини”, уни баҳолаш деган маънони англатади [2].

Рефлексия – инсоннинг ўз ҳолати, хатти-ҳаракатлари ва ўтмишдаги воқеаларни ҳамда ўзини ўзи таҳлил қилишга қаратилган кишининг ҳар қандай фикрлаши [8].

Юқоридаги келтирилган фикрлардан кўринадики, рефлексия тушунчаси нафақат фалсафа, педагогика балки психология фанининг ҳам ўрганиш соҳаси эканлиги асосланилади. Шунингдек, шахснинг ўзини ўзи англаш, ўзини ўзи назорат қилиш, ўзини ўзи бошқариш, ўзини ўзи тарбиялаш каби жараёнларнинг рефлексия ривожланишдаги асосий омил эканлиги кўрсатилади. Шунга мувофиқ равишда рефлексия тушунчаси юзасидан қуйидаги хулосаларни таъкидлаб ўтмоқчимиз:

- фалсафий нуқтаи назардан рефлексия шахснинг ўз хатти-ҳаракатларини англаши, “Мен” сиймосининг таркиб топиши, ўзини ўзи англаш тизими хусусиятлари ҳамда инсон онгидаги фикрлаш билан кечадиган жараён сифатида кўрсатилади;
- таълим тарбия муҳитида шахснинг ўзини ўзи англаш тизими билан боғлиқ бўлган ўзини ўзи назорат қилиш ўз хатти-ҳаракатлари натижасини олдиндан кўра олиш ва таҳлил қилиш ҳамда мулоқот жараёнидаги суҳбатга фаол таъсир кўрсата олиш каби рефлексиянинг педагогик жиҳатларини белгилаб беради;
- рефлексия психологик жиҳатдан онг томонидан бошқариладиган, ўзини ўзи билишга қаратилган қобилиятлар, ўзи ҳақидаги тасаввурлар ва ўзини ўзи англаш тизими билан боғлиқ жиҳатларнинг умумлашган яхлит компоненти сифатида қайд этилади.

## References:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М: Аспект Пресс, 1999. 375 с.
2. Асеев В.Г. Мотивационная регуляция поведения личности: Дисс. ... д-ра психол. наук в виде научного доклада. - М., 2003 – 364 с.]
3. Войтик И.М., Семенов И.Н. Оценка и развитие рефлексивного мышления: Учеб. пособ. Новосибирск: СибАГС, 2001. 144 с.
4. Головин С.Ю. Словарь психолога-практика. 2-е изд., перераб. и доп. Минск: Харвест, 2007. 976 с.
5. Данилин К.Е. Формирование внутригрупповых установок и рефлексивной структуры группы //Межличностное восприятие в группе. М., 1981. С. 124–152.



6. Зинченко В.П., Моргунов Е.Б. Человек развивающийся. Очерки российской психологии. М.: Тривола, 1994. 304 с.
7. Зинченко В.П., Смирнов С.Д. Методологические вопросы психологии. – М.: Изд-во МГУ, 1983. – 165 с
8. Кульневич С.В., Лакоценина Т.П. Современный урок. Часть 1. Научно-практическое пособие. - Издательство «Учитель», Ростов-на-Дону. - 2004.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
10. Мардахаев Л.В. Словарь по социальной педагогике: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2002. 368 с.
11. Обухов А.С. Рефлексия в проектной и исследовательской деятельности / А.С.Обухов // Исследовательская работа школьников. - 2005. - № 3. - С. 19-38.
12. Полонский В.М. Словарь по образованию и педагогике. М.: Высшая школа, 2004. 512 с.
13. Практическая психология: Учебник / Под ред. М.К. Тутушкиной 4-е изд., перераб., доп. СПб.: Изд-во «Дидактика Плюс», 2001. 368 с.
14. Психологический словарь / Под ред. В.П. Зинченко, Б.Г. Мещерякова. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Педагогика-Пресс, 1999. 440 с.
15. Философский словарь / Под ред. И.Т. Фролова. – 5-е изд. – М.: Политиздат, 1987. – 590
16. Шапарь В.Б., Россоха В.Е., Шапарь О.В. Новейший психологический словарь / Под общей ред. В.Б. Шапаря. Изд. 2-е. Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. 808 с.
17. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. Минск: Элайда, 2000. 704 с.