

ВЗАИМОСВЯЗЬ РЕФЛЕКСИВНОСТИ И ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ

DOI: 10.25629/НС.2020.03.25

Грибоедова О.И.

Тульский государственный университет

Тула, Россия

Аннотация. В статье описаны результаты эмпирического исследования особенностей рефлексивности подростков с разным уровнем психологического благополучия. Дается сущностная характеристика рефлексивности подростков, определяются основания изучения взаимосвязи рефлексивности и психологического благополучия личности. Анализируются взаимосвязи между уровнем рефлексивности подростков 14-17 лет и выраженностью параметров психологического благополучия, исследуется выраженность разных видов рефлексии в трех уровнях групп – подростков с высоким, средним и низким психологическим благополучием. На основании результатов исследования формулируются выводы относительно наличия взаимосвязи между рефлексивностью подростков и их психологическим благополучием. Оценка взаимосвязей показателя психологического благополучия и оценкой рефлексии выявила значимую корреляцию в уровневой группе низкого психологического благополучия между ретроспективным видом рефлексии и уровнем психологического благополучия подростков. В группе с высоким уровнем психологического благополучия значимой оказалась связь между рефлексивностью настоящей деятельности и уровнем психологического благополучия подростков. Выявлено, что преобладание ретроспективной рефлексивности в сочетании с низкими показателями рефлексивности настоящей деятельности подростков снижает их психологическое благополучие. Полученные результаты отражают наличие связи изучаемых психологических категорий: чем ниже уровень развития рефлексивности подростка, тем ниже его психологическое благополучие. Дополнительным результатом исследования стало обнаружение полярнообратной выраженности структурного компонента психологического благополучия «самопринятие» в группах подростков с высоким и низким уровнем психологического благополучия. Результаты исследования будут полезны для определения путей повышения психологического благополучия подростков в педагогической практике. Перспективы исследования связаны с изучением связи структурных и содержательных особенностей самопознания подростков и их психологического благополучия.

Ключевые слова: психологическое благополучие; подростки; различия рефлексивности; влияние ретроспективной рефлексивности; самопринятие.

Введение в проблему

Проблема формирования психологического благополучия детей и подростков является едва ли не самой важной в психологической науке и актуальной в сегодняшнем динамичном обществе, характеризующемся повышенной напряженностью из-за высокой информатизации, усиления восприятия успешности как цели жизни человека, необходимости мобильности действий и дефицита личного времени, пространства, событий.

В современной психологической науке за последние десятилетия определены составляющие психологического благополучия, найдена его взаимосвязь с другими психологическими категориями, предприняты попытки изучения механизмов его формирования. Однако, исследователями больше изучается психологическое благополучие взрослых людей и недостаточно изучены механизмы формирования психологического благополучия детей и подростков, особенности и факторы, способствующие формированию у подрастающего поколения специфических, устойчивых психологических черт, позволяющих ему успешно функционировать.

Опираясь на концепцию отечественного ученого Р.М. Шамионова [1] важно отметить, что определяющим в формировании субъективного благополучия человека является соотношение цели и результата активности, которое происходит за счет рефлексии. Другими словами, имеется связь между субъективным благополучием и рефлексией личности – “чем в большей степени субъективное благополучие личности основано на согласованности инстанций, тем в большей степени можно говорить о психологической зрелости человека вообще” [1, с. 81]. Р.М. Шамионов отмечает, что на разных уровнях социализации личности возможны различные качественные уровни осмысленности и рефлексии в соответствии с тем социальным знанием, тем уровнем опыта, которым субъект обладает в настоящем.

В рамках изучения данной темы особый интерес вызывают исследования отечественного ученого П.П. Фесенко [18], который выявил прямую связь между психологическим благополучием и осмысленностью человека, доказав, что с повышением осмысленности жизни повышается психологическое благополучие. При этом исследователь определил, что испытуемые с высоким уровнем психологического благополучия отличаются от людей с низким уровнем психологического благополучия тем, что у них значительно более высокий уровень осмысленности жизни и смысложизненных ориентаций. А расхождение между структурой идеального психологического благополучия и актуального психологического благополучия наиболее велико у лиц с низким психологическим благополучием, обладающих слабой осмысленностью жизни.

Изучению природы осознанности и ее связи с психологическим благополучием посвящены исследования зарубежных ученых K.W. Brown, R.M. Ryan [8], которые исследовали межличностные и внутриличностные особенности осознанности и ее связь с другими психологическими конструктами. Результатами этого клинического исследования студентов колледжа и взрослых людей стали выводы о том, что более высокий уровень осознанности связан с низким уровнем настроения и высоким уровнем стресса. Этими авторами разработана Шкала оценки внимательности и осознанности в повседневной жизни (MAAS).

В рамках озвученной нами проблемы важно понимать, что именно подростковый возраст отличается особой осмысленностью жизни и имеет рефлексивность как возрастное новообразование данного жизненного периода. При этом исследователями описаны основные функции личностной рефлексии: здоровьесберегающая функция [24], функция создания нового смысла своего существования [26], развитие мудрости и умиротворения [25], развитие самопознания [27].

Под рефлексией мы понимаем мыслительный процесс, направленный на анализ, понимание, осознание себя: собственных действий, поведения, речи, опыта, чувств, состояний, способности, характера, отношений с другими и к другим, своих задач, назначения, совершенные и будущие действия [4, с.459].

Изучение вопроса о значении рефлексии в подростковом возрасте ставит перед современным обществом задачу формирования рефлексивной личности. Под рефлексивностью большинство ученых понимают свойство личности, характеризующее ее способность к самопознанию и познанию окружающего мира, продуктивную характеристику процесса рефлексии и индивидуальную меру ее выраженности.

Отечественный ученый А.В. Карпов [3] называет рефлексивность образованием высокого уровня интегрированности, структурированности и системности, “фокусом, в котором интегрируются все иные свойства и качества”, имеющей четыре вида – ретроспективная рефлексивность, рефлексивность настоящей деятельности, рефлексивность будущей деятельности и рефлексивность взаимодействия с другими людьми.

При этом ученые Леонтьев Д.А. и А.Ж. Аверина [5] считают необходимым дифференциацию понятия рефлексивности и выделение различных ее видов не только по объектной направленности, но и по качественным особенностям рефлексивного отношения. Данные исследователи предполагают, что предложенный ими дифференциальный подход позволяет отделить в рефлексивности то, что является «ценным ресурсом личностного потенциала, от “ментального мусора”, выступающего ненужным балластом нашей деятельности, сознания и саморегуляции» [там же].

Краткий обзор исследований

Сегодня в психологических исследованиях определены особенности рефлексивности младших и средних подростков, выявлена связь рефлексивности с локусом контроля и эмпатией [16], наличие связи рефлексивности и самооценки подростков, изучены особенности взаимосвязи рефлексии и социометрического статуса современных подростков [14], определены особенности рефлексии подростков с делинквентным и отклоняющимся поведением [15].

Кроме этого, исследователями выявлена взаимосвязь общей и парциальной рефлексивности с показателями и формами агрессивности у подростков с разной степенью делинквентности], определены особенности саморегуляции подростков с разными уровнями рефлексивности, изучен вопрос об уровне развития и особенностях рефлексивности у подростков, воспитывающихся в полных и неполных семьях [22], подростков из семей, отягощенных алкогольной зависимостью [19], подростков-членов подростково-молодежных уличных криминальных группировок [23].

Современными психологами проведены исследования связи рефлексивности с типом мышления подростков [11], рефлексии и смысложизненных ориентаций личности в подростковом возрасте [12], определена специфика взаимосвязи креативности и рефлексии [21], установлена роль развивающейся рефлексии подростка как фактора защиты в преодолении стрессовых воздействий дисфункциональной семейной системы в условиях психосоматического расстройства [10].

Однако, при таком многообразии исследований, касающихся проблемы рефлексивности подростков, научных работ, изучивших связь рефлексивности и психологического благополучия детей и подростков крайне мало.

В числе редких работ, затрагивающих этот вопрос, можно отметить исследования отечественных ученых О.В. Прохорова и А.В. Чернова [7], Т.В. Семеновских и А.Д. Пестряковой [9], В.М. Бызовой и Ю.А.Калашниковой [13], Е.Н. Ткач и М.Ю. Бондаревой [6], Э.Г. Усманова [20].

Так Т.В. Семеновских и А.Д. Пестряковой были сделаны выводы о прямой зависимости субъективного благополучия личности от степени развития отдельных компонентов аутопсихологической компетентности студентов.

Выявлению взаимосвязи отнoгенетической рефлексии и эмоционального благополучия у подростков посвящено исследование Е.Н. Ткач и М.Ю. Бондаренко, которые выявили, что взаимосвязь рефлексии с негативными эмоциональными состояниями интенсифицирует переживания эмоционального неблагополучия подростков, а высокий уровень онтогенетической рефлексии «эмоционально-благополучных» подростков способствует их продуктивной индивидуализации и социализации.

Кроме этого, заслуживают внимания результаты исследования Э.Г. Усманова, который изучал взаимосвязи типа рефлексии и психологического благополучия у студентов медицинского университета, выявив, что системная рефлексия положительно коррелирует со шкалой психологического благополучия, а негативные типы рефлексивных процессов (квазирефлексия, интроспекция) отрицательно коррелируют со шкалой психологического благополучия.

В то же время результаты эмпирических исследований, полученные В.М.Бызовой и Ю.А.Калашниковой не подтвердили воздействия рефлексивности на психологическое благополучие и здоровье человека, не обнаружив статистической взаимосвязи между этими психологическими категориями.

В результате исследований А.О. Прохорова и О.В. Чернов установлено, что с ростом уровня рефлексии возрастает интенсивность кратковременных психических состояний, а выраженность длительных, наоборот, снижается. Ученые выявили, что для лиц с высоким уровнем рефлексии характерны положительные психические состояния высокой интенсивности и негативные психические состояния низкой интенсивности. При этом данные исследователи определили, что в напряженной учебной деятельности «высокорефлексивные» студенты чаще переживают психические состояния низкой интенсивности, тогда как «низкорефлексивные» одинаково часто ис-

пытывают состояния как высокой, так и низкой интенсивности. Авторы утверждают, что ключевым показателем, влияющим на психические состояния, служит уровень регуляторных способностей, а рефлексия выполняет трансформирующую функцию.

Проведенный нами анализ исследований отечественных ученых показал, что проблема связи рефлексии и психологического благополучия остается на сегодняшний день мало изученной. Исследование этого научного вопроса, на наш взгляд, приобретает особую остроту в обществе, для которого проблема психологического благополучия современного человека остается одной из самых актуальных.

Цель и гипотеза исследования

Обращая особое внимание на связь осмысленности и психологического благополучия и, используя знания о рефлексии как новообразовании подросткового возраста, мы ставим проблему: существует ли связь между уровнем психологического благополучия подростков и их рефлексивностью?

Рассматривая рефлексивность как важнейшую составляющую развивающейся личности, обеспечивающую гармоничность жизнедеятельности человека, мы полагаем, что существует прямая связь между рефлексивностью и психологическим благополучием: чем ниже уровень развития рефлексивности, тем ниже вероятность психологического благополучия.

С целью изучения особенностей рефлексивности подростков с разным уровнем психологического благополучия было осуществлено эмпирическое исследование таких показателей как: уровень рефлексивности подростков, выраженность у них ретроспективной рефлексии, рефлексии настоящей деятельности, рефлексии будущей деятельности и рефлексии общения и взаимодействия с другими людьми.

В рамках исследования нами выдвигается гипотеза о том, что существуют различия особенностей рефлексивности у подростков с разным уровнем психологического благополучия.

Организация исследования

Для проверки данного предположения была сформирована выборка, включающая в себя 60 подростков в возрасте 14-17 лет, учащиеся 7-11 классов средних общеобразовательных школ г. Плавска Тульской области, из них: 37% – подростки 17-тилетнего возраста, 17% – 16-тилетние, 32% – подростки 15-ти лет, 15% – подростки 14 лет.

Исследование состояло из двух этапов: 1. Определение уровня психологического благополучия подростков. 2. Изучение уровня и видов рефлексивности у подростков с разным уровнем психологического благополучия.

Для дальнейшей реализации целей исследования по результатам изучения психологического благополучия, все подростки выборки были разделены на три уровневые группы – с высоким, средним и низким психологическим благополучием. Первую группу составили 7% подростков, вторую – 70% и третью – 23%. Эти группы в описании нашего исследования мы будем называть «уровневыми группами».

Методы

Оценка психологического благополучия проводилась с помощью «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф в адаптации Т.Д. Шевеленковой, П.П. Фесенко [2]. Для исследования общего уровня психологического благополучия и выраженности у обследуемых его составляющих – «Позитивные отношения», «Автономия», «Управление средой», «Личностный рост», «Цели в жизни», «Самопринятие» – подросткам предлагалось ответить на вопросы анкеты, оценив предложенные утверждения об их жизни по шкале от 1 до 7 баллов.

Рефлексивность подростков и ее виды изучались с помощью методики определения индивидуальной меры рефлексивности А.В. Карпова и В.В. Пономаревой [17], содержащей утверждения, касающиеся ретроспективной рефлексии в деятельности, рефлексии настоящей деятельности, рассмотрению будущей деятельности и рефлексии общения и взаимодействия с другими людьми. Подросткам предлагалось оценить их для себя по шкале от «абсолютно неверно» до «совершенно верно», используя от 1 до 7 баллов, соответствующих выбранному ответу.

Статистический сравнительный анализ результатов осуществлялся с применением методов описательной статистики, методов непараметрической статистики (метод математической статистики Пирсона, Н-критерий Крускала-Уоллиса) и метода рангового сравнительного анализа данных.

Результаты и их обсуждение

Изучение психологического благополучия в целом по выборке показало, что большинство подростков имеют средний уровень психологического благополучия (диаграмма 1). Это может быть связано как с особенностями подросткового возраста с его подвижностью, возрастной промежуточностью и активной развивающей составляющей, так и с общей чертой русского менталитета, где страдание имеет духовно просветляющий смысл в системе жизненных ценностей русского народа.

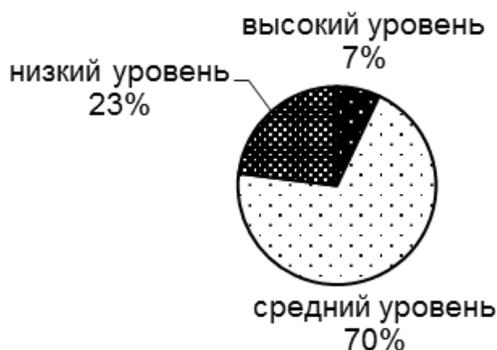


Диаграмма 1 – Уровень психологического благополучия подростков

Проведенный нами анализ внутригрупповых показателей степени выраженности параметров психологического благополучия, выявил их отличительные особенности в группах подростков с разным уровнем психологического благополучия (таблица 1).

Таблица 1– Показатели выраженности шкал психологического благополучия в группах подростков с разным уровнем психологического благополучия

Уровневая группа по психологическому благополучию	Среднегрупповые баллы по шкалам психологического благополучия / ранг внутри уровневой группы					
	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие
Высокий уровень	70,75 / III	70 / III	65 / IV	73,5 / II	74 / I	70,75 / III
Низкий уровень	45,71 / V	50,78 / II	47,21 / IV	54 / I	49,21 / III	45,35 / VI
Средний уровень	59,61 / III	58 / IV	56,78 / V	62,28 / I	60,14 / II	55,80 / VI
по всей выборке	57,11 / IV	57,16 / III	55,1 / V	61,11 / I	58,51 / II	54,36 / VI

Анализ полученных данных показал, что у подростков, имеющих высокий уровень психологического благополучия, в наибольшей степени в сравнении с другими параметрами внутри своей группы выражен показатель «цели в жизни» и имеется более высокий по внутригрупповому рангу, в сравнении с подобными рангами групп среднего и низкого благополучия, показатель «самопринятие».

Вместе с тем следует отметить сходность высоких рейтинговых внутригрупповых значений во всех трех уровнях групп по параметру «личностный рост» и схожие невысокие ранговые

показатели выраженности по параметру «управление средой». Это можно объяснить особенностями подросткового периода жизни с его активизацией развития личности и еще формирующимся у подростков самоконтролем своей деятельности и жизни.

В группе подростков со средним психологическим благополучием отмечена сходность высоких ранговых характеристик по параметрам «позитивные отношения» и «цели в жизни» с уровневой группой высокого психологического благополучия и одинаково низкое рейтинговое внутригрупповое значение параметра «самопринятие» с группой низкого психологического благополучия.

Данные, представленные в таблице 1, демонстрируют, что для группы подростков с низким уровнем психологического благополучия характерен более высокий, в сравнении с ранговой расположенностью внутри других уровневых групп, показатель по параметру «автономия». Кроме этого, внутри данной уровневой группы зафиксирована более низкая степень выраженности таких параметров психологического благополучия как «позитивные отношения» и «самопринятие».

Выявленные отличия в полярной выраженности параметра «самопринятие» в группах подростков с высоким и низким уровнем психологического благополучия позволяет предположить наличие связи у подростков между отношением к себе, знанием себя и своих особенностей и уровнем своего психологического благополучия. При этом следует отметить, что сходность низких ранговых мест параметра «самопринятие» внутри уровневых групп среднего и низкого психологического благополучия может являться подтверждением его важности для достижения высокого уровня психологического благополучия подростков.

Выявленные более низкие, в сравнении с другими уровневыми группами, показатели внутригруппового ранга по параметрам «позитивные отношения» и «самопринятие» у подростков с низким уровнем психологического благополучия дают возможность предположить у них больше проблемности в отношениях с собой и другими людьми. При этом более высокий, в сравнении с другими уровневыми группами, показатель их внутригруппового ранга по параметру «автономия» может отражать их большую независимость, самостоятельность, оценивание себя в соответствии с личными критериями и умение противостоять требованиям и ожиданиям общества.

В результате изучения общего уровня рефлексивности в целом по выборке выявлено, что большинство подростков на момент обследования имеют ее средний уровень (диаграмма 2).

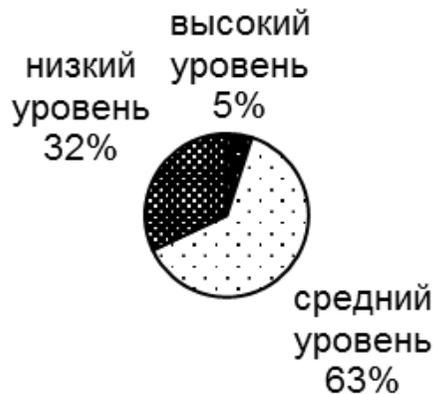


Диаграмма 2 – Уровень рефлексивности подростков

Обращает на себя внимание, что третья часть всей выборки подростков имеет низкий уровень рефлексивности, что может быть связано как с особенностями прохождения ими подросткового возраста, так и с индивидуальными психологическими особенностями обследованных подростков.

Небольшой процент подростков выборки, имеющих высокий уровень рефлексивности, может быть связан с тем, что рефлексия как механизм самопознания подростков, являясь новообразованием этого возраста, не может достичь своего полного развития в связи с незавершенностью многих процессов формирования личности.

В рамках нашего исследования особый интерес представляют полученные данные о выявленных уровнях рефлексивности в группах высокого, среднего и низкого психологического благополучия (таблица 2).

Таблица 2 – Показатели уровня рефлексивности в группах подростков с разным уровнем психологического благополучия

Уровневые группы по психологическому благополучию	Количество выявленных подростков, процент		
	Высокий уровень рефлексивности	Средний уровень рефлексивности	Низкий уровень рефлексивности
Группа подростков с высоким уровнем	-	75	25
Группа подростков со средним уровнем	5	67	28
Группа подростков с низким уровнем	7	50	43

Анализ полученных результатов показал, что в группе низкого психологического благополучия выявлено больше подростков с низким уровнем рефлексивности. Кроме этого, в данной группе подростков отмечен более низкий процент подростков, имеющих и средний уровень рефлексивности.

В группе подростков со средним уровнем психологического благополучия в сравнении с группой высокого благополучия выявлено больше подростков, имеющих низкий уровень рефлексивности и меньше исследуемых со средним уровнем рассматриваемого психологического свойства личности.

Исходя из полученных нами данных, среди подростков с высоким уровнем психологического благополучия не выявлено школьников с высоким уровнем рефлексивности, и эта уровневая группа в своем большинстве представлена подростками со средним уровнем рефлексивности. Подростков с низким уровнем данного свойства личности в рассматриваемой группе выявлено меньше, чем в других уровнях групп по психологическому благополучию.

При обработке данных с помощью критерия линейной корреляции Пирсона, измерялась связь между «психологическим благополучием» (общий уровень по результатам шкалы психологического благополучия К. Рифф) и рефлексивностью (по результатам опросника А.Карпова и В.Пономаревой). Результаты помещены в таблицу 3.

Таблица 3 – Корреляционная связь между признаками

	Психологическое благополучие	Рефлексивность
Психологическое благополучие	1	0,397**
Рефлексивность	0,420**	1

$r=0,01$

Результаты корреляционного анализа отражают прямую значимую связь между переменными «психологическое благополучие» и «рефлексивность» данной выборки подростков.

Проведенный статистический анализ результатов с помощью Н-критерия Крускала-Уоллиса по общей выборке показал, что существуют различия между уровневными группами психологического благополучия по показателю «рефлексивность»: между группой низкого психологического благополучия и среднего психологического благополучия: $H=4,344$ $p=0,000$, между группами низкого и высокого психологического благополучия: $H=4,279$ $p=0,000$, между группами среднего и высокого психологического благополучия: $H=2,493$ $p=0,038$.

Полученные данные о большем, в сравнении со всеми уровневными группами, количестве подростков с низкой рефлексивностью в группе низкого психологического благополучия и большего количества таких подростков в группе среднего психологического благополучия в сравнении с подростками с высоким благополучием, и результаты корреляционного анализа по критерию Пирсона и Н-критерию Крускала-Уоллиса, дают возможность предположить существование прямой связи между рефлексивностью подростков и их уровнем психологического благополучия. Это может означать, что низкая рефлексивность подростка может быть причиной его недостаточно высокого уровня психологического благополучия.

Для дальнейшего изучения особенностей рефлексивности у подростков с разным уровнем психологического благополучия, в данных группах был проведен анализ выраженности четырех видов рефлексивности личности подростка (по А.В. Карпову): ретроспективной, рефлексивности настоящей и будущей деятельности, рефлексивности взаимодействия с другими людьми (таблица 4).

Таблица 4 – Показатели выраженности видов рефлексивности в группах подростков с разным уровнем психологического благополучия

Виды рефлексивности / общегрупповой балл в целом по выборке / ранг по выборке	Среднегрупповой балл по уровневой группе / ранг внутри уровневой группы		
	Группа подростков с высоким уровнем психологического благополучия	Группа подростков со средним уровнем психологического благополучия	Группа подростков с низким уровнем психологического благополучия
Ретроспективная рефлексивность (РРД) / 34,63 / III	34,25 / IV	33,66 / IV	44 / I
Рефлексивность настоящей деятельности (РНД) / 36,27 / II	37,5 / I	36,57 / II	32,35 / IV
Рефлексивность будущей деятельности (РБД) / 36,91 / I	35,75 / II	36,78 / I	35,64 / II
Рефлексивность взаимодействия с другими людьми (РВДЛ) / 34,13 / IV	34,5 / III	34,28 / III	33,57 / III

Анализируя полученные показатели выраженности характеристик рефлексивности в трех уровневых группах по психологическому благополучию, мы видим, что у подростков выборки с низким уровнем психологического благополучия наиболее выражена ретроспективная рефлексивность, а наименее выражена рефлексивность настоящей деятельности. При этом подростки данной группы имеют самые низкие среди трех уровневых групп среднегрупповые показатели выраженности рефлексивности настоящей и будущей деятельности, рефлексивности взаимодействия с другими людьми.

В то же время, в группе подростков с высоким уровнем психологического благополучия, наоборот, отмечены наибольшие среднегрупповые значения рефлексивности настоящей деятельности и наименьшие значения ретроспективной рефлексивности.

Обращает на себя внимание, что в группе подростков со средним уровнем психологического благополучия зафиксированы более высокие показатели рефлексивности будущей деятельности в сравнении с подростками других уровней групп. Кроме этого в данной группе отмечены самые низкие показатели ретроспективной рефлексивности в сравнении с группами подростков с высоким и низким психологическим благополучием. Можно предположить, что выявленные факты связаны с особенностями подросткового возраста, где нормативно обесценивается детское прошлое и формируется больше надежд и ожиданий на свое взрослое будущее.

Следует отметить, что во всех трех уровнях групп по психологическому благополучию рефлексивность взаимодействия с другими людьми находится на одном значимом уровне выраженности в сравнении с другими видами рефлексивности в данных группах. Это подтверждает значимость для человека подросткового возраста общения с людьми и является нормативным в развитии личности любого подростка.

При анализе полученных результатов, обращает на себя внимание большая значимость прошлого и размышлений о нем при низкой выраженности рефлексивности настоящей деятельности у подростков с низким уровнем психологического благополучия. И, наоборот, в группе подростков с высоким уровнем психологического благополучия выявлена большая значимость анализа и понимания себя и своей деятельности в настоящем времени и низкие показатели выраженности ретроспективной рефлексивности в сравнении с показателями данного вида рефлексивности у подростков с низким психологическим благополучием.

Опираясь на полученные результаты о полярных показателях ретроспективной рефлексивности и рефлексивности настоящей деятельности в группах подростков с высоким и низким уровнем психологического благополучия, можно предположить особо значимое влияние ретроспективной рефлексивности и рефлексивности настоящей деятельности подростка на уровень его психологического благополучия.

Выводы и заключение

1. В проведенном исследовании выявлено, что существуют различия рефлексивности у подростков с разным уровнем психологического благополучия.

2. Полученные результаты указывают на существование прямой связи между рефлексивностью подростков и их психологическим благополучием и позволяют предположить, что низкая рефлексивность подростка может быть причиной его недостаточно высокого уровня психологического благополучия.

3. Анализ полученных различий в характеристиках видов рефлексивности подростков с высоким и низким уровнем психологического благополучия позволяет предположить существование особо значимого влияния ретроспективной рефлексивности и рефлексивности настоящей деятельности подростка на уровень его психологического благополучия. В рамках исследования выявлено, что преобладание ретроспективной рефлексивности в сочетании с низкими показателями рефлексивности настоящей деятельности подростков снижает их психологическое благополучие.

4. Дополнительным выводом исследования является то, что в результате анализа полученных данных можно предположить наличие у подростков прямой связи между самопринятием и уровнем своего психологического благополучия.

Все выводы, сделанные по результатам проведенного исследования, указывают на существование прямой связи между рефлексивностью подростка и его психологическим благополучием: чем ниже уровень развития рефлексивности подростка, тем ниже вероятность его психологического благополучия.

Выводы автора представляют интерес для педагогической психологии и могут иметь значение при определении направлений работы педагогов и психологов с подростками с целью повышения их психологического благополучия.

Перспективы исследования связаны с изучением связи структурных и содержательных особенностей самопознания подростков и их психологического благополучия.

Литература

1. Шамионов Р.М. Субъективное благополучие личности как субъекта социального бытия // Изв. Сарат. Ун-та. Нов. Сер. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2014. Т. 14. вып. 1. С. 80-86.
2. Жуковская, Л.В., Трошихина, Е.Г. Шкала психологического благополучия К.Рифф // Психологический журнал. 2011. № 2, Том 32, с. 82–93.
3. Карпов А. В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики // Психологический журнал. 2003. Т. 24, № 5. С. 45–57.
4. Современный психологический словарь / Сост. и общ. ред. Б.Г. Мещеряков, В.П. Зинченко, - СПб: прайм - ЕВРОЗНАК, 2007. 633 с.
5. Леонтьев Д.А. Аверина А.Ж. Феномен рефлексии в контексте проблемы саморегуляции [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2011. N 2(16). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 17.11.2019). 0421100116/0012.
6. Ткач Е.Н., Бондарева М.Ю. Особенности онтогенетической рефлексии у подростков с разным содержанием эмоционального благополучия // Акмеология. 2016. № 2. С. 83-86.
7. Прохоров А.О., Чернов А.В. Влияние рефлексии на психические состояния студентов в процессе учебной деятельности // Экспериментальная психология. 2014. Том. 7, № 2. С. 82–93. ISSN: 2072-7593 / 2311-7036 (online).
8. Brown K.W., Ryan R.M. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 84, N 4. p. 822–848.
9. Семеновских Т.В., Пестрякова А.Д. Субъективное благополучие и аутопсихологическая компетентность личности в юности // Интернет-журнал «Мир науки». 2018. №2. URL: <https://mir-nauki.com/PDF/92PSMN218.pdf> дата обращения: 11.11.2019).
10. Симоненко И.А. Рефлексия как фактор защиты подростка в преодолении стрессовых воздействий дисфункциональной семейной системы в условиях психосоматического расстройства // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2015. № 3 (32). С. 170-186. [Электронный ресурс]. URL: <http://mprj.ru>. (дата обращения: 28.08.2019) eISSN: 2219-8245.
11. Князева Т.Н., Ершова Е.В. Взаимосвязь развития рефлексии и когнитивно-личностных свойств в подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования. – Ялта, 2017. 275 с. ISSN: 2311-1305
12. Косикова Л.В. Особенности смысложизненных ориентаций старшеклассников с разным уровнем рефлексивности // Психология обучения. 2019. №1. М.: изд-во СГУ. 124 с. ISSN: 1561-2457.
13. Бызова В.М., Калашникова Ю.А. Психическая ригидность и рефлексивность как факторы психологического благополучия // Материалы международной научной конференции «Ананьевские чтения -2016: Психология: вчера, сегодня, завтра» / Отв. ред. А.В. Шаболас, Н.В. Гришина и др. СПб., 2016. С. 5-6.
14. Куимова Н.Н., Иванова И.А. Особенности взаимосвязи рефлексии и социометрического статуса современных подростков 14-15 лет // Современные научные исследования и инновации. 2016. № 12 (68). С. 1259 – 1262. eISSN: 2223-4888.
15. Жанажанов А.Р., Епанчинцева Г.А. Особенности рефлексивности у подростков, склонных к деструктивным формам поведения // Профилактика саморазрушающегося поведения детей и подростков: история, теория и практика. Материалы международной научно-практической конференции. Орехово-Зуево, 2017. с. 45 – 48. ISBN: 978-5-87471-260-0.

15. Лебедева Ю.В., Меламед С.И. Особенности рефлексивности младших и средних подростков // Психологическое сопровождение в системе образования: сборник научных трудов по материалам Международной междисциплинарной научно-практической конференции "Психология и психологическая практика в современном мире" / науч. ред.: Б. Ю. Берзин, Э. Э. Сыманюк. Екатеринбург, 2015. с. 103-113. ISBN 978-5-7996-1632-8.
16. Пономарева В.В. Психодиагностика рефлексивности как метод социально-психологического исследования управленческой деятельности: дисс. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2000. 188 с.
17. Фесенко П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности: автореф. дис. ... канд. псих. наук. Москва, 2005. 24 с.
18. Тюзюльбаева Т.В. Особенности рефлексивной сферы у подростков из семей,отягощенных алкогольной зависимостью // Молодость. Наука. Перспектива. Сборник научных трудов студентов, магистрантов, аспирантов. Майкоп, 2017. С. 156-162. ISBN: 978-5-91692-432-9
19. Усманов Э.Г. Исследование взаимосвязи типа рефлексии и психологического благополучия у студентов медицинского университета // Научный форум: Педагогика и психология: сб. ст. по материалам IV междунар. заочн. науч.-практ. конф. – № 2(4). – М., Изд. «МЦНО», 2017. С. 94-98.
20. Юдина С.Д., Войтик И.М., Чухрова М.Г., Чухров А.С. Специфика взаимосвязи креативности и рефлексии // Мир науки, культуры и образования. 2019. № 2(75). С. 286 – 288. eLIBRARY ID: 37637504.
21. Френкель М.В. Особенности развития личности подростка в условиях полной и неполной семьи // Педагогический опыт: теория и практика. 2015. Т. 1. № 3 (4). С. 128-132. ISSN 2412-0529.
22. Чернова Е.О. Рефлексивные особенности членов подростково-молодежных уличных криминальных группировок // Санкт-Петербургский образовательный вестник. СПб., 2018. №11-12 (27-28). С. 37-41. eISSN: 2587-5973.
23. Hoyer J1, Klein A. Self-reflection and well-being: is there a healthy amount of introspection. Psychol Rep. 2000 Feb;86(1):135-41. PMID: 10778261. DOI: 10.2466/pr0.2000.86.1.135
24. Pincharoen S. The experience of transcendence through reflections of growing old: A literary analysis. University of Colorado Health Sciences Center. Sep. 2002. DAI-B 63/03. p. 1273. <http://www.proquest.com> 10.11.2002.
25. Schon D.A. Educating the Reflective Practitioner. Jossey Bass, San Francisco. 1987.
26. Schneider J. Relations among self-talk, self-consciousness, and self-knowledge. //Psychological Reports. Dec. 2002. Vol. 91 Issue 3. p. 807- 813. 2 charts.

Грибоедова Оксана Ивановна. E-mail: oksi19753@mail.ru

Дата поступления: 27.01.2020

Дата принятия к публикации 15.03.2020

**RELATIONSHIP BETWEEN REFLEXIVITY AND PSYCHOLOGICAL
WELL-BEING OF ADOLESCENTS**

DOI: 10.25629/HC.2020.03.25

Griboyedova O.I.

Tula state University

Tula, Russia

Abstract. This article describes the results of an empirical study of the characteristics of reflexivity of adolescents with different levels of psychological well-being. An essential characteristic of adolescent reflexivity is given, and the grounds for studying the relationship between reflexivity and psychological well-being of the individual are determined. The author analyzes the relationship between reflexivity of 14-17-year-olds and the severity of the parameters of psychological well-being, and examines the severity of different types of reflection in three level groups-adolescents with high, medium and low psychological well-being. Based on the results of the study, conclusions are formulated regarding the relationship between the reflexivity of adolescents and their psychological well-being. The evaluation of the relationship between the psychological well-being index and the reflection score revealed a significant relationship in the level group of low psychological well-being between the retrospective type of reflection and the level of psychological well-being of adolescents. In the group with a high level of psychological well-being, the relationship between the reflexivity of real activity and the level of psychological well-being of adolescents was significant. It was revealed that the predominance of retrospective reflexivity in combination with low indicators of reflexivity of real activity of adolescents reduces their psychological well-being. The results obtained reflect the relationship between the psychological categories studied: the lower the level of development of a teenager's reflexivity, the lower his psychological well-being. An additional result of the study was the detection of a polar-inverse expression of the structural component of psychological well-being "self-acceptance" in groups of adolescents with high and low levels of psychological well-being. The results of the study will be useful for determining ways to improve the psychological well-being of adolescents in teaching practice. The research prospects are related to the study of the relationship between the structural and content features of self-knowledge of adolescents and their psychological well-being.

Key words: psychological well-being, adolescents, differences in reflexivity, influence of analysis of past and present.

Griboyedova Oksana Ivanovna. AuthorID: 893098. E-mail: oks19753@mail.ru

Date of receipt 27.01.2020

Date of acceptance 15.03.2020