

PSIXOLOGIYA FANIDA REFLEKSIYA TUSHUNCHASI VA UNING KO'RINISHLARI

Jo'rayev Nurbek Sa'dullayevich
Qo'qon davlat pedagogika instituti,
ilmiy ishlar va innovatsiyalar bo'yicha prorektor
<https://doi.org/10.5281/zenodo.14882264>

Ma'lumki, Aristotel refleksiyaning "tafakkurga yo'naltirilgan tafakkur" deb ta'riflagan. Inson ongining bu hodisasi ko'plab fanlar tomonidan turli tomonlardan ko'rib chiqiladi [1]. Refleksiya lotin tilidan olingan bo'lib (reflexio – ortga nazar) - bu inson ongi harakatlarining turlaridan biri, ya'ni o'z bilimiga qaratilgan ongli harakati.

Ko'pincha refleksiya introspeksiya bilan bog'liq. Introspeksiya usulining asoschilaridan biri, ingliz faylasufi J.Lokk insoniyatning barcha bilimlarining ikkita manbai, ya'ni tashqi dunyo ob'yektlari va o'z ongining faoliyati mavjudligiga ishongan. Insonlar o'zlarining tashqi sezgilarini tashqi dunyo ob'yektlariga yo'naltiradilar va natijada ular tashqi narsalar haqida his-tuyg'ularni (yoki g'oyalarni) oladilar. J.Lokkning fikrlariga ko'ra, tafakkur, ikkilanish, imyon, bilish, intilishlar darajasiga tenglashtirgan aqliy faoliyatni maxsus ichki tuyg'u – refleksiya orqali ma'lum bo'ladi. Buyuk britaniyalik olim J. Lokkning fikrlariga ko'ra, refleksiya "ong o'z faoliyatini bo'ysundiradigan kuzatuv" dir [5]. U psixikaning ikki darajasi mavjudligiga ishongan. Birinchi daraja-idrok, fikrlar va istaklar. Ikkinchisi - birinchi darajadagi tuzilmalarning kuzatish yoki o'ylashi. Shu munosabat bilan, introspeksiya har bir inson psixikasiga xos bo'lgan qonunlarni o'rganishga qaratilgan har qanday refleksiyadir. Rus psixologiyasida mavjud psixologik tushunchalarning deyarli barcha mualliflarini refleksiya masalalari qiziqtirgan.

Hozirgi vaqtda psixologiyaning ayrim sohalarida refleksiv jarayonlarni o'rganish an'analari mavjud. Turli hodisalarning psixologik mazmunini ochib berish uchun refleksiya ong, tafakkur, ijodkorlik, muloqot va shaxsni o'rganishga yondashuvlar doirasida ko'rib chiqiladi [1]. L.S.Vigotskiy, "funktsiyalarning ulanishlari va korrelyatsiyalarining yangi turlari ularning asosini refleksiya, o'z jarayonlarini ongda refleksiya sifatida qabul qiladi". Shuni ta'kidlash kerakki, S.L.Rubinshteynning sub'yektiv-faoliyatli yondashuvi psixologik tushuncha bo'lib, unda refleksiya yetakchi rol o'ynaydi. U "ongning paydo bo'lishi hayotdan va atrofdagi dunyodagi to'g'ridan-to'g'ri refleksiya tajribasi bilan bog'liq" deb ta'kidladi [7]. S.L.Rubinshteyn shaxs ta'rifini "refleksiya" va "o'zini o'zi anglash" bilan bog'lagan". U shaxsga turli xil ta'riflar berdi va shaxs o'zining haqiqiy mavjudligida, introspeksiya o'zini sub'yekt sifatida anglagan inson o'zini "Men" deb nomlashni ta'kidladi. Muallif "Men" –bu butun shaxs, borliqning barcha jihatlarini birligida, o'zini o'zi anglashida aks yetadi, deb ta'kidlagan.

Inson tug'ilmaydi, balki shaxsga aylanadi. Shuning uchun, uning rivojlanish yo'lini tushunish uchun inson buni ma'lum bir jihatdan ko'rib chiqishi kerak: men kim edim? "Men nima qildim?"- men nima bo'ldim?" [7]. Ushbu pozitsiyalar S.L.Rubinshteynning shaxsni tushunishining markazida joylashgan va ular refleksivdir.

Ushbu ta'limotda refleksiya nima bo'lganini tahlil qilish funktsiyalariga yega va insonning o'zi va hayot yo'lining o'zgarishi va proyeksiyasini ifodalaydi. Tadqiqotchi Ya.A.Ponomaryov bu refleksiya ijodning asosiy xususiyatlaridan biridir, deb ishondi. Refleksiya –bu oyna bo'lib, insonning barcha o'zgarishlarini aks ettiruvchi va o'zini o'zi boshqarishning asosiy vositasi, shaxsiy o'sishning holati va usuli bo'ladi [6].

Zamonaviy refleksiya nazariyasining zamonaviy mualliflari orasida A.V. Karpova, I.N. Smenova va S.Yu. Stepanovalar mavjudligi diqqatga sazovordir. A.V. Karpovning nuqtai nazariga ko'ra, refleksivlik psixikaning kognitiv pastki tuzilishining bir qismi bo'lgan va butun tizim uchun boshqarish funksiyasini bajaradigan meta-qobiliyat sifatida xizmat qiladi. Refleksiv jarayonlari "Uchinchi yo'nalish jarayoni" deb belgilanadi. Chunki birinchi tartibdagi jarayonlar kognitiv, hissiy, irodaviy, motivasion, ikkinchi tartib yesa sintetik va boshqaruvchi [3]. Uning ta'limotida refleksiya integratsiya darajasi bo'yicha yeng yuqori jarayondir. Bu psixika tizimining o'z chegaralaridan tashqariga chiqish usuli va mexanizmi bo'lib, bu shaxsning moslashuvchanligi va rigidligini belgilaydi.

Tadqiqotchi A.V.Karpovning ta'kidlashicha, refleksiya qobiliyati-bu o'zi yoki boshqa birovning fikrlarini qurish rejasini o'zgartirish va tahlil qilish, shuningdek, rejada uning tarkibi va tuzilishini aniqlash, so'ngra ularni ob'yektivlashtirish, ular orqali belgilangan maqsadlarga muvofiq faoliyat yuritish qobiliyati [6]. A.V. Karpovning refleksiya haqidagi ta'limotida: bu tushuncha bir vaqtning o'zida jarayon, xususiyat va holat bo'lgan sintetik psixik voqelik bo'lishi mumkin. Shu munosabat bilan u refleksiya nafaqat insonga xos xususiyat, balki psixikada o'z mazmunini takrorlash jarayoni va biror narsadan xabardorlik holati yekanligini ta'kidlaydi [6]. Deyarli barcha mualliflarning ta'kidlashicha, agar refleksiv funksiyalar har qanday faoliyatga kiritilgan bo'lsa, u holda shaxs o'z faoliyati bilan bog'liq holda tadqiqotchiga aylanadi.

O'z navbatida ryefleksianing ayrim funksiyalarini ko'rib chiqamiz. Refleksianing mavjudligi shaxsga ongli ravishda rejalashtirish, boshqarish va tafakkurni nazorat qilish imkonini beradi. Bu nafaqat fikrlarning haqiqatini, balki ularning mantiqiy to'g'riligini ham baholashga yordam beradi. Refleksiya sizga uni qo'llamasdan hal qilib bo'lmaydigan muammolarni yechimini topish imkonini beradi.

I.N. Semenov, S.Y. Stepanov va A.V. Karpov tadqiqotlarida refleksianing ko'p turlari tasvirlangan. Mualliflar S.Y. Stepanov va I.N. Semenov refleksianing bir necha turlarini ilmiy tadqiqot sohasi nuqtai nazaridan ko'rib chiqadilar [8]:

1. Kooperativ refleksiya. U boshqaruv psixologiyasi, pedagogika, loyihalash, sport bilan bevosita bog'liq. Ta'kidlash joizki, kooperativ refleksianing psixologik bilimlari, asosan, faoliyat subyektlarining birgalikdagi faoliyatini tashkil etish va jamoaviy harakatlarini kooperatsiyalashni ta'minlaydi. Bu holda, refleksiya - guruh faoliyati sharoitida o'zaro anglashuv va muvofiqlikni yaratish maqsadida insonning avvalgi, allaqachon bajarilgan faoliyatiga nisbatan ham, kelajakdagi, rejalashtirilayotgan faoliyatiga nisbatan ham tashqi, yangi pozitsiyaga "chiqishi" dir. Ushbu yondashuvda refleksiya jarayonining o'ziga yemas, balki refleksiya natijalariga ye'tibor qaratiladi.

2. Kommunikativ refleksiya. Ijtimoiy-psixologik va muhandislik-psixologik rejaning ilmiy ishlarida muloqotda ijtimoiy idrok va yempatiya muammolari bilan bog'liq holda ko'rib chiqiladi. Kommunikativ refleksiya rivojlangan muloqot va shaxslararo idrokning muhim yelementidir. Ushbu turdagi refleksiya A.A.Bodalev tomonidan inson idrokining o'ziga xos sifati sifatida tavsiflanadi. Kommunikativ refleksianing bir qator funksiyalarini ajratib ko'rsatamiz: kognitiv, boshqaruvchi va rivojlantiruvchi. Ushbu funksiyalar boshqa mavzu haqidagi fikrlarni ma'lum bir vaziyat uchun maqbulroq narsalarga o'zgartirishda ifodalanadi. Ular boshqa muloqot mavzusi haqidagi g'oyalar va uning yangi ochilgan individual psixologik xususiyatlari o'rtasida qarama-qarshilik mavjud bo'lganda paydo bo'ladi.

3. Shaxsiy refleksiya. U sub'yektning o'z harakatlarini, shaxs sifatida o'zining "Men" obrazlarini o'rganadi. Shaxsning o'zini o'zi anglash va uni tuzatish mexanizmlarining rivojlanishi, parchalanishi va tuzatilishi muammolari bilan bog'liq holda ham umumiy, ham patopsixologiyada tahlil qilinadi. Mualliflar I.N.Semenov va S.Yu.Stepanov shaxsiy refleksianing uch bosqichini ajratib ko'rsatishadi.

Birinchi bosqich-muammoni, vaziyatni hal qilib bo'lmaydigan deb tushunish. Ikkinchi bosqich-bu shaxsiy stereotiplarni sinash va ularni istisno qilish. Uchinchi bosqich-muammoli vaziyatni va unda o'zini qayta ko'rib chiqish [8]. Qayta o'ylash sub'yektning o'ziga, o'ziga bo'lgan munosabati o'zgarganda va tegishli harakatlar shaklida amalga oshirilganda, shuningdek sub'yektning bilim va ko'nikmalariga munosabati o'zgarganda sodir bo'ladi. Shu bilan birga, nizo tajribasi bostirilmaydi, balki yomonlashadi va muammoni hal qilish uchun "Myen" zahiralarni safarbar qilishga olib keladi. Y.M. Orlovning fikricha, shaxsiy refleksiya turi tufayli inson o'zini o'zi anglash imkoniyatiga ega bo'ladi. Shaxsni kamolga yetkazish, individuallikni rivojlantirish muayyan hayotiy vaziyatda amalga oshiriladigan mazmunni anglash jarayonida amalga oshiriladi. O'zini o'zi bilish jarayoni, refleksiya orqali, vaziyatning o'ziga xos xususiyatlarini hisobga olgan holda, xulq-atvor, faoliyatning berilgan modelini o'zgartirishga bo'lgan shaxsiy huquqning asoslanishiga olib keladi.

1.Intellektual refleksiya. Ob'yekt haqidagi bilimlar va u bilan ishlash usullari ushbu turdagi refleksianing mavzusidir. Intellektual refleksiya asosan axborotni qayta ishlashning kognitiv jarayonlarini tashkil yetish va tipik vazifalarni hal qilish uchun o'quv vositalarini ishlab chiqish muammolari bilan bog'liq holda ko'rib chiqiladi.

5. Ekzistensial refleksiya. Ushbu refleksianing obyekti individning chuqur, ekzistensial mazmunidir.

6. Sanogen refleksiya. U muvaffaqiyatsizlikdan qo'rqish, aybdorlik, uyat, xijolat va hokazolarni boshdan kechirishga olib keladigan, salbiy his-tuyg'ulardan azob chekishni kamaytiradigan emotsiogen vaziyatlarning ta'siri natijasida yuzaga keladi. Uning asosiy vazifasi insonning hissiy holatini boshqarishdan iborat.

Psixologiya fanlari nomzodi N.I. Gutkina refleksianing uch turini ajratib ko'rsatdi [2]:

1.Mantiqiy refleksiya. Ushbu refleksiya mavzusi shaxsning tuzilishi bilan ajralib turadi.

2.Shaxsiy refleksiya. Uning predmeti o'zini o'zi anglashni rivojlantirish jarayonidir.

3. Shaxslararo refleksiya boshqa shaxsga nisbatan amalga oshiriladi va shaxslararo muloqotni o'rganishga qaratilgan.

S.V.Kondratiyeva va B.P.Kovalyov kabi olimlar pedagogik muloqot jarayonlarida refleksiya turlarini ko'rib chiqadilar:

1. Ijtimoiy-perseptiv refleksiya. Ushbu tur predmeti o'qituvchining ular bilan muloqot qilish jarayonida talabalar haqida shakllantirgan o'z g'oyalari va fikrlarini qayta ko'rib chiqishi va qayta tekshirishidir.

2. Kommunikativ refleksiya. Bu mavzu boshqalarning uni qanday qabul qilishini, baholashini, unga qanday munosabatda bo'lishini tushunishdan iborat ("Men boshqalarning nazaridaman").

3. Shaxsiy refleksiya. Ushbu tur tufayli o'z ongi va harakatlarini tushunish, o'zini o'zi bilish mavjud.

E.V.Lushpayevaning nuqtai nazariga ko'ra, "muloqotdagi refleksiya" kabi refleksiya turi mavjud. Mazkur refleksiya "shaxslararo o'zaro ta'sir jarayonida paydo bo'ladigan va rivojlanadigan refleksiv munosabatlarning murakkab tizimidir".

Muallif "muloqotdagi refleksiya" tarkibida quyidagi tarkibiy qismlarni aniqlaydi: shaxsiy va kommunikativ refleksiya ("Men" refleksiya); ijtimoiy-perseptiv (boshqa "Men" ning refleksiyasi); vaziyat refleksiyasi yoki o'zaro ta'sir refleksiyasi [4].

Keltirilgan fikrlardan ko'rinadiki, shaxs kamolotida refleksiyaning o'rni muhim hisoblanadi. Shuning bilan birga shaxsda refleksiya jarayonini rivojlanishi o'ziga xos tarzda kechmasdan o'zaro bir-biri bilan bog'liq komponentlarni uyg'unlashuvi natijasida yuzaga keladi. Ayniqsa, olimlar tomonidan shaxs rivojlanishi bilan bog'liq refleksiya turlarini namoyon bo'lishi o'rtasidagi aloqadorligi masalasi diqqatga sazovordir.

References:

1. Антипов Г. А. Проблема периодизации историко-философского процесса с позиций представления о рефлексии / Г. А. Антипов, О. А. Донских // Проблемы рефлексии. Современные комплексные исследования. – Новосибирск : НГУ, 1987. – С.14- 21.
2. Горбатова Е. А. Теория и практика психологического тренинга / Е. А. Горбатова. – Санкт- Петербург : Речь, 2013. – 320 с.
3. Каминская Е. А. Адаптация студентов в вузе при трёхступенчатой системе образования / Е. А. Каминская // Успехи современного естествознания. – 2013. – № 6. – С. 34- 40.
4. Лагереv В. В. Адаптация студентов к условиям обучения в техническом ВУЗе и особенности организации учебно-воспитательного процесса с первокурсниками / В. В. Лагереv. – Москва : Гелиос, 2014. – 339 с.
5. Левагина О. Б. Формирование рефлексии в учебном процессе: поведенческий аспект / О. Б. Левагина // Молодой ученый. – 2013. – № 7. – С. 394- 397.
6. Орехова Е. Ю. Педагогические условия активизации, процесса адаптации студентов младших курсов к вузу (на примере студентов коренных малочисленных народов севера, ханты и манси): автореф. дис. ... канд. пед. наук / Орехова Елена Юрьевна. – Рязань, 2006. – 28 с.
7. Реан А. А. Психология адаптации личности / А. А. Реан, А. Р. Кудашев, А. А. Баранов. – Санкт- Петербург : Питер, 2013. – 390 с.
8. Соловьев В. Н. Адаптация студентов к учебному процессу в высшей школе: автореф. дис. д-ра пед. наук / Соловьев Вениамин Николаевич. – Ижевск, 2013. – 38 с.