

РЕФЛЕКСИЯ В ОБУЧЕНИЕТО И СТРЕМЕЖ КЪМ СОБСТВЕНА ЗНАЧИМОСТ

Станислава Стоянова

Югозападен университет „Неофит Рилски“ – Благоевград

Резюме. Праксиологичната рефлексия е изследвана чрез самооценяване на 21 обучавани, като съпадения на самооценката на своята дейност с оценки на други обучавани са налице в 14% от случаите, а оценката на своята дейност е по-висока от оценката на другите обучавани в 81% от случаите, докато оценката на своята дейност е по-ниска от оценката на другите обучавани в около 5% от случаите. Изследване на личностната рефлексия показва, че 33,6% от 134 обучавани съобщават, че често мислят колко значими хора са или колко значими ще станат някой ден, също така почти толкова – 32,8%, мислят, че някой ден ще получат слава и признание, а 79,9% заявяват, че имат още много неразкрити възможности, че не са опознали себе си. Налице е връзка между стремежа към собствена значимост и рефлексията в обучението.

Keywords: personal reflection, praxeological reflection, striving for one's significance

Въведение

Трудно е да се даде еднозначно определение за рефлексия, тъй като този термин се използва от много автори, които му придават специфични значения според контекста на неговата употреба. Съществуващите дефиниции си приличат, но никоя не е изчерпателна.

Определение за рефлексия

Част от определенията за рефлексия я разглеждат като познавателен мисловен процес, насочен към различни аспекти на „Аз“-а.

Рефлексията е мислене за своето мислене; сънательно, целенасочено самопознание на своята познавателна дейност, личностни особености, взаимодействия и общуване чрез самонаблюдение (Vasilev, 2002).

Рефлексия означава обръщане към собствените мисли и преживявания, техният анализ, самонаблюдение и достигане до познание за своята познавателна дейност, за себе си като личност, за практическата си дейност, както и за взаимодействията и общуването с другите (Zhelezova-Mindizova, 2014).

Рефлексията е осъзнат интелектуален (мисловен) процес, насочен към самопознание, с различни прояви (Milushev & Ivanova, 2014).

Рефлексията е процес, насочен към самопознание – на своята познавателна дейност и на своята личност, чрез мислен диалог с другия, при който се осъзнава своето въздействие върху партньора в общуването и се самоконтролира дейността (Todorova & Garov, 2011).

Част от определенията за рефлексията я свързват със съзнанието и само-съзнанието – като състояние или като процес.

Рефлексията е състояние на съзнанието, при което мислите се фиксират върху някаква тема и целенасочено възпроизвеждат образ, свързан с това какво мислим по някакъв повод и как мислим, че другите възприемат събитие и нас; преживяване наново и препредаване на казано и направено в определен момент и ситуация, размишления върху негови причини; поставяне под въпрос на своите нагласи, ценности, мисли, допускания, навици, предубеждения и т.н. в опит да разберем своите роли във взаимоотношенията с другите (Bolton, 2010).

Рефлексията е съзнателен когнитивен процес на последователно и повторно анализиране и репрезентиране на важни моменти от дейността (Dallos & Stedmon, 2009).

Рефлексията е психичен процес на самонаблюдение; осъзнаване на своите познавателни действия и техния резултат; размишление за своето мислене, за своята дейност и нейните прояви; способ за самопознание и себепознаване, за изследване на своите преживявания и качествата на личността, за самооценяване и самокритичност; начин на себеизразяване (Hadzhiali et al., 2014).

Когато се набляга на самопознание, се използва терминът „рефлексия“, а когато акцентът е върху изследване, се предпочита терминът „интроспекция“ (Mavrodiev, 2010).

Рефлексията е опознаване на себе си и своята познавателна дейност чрез диалог, осмисляне на взаимодействията и изпълненията, самонаблюдение и самоопределяне (Toncheva, 2010).

Рефлексията протича както докато извършваме действие, така и след като то вече е приключило (Hadzhiali et al., 2014), което разкрива нейните почти неизчерпаеми възможности за самопознание и изследване.

Рефлексията ни помага да отстраним погрешни вярвания и погрешни подходи при решаване на проблеми чрез критичност към предпоставките за вярванията ни. Рефлексията включва заключения, обобщения, аналогии, разграничения и оценки, интерпретиране, анализиране, обсъждане, преценяване, вземайки предвид нашите чувства и спомени. Чрез рефлексията се оценява как и защо сме възприели, помислили, почувствали или действали, а не как най-добре да извършим нещо, ръководени от това, което сме научили (Mezirow, 1990), но може да се достигне до усъвършенстване на нашите действия и по-оптимално вземане на решения на база на опита от рефлексията.

Видове рефлексия

Съществуват интелектуална рефлексия, личностен тип рефлексия, праксиологическа рефлексия и рефлексия като диалог (Vasilev, 2006).

Интелектуалната рефлексия е осмисляне на своите познавателни действия и техните продукти (Vasilev, 2002); осъзнаване на начина, по който се конструира план за решаване на задача, мислено отчитане на своите силни и слаби страни в процеса на познание (Milushev, 2010); процес на самопознание чрез самооценка и самоконтрол (Changalova, 2013).

Личностната рефлексия е свързана с анализ на собственото „Аз” (Changalova, 2013); осмисляне на свои качества и навици (Atanasova & Stavreva, 2008); безпристрастно, самокритично самонаблюдение и разсъждение за своите личностни качества, което е в основата на самоусъвършенстването (Vasilev, 2002).

Праксиологическата рефлексия е анализ на прилагането на своите знания в практиката, на начина на използване на технологии и инструменти, осмислят се и се подбират най-подходящите начини на осъществяване на дейност (Vasilev, 2002); чрез размишления човек подбира знания и подходи, за да осъществи своя практическа дейност и да реши професионални и житейски задачи (Milushev, 2010). Праксиологичната рефлексия е свързана със самооценяване на ефективността на прилагането на знанията за технологиите, на реализацията на планираното и на организацията на своите дейности (Atanasova & Stavreva, 2008).

Рефлексията, като вътрешен диалог, предполага осъзнаване на целесъобразността на свои взаимодействия в процеса на общуване, самооценка на своите комуникативни умения (Atanasova & Stavreva, 2008); размишления за позициите на партньорите в общуването и разбиране на своята и чуждата гледна точка, своите и чуждите мотиви, както и представа за това как другият ни възприема в процеса на общуване и взаимодействие, която води до самопознание (Vasilev, 2002).

Всички тези видове рефлексия имат своето място в обучението, но по данни от изследвания някои видове рефлексия се използват по-често от други в обучението, било то целенасочено, или непреднамерено.

Личностната рефлексия и рефлексията като диалог присъстват най-често в процеса на обучение на студенти (Atanasova & Stavreva, 2008).

Рефлексия в обучението

Рефлексията подпомага педагогическата практика чрез самонаблюдението на обучаваните в процеса на учебна дейност. Поставянето на учебни задачи, свързани с рефлексия, съпътства обучението и се прилага за проследяване на напредъка на обучаваните по време на учебни курсове.

Рефлексията в процеса на учене е свързана със себевъзприемане, самонаблюдение, самоопределяне, самооценяване, самоконтрол, самоактуализация (Milushev, 2010).

Рефлексията може да се предизвика целенасочено от преподавателя или да се прояви спонтанно (Toncheva, 2010).

Прилагането на рефлексия в обучението предполага създаване на ситуации, които да стимулират рефлексивните способности на учащите, като например насочване назад към извършено действие, осъзнаване на основните му аспекти и предлагане на алтернативни методи на действие, които да бъдат изпробвани (Todorova & Garov, 2011).

Ситуация, която стимулира рефлексивните способности на обучавания, е например изискване за самооценяване, както и сравняване на резултатите от оценяването на себе си с оценяване от преподавателя и от други обучавани, което е честа практика в електронното обучение.

Личностната рефлексия се активизира чрез самооценката. Самооценяването е форма на личностна рефлексия (Hadzhiali et al., 2014). При ученици с ниска самооценка най-висок е делът на онези от тях, които са на ниско рефлексивно равнище. При ученици с адекватна самооценка най-често е на лице високо равнище на рефлексия (Hadzhiali et al., 2014).

Рефлексията на обучаваните зависи от очакванията за резултатите от обучението (Lucas, 2012). Разминаване между очаквания и резултати може да стимулира рефлексия в обучението, за да се изяснят причините за това несъответствие. Съвпадение между очаквания и резултати може да бъде резултат от метакогнитии и предишен опит от прилагане на рефлексия в обучението.

Метакогнития е процес на опознаване на когнитивни операции и състояния с цел информиране и регулиране на познавателни стратегии (Mezirow, 1990). Обучаваните използват рефлексията, за да постигнат метапознание. Рефлексията се улеснява от насочващи въпроси от типа „какво“ (Lucas, 2012).

Диалогичната активност подпомага развитието на рефлексивното мислене (Milushev & Ivanova, 2014). Рефлексията бива стимулирана от състояния на несигурност и неяснота, от проблемни и конфликтни ситуации, от комуникативен диалог и писмено изразяване на своите мисли (Hadzhiali et al., 2014).

Чрез рефлексия учещият може да мотивира себе си за учене. Критичната рефлексия насърчава учащите да желаят и да бъдат способни да поставят въпроси, да изследват и да критикуват начини на поведение и мислене, докато опознават своите умения, компетенции и знания (Lucas, 2012). Критичната рефлексия е обмисляне на валидността на предпоставките в предишно учене (Mezirow, 1990).

Преживяването на положителни емоции, емпатия и интерес улеснява рефлексията (Toncheva, 2010), така че увлекателно поднесено учебно съдържание, както и учебно съдържание, което съответства на професионални интереси, стимулират рефлексията в обучението.

Професионалното ориентиране предполага рефлексия за своите личностни качества, навици, поведение; самонаблюдение и самоанализ, самооценка, са-

мокритичност (Atanasova & Stavreva, 2008). Професионалното ориентиране и интересите към дадена професионална сфера, проявявани в училище, също са свързани с прилагане на рефлексия в обучението.

Стремеж към собствена значимост

Рефлексията в обучението се свързва със стремеж към собствена значимост при осъзнаване на свои личностни особености и професионални интереси, свързани със себеосъзнаването; при разминаване между самооценяване на свои постижения и оценката им от други хора (особено ако това са връстници, равнопоставени), за да се преодолее това различие и да настъпи самоутвърждаване.

Ако под въпрос се окаже собственото положение и значимост, то вниманието на хората се изостря (Adler, 1997), което е предпоставка за рефлексивност.

Чувството за непълноценност, присъщо на всеки човек, води до стремеж към лична значимост, лична власт и достигане до съвършенство. Чувството за общност (социалният интерес) уравнирява стремежа за превъзходство и чувството за непълноценност. При решаване на трите основни житейски проблема – любов, професионална дейност и положение в обществото, човек активизира своя социален интерес и се стреми да достигне лична значимост (Adler, 1998).

При прекомерно развит стремеж към собствена значимост се появява стремеж към власт и доминиране над себеподобните, пренебрегване на другите хора, бързане и импулсивност, за да се подобри своето положение в живота; загуба на чувство за реалност, защото човек е погълнат да мисли за това какво мислят за него другите хора, какво впечатление им създава (Adler, 1997), което вероятно стимулира рефлексията като диалог.

Агресивните хора имат изострено чувство за собствена значимост до степен на високомерие, гордост и самодоволство (Adler, 1997), така че те не са самокритични и вероятно са по-малко рефлексивни.

Резултати от собствени изследвания на рефлексията в обучението и връзката ѝ със стремежа за собствена значимост

Самооценяване в 21 онлайн курса показва, че в сравнение с оценката на други обучавани за разработени задания, свързани със съдържанието на курсовете, съвпадения между оценките са се случили 3 пъти, а оценката на своята дейност е била по-висока от оценката на другите учащи 17 пъти, както и оценката на своята дейност е била по-ниска от оценката на съкурсниците 1 път. Всички учащи са се записали по свое желание в онлайн курсовете, които са безплатни и съответстват на професионални интереси на учащите. Самооценката и оценките са поставяни въз основа на предварително посочени обективни критерии от преподаватели, разработили курсовете, които са свързани с овладяване на учебно съдържание. При всички случаи на разминавания в оценките и самооценката учащите проследяват по какви критерии на оценяване са налице разминавания

и се опитват да си обяснят на какво се дължат тези разминавания. Разминаването между самооценката на своите постижения и оценките от другите учащи стимулира рефлексия относно придобитите знания, проявените умения, свои личностни особености като склонност към себенадценяване, необходимост от постижения и мотивация за постигане на успех.

45 от 134 изследвани студенти (33,6%) съобщават, че често мислят колко значими хора са или колко значими ще станат някой ден, а останалите 66,4% не преживяват личностна рефлексия, свързана с високо оценяване на собствената си значимост. Също така почти толкова – 44 от 134 изследвани (32,8%), мислят, че някой ден ще получат слава и признание, а останалите 67,2% не преживяват личностна рефлексия, насочена към бъдещето, свързана с оценяване на своята значимост.

107 от 134 изследвани студенти (79,9%) приемат, че имат още много неразкрити възможности, че не са опознали себе си.

Заклучение

В около една трета от случаите при проведените изследвания стремежът към собствена значимост се свързва с личностна рефлексия в обучението. При около 4 от всеки пет учащи стремежът към собствена значимост се свързва с прагматическа рефлексия в електронно обучение. Прекалената изразеност на стремежа за собствена значимост и преминаването му в чувство за превъзходство, както и прекалено ниската самооценка, изразена като чувство за непълноценност, могат да намалят критичната рефлексия, защото човек става склонен да интерпретира своите характеристики и прояви по краен начин – или предимно положително, или главно негативно.

REFERENCES / ЛИТЕРАТУРА

- Adler, A. (1997). *Understand human nature*. Sankt-Peterburg: Gumanitarnoe agentstvo "Akademicheskiiy proekt", Izdatel'skaya gruppa "Progress".
[Адлер, А. (1997). Понякът природу човека. Санкт-Петербург: Гуманитарно агентство „Академически проект“, Издателска група „Прогрес“].
- Adler, A. (1998). *Children's education. Gender interaction*. Rostov-na-Donu: Izdatel'stvo "Feniks". [Адлер, А. (1998). Воспитание детей. *Взаимодействие полов*. Ростов-на-Дону: Издательство „Феникс“].
- Atanasova, M., & Stavreva, I. (2008). Students' professional identification. In S. Dimov, S. Eneva, M. Videva, V. Videv, M. Todorov, Zh. Zhekov et al., (Eds.), *International scientific conference "Challenges to Bulgarian science and European scientific space"*, 5 – 6 June 2008]. Stara Zagora: Izdatel'stvo "Sayuz na uchenite – Stara Zagora". [Атанасова, М. и Ставрева, И. (2008). Професионална идентификация на студентите.

- В сб.: Международна научна конференция „Предизвикателствата пред българската наука и Европейското изследователско пространство“, 5 – 6 юни 2008. (Под ред.) Димов, С., Енева, С., Видева, М., Видев, В., Тодоров, М., Жеков, Ж. и др. Стара Загора: Издателство „Съюз на учените – Стара Загора“].
- Bolton, G. (2010). *Reflective Practice: Writing and Professional Development* (Third Edition). London: Sage Publications.
- Changalova, V. (2013). Specificity of elementary school age as predisposition to purposeful formation of reflexion. *Godishnik na Sayuz na uchenite v Balgariya, Klon Blagoevgrad "Nauka, obrazovanie, izkustvo"*, 7, 154 – 163. [Чангалова, В. (2013). Специфика на началната училищна възраст като предразположеност за целенасочено формиране на рефлексия. Годишник на Съюз на учените в България, Клон Благоевград „Наука, образование, изкуство“, том 7, 154 – 163].
- Dallos, R., & Stedmon, J. (2009). Flying over the swampy lowlands: Reflective and reflexive Practice. In J. Stedmon & R. Dallos (Eds.), *Reflective practice in psychotherapy and counselling* (pp. 1-22). Maidenhead, Berkshire: Open University Press.
- Hadzhiali, I., Tsanova, N., Raycheva, N., & Tomova, S. (2014). Reflexion in the integrative field of didactics of biology. *Strategii na obrazovatelnata i nauchnata politika*, 22 (1), 38 – 64. [Хаджиали, И., Цанова, Н., Райчева, Н. и Томова, С. (2014). Рефлексията в интегративното поле на методиката на обучението по биология. Стратегии на образователната и научната политика, 22 (1), 38 – 64].
- Lucas, P. (2012). Critical reflection. What do we really mean? In M. Campbell (Ed.), *Proceedings of the Australian Collaborative Education Network National conference "Collaborative education: Investing in the future"*, 29 October – 2 November 2012 (pp. 163 – 167). Perth: Deakin University.
- Mavrodiev, S. (2010). Introspection – historic foreshortening. *Godishnik po psihologiya*, 1 (1), 176 – 197. [Мавродиев, С. (2010). Интроспекцията – исторически ракурс. Годишник по психология, 1 (1), 176 – 197].
- Mezirow, J. (1990). *Fostering critical reflection in adulthood: A guide to transformative and emancipatory learning*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Milushev, V. (2010). Elements from reflexion and synergetics in education in mathematics. In A. Rahnev, T. Chehlarova, A. Gagatsis, I. Ganchev, I. Mirchev, M. Lambrov et al. (Eds.), *Synergetics and reflexion in education in mathematics: papers from jubilee international conferences inaugurated to Prof. Sava Grozdev's 60 anniversary*, 10 – 12 September 2010, Bachinovo, Bulgaria (pp. 213 – 220). Plovdiv: UI "Paisiy Hilendarski". [Милушев, В. (2010). Елементи от рефлексията и си-

нергетиката в обучението по математика. В сб.: Синергетика и рефлексия в обучението по математика: доклади на юбилейната международна конференция посветена на 60 г. на проф. Сава Гроздев, 10 – 12 септември 2010, Бачиново, България. (Под ред.) Рахнев, А., Чехларова, Т., Гагацис, А., Ганчев, И., Мирчев, И., Ламбров, М. и др. Пловдив: УИ „Паисий Хилендарски“, 213 – 220].

Milushev, V. B. & Ivanova, N. I. (2014). Dominating methodologies of education in realization of reflective-synergetic approach. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, II (9), Issue: 19, 76 – 80. [Милушев, В. Б. и Иванова, Н. И. (2014). Доминиращи методи на обучение при реализация на рефлексивно-синергетичен подход. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, II (9), Issue: 19, 76 – 80].

Todorova, E., & Garov, K. (2011). Reflexion in study of “computer presentations” at school. In G. Totkov, I. Koychev, A. Eskenazi, A. Grigorov, A. Gangov, A. Iliev et al. (Eds.), *Proceedings from National conference “Education in informatics society”* Plovdiv, ARIO, 26 – 27 May 2011 (pp. 286 – 292). Plovdiv: Institut po matematika i informatika kam BAN, Asotsiatsiya za razvitie na informatsionnoto obshtestvo. [Тодорова, Е. и Гъргов, К. (2011). Рефлексия при изучаване на „компютърни презентации“ в училище. В сб.: Сборник доклади на Национална конференция „Образованието в информационното общество“ Пловдив, АРИО, 26 – 27 май 2011. (Под ред.) Тотков, Г., Койчев, И., Ескенази, А., Григоров, А., Гънгов, А., Илиев, А. и др. Пловдив: Институт по математика и информатика към БАН, Асоциация за развитие на информационното общество, 286 – 292].

Toncheva, N. (2010). Reflexive situations in education in mathematics. In A. Rahnev, T. Chehlarova, A. Gagatsis, I. Ganchev, I. Mirchev, M. Lambrov et al. (Eds.), *Synergetics and reflexion in education in mathematics: papers from jubilee international conferences inaugurated to Prof. Sava Grozdev's 60 anniversary, 10 – 12 September 2010, Bachinovo, Bulgaria* (pp. 320 – 327). Plovdiv: UI “Paisiy Hilendarski”. [Тончева, Н. (2010). Рефлексивни ситуации в обучението по математика. В сб.: Синергетика и рефлексия в обучението по математика: доклади на юбилейната международна конференция посветена на 60 г. на проф. Сава Гроздев, 10-12 септември 2010, Бачиново, България. (Под ред.) Рахнев, А., Чехларова, Т., Гагацис, А., Ганчев, И., Мирчев, И., Ламбров, М. и др. Пловдив: УИ „Паисий Хилендарски“, 320 – 327].

Vasilev, V. (2002). *Psychology and logics for 9th grade. Compulsory preparation. Teacher's book*. Sofiya: IK “Anubis”. [Василев, В. (2002).

- Психология и логика за 9 клас. Задължителна подготовка. Книга за учителя. София: ИК „Анубис“.]
- Vasilev, V. (2006). *Reflexia in knowledge, self-knowledge and practice*. Plovdiv: “Makros”. [Василев, В. (2006). Рефлексията в познанието, самопознанието и практиката. Пловдив: „Макрос“].
- Zhelezova-Mindizova, D. (2014). About praxeological reflexion and its manifestations in teacher’s basic functions. *Nauchni trudove na Rusenskiya Universitet*, 53 (11), 115 – 119. [Железова-Миндизова, Д. (2014). За праксиологическата рефлексия и нейните проявления в основните функции на учителя. Научни трудове на Русенския Университет, 53 (11), 115 – 119].

REFLECTION IN STUDY AND STRIVING FOR ONE’S SIGNIFICANCE

Abstract. Praxeological reflection was studied by means of self-assessment of 21 students. Coincidence between self-appraisal of one’s activity and other students’ evaluations was present in 14% of the cases. Self-appraisal of one’s activity was higher than other students’ evaluations in 81% of the cases. Self-appraisal of one’s activity was lower than other students’ evaluations in about 5% of the cases. Research of personal reflection indicated that 33.6% of 134 students frequently thought of their present and future significance. Almost the same number – 32.8% thought of future glory and recognition. 79.9% declared that they possessed many undiscovered abilities, that they had not known themselves. Striving for one’s significance and reflection in study are related.

✉ **Prof. Dr. Stanislava Stoyanova**
Department of Psychology
South-West University “Neofit Rilski”
66, Ivan Mihailov St.
2700 Blagoevgrad, Bulgaria
E-mail: avka@swu.bg