

РОЛЬ САМООТНОШЕНИЯ В ФОРМИРОВАНИИ РЕФЛЕКСИВНОЙ ПОЗИЦИИ ТРЕНЕРА¹

Ключевые слова: рефлексия, самоотношение, рефлексивная позиция, рефлексивная активность, рефлексивный опыт, личность, тренер, невротизация, профессиональное самосознание.

Аннотация. В статье рассматривается проблема взаимосвязи самоотношения и рефлексии на различных этапах профессионализации тренеров. Определяются рефлексивные профили тренеров и особенности самоотношения, характеризующие группы. Выявлена тенденция к снижению склонности к казирефлексии и самокопанию с возрастанием стажа тренерской деятельности. Выявлены взаимосвязи между показателями рефлексии и параметрами самоотношения. Определена ведущая роль когнитивного и самоуничижительного компонентов самоотношения в структурировании рефлексивного опыта тренера. Выявлены и описаны факторы, определяющие особенности рефлексивной позиции тренеров: фактор «Инициации механизма означения», фактор «Развития рефлексивной способности», фактор «Конструктивности рефлексивного опыта», фактор «Невротической направленности рефлексии».

Введение. Современный подход к подготовке квалифицированных кадров в сфере физической культуры и спорта диктует необходимость реализации гуманистических принципов и ценностного отношения к личности. Самоотношение личности является интегральной динамической структурой самосознания, отражает меру принятия личностью самой себя и проявляется в переживании чувства собственной ценности и значительности на пути самопознания и рефлексии [10]. В.В. Столин определяет самоотношение в контексте представлений о смысле «Я», указывает на определенную структуру и специфику отношения личности к собственному «Я» [9]. В структуре самоотношения выделяются когнитивный и эмоциональный компоненты (аутосимпатия), а также компонент самоуничижения [6].

Профессиональное самоотношение формируется в результате единства и целостности процессов определения социальной идентичности и социально-психологических качеств личности, составляющих психологическое содержание рефлексии. Для становления

¹ Вошинин, А.В. Роль самоотношения в формировании рефлексивной позиции тренера /А.В. Вошинин // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта.- 2012. - №11 (93). – С. 12-18.

профессионального самоотношения очень важно, чтобы противоречие между целостным самоотношением личности и частным самоотношением снималось за счет конструктивного решения проблемно-конфликтных содержаний реальной деятельности, с одной стороны. С другой стороны, успешность формирования профессионального самоотношения определяется процессом совместной выработки системы значений, которая соответствует индивидуальному и культурному опыту субъектов, являющихся частью системы кооперации, которая диктует правила и нормы функционирования с ориентацией на результат деятельности [2].

Через механизм рефлексии, который С.Э. Ковалев определяет как «центрация-децентрация» реализуются частные отношения субъекта к собственному профессиональному Я [4]. В идеале, рефлексия является неотъемлемым условием формирования устойчивого профессионального самоотношения, в свою очередь определяющего уровень профессионального самосознания.

Для повышения продуктивной роли рефлексии тренеру необходимо воспринимать проблемно-конфликтные ситуации на уровне смысловой картины мира как необходимые условия личностного развития и активизировать мыслительный поиск значимых для него моментов деятельности как способа осуществления своего целостного «Я» [1].

Рефлексия выступает как форма активного личностного переосмысления человеком тех или иных содержаний своего индивидуального сознания, которое обеспечивает успешное осуществление им собственной деятельности [8]. Эффективность рефлексии, с одной стороны, определяется способностями к ее осуществлению, а именно способностью произвольного обращения сознания на самого себя. С другой, зависит от особенностей самоотношения тренера, которое определяет общий фон рефлексии в результате соотнесения внутреннего эмоционального опыта со способами, средствами, целями и результатами деятельности.

Таким образом, эффективность и конструктивность соотнесения внутреннего эмоционального опыта с аспектами деятельности как определяет особенности самоотношения на пути профессионализации, так и влияет в последующем на характер взаимосвязи самоотношения с рефлексией, способствующей формированию рефлексивной позиции тренера. На данном этапе ставится проблема соотношения показателей рефлексии и параметров самоотношения, которая определяет цель данного исследования.

Для реализации поставленной цели нами решались следующие задачи: определение особенностей самоотношения и рефлексии тренеров на различных этапах профессионализации; определение взаимосвязи между показателями рефлексии и компонентами самоотношения; выявление факторов, определяющих конструктивные аспекты рефлексивной позиции на пути профессионализации.

Методы и организация исследования. Для решения поставленных задач использовались следующие методики: дифференциальный тест рефлексии Д.А. Леонтьева [5], методика диагностики рефлексивности А.В. Карпова [1], методика уровня выраженности и

направленности рефлексии М. Гранта, опросник метакогнитивной включенности в деятельность (Metacognitive Awareness Inventory), методика исследования самооотношения С.Р.Пантилеева [7].

Нами были исследованы действующие и будущие тренеры с различным стажем профессиональной деятельности, в количестве 151 человек, которые были разбиты на три группы. В первую группу вошли студенты тренерских факультетов (42 человека), начинающие тренеры (48 человек) и опытные тренеры (61 человек) различных видов спорта в возрасте от 18 до 52 лет.

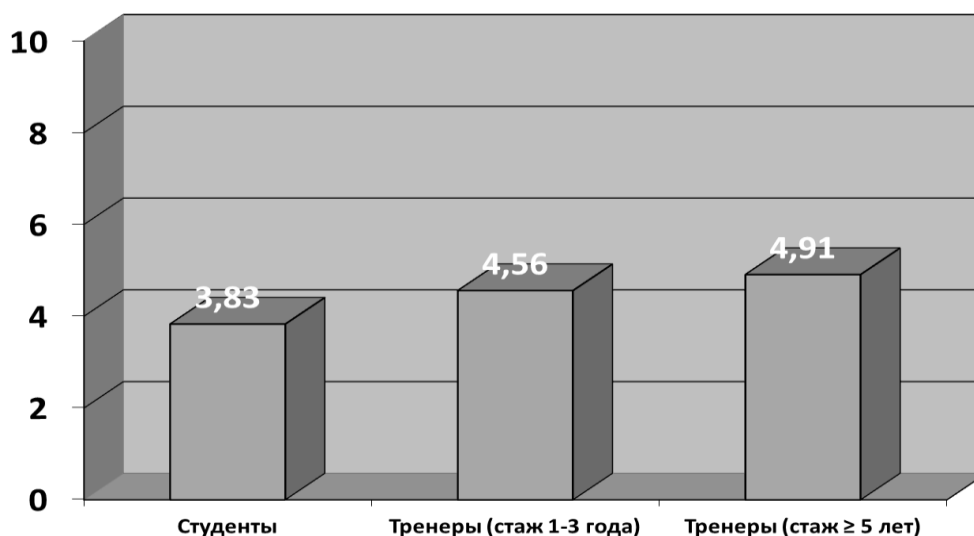


Рис. 1
Соотношение уровня развития рефлексивной способности (методика А.В. Карпова)

Результаты исследования и их обсуждение. В результате проведенных исследований был определен общий уровень рефлексивности в группах: студенты – $3,83 \pm 1,69$, тренеры со стажем 1-3 года – $4,56 \pm 1,76$, тренеры со стажем более 5 лет – $4,91 \pm 1,34$, что соответствует нижней границе среднего уровня развития рефлексивной способности (Рис. 1).

Соотношение показателей рефлексивной активности и коэффициента конструктивности рефлексии (Рис. 2) позволяет сделать вывод о том, что с увеличением стажа тренерской деятельности мы отмечаем тенденцию к снижению квазирефлексии и самокопания, при этом показатели конструктивности рефлексии не повышаются. Между группами были выявлены статистически значимые различия (Манна-Уитни тест, U критерий) по ряду параметров самооотношения.

Группа студентов тренерских факультетов в сравнении с начинающими тренерами демонстрирует более высокие показатели по шкале самопринятие ($5,57 \pm 1,43$, при $p = 0,04672$), при этом от группы опытных тренеров отличается более низкими показателями по шкале самопривязанность ($5,50 \pm 1,46$, при $p = 0,03439$) и более высокими показателями по шкале внутренняя конфликтность ($4,52 \pm 1,75$, при $p = 0,01129$).

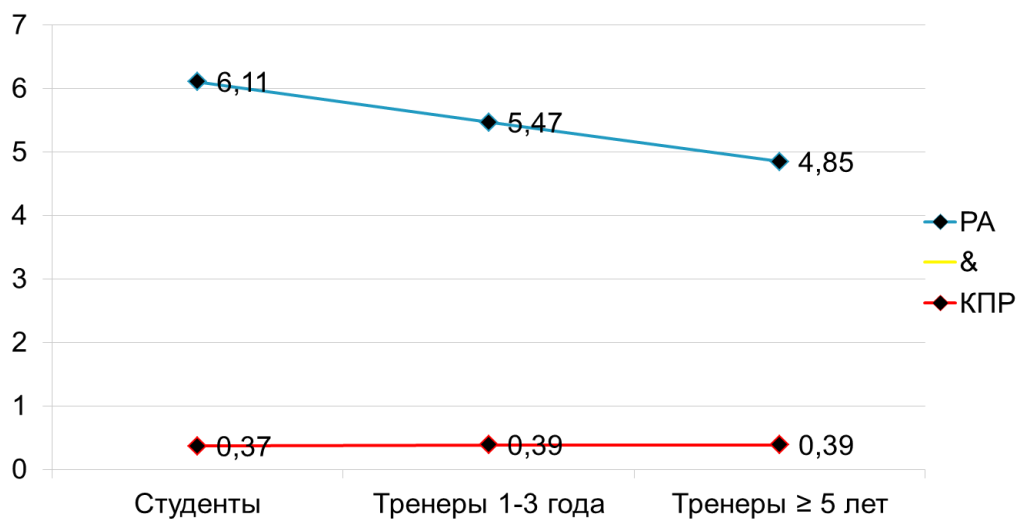


Рис. 2

Соотношение показателей рефлексивной активности (РА) и конструктивности рефлексии (КПР) (тест ДТР Д.А. Леонтьева)

Группа начинающих тренеров в отличие от опытных характеризуется более низкими показателями по шкалам: саморуководство ($6,50 \pm 1,52$, при $p = 0,05703$), самопринятие ($5,08 \pm 1,28$, при $p = 0,07357$) и более высокими показателями по шкале внутренняя конфликтность ($4,33 \pm 1,46$, $p = 0,03803$). Более низкие показатели по шкале самопринятие у начинающих тренеров в сравнении с двумя другими группами испытуемых могут определять реакцию личности на включение в ситуацию реальной деятельности, насыщенную значимыми проблемно-конфликтными содержаниями, определяющими особенности самоотношения на данном этапе профессионализации.

В результате корреляционного анализа были выявлены многочисленные связи параметров самоотношения и показателей рефлексии (Таблица 1).

Наибольшее количество связей приходится на когнитивный компонент самоотношения и самоуничижение, что объясняется их большей динамичностью под влиянием актуальной ситуации деятельности. Отметим значимые положительные корреляции показателей конструктивности рефлексии со всеми шкалами когнитивного компонента самоотношения, а показатели рефлексивной активности демонстрируют связь только с невротическим компонентом. При этом общий уровень рефлексивности связан со шкалами открытость и отраженное самоотношение. Отрицательная корреляция шкалы открытость и квазирефлексия говорит о том, что низкая степень осознанности «Я», входящего в структуру рефлексивности обуславливает уход от реальных проблемных содержаний деятельности. При этом ситуативная рефлексия, рефлексия общения, социорефлексия положительно коррелируют с открытостью, самоуверенностью и отраженным самоотношением, что определяет способность воспринимать, анализировать ситуацию деятельности, преобразовывать основания и способы собственных

действий и личностно развиваться без ущерба целостному «Я».

Таблица 1

Взаимосвязь параметров самооотношения и показателей рефлексии (n=151)

	Когнитивный компонент				Эмоциональный компонент			Самоуничужение	
	Открытость	Самоуверенность	Самоуправление	Ограниченное самоот-ие	Самоценность	Самопринятие	Самопривязанность	Внутренняя конфликт-ть	Самообвинение
Самокопание		-0,21**			-0,22**		-0,16*	0,48***	0,48**
Системная рефлексия			0,18*					0,22**	
Квазирефлексия	-0,24**							0,42***	0,26**
Рефлексивная активность								0,46***	0,35**
Коэф. Конструктивности рефлексии	0,28**	0,28**	0,20*	0,17*	0,24**			-0,33***	-0,32**
Общий уровень рефлексивности	0,19*			0,16*					
Рефлексия общения	0,16*	0,23**	0,19*				0,16*	-0,18*	
Ретроспективная рефлексия								0,29***	0,26**
Ситуативная рефлексия	0,25**	0,23**		0,15*				-0,35***	
Перспективная рефлексия							0,16*		
Само рефлексия						-0,18*			
Социорефлексия	0,17*	0,25**	0,25**	0,22**			0,23**	-0,33***	-0,19*

* - на уровне значимости $p \leq 0,05$ ** - на уровне $p \leq 0,01$ *** - на уровне $p \leq 0,001$

Корреляции показателей рефлексии со шкалами самоуничужения (внутренняя конфликтность и самообвинение) говорит о связи «вредной», не продуктивной рефлексии с невротическим компонентом самооотношения. Однако связь системной и ретроспективной рефлексии с внутренней конфликтностью и самообвинением приводит к пониманию того, что продуктивная рефлексия посредством обращения к прошлому опыту через содержательный

анализ не позволяет уходить от решения проблемных содержаний в переживания по поводу собственных состояний (самокопание) или фантазирование (квазирефлексия) и конструктивно влияет на личностное развитие тренеров. Другими словами, при наличии развитой способности к рефлексии, высокая продуктивность ее осуществления, направленность сознания на себя и на ситуацию социального взаимодействия не приводит личность к невротизации.

Для выявления интегрирующей и дифференцирующей роли самоотношения в структуре рефлексивной позиции на основе матриц интеркорреляций показателей рефлексии и самоотношения был произведен расчет индексов когерентности (ИКС), дивергентности (ИДС) и общей структурированности (ИОС).

Таблица 2

Интегрированность, дифференцированность и структурированность рефлексивной позиции параметрами самоотношения

	Студенты тренерского факультета			Начинающие тренеры (стаж 1-3 года)			Опытные тренеры стаж от 5 лет		
	ИКС	ИДС	ИОС	ИКС	ИДС	ИОС	ИКС	ИДС	ИОС
Само отношение	41	37	78	55	35	90	63	33	96

При соотнесении индексов, полученных по параметрам самоотношения, отмечается прирост интегрированности, организованности структур и снижение дифференцирующей (рассогласовывающей) роли компонентов самоотношения в структуре рефлексивной позиции с возрастанием опыта профессиональной деятельности. В частности, в индексах когерентности отмечается возрастание удельных весов следующих параметров самоотношения: самоуверенность, самооценочность, самопривязанность и снижение удельных весов внутренней конфликтности и самообвинения.

Обработка параметров рефлексии, самоотношения и стажа тренерской деятельности с помощью факторного анализа по методу главных компонент (вращение факторов – Varimax normalized) позволила выделить 4 группы переменных, объясняющие 76 % дисперсии данных.

Первый фактор был назван «Фактор продуктивности рефлексии» (доля общей дисперсии - 0,171388), его составляют: системная рефлексия (0,861946), ситуативная рефлексия (0,605953), саморефлексия (0,733956), показатели метакогнитивной включенности в деятельность (0,795658) и отрицательно связанный с ними параметр эмоционального компонента самоотношения – самопринятие (-0,714011). Данный фактор определяет успешность взгляда на себя со стороны в актуальной ситуации деятельности, с учетом условий реальной ситуации при высокой степени включенности метакогнитивных процессов во взаимосвязи с неудовлетворенностью профессиональными качествами и личностными основаниями осуществляемой деятельности для принятия собственного «Я» с точки зрения профессиональной «Я»-концепции.

Второй фактор был назван «Фактор развития рефлексивной способности» (доля общей

дисперсии - 0,201824), его составляют: показатели общего уровня выраженности рефлексивной способности (0,765789), ретроспективной рефлексии (0,650244), перспективной рефлексии (0,854130) и отрицательно связанный с ними показатель когнитивного компонента самоотношения – саморуководство (-0,812534). Фактор «Развития рефлексивной способности» определяет развитие способности взгляда на себя со стороны через квалификацию и феноменологизацию содержаний собственного сознания в актуальной ситуации деятельности в ходе ретроспективного анализа и проблематизацию с последующим перспективным самоопределением в проблемном содержании.

Третий фактор был назван «Фактор конструктивности рефлексивного опыта» (доля общей дисперсии - 0,224734), он включает: показатели стажа тренерской деятельности (0,645133), социальной рефлексии (0,646343), открытости (0,647632), самопривязанности (0,782750) и отрицательно связанные с ними самокопание (-0,819774), квазирефлексия (-0,707476), внутренняя конфликтность (-0,881443), самообвинение (-0,604896). Фактор «Конструктивности рефлексивного опыта» определяет высокую степень включенности рефлексивно-личностного компонента при движении мысли в содержательном плане проблемно-конфликтных ситуаций, обусловленную достаточным уровнем открытости во «взгляде на себя», устойчивой социальной направленностью и мерой адекватной самопривязанности. В целом, данный фактор определяет формирование рефлексивного опыта по мере накопления стажа профессиональной деятельности, а также низкий уровень «вредной» рефлексии (самокопание, квазирефлексию) и самоуничужения (внутренняя конфликтность, самообвинение).

Четвертый фактор был назван «Фактор невротической направленности рефлексии» (доля общей дисперсии - 0,160326), в него вошли рефлексия общения (0,816224), самообвинение (0,645564) и отрицательно связанная с ними самооценочность (-0,926695). Фактор «Невротической направленности рефлексии» определяет слабость внутренних критериев при обращении сознания к проблемным содержаниям и личностным основаниям осуществляемой деятельности, несформированность положительных эмоционально-оценочных критериев и склонность относиться к себе как к единственной причине неудач и неуспеха. При этом не критичное принятие оснований чужой позиции к осознанию собственного «Я» приводят к склонности погружаться в собственные переживания (самокопание), а также к уходу от проблемных содержаний (квазирефлексия), что может определять не сформированность рефлексивной позиции и тенденции к невротизации при столкновении с проблемно-конфликтными содержаниями профессиональной деятельности.

Выводы. На всех этапах профессионализации тренеров на фоне снижения тенденций к квазирефлексии и самокопанию отмечается недостаточный уровень развитости рефлексивной способности, низкий коэффициент конструктивности рефлексии.

Включенность в ситуацию профессиональной деятельности и приобретение опыта

определяет нарастание тенденций к самопринятию, самопривязанности и саморуководству, при этом отмечается уменьшение степени внутренней конфликтности, сглаживание внутренних противоречий и устойчивость самооотношения.

Формирование эффективной рефлексивной позиции зависит от характера взаимосвязи между самооотношением и показателями рефлексии и определяется факторами, влияющими, как на конструктивность рефлексии и развитие рефлексивной способности, так и на активизацию невротических тенденций при обращении сознания к способам и личностным основаниям деятельности.

В проблемно-конфликтных ситуациях деятельности невозможность эффективных решений с помощью стереотипно сложившихся средств и способов или отсутствие действенного психологического арсенала (знаково-символических средств рефлексии) приводят «конструктивно рефлексирующего» к активизации сознания и личностному росту.

Литература

1. Вошинин, А.В. Проблема развития рефлексивной способности тренеров в процессе профессионального становления / А.В. Вошинин // Теория и практика физической культуры. – 2012. - № 2. – С.40-44
2. Вошинин, А.В. Метод рефлексивной референции (означения) актуального опыта деятельности тренера / А.В. Вошинин // Спортивный психолог. – 2012. № 2. – С. 67-72
3. Карпов, А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики / А.В.Карпов // Психологический журнал. - 2003. - Т. 24, № 5.- С. 45–57.
4. Ковалев, С.Э. Психологические механизмы становления рефлексивных возможностей личности в мыслительной деятельности: Дис. ... канд. пс. наук / С.Э. Ковалев. – Усть-Каменогорск, 2001. С. – 232.
5. Леонтьев, Д.А. Разработка методики дифференциальной диагностики рефлексивности / Д.А.Леонтьев, Е.М.Лаптева, Е.Н. Осин, А.Ж. Салихова // Рефлексивные процессы и управление: сб. материалов VII Междунар. симп., Москва, 15–16 окт. 2009 г. / под ред. В.Е.Лепского. - М.: Когито-Центр, - 2009. - С. 145–150.
6. Пантилеев, С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р. Пантилеев // М.: Изд-во МГУ, 199, С. 108.
7. Пантилеев, С.Р. Методика исследования самооотношения / С.Р. Пантилеев // М.: Смысл, 1993.
8. Степанов, С.Ю. Психология рефлексии: проблемы и исследования / С.Ю. Степанов, И.Н. Семенов // Вопросы психологии. - 1985. -№ 3. - С. 31–40.
9. Столин, В.В. Самосознание личности / В.В. Столин // М., 1987. 252 с.
10. Трифонова, И.С. Формирование профессионально-ценностного самооотношения как средство воспитания ценностного отношения к детям у будущих учителей: Дис. ...канд. пед. наук. / И.С. Трифонова. - ЕКБ, 2002. С. – 242.