

УДК 159.955.4:141

DOI <https://doi.org/10.32782/cusu-psy-2024-3-2>

РЕФЛЕКСІЯ: ПРОБЛЕМАТИКА ФОРМУЛЮВАННЯ КОНЦЕПТУ

Губа Наталія Олександрівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
Запорізького національного університету
ORCID ID: 0000-0002-9582-4373
Scopus-Author ID: 57217825132

У статті представлено результати наукового аналізу проблематики визначення концепту феномену рефлексії на основі використання комплексу методів теоретичного дослідження: аналізу наукових джерел, систематизація та узагальнення. Встановлено розмежування та співвіднесення понять «рефлексія» та «рефлексивність» для підвищення ефективності подальшого аналізу. Зазначено і охарактеризовано узагальнені визначення рефлексії різними науковцями та представлено позиції різних підходів до формулювання змісту феномену рефлексії. Категоризовано розглянуті підходи на психологічний, філософський і педагогічний.

Виокремлено основні елементи поняття «рефлексія»: самопізнання і саморозуміння, аналіз минулого та його вплив на майбутнє, процес проєктування, гносеологічний аспект, соціальний контекст. Запропоновано оптимальне трактування процесу рефлексії згідно із зазначеними елементами.

Досліджено дезадаптивні аспекти процесу румінації, які є наслідком порушеного функціонування впорядкованого процесу рефлексії.

Для уточнення змістовного наповнення процесу рефлексії досліджено основні функції рефлексії та сфери застосування рефлексивних практик, які деталізують уявлення про досліджуваний феномен. Визначено, що рефлексія є складним процесом, функціонал якого охоплює різноманітні аспекти самопізнання, критичного осмислення власного досвіду та проєктування майбутніх дій.

Зазначено, що рефлексія відіграє центральну роль у професійному розвитку і становленні особистості, особливо в педагогічній та психологічній практиці, що підтверджується сучасними науковими розробками.

Обґрунтовано доцільність подальшої роботи у пошуку оптимального інтегративного визначення концепту рефлексії в межах основних дисциплін, які досліджують цей феномен (філософія, педагогіка, психологія) та в міждисциплінарному просторі для забезпечення єдиного підходу в трактуванні.

Ключові слова: рефлексія, рефлексивність, функції рефлексії, елементи поняття рефлексії, підходи до визначення поняття «рефлексія».

Guba Natalya. Reflection: problems of concept defining

The article presents the results of a scientific analysis of the problem of reflection phenomenon concept defining based on the use of a theoretical research methods set: analysis of scientific sources, systematization and generalization. The author distinguishes and correlates the concepts of "reflection" and "reflexivity" to improve the efficiency of further analysis. The generalized definitions of reflection by different scholars are identified and characterized, and the positions of different approaches to formulating the content of the phenomenon of reflection are presented. The considered approaches are categorized into psychological, philosophical and pedagogical.

The main elements of the concept of "reflection" are highlighted: self-knowledge and self-understanding, analysis of the past and its impact on the future, design process, epistemological aspect, social context. The optimal interpretation of the reflection process in accordance with these elements is proposed.

The maladaptive aspects of the rumination process, which are the result of the disordered functioning of the ordered reflection process, are investigated.

In order to clarify the content of the reflection process, the main functions of reflection and the areas of application of reflective practices that detail the idea of the phenomenon under study are investigated. It is determined that reflection is a complex process, the functionality of which covers various aspects of self-knowledge, critical reflection on one's own experience and design of future actions.

It is noted that reflection plays a central role in the professional development and formation of the individual, especially in pedagogical and psychological practice, which is confirmed by modern scientific developments.

The expediency of further work in finding an optimal integrative definition of the concept of reflection within the main disciplines that study this phenomenon (philosophy, pedagogy, psychology) and in the interdisciplinary space to ensure a unified approach to interpretation is substantiated.

Key words: reflection, reflexivity, functions of reflection, elements of the reflection concept, approaches to the reflection concept definition.

Вступ

У часи зростання почуття невизначеності через військові дії, перенасичення інформаційного простору та відсутність стійких моральних орієнтирів в сьогоденні постає необхідність у вдосконаленні таких психічних і психологічних феноменів, які забезпечують цілісність і адекватність орієнтації особистості в своїх переживаннях, поглядах та наслідках дій. Одним з таких феноменів є рефлексія, функціональне значення якої важко переоцінити [10, с. 21]. Рефлексія як науковий термін та психологічний феномен набуває все більшого значення в сучасному науковому дискурсі, оскільки тісно пов'язана з процесами навчання [28, с. 662], пізнання [7, с. 33], самосприйняття [2, с. 39] та свідомістю [17, с. 75]. Однак у психології не існує єдиного визначення цього поняття, а його формулювання значною мірою залежить від підходів, якими користуються дослідники [9, с. 638].

Метою статті є представлення результатів аналізу проблематики формулювання концепту рефлексії у психології та представлення позицій до розуміння цього явища.

Матеріали та метод

Враховуючи теоретичний характер статті, були використані відповідні методи: теоретичний аналіз наукових джерел, які відображають змісти різних тлумачень поняття «рефлексії», розбіжності в трактуванні основного функціоналу рефлексії та різні сфери її дослідження; систематизація та узагальнення результатів аналізу.

Результати

Дослідження феномену рефлексії постає предметом у філософській, психологічній та педагогічній науках [1, с. 60]. На нашу думку, саме ця міждисциплінарність породжує велику кількість різних підходів у визначенні поняття «рефлексії» та відсутності єдиного погляду на його визначення (Заїка Є., Зімовін О., Ільчук В., Дубина М., Прокопенко О., І. Ван Сеггелен-Дамен, та ін.).

У загальному розумінні проблему пізнання себе особистістю, звичайно, було порушено ще з часів Сократа та філософів Стародавньої Греції, але вперше звичне нам сьогодні формулювання рефлексії, на думку С. Іллющенко, ввів П. Тейяр де Шарден: «набути свідомістю вміння сконцентруватися на самому собі та оволодіти самим собою як предметом, що володіє специфічною стійкістю та своїм специфічним значенням – здатність вже не просто пізнавати, а пізнавати самого себе; не просто знати, а знати, що знаєш» [7, с. 33]. Проте, на думку науковців Я. Чапман та Г. Чуйко, саме Дж. Локк був першим філософом, який ввів поняття «рефлексії» в науковий дискурс, а В. Джеймс сформулював перше психологічне поняття про феномен рефлексії [19, с. 36].

Для подальшого результативного аналізу слід відокремити поняття «рефлексія» від «рефлексивність», які часто не розмежовуються, що спричиняє ще більше ускладнень у виведенні оптимального формулювання. Так, українські психологи Є. Заїка та О. Зімовін зазначають, що рефлексія є процесом самопізнання, а рефлексивність – є здатністю особистості, що уможливує перебіг процесу рефлексії [4, с. 92]. Вчені вказують, що «рефлексивність» є ширшим поняттям та характеризується інтегрованістю, системністю та континуальністю, для рефлексії ж притаманні динамічність, дискретність та спрямованість [5, с. 6].

І. Ван Сеггелен-Дамен та ін., вказують на те, що для західної психологічної науки типовими є три підходи у вивченні рефлексії: 1) вивчення самоусвідомлення (ориг. «self-awareness») через

інтроспекцію; 2) дослідження самореференції з точки зору «я-інший»; 3) самодослідження, як системний сумнів у своїх уявленнях, які раніше сприймалися як належне [25, с. 795].

Психологиня Л. Подкоритова, досліджуючи складність феномену рефлексії, узагальнює такі критерії для класифікації видів рефлексії [16, с. 352]:

1. За критерієм характеристики емоційних переживань, які супроводжують цілеспрямовані роздуми людини: позитивна і негативна рефлексія.

2. За часовим принципом: ситуативна (актуальна), ретроспективна та перспективна рефлексія.

3. За змістом: інтелектуальна, особистісна, міжперсональна (соціально-перцептивна, комунікативна) рефлексія.

4. За провідним об'єктом рефлексування: а) духовно-екзистенційно орієнтовані (духовна, екзистенційна, патріотична, ціннісна, етична, естетична); інтелектуально-орієнтовані (методична, методологічна, пізнавальна, теоретична); саногенна рефлексія.

5. За професійною діяльністю, у контексті якої відбувається рефлексія: педагогічна, психологічна, військова, спортивна тощо.

Вчена пропонує ще більш узагальнюючу класифікаційну схему видів рефлексії [16, с. 353]:

I рівень, інтегративний, включає духовну, екзистенційну та професійну рефлексії як такі, що можуть об'єднувати усі інші;

II рівень, змістовий, включає: а) інтелектуальну, б) особистісну та в) соціальну рефлексії;

III рівень, об'єктний, включає підвиди рефлексій II-го рівня: а) методична, методологічна, теоретична (різновиди інтелектуальної рефлексії); б) саногенна; позитивна – негативна; ситуативна – ретроспективна – перспективна; патріотична, ціннісна, етична, естетична (різновиди особистісної рефлексії); в) соціальна, соціально-перцептивна, комунікативна, міжперсональна, групова (різновиди соціальної рефлексії).

Внесок Л. Подкоритової є надзвичайним у методології психологічного дослідження рефлексії, оскільки забезпечує науковців «системою координат» у підходах до визначення процесу рефлексії, представляючи їх різноманіття через різні види рефлексії.

За твердженням Палій А., Єльчанінової Т. та Шевченко В. у зарубіжній психології рефлексія переважно розглядається як самосвідомість, самоконтроль, самовиховання, які інтегровано складають основу самоаналізу [15, с. 872].

Наведемо кілька прикладів формулювань концепту рефлексії українськими психологами на основі їхніх досліджень цієї проблематики:

1. Чаплак Я., Чуйко Г.: «... рефлексія – це спосіб розуміння людиною себе та інших людей, мотивів дій, вчинків і переживань, передбачення напрямків їх зміни в майбутньому на основі аналізу результатів минулого і досягнутого, буття світу та людини в ньому загалом. Рефлексія – це ніби погляд на себе як власними очима, так і через призму ставлень інших людей.» [19, с. 43];

2. Немченко С.: «Рефлексія – це роздуми про минуле спрямовані у майбутнє... Роздуми про минуле, це фактично віддзеркалення та аналіз минулої діяльності, розгляд відбувається у сучасності, робляться висновки та планується необхідна робота – це процес проектування, що спрямовано у майбутнє, у якому відбудеться діяльність. Таким чином розкриття цього поняття можливо відобразити як схему: аналіз (минуле) – проектування (сучасність) – діяльність (майбутнє).» [12, с. 106];

3. Ільчук В., Дубина М., Прокопенко О.: «... рефлексія – це гносеологічний процес, суть якого полягає у пізнанні окремим індивідом явищ дійсності крім призму його світоглядних уявлень і за допомогою спостереження, аналізу, оцінки, усвідомлення, формування сукупності різномірних рішень щодо здійснення ним певних дій у майбутньому.» [8, с. 18];

4. Найдьонова Л.: «Із погляду загальної психології, рефлексія тлумачиться насамперед як самопізнання суб'єкта ...; у соціальній психології рефлексивні процеси розглядаються крізь призму інтеракції, як усвідомлення суб'єктом свого сприймання іншими ...» [11, с. 50–51].

На основні запропонованих формулювань можемо виокремити основні елементи поняття «рефлексія»:

1. Самопізнання і саморозуміння – відображення своїх дій, думок, мотивів, що дозволяє людині пізнати себе та інших (Чапак Я., Чуйко Г., Найдьонова Л.).

2. Аналіз минулого та його вплив на майбутнє – аналіз і оцінка минулого досвіду для визначення можливих напрямків діяльності у майбутньому (Чапак Я., Чуйко Г., Немченко С.).

3. Процес проєктування – перетворення висновків з минулого досвіду у плани або передбачення майбутньої діяльності (Немченко С.).

4. Гносеологічний аспект – рефлексія як процес пізнання реальності крізь призму світоглядних уявлень, включаючи самоспостереження, аналіз та оцінку для формування рішень (Ільчук В., Дубина М., Прокопенко О.).

5. Соціальний контекст – усвідомлення того, як інші люди сприймають суб'єкта, і вплив цього усвідомлення на поведінку (Найдьонова Л.).

За допомогою виокремлених основних елементів сформулюємо оптимальне трактування процесу рефлексії як *багатовимірного процесу самопізнання, що включає аналіз минулого досвіду, усвідомлення власних мотивів, дій і переживань, а також проєктування майбутньої діяльності на основі отриманих висновків. Вона передбачає саморозуміння через призму ставлення інших людей та врахування соціального контексту, а також здійснюється крізь світоглядні уявлення, що дозволяє індивіду оцінити власне місце у світі і вплив на нього.*

Для детальнішого аналізу формулювання поняття «рефлексія» звернімося до функцій, які науковці вважають притаманними їй.

На думку психолога І. Беха, рефлексія є основним фактором духовного розвитку особистості, оскільки наповнює «Я» змістом реалізуючи такі функції [3, с. 10–11]:

- Породжувальна функція;
- Акмецентрована функція;
- Самоутверджувальна функція;
- Самозахисна функція;
- Функція самоцінності;
- Консолідуюча функція;
- Функція душевного умиротворення.

Р. Павелків зазначає, що результатом рефлексивного акту, а отже, і його метою, є «... вихід особистості за межі існуючої системи знань...» та породження нового знання, що вказує на вихід до рівня метапізнання [14, с. 87]. Вчений стверджує, що рефлексія забезпечує критичність особистості до себе та своєї діяльності, що уможлиблює ефективний розвиток особистості, оволодіння новими видами діяльності та знаннями [14, с. 85].

І. Обискалов, спираючись на доробок В. Федько, вказує на можливість об'єднання досліджених функцій рефлексії у дві групи: контрольна функція (усвідомлення, розпізнавання, деталізація досвіду) та конструктивна функція (моделювання, прогнозування майбутнього досвіду) [13, с. 52].

Дослідник С. Немченко пов'язує функціональне навантаження рефлексії з процесами осмислення та переосмислення наявних когнітивних стереотипів з метою створення нового оптимального змісту свідомості [12, с. 107].

У праці І. Ван Сеггеле-Дамен та ін. зазначається, що основними цілями процесу рефлексії є [25, с. 798]:

- Оцінка когнітивного функціонування;
- Сенсоутворення;
- Навички перенаправлення і саморегуляції.

В англomовному психологічному дискурсі [24, с. 56] та вітчизняному [6, с. 148] вказується не тільки на позитивне значення процесу рефлексії, а й на негативний його аспект – румінацію. Так, за визначенням С. Іллющенко: «Румінація описує процеси безцільного роздуму людини в пошуках самовиправдання, зосередженості на своїх негативних емоціях і виникає тоді, коли суб'єкт зіштовхується з проблемною ситуацією, яку він не може контролювати» [7, с. 34]. З цього випливає, що феномен рефлексії є вкрай важливим та необхідним для нормального розвитку особистості і в той же час його непорядкованість може призводити до випадків погіршення психологічного та психічного добробуту людини.

В західних клінічних розвідках (Стефан С., Чеіе Л.; В. Чевалієр та ін.; П. Фонагі та ін.) представлено результати досліджень [27; 26; 21, відповідно], які вказують на позитивні результати використання рефлексивних практик при боротьбі з тривожністю. Ці дані вказують на заспокійливу та стабілізуючу функцію нормально налагодженого процесу рефлексії.

Як було зазначено вище, рефлексія трактується деякими вченими як необхідна умова пізнання, що має підкріплення в роботах, які наголошують на важливості цього процесу в навчанні [28]. Так, вченими Матохнюк Л. та Гальчевською Н. обґрунтовано системну природу впливу рефлексії на процес підготовки педагогічних кадрів [10]. Окремо один від одної Сорокіною О. та Шевченко Н. охарактеризовано важливість процесу рефлексії в підготовці і становленні спеціалістів психологічної професії [18; 20, відповідно]. Вчені Фішер П., Чоу К., Лью І. вказують на позитивний вплив використання рефлексивних практик у підготовці клінічних психологів [22, с. 9], проте, маємо зазначити і про опозитні таким висновкам дослідження Ліленфілд С. та Бастерфілд К., в якому стверджується, що рефлексивні практики не мають позитивного впливу при підготовці спеціалістів у сфері психологічного і психічного здоров'я [23, с. 10]. Палій А., Сльчаніноюю Т. та Шевченко В. представлено рефлексію як базову складову перебігу професійної діяльності [15].

Ці наукові висновки, пов'язані з психолого-педагогічними аспектами дослідження процесу рефлексії вказують на те, що однією з основних функцій рефлексії є пізнавальна, оскільки процеси навчання та засвоєння нових видів діяльності є неможливими без нормального функціонування рефлексії.

Ґрунтуючись на охарактеризованих визначеннях поняття «рефлексія» та основних функціях процесу рефлексії можемо узагальнити такі підходи до трактування цього феномену:

1. Філософський підхід: рефлексія розглядається як здатність людини до самоспостереження і самоаналізу. Вона трактується як внутрішній процес, спрямований на дослідження власних думок, почуттів і переживань, що є важливим для самопізнання та саморозвитку. Це один із найдавніших підходів, який підкреслює цінність рефлексії для формування глибокої самосвідомості.

2. Психологічний підхід: у психології рефлексія часто описується як процес усвідомлення власних психічних станів і дій. Тут акцент робиться на здатності людини аналізувати й оцінювати свою поведінку, що сприяє підвищенню адаптивності в соціальних і професійних ситуаціях. Вона виступає засобом регуляції поведінки і розвитку особистості.

3. Педагогічний підхід: у педагогічному контексті рефлексія розглядається як складова навчальної діяльності, яка сприяє самонавчанню та критичному мисленню. Тут рефлексія використовується для аналізу власних досягнень і помилок, стимулюючи розвиток саморегуляції у навчальному процесі. Вона допомагає учням і вчителям усвідомлювати ефективність методів і підходів у навчанні.

Висновки

Проведене дослідження підтверджує значення рефлексії як багатовимірного феномена, що має суттєву роль для сучасної психології, педагогіки та інших наук. Визначено, що рефлексія є складним процесом, який охоплює різноманітні аспекти самопізнання, критичного осмислення власного досвіду та проектування майбутніх дій. Вона є основою для розвитку самосвідомості, адаптації до мінливих умов соціальної реальності та духовного розвитку особистості.

Представлено основні підходи до розуміння і трактування рефлексії, що існують у вітчизняній та зарубіжній науці: філософський, психологічний та педагогічний.

Окреслено відмінності між поняттями «рефлексія» і «рефлексивність»: «рефлексивність» є ширшим поняттям та характеризується інтегрованістю, системністю та континуальністю, для рефлексії ж притаманні динамічність, дискретність та спрямованість.

Обґрунтовано основні елементи поняття «рефлексія»: самопізнання і саморозуміння, аналіз минулого та його вплив на майбутнє, процес проєктування, гносеологічний аспект, соціальний контекст. На їхній основі сформульовано оптимальне трактування процесу рефлексії як *багатовимірного процесу самопізнання, що включає аналіз минулого досвіду, усвідомлення власних мотивів, дій і переживань, а також проєктування майбутньої діяльності на основі отриманих висновків. Вона передбачає саморозуміння через призму ставлення інших людей та врахування соціального контексту, а також здійснюється крізь світоглядні уявлення, що дозволяє індивіду оцінити власне місце у світі і вплив на нього.*

Відзначено, що рефлексія відіграє центральну роль у професійному розвитку і становленні особистості, особливо в педагогічній та психологічній практиці, що підтверджується сучасними науковими розробками.

Отримані результати теоретичного дослідження вказують на значну потребу в подальшій комунікації між представниками різних підходів у трактуванні феномену рефлексії як в межах педагогічної, філософської та педагогічної дисциплін так і в міждисциплінарному просторі.

Література:

1. Андрющенко О. О. Сутність феномену "Рефлексія" як міждисциплінарного поняття. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальній школах*. 2015. № 45(98). С. 60–66. URL: <http://pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2015/45/9.pdf>.
2. Антонова З., Гурницька М. Рефлексія як детермінант самоставлення: аналіз проблеми та перспективи дослідження. *Psychology travelogs*. 2023. № 4. С. 35–43. <https://doi.org/10.31891/pt-2023-4-4>.
3. Бех І. Рефлексія у духовному «Я» особистості. *Рідна школа*. 2011. № 8–9. С. 9–14. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/rsh_2011_8-9_5.
4. Заїка Є., Зімовін О. Рефлексивність особистості як предмет психологічного пізнання. *Психологія і суспільство*. 2014. № 2. С. 90–97.
5. Зімовін О., Заїка Є. Рефлексивність та рефлексія: співвідношення понять. *Вісник харківського національного педагогічного університету імені ГС Сковороди. психологія*. 2014. № 47. С. 65–71.
6. Зімовін О. І. Рефлексія та креативність як чинники саморозвитку особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2016. № 32. С. 138–153. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2016-32.%p>.
7. Іллющенко С. Ю. Психологічний зміст феномена рефлексії як властивості, процесу, стану. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 4(57). С. 32–43. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2020-57-4-32-43>.
8. Ільчук В. П., Дубина М. В., Прокопенко О. О. Теоретичні аспекти дослідження явища "Рефлексія". *Вісник ОНУ імені І. І. Мечникова*. 2014. Т. 14, № 2/1. С. 18–22. URL: <http://ir.stu.cn.ua/123456789/8952>.
9. Крюкова О. В. Соціальна рефлексія як складова соціального розвитку особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 16. С. 636–647. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2012-16.%p>.
10. Матохнюк Л. О., Гальчевська Н. А. Рефлексія як системоутворювальний механізм безперервного професійного розвитку педагога. *Габітус*. 2022. № 38. С. 20–24. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2022/38-2022/3.pdf>.
11. Найдьонова Л. М. Групова рефлексія як механізм реконструкції соціальних настановлень : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2014. 246 с. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/77241836.pdf>.
12. Немченко С. Визначення поняття "рефлексія". *Молодь і ринок*. 2014. № 12(119). С. 104–107. URL: http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&2_S21P03=FILA=&2_S21STR=Mir_2014_12_25.
13. Обискалов І. Рефлексія: поняття, види, функції, психологічна структура. *Журнал сучасної психології*. 2023. № 4(31). С. 48–57.

14. Павелків Р. В. Рефлексія як механізм формування індивідуальної свідомості та діяльності особистості. *Вісник післядипломної освіти. «серія «соціальні та оведінкові науки»*. 2019. № 8 (37). С. 84–98. [https://doi.org/10.32405/2522-9931-8\(37\)-84-98](https://doi.org/10.32405/2522-9931-8(37)-84-98).
15. Палій А., Сльчанінова Т., Шевченко В. Рефлексія як структуротворчий компонент професійної діяльності. *Перспективи та інновації науки*. 2024. № 6(40). [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6\(40\)-867-876](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-6(40)-867-876).
16. Подкоритова Л. О. Визначення видів рефлексії у наукових джерелах. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*. 2017. № 37. С. 343–358. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2017-37.%p>.
17. Савченко О. Свідомість і рефлексія в базисі психологічного теоретизування. *Психологія і суспільство*. 2018. № 3–4 (73–74). С. 67–89.
18. Сорокіна О. Вплив рефлексії на професійне становлення студентів-психологів. *Науковий вісник мну імені В. О. Сухомлинського. Психологічні науки*. 2017. № 2(18). С. 190–194. URL: <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/psihol-visnik-18-2017-36.pdf>.
19. Чапак Я. В., Чуйко Г. В. Рефлексія як метакогнітивний феномен психології. *Psychological journal*. 2021. Т. 7, № 9(53). С. 35–47. URL: <https://archer.chnu.edu.ua/xmlui/handle/123456789/4189>.
20. Шевченко Н. Ф. Рефлексивність як чинник розвитку особистості психолога-консультанта. *Журнал сучасної психології*. 2022. № 4. С. 85–92. <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4-10>.
21. Development and validation of a self-report measure of mentalizing: the reflective functioning questionnaire / P. Fonagy et al. *Plos one*. 2016. Vol. 11, no. 7. P. e0158678. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>.
22. Fisher P., Chew K., Leow Y. J. Clinical psychologists' use of reflection and reflective practice within clinical work. *Reflective practice*. 2015. Vol. 16, no. 6. P. 731–743. <https://doi.org/10.1080/14623943.2015.1095724>.
23. Lilienfeld S. O., Basterfield C. Reflective practice in clinical psychology: reflections from basic psychological science. *Clinical psychology: science and practice*. 2020. <https://doi.org/10.1111/cpsp.12352>.
24. Philippi C. L., Koenigs M. The neuropsychology of self-reflection in psychiatric illness. *Journal of psychiatric research*. 2014. Vol. 54. P. 55–63. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.03.004>.
25. Reflection: A Socratic approach / I. C. M. Van Seggelen – Damen et al. *Theory & psychology*. 2017. Vol. 27, no. 6. P. 793–814. <https://doi.org/10.1177/0959354317736388>.
26. Reflective functioning in children and adolescents with and without an anxiety disorder / V. Chevalier et al. *Frontiers in psychology*. 2021. Vol. 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.698654>.
27. Stefan C. A., Cheie L. Self-compassion and social anxiety in late adolescence: contributions of self-reflection and insight. *Self and identity*. 2020. P. 1–13. <https://doi.org/10.1080/15298868.2020.1861082>.
28. Wain A. Learning through reflection. *British journal of midwifery*. 2017. Vol. 25, no. 10. P. 662–666. <https://doi.org/10.12968/bjom.2017.25.10.662>.