

РОЗВИТОК РЕФЛЕКСИВНОГО МИСЛЕННЯ ЯК УМОВА ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО СУПЕРВІЗІЇ

Дметерко Наталія Володимирівна,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри практичної психології

Центральноукраїнського державного університету

імені Володимира Винниченка

ORCID ID: 0000-0002-6333-8696

У статті порушено проблему рефлексивного мислення як умови підготовки майбутніх психологів до супервізії. Розкрито особливості супервізії як співпраці двох професіоналів. Показано, що за супервізії акцент ставиться на професійній допомозі іншому психологу з боку супервізора з набуття досвіду у вирішенні фахових завдань. Супервізія є важливим складником як на етапі професійного становлення психолога, так і у процесі його подальшої професіоналізації. Існують утруднення організації супервізії на етапі фахової підготовки практичних психологів в Україні. Стверджується, що супервізія передбачає сформованість у психолога відповідних компетентностей для її проходження. Однією з яких є професійна рефлексія. Обґрунтовано значення рефлексії та рефлексивного мислення як умови підготовки майбутніх психологів до супервізійної діяльності. Розкрито особливості рефлексивного мислення психолога. Рефлексивне мислення психолога скеровано на професійне пізнання глибинних прошарків психіки шляхом установлення взаємозв'язку зовні спостережуваних поведінкових проявів із глибинно-психологічними детермінантами з метою виявлення закономірностей функціонування феномену психічного та визначення ефективних шляхів надання психологічної допомоги суб'єкту в розв'язанні його особистісної проблеми, що супроводжується саморефлексією фахівця відповідності власних способів дій із завданнями професійної діяльності. Показано, що розвиток рефлексивного мислення відбувається у процесі глибинної психокорекції за методом активного соціально-психологічного пізнання (АСПП). Розкрито методологічні засади глибинної психокорекції, її методи та механізми змін учасників. Показано, що глибинно-корекційний процес підпорядковується законам позитивної дезінтеграції психіки та її вторинної інтеграції на більш високому рівні розвитку. Одним з основних методів глибинної психокорекції є діалог, який реалізується відповідно до основних положень психодинамічної парадигми.

Ключові слова: супервізія, рефлексивне мислення, професійна рефлексія, глибинна психокорекція, закони позитивної дезінтеграції та вторинної інтеграції психіки.

Dmeterko Natalia. Development of reflective thinking as a condition for preparing future psychologists for supervision

The article raises the problem of reflective thinking as a condition for preparing future psychologists for supervision. The features of supervision as cooperation between two professionals are revealed. It is shown that during supervision, the emphasis is on professional assistance to another psychologist by the supervisor in gaining experience in solving professional tasks. Supervision is an important component both at the stage of a psychologist's professional development and in the process of his further professionalization. There are certain difficulties in organizing supervision at the stage of professional training of practical psychologists in Ukraine. It is argued that supervision presupposes the formation of the psychologist's relevant competencies for its passage. One of which is professional reflection. The importance of reflection and reflective thinking as a condition for preparing future psychologists for supervisory activities is substantiated. The features of a psychologist's reflective thinking are revealed. The psychologist's reflective thinking is aimed at professional knowledge of the deep layers of the psyche by establishing a relationship between externally observed behavioural manifestations and deep psychological determinants in order to learn the patterns of functioning of the phenomenon of the psyche and determine effective ways of providing psychological assistance to the subject in solving his personal problem, which is accompanied by self-reflection by the specialist of the correspondence of his own methods of action to the tasks of professional activity. It is shown that the development of reflective thinking occurs in the process of deep psychocorrection using the method of active social and psychological cognition (ASPC). The methodological principles of deep

psychocorrection, its methods and mechanisms of changes in participants are revealed. It is shown that the deep correction process is subject to the laws of positive disintegration of the psyche and its secondary integration at a higher level of development. One of the main methods of deep psychocorrection is dialogue, which is implemented in accordance with the basic provisions of the psychodynamic paradigm.

Key words: supervision, reflective thinking, professional reflection, deep psycho-correction, law of positive disintegration and secondary integration of psyche.

Вступ

Сучасні умови розвитку суспільства, зростання ролі психологічної допомоги в системі охорони здоров'я висувають нові вимоги до професійної підготовки майбутніх психологів. Однією із ключових компетентностей, необхідною для ефективної професійної діяльності фахівця, є професійна рефлексія та рефлексивне мислення, що забезпечує усвідомлення власних дій, емоційних реакцій, професійних рішень і міжособистісної взаємодії в роботі із клієнтом.

Розвиток професійної рефлексії є необхідною умовою готовності майбутніх психологів до супервізії – процесу професійного супроводу, що сприяє підвищенню якості психологічної практики, профілактиці професійного вигорання та забезпеченню етичних стандартів діяльності. Супервізія передбачає вміння аналізувати власний досвід, усвідомлювати професійні труднощі, приймати конструктивний зворотний зв'язок, тобто саме те, що є можливим завдяки рефлексії.

Матеріали та метод

Практика супервізорства має відносно коротку історію виникнення та розвитку. Супервізія, яка була започаткована у психоаналітичній терапії З. Фрейдом, набула поширення та застосування в інших напрямках психотерапії (в аналітичній психотерапії К.Г. Юнга, когнітивно-поведінковій психотерапії, гештальт-терапії та інших).

Супервізія відрізняється від таких видів діяльності практичного психолога, як психоконсультавання та психотерапія. У характеристиці супервізії акцент ставиться на професійній допомозі іншому психологу з боку супервізора з набуття професійного досвіду у вирішенні фахових завдань. Супервізія – це співпраця двох професіоналів (більш і менш досвідченого або рівних із досвіду), у процесі якої супервізований може описати й проаналізувати свою роботу в умовах конфіденційності. А основна мета супервізії – допомогти супервізованому найкраще відповісти на потреби клієнта [4]. Супервізія – це особливий напрям роботи зі спеціалістом, метою якого є збільшення цілеспрямованості професійних дій, підвищення кваліфікації та ступеня задоволеності фахівцем власною роботою [1; 2; 4].

Супервізію розглядають як умову формування екологічної взаємодії консультанта із клієнтом. Супервізія розглядається як необхідна умов становлення та особистісно-професійного зростання фахівця, отже, і покращення якості послуг, що він надає [1; 2; 4].

Рівні супервізії, які визначаються метою супервізії, співвідносяться з рівнем професійної підготовки супервізованого: стажери в галузі психотерапії та соціальної роботи потребують радше практичного навчання виконання прийомів взаємодії та особистісно-професійної підтримки (навчальний рівень), а фахівці, які практикують, – аналізу якості роботи та зворотного зв'язку більш кваліфікованого спеціаліста (сертифікаційний рівень) [4].

У низці досліджень відмічається важливість супервізії для профілактики професійних деформацій і емоційного вигорання [1]. Супервізорство як один із засобів запобігання професійному вигоранню дає змогу психологам підвищувати рівень фахової майстерності та кваліфікації, досліджувати тіньові (несвідомі) мотиви вибору професії [7].

У зв'язку з уходженням системи освіти України до європейського освітнього простору все більш актуальною стає проблема підготовки психологів до супервізійної діяльності. На відміну від європейської системи освіти, де опанування практики супервізії є однією з умов і

засобом фахової підготовки психологів, у нашій країні ця практика лише починає запроваджуватись. Існують утруднення організації супервізії на етапі фахової підготовки практичних психологів в Україні. На думку Д.М. Туркової, ці утруднення мають організаційний характер. Так, навчальним планом не передбачено такий вид діяльності, отже, не виділено часу викладачам для його реалізації. І хоча елементи супервізії можуть бути присутніми на практичних заняттях, проте вони не є основним видом роботи. Проходження психологічної практики студентами в закладах освіти також не передбачає супервізії з боку шкільного практичного психолога, лише кураторство практикою, на волонтерських засадах. Порівняно з підготовкою психологів за кордоном, яка орієнтована на практику, для вітчизняної системи освіти більш характерною є постановка акценту на теорію і академізм. Автор наголошує на важливості балансу між теоретичним і прикладним аспектами підготовки практичних психологів, що буде гарантією якісної освіти [6].

Супервізія є важливим складником як на етапі професійного становлення психолога, так і у процесі його подальшої професіоналізації. Метою супервізійної практики є набуття психологом компетенції у проведенні психокорекційної роботи та формування відчуття доцільності їх використання в конкретній ситуації, формування вміння прогнозувати наслідки власних дій. Супервізор не лише навчає психолога технік роботи, а й допомагає йому усвідомити власні деструктивні тенденції, які зумовлюють труднощі взаємин з людиною, і стимулює досягнення належного рівня їхньої професійної компетентності [7].

Варто зазначити, що результативність супервізії залежить як від професіоналізму супервізора, так і від готовності психолога до її проходження. На ефективність проведення супервізії впливають досвід супервізованого, практичні й технічні навички здійснення професійних дій, рівень усвідомлення психологом його особистісних проблем [7]. Останнє передбачає розвиток професійної рефлексії та рефлексивного мислення психолога.

Мета статті – теоретично обґрунтувати значення рефлексії та рефлексивного мислення як умови підготовки майбутніх психологів до супервізійної діяльності; визначити методи розвитку рефлексивного мислення психолога.

Результати

Рефлексивне мислення психолога-практика має власну специфіку та професійно важливі характеристики. Сутнісною характеристикою рефлексивного мислення психолога є, з одного боку, здатність до професійної саморефлексії та самопізнання, а з іншого – рефлексія психоемоційного стану іншої людини (В.Г. Панок, Н.І. Пов'якель, М.В. Савчин та інші). Аналіз наукових джерел дозволяє узагальнити етапи рефлексивного процесу, якими є такі: «рефлексивний вихід», інтенціональність, об'єктивація, актуалізація рефлексії, осмислення та переосмислення різних аспектів змісту власної психіки, суперечностей, способів дій та іншого, узагальнення переосмисленого змісту, реорганізація (перебудова) способів урегулювання (дій) проблемно-конфліктних ситуацій.

Рефлексивне мислення психолога ми розглядаємо як вид мислення, що скерований на професійне проникнення у глибинні прошарки психіки шляхом установлення взаємозв'язку зовні спостережуваних поведінкових проявів із глибинно-психологічними детермінантами з метою пізнання закономірностей функціонування феномену психічного та визначення ефективних шляхів надання психологічної допомоги суб'єкту в розв'язанні його особистісної проблеми, що супроводжується саморефлексією фахівця узгодження власних способів дій із завданнями професійної діяльності [3].

Рефлексивне мислення психолога є проявом його професійної рефлексії. Н.І. Пов'якель професійну рефлексію розглядає як механізм саморегуляції професійного мислення практичного психолога. Функціонування професійної рефлексії пов'язується зі специфікою професійної діяльності психолога (переосмисленням і постановкою мети, усвідомленням змісту й адекватних способів діяльності, іншого). Дослідниця зазначає, що професійна рефлексія,

яка характерна для діяльності типу людина – людина, вирізняється здвоєністю, дзеркальністю взаємовідображення суб'єктів взаємодії, самопізнання та пізнання суб'єктами один одного [5]. Ми солідаризуємось із думкою автора щодо відсутності заданості проблеми та важливості вміння психолога її сформулювати, «побачити». Особливістю мислення практичного психолога є необхідність не тільки вирішення вже готових, сформульованих завдань і проблем, але й уміння їх діагностувати, правильно ставити питання, формулювати, окрім того, прогнозувати перспективи та психологічні наслідки їх подальшого розвитку [5].

Рефлексивне мислення має велике значення для супервізії, оскільки воно визначає рівень професійного розвитку психолога, його здатність до саморозуміння, саморозвитку й ефективної взаємодії з іншими фахівцями. Рефлексивне мислення дозволяє психологу усвідомлювати власні настанови, емоції, мотиви та способи професійної дії. У процесі супервізії це допомагає фахівцю бачити власні сильні і слабкі сторони, аналізувати помилки, приймати відповідальність за результати власних дій.

Розкриття значення рефлексивного мислення та рефлексії для супервізії нерозривно пов'язано з питанням методів розвитку.

Чинником розвитку рефлексивного мислення є глибинна психокорекція за методом активного соціально-психологічного пізнання (далі – АСПП), яка ґрунтується на методології психодинамічного підходу, що розробляється в дослідженнях академіка НАПН України Т.С. Яценко [8]. Глибинна психокорекція асимілює практику психоаналітичного підходу, гуманістичного підходу, трансперсонального підходу, когнітивної психотерапії та іншого. На відміну від психоаналітичної терапії, яка у своєму ортодоксальному варіанті скерована на лікування невротичних розладів, глибинна психокорекція орієнтована на роботу зі здоровими людьми.

Глибинна психокорекція, що є різновидом групових форм психокорекції, з одного боку, має специфічні особливості, що їм притаманні, як-от: груповий вплив, наявність групової динаміки, емоційна підтримка групою її учасників, забезпечення конструктивного зворотного зв'язку. З іншого – глибинна психокорекція за методом АСПП має сутнісні відмінності від інших видів групової психокорекції, зокрема соціально-психологічного тренінгу (далі – СПТ). Глибинна психокорекція скерована на реалізацію пізнавальної мети – пізнання феномену психічного в його цілісності та взаємозв'язку сфер свідомого і несвідомого [3].

Глибинно-корекційний процес скерований на надання психологічної допомоги людині в розв'язанні її особистісної проблеми. Результатом останнього є рефлексивні знання, отримані шляхом актуалізації емоцій і усвідомлення раніше неусвідомлюваного психічного змісту.

Рефлексивне мислення передбачає перетворення суб'єктом себе на об'єкт пізнання, перебування в дослідницькій позиції щодо змісту власної психіки. Цьому сприяють принципи роботи групи АСПП, як-от: рівність позицій, відсутність оцінних суджень, схвалень та покарань, прийняття іншого таким, як він є, відвертість, аналіз власних почуттів тощо. Ці принципи функціонування групи АСПП забезпечують психологічну захищеність її учасників [8].

Психологічній захищеності учасників АСПП також сприяє застосування у глибинній психокорекції візуалізованих репрезентантів. У глибинному пізнанні, яке здійснюється відповідно до основних положень психодинамічної теорії, як репрезентанти використовуються: комплекс тематичних психорисунків, неавторські рисунки, предметні моделі, моделювання з каменів та інше. Засоби візуалізації опредметнено репрезентують психічний зміст, який зберігається під блоком опору та витіснення, що робить його доступним для усвідомлення і рефлексії.

Зазначимо, що за допомогою візуалізованих репрезентантів психічний зміст об'єктивується у згорнутій, замаскованій формі. Їх семантичне перетворення (трансформація) на посередників глибинного пізнання психіки відбувається у процесі психокорекційного діалогу.

Метод діалогу у глибинній психокорекції реалізується відповідно до основних положень психодинамічної парадигми, які визначають його функціональні можливості в розвитку рефлексивного мислення майбутніх психологів-практиків, отже, і підготовки до супервізії. У глибинній психокорекції у форматі психодинамічної парадигми відсутні готові алгоритми проведення діалогу, за яких не враховується індивідуальність психіки суб'єкта. Психокорекційний діалог має сутнісні відмінності за своїми цілями, функціями та засобами реалізації від діалогічної взаємодії в повсякденному спілкуванні, що дозволяє розглядати його як один з основних методів розвитку рефлексивного мислення особи. У глибинному пізнанні діалогічна взаємодія підпорядкована пізнанню феномену психічного в його цілісності, організація якого визначається принципом додатковості [8].

Глибинно-корекційний процес підпорядковується законам позитивної дезінтеграції психіки та її вторинної інтеграції на більш високому рівні розвитку. У процесі глибинної психокорекції відбуваються зміни учасників на індивідуально-особистісному та груповому рівнях. Для початкової стадії роботи групи АСПП характерний високий рівень емоційного напруження, що породжує дезінтеграцію групи. На індивідуально-особистісному рівні мають місце процеси інтеграції. Якщо у груповій динаміці увага керівника зосереджена переважно на інтеграції групи, то в індивідуально-особистісній – на процесі позитивної дезінтеграції, що закономірно веде до інтеграції психіки на більш високому рівні розвитку. В індивідуально-особистісному аспекті завданням керівника групи є забезпечення багаторівневості групового процесу, щоб часткова позитивна дезінтеграція психіки змінювалась на часткову вторинну інтеграцію на вищому рівні розвитку. Групова інтеграція, що починається вже на початковій стадії роботи групи (що триває 2–3 заняття), сприяє зниженню в учасників глибинної психокорекції тривоги, напруження, прояву ситуативних захистів. Груповий ефект виявляється у феноменах наслідування, ідентифікації, катарсису [8]. Вищезазначені механізми визначають розвиток рефлексивного мислення учасників глибинної психокорекції на засадах самоорганізації.

Висновки

У підсумку зазначимо, що розвиток рефлексивного мислення є умовою професійного становлення майбутніх психологів та їх підготовки до супервізії. Рефлексивне мислення забезпечує здатність майбутнього фахівця до усвідомлення змісту власної психіки, способів дій, досвіду взаємодії із клієнтами, супервізором і колегами. Розкриття сутності супервізії дозволило визначити її як особливу форму професійної підтримки, спрямовану на забезпечення якості психологічної допомоги та фахового розвитку спеціаліста. Ефективність супервізійного процесу безпосередньо залежить від рівня сформованості професійної рефлексії та рефлексивного мислення, здатності до самоаналізу. Розвиток рефлексивного мислення відбувається у процесі глибинної психокорекції за методом активного соціально-психологічного пізнання, що ґрунтується на методології психодинамічного підходу.

Література:

1. Астремська І.В. Супервізія: профілактика та корекція емоційного вигорання працівників професій допомоги : монографія. Миколаїв : Вид-во ЧНУ ім. Петра Могили, 2024. 132 с. URL: <https://emed.library.gov.ua/wp-content/uploads/tainacan-items/26427/149916/Superviziia-profilaktyka-ta-korektsiia-emotsiynoho-vyhorannia-pratsivnykiv-profesiy-dopomohy.pdf>
2. Байдарова О.О., Матвієнко І.В. Супервізія як необхідна умова формування екологічної взаємодії консультанта із клієнтом. *Актуальні проблеми психології*. 2019. Т. 7 : Екологічна психологія. Вип. 29. С. 7–20. URL: http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2012_29/index.html
3. Дметерко Н.В. Емпіричне дослідження розвитку рефлексивного мислення психологів у процесі глибинно-корекційного діалогу. *Габітус* : науковий журнал. 2020. Вип. 17. С. 73–77. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.17.13>

4. Мушкевич М.І. Супервізія : навчальний посіб.ник до курсу «Супервізія». Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 188 с. URL: <https://evnuir.vnu.edu.ua/bitstream/123456789/21001/1/Superviziia.pdf>
5. Пов'якель Н.І. Професіогенез саморегуляції мислення практичного психолога : монографія. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2003. 295 с.
6. Туркова Д.М. Психологічні, педагогічні та організаційні умови запровадження європейських стандартів підготовки майбутніх практичних психологів у системі вищої освіти України. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України*. 2014. Випуск 25. С. 518–529. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-25>
7. Усатенко О.М. Супервізія як метод підвищення професіоналізму психолога-практика. *Психологія і суспільство*. 2008. № 2. С. 168–172. URL: <https://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/362>
8. Яценко Т.С. Теорія і практика групової психокорекції: Активне соціально-психологічне навчання. Київ : Вища школа, 2004. 679 с.

Отримано: 29.09.2025

Рекомендовано: 31.10.2025

Опубліковано: 03.12.2025