

ВПЛИВ РЕФЛЕКСІЇ НА ПРОЦЕС ОСОБИСТІСНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНЯТ

THE INFLUENCE OF REFLECTION ON THE PROCESS OF PERSONAL DEVELOPMENT OF PRESCHOOL CHILDREN

У статті розглядається важливість розвитку рефлексії у дошкільному віці, який є критичним етапом для формування особистісних якостей дитини. Підкреслено, що рефлексія відіграє ключову роль у самосвідомості, емоційній регуляції та пізнавальній діяльності, а також сприяє формуванню внутрішнього світу дитини та взаємодії з оточенням. Розглянуті визначення рефлексії. Узагальнено, що рефлексія є процесом усвідомлення та аналізу особистістю власної свідомості, діяльності, переживань і досвіду. Вказано, що рефлексія є динамічним утворенням, що поступово формується протягом онтогенезу особистості. Розглянуто розвиток рефлексії у дошкільному віці. Зокрема, визначено, що у дошкільників рефлексія є мінімально вираженою та проявляється переважно у вигляді простих реакцій на оцінку дорослих, але водночас, поступово починає розвиватися завдяки активному спілкуванню з дорослими та однолітками. У рамках дослідження особливу увагу приділено впливу рефлексії на розвиток самосвідомості, Я-концепції, емоційного самовираження, соціальної адаптації та пізнавальної активності дошкільників. У статті проаналізовано, як розвиток рефлексії в контексті педагогічної практики впливає на самопізнання, регуляцію поведінки та здатність до навчання. Розглянуті роботи провідних дослідників у галузі психології та педагогіки, зокрема Н. Вовкули, С. Дем'яненко, І. Кондратець, М. Максимова та ін., які вказують на важливість рефлексії як механізму саморегуляції та самопізнання у дошкільному віці. Закцентовано увагу на необхідності розробки методик для розвитку рефлексивних здібностей, які дозволять оптимізувати педагогічний процес і сприятимуть гармонійному розвитку дітей. У статті також відзначено важливість гри та соціальної взаємодії як інструментів розвитку рефлексії, що стимулюють розвиток самосвідомості та соціальних навичок. Дослідження має практичне значення для вихователів і педагогів, оскільки дає можливість зрозуміти значення рефлексії для особистісного розвитку дітей дошкільного віку та формує основу для подальшого вдосконалення педагогічних стратегій.

Ключові слова: рефлексія, особистісний розвиток, дошкільний вік, дошкільнята, самосвідомість, Я-концепція.

The article discusses the importance of developing reflection in preschool age, which is a critical stage for the formation of a child's personal qualities. It is emphasised that reflection plays a key role in self-awareness, emotional regulation and cognitive activity, and also contributes to the formation of the child's inner world and interaction with the environment. The definitions of reflection are considered. It is generalised that reflection is a process of awareness and analysis by a person of his/her own consciousness, activity, feelings and experience. It is indicated that reflection is a dynamic formation that is gradually formed during the ontogeny of personality. The development of reflection in preschool age is considered. In particular, it is determined that in preschoolers reflection is minimally expressed and manifests itself mainly in the form of simple reactions to adult evaluation, but at the same time, it gradually begins to develop through active communication with adults and peers. The study pays special attention to the impact of reflection on the development of self-awareness, self-concept, emotional expression, social adaptation and cognitive activity of preschool children. The article analyses how the development of reflection in the context of pedagogical practice affects self-knowledge, behavioural regulation and learning ability. The works of leading researchers in the field of psychology and pedagogy, in particular N. Vovkula, S. Demianenko, I. Kondratets, M. Maksymova and others, which point to the importance of reflection as a mechanism of self-regulation and self-knowledge in preschool age, are considered. Attention is focused on the need to develop methods for the development of reflective abilities that will optimise the pedagogical process and contribute to the harmonious development of children. The article also highlights the importance of play and social interaction as tools for developing reflection that stimulate the development of self-awareness and social skills. The study is of practical importance for educators and teachers, as it provides an opportunity to understand the importance of reflection for the personal development of preschool children and forms the basis for further improvement of pedagogical strategies.

Key words: reflection, personal development, preschool age, preschoolers, self-awareness, self-concept.

УДК 159.922.7

DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.73.40>

Туз Л.Г.

к.психол.н., доцент
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Сергеева Т.С.

здобувач вищої освіти
Черкаський національний університет
імені Богдана Хмельницького

Постановка проблеми та її актуальність.

У сучасних умовах розвитку освіти та психології все більшої уваги набуває проблема формування особистісних якостей дитини ще на ранніх етапах онтогенезу. Дошкільний вік є критичним періодом, коли закладаються основи самосвідомості, емоційної регуляції та пізнавальної діяльності. Рефлексія як процес усвідомлення власних думок, почуттів та дій відіграє ключову роль у розвитку особистості,

оскільки сприяє самопізнанню, формуванню внутрішнього світу дитини та побудові взаємодії з оточенням. Однак, попри значущість цього феномена, його вплив на особистісний розвиток дошкільнят залишається недостатньо дослідженим.

Актуальність вивчення рефлексії у дошкільному віці зумовлена також змінами в сучасному освітньому процесі, які передбачають особистісно орієнтований підхід до розвитку дитини. Сучасні

програми виховання та навчання дошкільнят акцентують увагу на розвитку критичного мислення, самостійності та здатності до аналізу власної діяльності. У цьому контексті рефлексія виступає одним із найважливіших механізмів формування усвідомленого ставлення до себе, що є основою для подальшого розвитку особистості. Водночас, у педагогічній та психологічній практиці ще недостатньо розроблені методики, які б сприяли ефективному розвитку рефлексивних здібностей у дошкільному віці.

Крім того, недостатня увага до розвитку рефлексії в ранньому віці може призвести до труднощів у соціалізації дитини, обмежених можливостей емоційної регуляції та низької адаптивності у навчальному процесі. Тому комплексне дослідження впливу рефлексії на процес особистісного становлення дошкільнят є вкрай важливим для розробки ефективних педагогічних стратегій, спрямованих на гармонійний розвиток дитини та її готовність до навчання у школі.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Психологічні особливості розвитку рефлексії у дошкільному віці висвітлюють у своїх працях Н. Вовкула, С. Дем'яненко, І. Кондратець, М. Максимов, О. Максимова, І. Мартиненко, О. Мірошник, В. Пасічник, М. Пітин, А. Пехарева, С. Покрепа, І. Табачник, М. Федорова, А. Шевчук та ін.

Зокрема, дослідження С. Дем'яненка зосереджуються на формуванні самосвідомості у дітей дошкільного віку та ролі рефлексії у цьому процесі. У працях науковиці підкреслюється, що розвиток рефлексивних здібностей сприяє усвідомленню дітьми власних дій та емоцій, що є важливим етапом становлення особистості [2].

І. Кондратець, С. Покрепа та М. Максимов досліджують вплив педагогічних технологій на розвиток рефлексії у дошкільнят. Вони вказують, що інтеграція рефлексивних практик у навчальний процес сприяє розвитку критичного мислення та самостійності у дітей [5; 6].

О. Максимова та І. Мартиненко аналізують взаємозв'язок між розвитком мовлення та рефлексії у дошкільному віці. Вони зазначають, що розвиток мовленнєвих навичок є ключовим фактором у формуванні рефлексивних здібностей, оскільки мова є засобом вираження думок та почуттів [7; 8].

В. Пасічник та М. Пітин досліджують роль гри у розвитку рефлексії у дітей. Вони підкреслюють, що через ігрову діяльність діти вчаться аналізувати свої дії та приймати рішення, що сприяє розвитку рефлексивних навичок [12].

А. Пехарева та І. Табачник досліджують вплив соціального середовища на розвиток рефлексії у дошкільнят. Вони вказують, що взаємодія з однолітками та дорослими сприяє формуванню рефлексивних навичок через обмін досвідом та спільну діяльність [14].

Загалом, дослідження науковців підкреслюють важливість розвитку рефлексії у дошкільному віці як фундаменту для подальшого особистісного та когнітивного розвитку дитини.

Водночас, незважаючи на значну кількість досліджень, присвячених розвитку рефлексії у дошкільному віці, низка проблем залишається недостатньо вивченою, зокрема, не напрацьовані методи діагностики рівня рефлексії у дошкільнят, не досліджено індивідуальні особливості розвитку рефлексії тощо.

Мета статті. Відтак, метою статті є окреслення впливу рефлексії на процес особистісного розвитку дітей дошкільного віку.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Рефлексія як наукова категорія має досить давню історію. Так, у філософському диспуті поняття рефлексії було викристалізовано ще за античних часів. До прикладу, Сократ визначав рефлексію як самопізнання діяльності власної душі [15]. Аристотель вводить першу рефлексивну схему, за якої розум продукує свій предмет, відображається в ньому і пізнає на цій основі свою сутність [15]. Насправді, у межах філософської думки поняття рефлексії розроблялось у межах гносеологічної тематики, тобто в контексті розуміння, що таке знання про світ і людину в ньому, як вони здобуваються, як визначити, чи це знання істинне чи ні, тощо. З розвитком наукової думки досліджувана дефініція почала виходити далеко за межі однієї сфери знання.

У психологічній науковій думці поняття рефлексії набуло особливого значення як механізм самосвідомості та саморегуляції. Воно почало розглядатися не лише як філософська категорія, а й як психічний процес, що забезпечує осмислення власного досвіду, поведінки та емоцій.

Одним із перших, хто звернув увагу на роль рефлексії у психології, був В. Джеймс, який розглядав її як частину самосвідомості та процесу інтроспекції. Подальші дослідження рефлексії пов'язані з роботами Ж. Піаже, який аналізував її у контексті когнітивного розвитку, а також Л. Виготського, що наголошував на соціальній природі рефлексивних процесів і їхній ролі в навчанні та формуванні особистості [4].

У сучасному науковому обігу існує неоднозначність у трактуванні досліджуваного поняття. Так, на думку Р. Павелківа, рефлексія «означає принципи людського мислення, які спрямовують особистість на осмислення й усвідомлення форм свідомості, аналізу особистістю власної діяльності для глибокого самопізнання, що розкриває внутрішню будову й специфіку духовного світу людини» [11, с. 85].

Науковиця В. Желанова трактує рефлексію як «осмислення та переосмислення особистістю культурно-детермінованих та індивідуально-пережитих змістів власної свідомості під час вирішення нею проблемно-конфліктних ситуацій у контексті здійснюваної життєдіяльності» [3, с. 10].

О. Мірошник вважає найбільш влучним визначення рефлексії як «системно-структурного утворення, що виникає у процесі онтогенезу особистості, виявляється на безсвідомому і свідомому

рівнях, забезпечує усвідомлення людиною своїх станів, властивостей, ціннісно-смыслових утворень, процесів діяльності» [10, с. 66].

Отже, рефлексія є багатограним феноменом, що має різні трактування у науковому дискурсі. Узагальнюючи представлені визначення, можна стверджувати, що рефлексія є процесом усвідомлення та аналізу особистістю власної свідомості, діяльності, переживань і досвіду. Вона включає осмислення культурно-детермінованих і особистісно значущих змістів, відіграє роль механізму самопізнання та саморегуляції, а також сприяє формуванню професійної зрілості та особистісного розвитку. Рефлексія може виявлятися як на свідомому, так і на несвідомому рівнях, будучи важливим елементом інтелектуальної, емоційної та ціннісно-смыслові сфери особистості.

Таким чином, рефлексія виступає системно-структурним утворенням, що забезпечує усвідомлене подолання стереотипів, переосмислення досвіду та інноваційність у різних сферах діяльності людини.

Рефлексія є динамічним утворенням, що поступово формується протягом онтогенезу особистості. У різні вікові періоди вона має свої особливості, прояви та функції. Її розвиток відбувається у взаємозв'язку з когнітивним, емоційним і соціальним дозріванням людини.

Якщо брати до уваги саме дитячий вік, то у цьому віці рефлексія є мінімально вираженою та проявляється переважно у вигляді простих реакцій на оцінку дорослих. Водночас, у дошкільному віці рефлексія поступово починає розвиватися завдяки активному спілкуванню з дорослими та однолітками. Дитина починає усвідомлювати свої дії та їх наслідки, а також орієнтуватися на реакцію інших. На цьому етапі з'являються перші елементи самоконтролю та оцінки власної поведінки, хоча вони ще залишаються ситуативними та нестійкими.

На думку Н. Вовкули, рефлексія у дітей дошкільного віку може виявлятися як будь-які наміри особистості, спрямовані на оцінку своїх вчинків, думок та подій [1].

Попри те, що у дошкільному віці рефлексія лише починає формуватися, але навіть на цьому етапі її роль у розвитку дитини є суттєвою. Науковиця В. Педоренко вказує, що у дошкільному віці можуть формуватися початкові елементи рефлексії. Вона зауважує, що «здатність усвідомлювати власні емоції та бажання, розуміти та аналізувати вчинки і поведінку починає формуватися в особистості, починаючи з дошкільного періоду, коли дитина активно вивчає загальні моральні цінності, засвоює правила поведінки. В цей час у неї інтенсивно формується самооцінка, виникає здатність розуміти власні емоції й почуття, розуміти й аналізувати почуття і стани інших людей [13, с. 23].

В цілому, рефлексія у дошкільня впливає на самосвідомість, емоційне самовираження,

соціальну адаптацію та пізнавальну активність. Розглянемо нижче більш детальноше виділені аспекти.

1. Формування самосвідомості та Я-концепції. У дошкільному віці дитина поступово починає усвідомлювати себе як окрему особистість. Рефлексія відіграє ключову роль у цьому процесі, оскільки вона дає змогу дитині оцінювати свої дії та їх наслідки, співвідносити власні можливості з очікуваннями дорослих і однолітків. Поступово формується Я-концепція – уявлення про себе, свої якості, здібності та емоції.

Перші прояви рефлексії у дошкільнят пов'язані з їхньою здатністю дивитися на себе очима інших. Це відбувається, наприклад, коли дитина розповідає про себе, оцінює власні досягнення у грі або діяльності, повторює слова та судження дорослих про себе. Діти починають помічати відмінності між собою та іншими, що сприяє розвитку самоідентичності.

2. Емоційне самовираження та регуляція поведінки. Рефлексія допомагає дошкільнятам усвідомлювати власні емоційні стани, що є основою для формування емоційного інтелекту. На початкових етапах дитина спонтанно реагує на події, однак із розвитком рефлексії вона починає розуміти причини своїх почуттів і вчиться керувати ними. Цей процес має важливе значення для соціальної взаємодії. Наприклад, якщо раніше дитина могла проявляти агресію у відповідь на невдачу, то з розвитком рефлексії вона поступово навчається висловлювати свої переживання словами, розуміти, що саме її засмутило, і обирати конструктивні способи взаємодії з оточенням.

Також рефлексія допомагає дошкільнятам адаптуватися до правил і норм поведінки в соціумі. Дитина починає усвідомлювати, що її дії можуть мати наслідки не лише для неї, а й для інших людей. Це формує здатність до відповідальності та самоконтролю.

3. Соціальна адаптація та комунікативні навички. Оскільки рефлексія сприяє розумінню власного внутрішнього світу, вона також допомагає дошкільнятам краще розуміти інших людей. Розвиток рефлексії дозволяє дитині оцінювати вчинки інших, передбачати реакції оточуючих і будувати свою поведінку відповідно до соціального контексту.

Наприклад, у сюжетно-рольових іграх дитина приміряє на себе різні соціальні ролі, що допомагає їй розвивати емпатію та розуміння емоцій інших людей. Це особливо важливо для успішної соціалізації, оскільки вміння ставити себе на місце іншого та прогнозувати його реакцію є основою ефективного спілкування.

4. Рефлексія та пізнавальна активність. Дошкільний вік – це період інтенсивного розвитку пізнавальних процесів. Рефлексія сприяє вдосконаленню мислення, пам'яті та уяви. Дитина починає аналізувати свої знання, оцінювати свої помилки та шукати нові способи вирішення завдань.

Важливу роль у цьому процесі відіграють дорослі. Якщо вони заохочують дитину ставити запитання, аналізувати свої дії, міркувати над тим, чому щось вдалося чи не вдалося, це сприяє розвитку когнітивної рефлексії. Наприклад, після гри чи виконання завдання вихователь або батьки можуть запитати: «Що тобі сподобалося? Що було важко? Як ти гадаєш, чому це сталося?» Такі питання стимулюють дитину до роздумів і аналізу.

Отже, рефлексія є важливим чинником особистісного розвитку дошкільнят. Вона впливає на формування самосвідомості, емоційне самовираження, соціальну адаптацію та пізнавальну активність. У цей період особливу роль у розвитку рефлексії відіграють взаємодія з дорослими, ігрова діяльність та можливість аналізувати власний досвід. Так, на думку О. Мирошник, розвиток рефлексії у дошкільному віці реалізується у спілкуванні дитини з близькими дорослими, в іграх і взаємодії з однолітками. Формування індивідуальної свідомості у сюжетно-рольових іграх сприяє виникненню порівняльної рефлексії, що допомагає пізнавати себе у стосунках з іншими. Така здатність дитини до порівняльної рефлексії «забезпечує синтез цілісного Я та стійке світорозуміння. Водночас розвиток рефлексії реалізується лише у рамках групової свідомості та існує в колективній формі. Тобто межі індивідуального «Я», як свідомості дитини співпадають із межами «Ми» як прояву групової свідомості [9, с. 45].

Лише наприкінці дошкільного віку дитина починає усвідомлювати свою автономність і відокремленість від середовища. Вона засвоює власне положення у соціальному світі, вчиться орієнтуватися у сімейних стосунках, організовує відносини з дорослими та однолітками, вчиться враховувати очікування оточуючих до своєї поведінки. Тобто дошкільному віці формуються потреби та утворюються механізми соціального розуміння дитиною іншої людини. Це є важливою запорукою успішності здійснення навчальної діяльності надалі при вступі до початкової школи [9, с. 45].

Висновки. Відтак, рефлексія є важливим психологічним механізмом, який впливає на особистісний розвиток дошкільнят. У цьому віці вона перебуває на ранніх етапах формування, проте вже виконує ключову роль у процесі усвідомлення дитиною власних дій, емоцій і взаємодії з навколишнім світом. Саме через рефлексивні процеси дитина поступово засвоює соціальні норми, вчиться аналізувати свої переживання та поведінку, що сприяє формуванню внутрішньої саморегуляції та особистісної автономії.

Попри значний інтерес до теми рефлексії у психології розвитку, залишається низка не вирішених питань, зокрема, потреба в уточненні механізмів становлення рефлексії у ранньому дитинстві, визначення оптимальних умов для її розвитку та розробка дієвих методик для педагогічної прак-

тики. Подальші дослідження мають бути спрямовані на глибше вивчення взаємозв'язку рефлексії з когнітивними та емоційними процесами, що дозволить удосконалити підходи до формування рефлексивних навичок у дошкільників.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Вовкула Н. Рефлексія на заняттях. Дошкільний вік. URL: <https://seminar.net.ua/refleksiya-na-zanyattyah-doshkilnyj-vik/> (дата звернення: 25.03.2025).
2. Дем'яненко С. Д. Емпіричне дослідження мовленнєвого розвитку старших дошкільників у зв'язку з підготовкою до навчання грамоти. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологія»*. 2020. Вип. 2. С. 119–125.
3. Желанова В. В. Таксономія типів професійної рефлексії педагога: міждисциплінарний контекст. *Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка. Збірник наукових праць*. Київ, 2017. Вип. 27. С. 9–14.
4. Загальна та вікова психологія : навч.-метод. посіб. Чернівці : Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича. 2023. 256 с.
5. Кондратець І., Покрепа С. Теоретичні засади розвитку рефлексії та особливості застосування з дітьми дошкільного віку. *Психолого-педагогічний супровід підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти: зб. наукових праць за матеріалами міжнародної науково-практичної конференції «Психолого-педагогічний супровід підготовки майбутніх фахівців у закладах вищої освіти»*. 2022. С. 75–78.
6. Максимов М. В. Вікові аспекти визначення рівня розвитку рефлексії. *Габітус*. 2020. Вип. 13. Т. 2. С. 91–96.
7. Максимова О. О., Федорова М. А. Експериментальне дослідження рівня міжособистісної толерантності у дітей старшого дошкільного віку в когнітивній та емоційній сферах. *Педагогічна освіта: теорія і практика: зб. наук. праць*. Кам'янець-Подільський, 2019. Вип. 27 (2). С. 323–329.
8. Мартиненко І. В. Рефлексія в комунікативній діяльності дошкільників із системними порушеннями мовлення. *Наука і освіта*. 2016. № 2-3. С. 63–69.
9. Мирошник О. Г. До проблеми генезису рефлексії. *Психологія і особистість*. 2017. № 1 (11). С. 41–52.
10. Мирошник О. Г. Професійна рефлексія в системі підготовки майбутнього вчителя. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Вип. 1. Т. 1. С. 65–69.
11. Павелків Р. В. Рефлексія як механізм формування індивідуальної свідомості та діяльності особистості. *Вісник післядипломної освіти: зб. наук. праць. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. 2019. Вип. 8(37). С. 84–98.
12. Пасічник В. М., Пітин М. П., Пасічник В. Р. Характеристика емоційного розвитку дітей дошкільного віку. *Український журнал медицини, біології та спорту*. 2018. Том 3. № 7. С. 297–301.
13. Педоренко В. М. Рефлексія як чинник розвитку суверенних моральних цінностей у майбутніх психологів. *Наукові записки Національного університету*

«Острозька академія». Серія «Психологія» : науковий журнал. Острог : Вид-во НаУОА, 2020. № 11. С. 22–27.

14. Табачник І. Г., Пехарєва А. С. Ефективність спеціально організованих занять з дітьми старшого дошкільного віку в процесі виховання емпатійності

та чуйності. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2016. Вип. 4 (73). С. 166–174.

15. Чубук Р. Рефлексія як особистісний ресурс для професійного розвитку майбутніх соціальних працівників. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2020. Вип. 31. Т. 4. С. 238–243.