

Бондаренко Н. П.

<https://orcid.org/0000-0001-8026-0168>

Дніпровська академія неперервної освіти

РЕФЛЕКСИВНІСТЬ ПСИХОЛОГА ЯК УМОВА ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОЦЕСУ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз сутності рефлексивності психолога та обґрунтовано її значення як важливої умови ефективності процесу психологічного консультування. Уточнено співвідношення понять «рефлексія» та «рефлексивність». Встановлено, що рефлексія виступає психічним процесом самопізнання та осмислення власної діяльності, тоді як рефлексивність є особистісною властивістю, що забезпечує можливість здійснення цього процесу. Таким чином, рефлексивність можна розглядати як узагальнену здатність до рефлексії, яка створює передумови для її реалізації у різних видах діяльності. Визначено основні характеристики рефлексивності, серед яких системність, інтегрованість та континуальність. Рефлексивність забезпечує здатність особистості спрямовувати власну активність на саму себе, усвідомлювати особливості власних дій, переживань і мотивів, а також здійснювати їх аналіз і корекцію. Завдяки цьому вона відіграє важливу роль у процесах саморегуляції, професійного розвитку та формування професійної свідомості. Показано, що особливого значення рефлексивність набуває у сфері психологічного консультування, де ефективність професійної діяльності значною мірою визначається особистісними якостями фахівця та рівнем розвитку його професійної свідомості. У процесі аналізу психологічних особливостей професії психолога-консультанта встановлено, що рефлексивність забезпечує здатність фахівця усвідомлювати зміст запиту клієнта, аналізувати власні професійні дії, прогнозувати наслідки консультативної взаємодії та регулювати міжособистісні відносини у процесі надання психологічної допомоги. Розкрито прояви рефлексивності у професійній діяльності практичного психолога, які виявляються в усвідомленні себе як особистості і як професіонала, аналізі змісту запиту клієнта та його життєвої ситуації, прогнозуванні можливих змін у поведінці клієнта, а також у здатності психолога поєднувати різні професійні позиції у процесі консультативної взаємодії. Це забезпечує більш глибоке розуміння проблем клієнта та сприяє підвищенню ефективності психологічної допомоги.

Ключові слова: рефлексія, рефлексивність, психологічне консультування, психолог-консультант, професійна діяльність психолога, професійна рефлексія, ефективність психологічної допомоги, професійна свідомість психолога.

Постановка проблеми. На сучасному етапі розвитку українського суспільства, що характеризується глибокими соціальними трансформаціями, кризовими явищами та значним зростанням психоемоційного навантаження на особистість, суттєво зростає потреба у кваліфікованій психологічній допомозі. У цих умовах професія психолога набуває особливої соціальної значущості, а ефективність психологічної допомоги значною мірою залежить від особистісних та професійних якостей фахівця. Сучасні умови професійної діяльності психолога визначають підвищені вимоги не лише до його теоретичної підготовки та

методичної компетентності, а й до рівня розвитку особистісних ресурсів, здатності до самоаналізу, критичного осмислення власних професійних дій та усвідомлення особливостей взаємодії з клієнтом.

Особливої ваги у контексті психологічного консультування набуває рефлексивність психолога як здатність до усвідомлення, аналізу та оцінки власних думок, переживань, професійних дій і станів, що виникають у процесі взаємодії з клієнтом. Саме рефлексивність забезпечує гнучкість та адекватність професійної поведінки психолога, дозволяє йому краще розуміти психологічні особливості клієнта,



а також своєчасно коригувати стратегії та тактики психологічної допомоги. Рефлексивна позиція фахівця сприяє поглибленню процесу професійного самоусвідомлення, формуванню зрілої професійної ідентичності та підвищенню ефективності консультативної взаємодії.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У науковій літературі проблема професійного становлення та розвитку особистості психолога представлена у значній кількості теоретичних і емпіричних досліджень. Зокрема, у працях вітчизняних науковців (В. Панок [6], Н. Пов'якель [7], А. Самойлова [8], Н. Чепелєва [10], Н. Шевченко [14], О. Чепішко [15] та ін.) розкриваються різні аспекти професійного розвитку психолога, зокрема формування професійної свідомості, професійного мислення, комунікативної компетентності, ціннісно-сміслової сфери, а також розвиток особистісних якостей, які забезпечують ефективність психологічної діяльності.

Окреме місце у структурі професійно важливих якостей психолога посідає рефлексивність, яка виступає однією з важливих умов усвідомленого та ефективного здійснення професійної діяльності. Питання розвитку рефлексивності у майбутніх та практикуючих психологів ставало предметом досліджень ряду науковців. Так, Л. Маскалева [4] досліджувала психолого-педагогічні умови розвитку рефлексивності майбутніх психологів, І. Мельничук [5] вивчала формування рефлексивних механізмів цілеутворення у процесі розв'язання професійно-психологічних задач. У дослідженнях Ю. Шапошнікової [11] розкрито психологічні особливості рефлексивних компонентів у професійному становленні практичного психолога. Н. Шевченко [13] розглядає рефлексивність як важливий чинник розвитку особистості психолога-консультанта. У працях О. Столярчук та О. Сергеєнкової [9] розкрито роль рефлексивності майбутніх психологів у переживанні криз професійного навчання та у процесі їхнього професійного становлення.

Проблема рефлексивності психолога у контексті практичної діяльності також розглядається у зарубіжних дослідженнях. Зокрема, дослідники на чолі з С. Беннером [16] підкреслюють, що саморефлексія виступає важливим метакогнітивним механізмом професійної діяльності психолога, який забезпечує гнучкість мислення, усвідомлення власних професійних реакцій та здатність коригувати стратегії взаємодії з клієнтом.

Важливість рефлексії у підвищенні ефективності психотерапевтичної взаємодії підтверджується також результатами дослідження Д. Кемпа і спів-авторів [18], у якому встановлено, що систематичне використання саморефлексії та зворотного зв'язку у процесі терапії сприяє покращенню результатів психологічної допомоги та підвищує якість терапевтичного процесу. У праці колективу авторів під керівництвом О. Гудима [17] розкрито сутність рефлексивного психологічного консультування як особливого типу соціального та між-особистісного впливу, спрямованого на надання психологічної підтримки клієнту.

Водночас, незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених проблемам рефлексії та рефлексивності, питання їхньої ролі у забезпеченні ефективності саме процесу психологічного консультування розкрито недостатньо. Наявні дослідження переважно зосереджені на проблемах формування рефлексивності у процесі професійної підготовки психологів або її значенні для їхнього професійного розвитку. Натомість аналіз рефлексивності психолога як важливої умови ефективного консультативної взаємодії з клієнтом, як чинника оптимізації процесу психологічного консультування та підвищення його результативності потребує подальшого наукового осмислення.

Постановка завдання. Мета статті – теоретично проаналізувати сутність рефлексивності психолога та обґрунтувати її значення як важливої умови ефективності процесу психологічного консультування, а також визначити особливості прояву рефлексивності у професійній діяльності психолога-консультанта.

Виклад основного матеріалу. Рефлексивність є одним із фундаментальних атрибутів особистості, а здатність до рефлексії виступає важливою професійною якістю для представників багатьох соціономічних значущих професій. Особливої ваги ця здатність набуває у професійній діяльності психолога, оскільки практична психологічна діяльність передбачає постійне осмислення власних дій, переживань та особливостей взаємодії з клієнтом. У структурі такої діяльності рефлексія постає як обов'язковий структурний елемент, тоді як рефлексивність психолога-консультанта виступає необхідною умовою її ефективного здійснення. У зв'язку з цим важливим є уточнення співвідношення понять «рефлексія» та «рефлексивність».

Аналіз цього співвідношення здійснено у працях О. Зімовіна та Є. Заїки [3]. Дослідники

ззначають, що у найбільш ранніх трактуваннях ці поняття розглядалися як тотожні. У подальших підходах рефлексія визначається як більш широке поняття, а рефлексивність розглядається як один із модусів її прояву. Водночас існує і третя інтерпретація, відповідно до якої рефлексивність є ширшим поняттям і характеризується як загальна здатність психічної системи спрямовувати власну активність на саму себе.

У сучасній психології [4; 5; 9; 11; 19; 20] рефлексивність розглядається як системна психічна властивість, що виступає інтегрованим симптомокомплексом більш простих психічних властивостей. Вона має власну динаміку, способи розгортання (рефлексивні стратегії) та певне місце у структурі здібностей особистості. З огляду на це рефлексія постає як психічний процес, тоді як рефлексивність визначається як властивість особистості, що забезпечує можливість здійснення цього процесу. Отже, рефлексивність можна розглядати як узагальнену здатність до рефлексії, яка створює передумови для її реалізації.

Важливою характеристикою рефлексивності є її системність та інтегрованість. Якщо рефлексія завжди спрямована на конкретний об'єкт чи зміст діяльності, то рефлексивність співвідноситься із цілісністю особистості. Вона не обмежується окремими актами самоаналізу, а охоплює загальну здатність людини осмислювати власну діяльність, переживання, мотиви та поведінку. У цьому контексті доцільним є використання поняття «рефлексивність особистості», під яким розуміється здатність особистості спрямовувати власну діяльність на саму себе, аналізувати власні особливості, життєві стратегії та способи взаємодії з іншими людьми. Така здатність забезпечує можливість самоконструювання, саморозвитку та самодетермінації особистості [3].

Ще однією суттєвою характеристикою, яка відрізняє рефлексивність від рефлексії, є її континуальність. Рефлексія може проявлятися лише у певних ситуаціях і мати дискретний характер, тоді як рефлексивність виступає відносно стабільною властивістю особистості. Вона притаманна кожній людині, однак має різний рівень вираженості. Отже, якщо рефлексія є процесом самопізнання, то рефлексивність виступає умовою можливості цього процесу. Саме вона надає пізнанню характеру самопізнання [11].

Рефлексивність присутня на всіх рівнях функціонування психічної реальності. Вона визначає спосіб життєдіяльності суб'єкта, впливає на формування соціальної ідентичності,

забезпечує процеси саморегуляції, навчання, розвитку, інтелектуальної діяльності та мислення. Завдяки рефлексивності відбувається підтримання цілісності психічної системи, її розвиток і самоорганізація [13].

Особливого значення рефлексивність набуває у сфері психологічного консультування. Професійна діяльність психолога належить до типу «людина – людина», що передбачає безпосереднє втручання у психічний та духовний світ іншої особистості. У такій взаємодії психолог виступає однією із суб'єктних сторін особливих міжособистісних відносин, які не можуть бути зведені до звичайних суб'єкт-об'єктних зв'язків і часто мають непередбачуваний характер. Саме тому діяльність психолога потребує високого рівня усвідомлення власних дій, професійних намірів і можливих наслідків впливу на клієнта [2; 6; 14].

На відміну від багатьох інших професій, у сфері надання психологічної допомоги успішність діяльності лише частково залежить від рівня технологічної підготовки фахівця. Набагато більшого значення набувають особистісні характеристики психолога, рівень розвитку його професійної свідомості, здатність до самоаналізу та рефлексивності. Саме ці якості дозволяють фахівцю ефективно орієнтуватися у складних міжособистісних ситуаціях, адекватно інтерпретувати переживання клієнта та обирати оптимальні стратегії психологічної допомоги [1; 7].

Н. Шевченко [14] зазначає, що практична діяльність психолога-консультанта вимагає високого рівня професійної майстерності. Фахівець повинен у відносно обмежений час зібрати необхідну інформацію про проблему клієнта, здійснити психологічний аналіз ситуації, визначити можливі напрями допомоги та обрати відповідні методи і техніки роботи. Поряд із цим психолог має постійно оцінювати ефективність власних дій, аналізувати зміни у стані клієнта, коригувати обрану стратегію взаємодії та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності. Усі ці завдання безпосередньо пов'язані із здатністю до професійної рефлексії.

Складність професійної позиції психолога полягає також у необхідності поєднання двох протилежних за своєю природою установок. З одного боку, психолог повинен бути емпатійним, здатним до співпереживання та розуміння внутрішнього світу клієнта. З іншого боку, він має зберігати професійну дистанцію, що дозволяє об'єктивно аналізувати ситуацію та приймати обґрунтовані рішення. Поєднання цих позицій можливе лише

за умови розвиненої рефлексивності, яка забезпечує здатність одночасно бути включеним у взаємодію і водночас аналізувати її з позиції спостерігача [15].

У процесі психологічного консультування особливого значення набуває характер міжособистісних відносин між консультантом і клієнтом. Саме ці відносини визначають динаміку консультативного процесу та ефективність психологічної допомоги. Особистісні якості психолога, стиль його спілкування, здатність до розуміння та прийняття клієнта значною мірою впливають на формування довірливих відносин і готовність клієнта до відкритого обговорення власних проблем [10].

Професійна діяльність психолога передбачає також високий рівень відповідальності за результати власних дій. Психолог працює не лише з конкретними життєвими ситуаціями, а передусім із переживаннями, цінностями, установками та внутрішнім світом іншої людини. Тому будь-яке втручання у цей світ повинно бути етично обґрунтованим і професійно виваженим. Усвідомлення меж власної компетентності, можливостей і відповідальності є важливою складовою професійної рефлексії психолога [6].

Дослідження професійної рефлексії психолога-практика, проведене Н. Пов'якель [7], показало, що цей вид рефлексії спрямований на кілька важливих аспектів: усвідомлення себе як особистості і як професіонала; аналіз власних дій, поведінки та їх можливих наслідків; осмислення змісту запиту клієнта і його глибинного значення; аналіз життєвої ситуації клієнта та можливих шляхів її розвитку; прогнозування подальших дій клієнта. Дослідниця підкреслює, що рефлексивність практикуючого психолога має характер взаємного відображення суб'єктів взаємодії, коли процес самопізнання поєднується з пізнанням іншої людини.

Ю. Швалб [12] зазначає, що результати рефлексивної діяльності фіксуються у вигляді певних моделей або схем розуміння ситуації. На його думку, здатність до рефлексії у практикуючих психологів включає дві взаємопов'язані підсистеми: систему уявлень про особливості ефективної професійної діяльності та систему уявлень про себе як про суб'єкта цієї діяльності. Саме взаємодія цих підсистем забезпечує усвідомлене здійснення професійної діяльності.

Н. Шевченко [14, с. 174], досліджуючи становлення професійної свідомості практичних психологів, підкреслює, що функцією особистісної рефлексії є ідентифікація суб'єкта з певними

способами здійснення професійної діяльності, які відповідають його ціннісним орієнтаціям і професійним смислам. Дослідниця також запропонувала структурну модель рефлексивності психолога-консультанта, яка включає три взаємопов'язані компоненти: когнітивний, мотиваційний та діяльнісний. Когнітивний компонент охоплює рефлексивну компетентність, систему знань і здатностей до самоаналізу; мотиваційний представлений такими якостями, як інтроспекція та системна рефлексія; діяльнісний пов'язаний із реалізацією конкретних рефлексивних дій у процесі професійної діяльності [13].

Рефлексивність виступає інтегруючим і координуючим підґрунтям формування професійно значущих якостей психолога. Рівень її розвитку проявляється у здатності фахівця поєднувати різні професійні компетентності, використовувати власні внутрішні ресурси та адаптувати професійну діяльність до конкретних умов взаємодії з клієнтом. Завдяки рефлексивності психолог здатний усвідомлювати труднощі професійної діяльності, коригувати власну поведінку та розробляти більш ефективні стратегії допомоги [18].

Рефлексивність також сприяє формуванню системи професійних цінностей і принципів, визначенню стратегії особистісного і професійного розвитку. У процесі аналізу власних переживань і розуміння психічного світу інших людей психолог поступово формує здатність до глибокого рефлектування, що є важливою передумовою його професійної самореалізації [16].

Л. Маскалева [4] розглядає рефлексивність психолога як специфічну психічну властивість, яка інтегрує особистісні та професійно важливі якості у цілісну систему. На думку дослідниці, розвиток рефлексивності сприяє збагаченню професійного досвіду, формуванню власних цінностей та визначенню індивідуальної стратегії професійного саморозвитку. Серед основних характеристик рефлексивності вона виокремлює адекватність, повноту та цілісність.

Ю. Шапошникова [11] підкреслює, що адекватність рефлексії забезпечує релевантну саморепрезентація психолога, адекватне розуміння клієнта та усвідомлення структури професійної діяльності. Саме це дозволяє фахівцю ефективно регулювати взаємодію з клієнтом і організувати консультативний процес як цілісну систему, спрямовану на розуміння життєвої ситуації клієнта та надання йому кваліфікованої допомоги.

Важливою умовою повноти рефлексії є здатність психолога займати різні позиції у процесі

професійної взаємодії. Серед таких позицій можна виокремити професійну позицію консультанта, позицію клієнта, яка передбачає розуміння його переживань і потреб, а також позицію експерта, що забезпечує використання професійних знань для аналізу ситуації. Саме поєднання цих позицій створює умови для глибокого осмислення консультативного процесу та підвищення ефективності психологічної допомоги [15].

Таким чином, рефлексивність виступає однією з ключових особистісно-професійних характеристик психолога-консультанта, що забезпечує усвідомлене здійснення консультативної взаємодії, адекватне розуміння як власних професійних дій, так і внутрішнього світу клієнта. Завдяки розвиненій рефлексивності психолог здатний аналізувати зміст і динаміку консультативного процесу, коригувати власні стратегії професійної діяльності, поєднувати емпатійне включення у переживання клієнта з професійною дистанцією та дотримуватися етичних принципів психологічної допомоги. Вона інтегрує когнітивні, мотиваційні та діяльнісні аспекти професійної свідомості фахівця, сприяє формуванню системи професійних цінностей, відповідальності та здатності до саморозвитку. У цьому контексті рефлексивність можна розглядати як важливу умову підвищення ефективності процесу психологічного консультування, оскільки саме вона забезпечує глибше розуміння проблемної ситуації клієнта, оптимальну організацію професійної

взаємодії та результативність психологічної допомоги загалом.

Висновки. У статті здійснено теоретичний аналіз сутності рефлексивності психолога та обґрунтовано її значення як важливої умови ефективності процесу психологічного консультування. Уточнено співвідношення понять «рефлексія» та «рефлексивність», де рефлексія розглядається як психічний процес самопізнання та осмислення власної діяльності, а рефлексивність – як особистісна властивість, що забезпечує можливість здійснення цього процесу. Визначено основні характеристики рефлексивності – системність, інтегрованість і континуальність, які забезпечують здатність особистості до усвідомлення, аналізу та регуляції власної діяльності. Показано, що у сфері психологічного консультування рефлексивність виступає важливим чинником професійної ефективності. Розкрито основні прояви рефлексивності у професійній діяльності психолога-консультанта, зокрема усвідомлення себе як особистості і як професіонала, аналіз ситуації клієнта та здатність поєднувати різні професійні позиції у процесі консультативної взаємодії, що сприяє більш глибокому розумінню проблем клієнта та підвищенню ефективності психологічної допомоги.

Перспективи подальших досліджень полягають в емпіричному дослідженні ролі рефлексивності у формуванні професійної ідентичності психолога.

Список літератури:

1. Бондаренко Н.П. Особистісна детермінація впевненості у собі психолога-початківця в контексті психологічного консультування *Психологічні перспективи*. Вип. 44, 2024. С. 23–37 <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2024-44-bonD>
2. Бондаренко Н.П. Супервізія як інструмент розвитку рефлексивності майбутнього психолога. *Габітус*. Вип. 65. 2024. С. 127–133. <https://doi.org/10.32782/2663-5208>
3. Заїка Є., Зімовін О. Рефлексивність особистості як предмет психологічного пізнання. *Психологія і суспільство*. 2014. № 2. С. 90–97.
4. Маскалева Л. А. Психолого-педагогічні умови розвитку рефлексивності майбутніх психологів : дис. ... канд. психол. наук. К., 2019. 218 с.
5. Мельничук І. Я. Формування рефлексивних механізмів цілеутворення в процесі розв'язання професійно-психологічних задач: автореф. дис. ... канд. психол. наук. К., 2001. 20 с.
6. Панок В.Г. До питання розробки алгоритмів діяльності практичних психологів. *Харківський осінній марафон психотехнологій* (каталог психотехнологій; тези доповідей): матеріали III міжрегіональної наук.-практ. конф., м. Харків, 26 жовтня 2019 р. ХНПУ імені Г.С. Сковороди, м. Київ, Україна, С. 17–181.
7. Пов'якель Н. І. Професіогенез мислення психолога-практика в системі вищої школи : монографія. Вид. 2-ге, випр. і допов. К. : НПУ імені Н.П. Драгоманова, 2008. 298 с.
8. Самойлова А. Г. Особливості формування професійної свідомості майбутніх психологів : автореф. дис. ... канд. психол. наук. Запоріжжя, 2005. 19 с.
9. Столярчук О.А., Сергєєнкова О.П. Роль рефлексивності майбутніх психологів у переживанні криз професійного навчання. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. № 5, Т. 2. С. 138–144. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2019.5-2.25>

10. Чепелєва Н.В., Пов'якель Н.І. Теоретичне обґрунтування моделі особистості практичного психолога. *Психологія: Збірник наукових праць*. 1998. Вип. III. С. 35–41.
11. Шапошникова Ю. Г. Психологічні особливості рефлексивних компонентів у професійному становленні практичного психолога : дис. ... канд. психол. наук. К., 2008. 239 с.
12. Швалб Ю.М. Цілепокладаюча свідомість (психологічні моделі та дослідження). Київ: Міленіум, 2003. 152 с.
13. 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>
14. Шевченко Н. Ф. Становлення професійної свідомості практичних психологів у процесі фахової підготовки. К. : Міленіум, 2005. 298 с.
15. Шевченко Н. Ф., Чепішко О. І. Професійна свідомість практикуючих психологів-початківців: специфіка розвитку. *Journal of Psychology Research*, №25(8), 2019. С. 97–105. <https://doi.org/10.15421/102512>
16. Banner S. E., Rock, A. J., Cosh S. M., Schutte N., Rice K. Self-reflection as the metacognitive “rubber band” for psychologists in practice: a qualitative exploration. *Australian Journal of Psychology*, №77(1), 2025. <https://doi.org/10.1080/00049530.2025.2568762>
17. Hudyma O., Simko R., Kramchenkova V., Slavina N., Uninets I., Stavyt'ska S. Reflective Psychological Counselling as a Special Type of Social and Interpersonal Influence Designed to Offer Psychological Support. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*. №16, 2024. P. 560–574. <https://doi.org/10.18662/rrem/16.4/929>
18. Kamp D., Blanker C., Hafkenschied A., van Os J. The additional value of self-reflection and feedback on therapy outcome: a pilot study. *Front. Psychol.* №15, 2024. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1451251>
19. Nash C., MacPherson A.C., Collins D. Reflections on Reflection: Clarifying and Promoting Use in Experienced Coaches. *Front Psychol.* 2022 May 4;13:867720. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.867720>
20. Robson I. From Reflection to Reflexivity. *The Reflective Leader*. Emerald Publishing Limited, Bingley, 2022. pp. 47–68. <https://doi.org/10.1108/978-1-83982-554-520221003>

Bondarenko N. P. PSYCHOLOGIST'S REFLEXIVITY AS A CONDITION FOR THE EFFECTIVENESS OF THE PSYCHOLOGICAL COUNSELING PROCESS

The article is devoted to the theoretical analysis of the essence of a psychologist's reflexivity and its significance as an important condition for the effectiveness of the psychological counseling process. The relationship between the concepts of “reflection” and “reflexivity” has been clarified. It has been established that reflection acts as a mental process of self-knowledge and comprehension of one's own activity, whereas reflexivity is considered a personal property that ensures the possibility of implementing this process. Thus, reflexivity can be regarded as a generalized ability for reflection that creates the preconditions for its realization in various types of activity. The main characteristics of reflexivity, including systematicity, integrity, and continuity, have been identified. Reflexivity provides an individual with the ability to direct their own activity toward themselves, to become aware of the peculiarities of their actions, experiences, and motives, as well as to analyze and correct them. Due to this, reflexivity plays an important role in the processes of self-regulation, professional development, and the formation of professional consciousness. It has been shown that reflexivity acquires particular importance in the field of psychological counseling, where the effectiveness of professional activity largely depends on the personal qualities of the specialist and the level of development of their professional consciousness. In the course of analyzing the psychological characteristics of the profession of a counseling psychologist, it has been determined that reflexivity ensures the specialist's ability to understand the content of the client's request, analyze their own professional actions, predict the consequences of the counseling interaction, and regulate interpersonal relationships in the process of providing psychological assistance. The manifestations of reflexivity in the professional activity of a practicing psychologist have been revealed, which are expressed in the awareness of oneself as both a person and a professional, the analysis of the client's request and life situation, the prediction of possible changes in the client's behavior, as well as in the psychologist's ability to combine different professional positions within the counseling interaction. This contributes to a deeper understanding of the client's problems and increases the effectiveness of psychological assistance.

Keywords: reflection, reflexivity, psychological counseling, counseling psychologist, professional activity of a psychologist, professional reflection, effectiveness of psychological assistance, professional consciousness of a psychologist.

Дата першого надходження статті до видання: 19.03.2026

Дата прийняття статті до друку після рецензування: 13.04.2026

Дата публікації (оприлюднення) статті: 18.05.2026