

УДК 159.922

Н. С. Марцих

РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДОРΟΣЛИХ ЯК ЧИННИК ЖИТТЄВОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ

У статті здійснено теоретичний аналіз проблеми розвитку творчих здібностей у дорослому віці. Досліджено навички та вміння, потрібні для творчої реалізації і життєвої активності в сучасному суспільстві. Запропоновано програму тренінгу творчих здібностей як одного із способів життєвого проектування.

Ключові слова: творчість, творчі здібності, креативність, дивергентне мислення, зрілість, ціле покладання, життєве призначення.

Постановка проблеми. Процес трансформації українського суспільства, пов'язаний із прискоренням темпу життя, глобалізації всіх процесів, стресогенні чинники середовища і суспільства на людину вимагають від особистості наявності розвинених умінь та здібностей: здатності людини орієнтуватися в життєвих ситуаціях, реалістично оцінювати їх, робити правильний вибір, який забезпечує успіх; вибирати найбільш досконалі способи вирішення тих чи інших життєвих завдань; вміння «прораховувати» наслідки рішень та дій в ситуаціях ризику; вміння будувати свої стосунки з іншими людьми; вміння протистояти стресовим ситуаціям тощо. У розвитку цих здатностей, поряд із розвинутою емоційною зрілістю, особливу роль відіграє здатність особистості до творчого вирішення життєвих завдань, неординарні способи розв'язання проблемних ситуацій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз проблеми творчих здібностей та обдарованості особистості здійснювався в наукових працях Д.Б. Богоявленської, М. Волаха, Дж. Гілфорда, В.М. Дружиніна, Є.П. Ільїна, К. Когана, О.М. Матюшкіна, В.О. Моляко, Є.П. Торренсом, В.Д. Щадрікова та ін. Проте основну увагу вчені приділяли формуванню, розвитку та структурним компонентам обдарованості дітей. В сучасній психології проблема творчих здібностей дорослих досліджується не так давно. Перспективною тенденцією сьогодення є пошук шляхів дослідження творчих здібностей дорослих як особливої психічної реальності, необхідної для особистісного зростання та творчого само здійснення.

Формулювання цілей статті. Основними завданнями нашої статті є проаналізувати наукові погляди на феномен творчих здібностей, дослідити здатність людей зрілого віку до життєтворчості, проектування та здійснення свого життя за допомогою творчих рішень, запропонувати програму розвитку творчих здібностей як одного із способів реалізації життєвого призначення.

Виклад основного матеріалу. Традиційно творчі здібності ототожнюють з поняттям «креативність» – рівнем творчої обдарованості, здатності до творчості, що є відносно сталою складовою структурі особистості. Довгий час в науці дискутувались питання: чи слід виокремлювати креативність як компонент обдарованості або вона є суто науковим конструктом; чи слід виділяти творчий процес як специфічну форму активності, або творчі здібності є компонентом загальних здібностей (В.М. Дружинін); чи є процес рішення творчих задач взаємодією пізнавальних психічних процесів (С. Герберт); чи передбачає високий рівень інтелекту високий рівень творчих здібностей та ін. Л. Терстоун звернув увагу на різницю між творчими здібностями і здатністю до навчання, на значення не інтелектуальних чинників у розвитку креативності.

Важливим етапом в розробці проблеми креативності стали дослідження Дж. Гілфорда: в основі його концепції лежить фундаментальна відмінність між конвергентним мисленням (логічним, односпрямованим) та дивергентним (що відступає від традиційної логіки та спрямованим у різних напрямках). Дж. Гілфорд виокремив 4 основних показника креативності: оригінальність – здатність продукувати відділені асоціації, нетривіальні рішення; образна адаптивна гнучкість – здатність змінювати форму стимулу так, щоб побачити в ній нові ознаки та можливості їх використання; семантична гнучкість – здатність виявити основну властивість об'єкта та запропонувати новий спосіб його використання, та семантична спонтанна гнучкість – здатність до продукування різноманітних ідей в нерегламентованій ситуації.

Пізніше Дж. Гілфорд розширив параметри креативності:

- здатність до винаходження й постановки проблем;
- здатність до продукування ідей – гнучкість;
- здатність нестандартно відповідати на подразники – оригінальність;
- здатність до удосконалення шляхом додавання деталей – розробленість;
- здатність до вирішення проблеми, тобто до аналізу й синтезу.

Ідеї Дж. Гілфорда розвивав Є.П. Торренс, який під креативністю розумів здатність до загостреного сприймання недоліків, пропусків в знаннях тощо. Торренс висловив тезу, що креативність – це нормативний процес, що породжується сильною потребою людини в зниженні напруги, що виникає у неї в ситуації дискомфорту, який, в свою чергу, викликаний невизначеністю або незавершеністю діяльності.

Отже, на сьогодні творчі здібності – креативність – розглядається як функція цілісної особистості, що нетотожна інтелекту й залежить від цілого комплексу психологічних характеристик і властивостей особистості. зокрема, пізнавальної активності, вміння брати на себе відповідальність, соціальної адаптованості та гнучкості у прийнятті рішень. Необхідність

розвитку здібностей творчого розв'язання проблем, вирішення завдань викликана також процесами глобалізації, інформатизації, інтенсифікації, що заглиблюються й поширюються в геометричній прогресії. На думку Колосової Л.Д., старшого наукового співробітника Російської Академії освіти, Державного науково-дослідницького інституту сім'ї й виховання, XXI століття висуває певні вимоги до формування й закріплення навичок, необхідних творчій людині для адаптації до сучасного ритму життя [7, 60]:

Таблиця 1.

Навички XXI століття

<p>АДЕКВАТНА САМООЦІНКА Вірити у власну спроможність та підтримувати позитивний образ самого себе</p>	<p>ТВОРЧЕ/КРИТИЧНЕ МИСЛЕННЯ Генерувати нові ідеї</p>	<p>СОЦІАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ Демонструвати розуміння, дружелюбність, високу адаптованість, емпатію та ввічливість в групі</p>
<p>МОТИВАЦІЯ ДОСЯГНЕННЯ Уміння долати труднощі; запобігати перепони, ставити високі цілі; досягати високого рівня; перевершувати самого себе</p>	<p>РІШЕННЯ ПРОБЛЕМ Розпізнає проблеми, розробляє та здійснює план дій</p>	<p>ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ Бачить завдання й труднощі їх здійснення, знаходить альтернативні варіанти рішення, враховує ступінь ризику, оцінює та обирає найкращу альтернативу</p>
<p>ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ Додавати зусиль та наполегливо досягати мети</p>	<p>ВМІННЯ НАВЧАТИСЬ Використовувати техніки ефективного навчання, легко здобувати і практично використовувати нові знання</p>	<p>ВМІННЯ СЛУХАТИ Отримувати, приймати, інтерпретувати й відповідати на вербальну інформацію та інші види спілкування</p>
<p>ВМІННЯ СПРАВЛЯТИСЯ З САМИМ СОБОЮ Обережно оцінює себе, ставить особистісні цілі, відслідковує власний прогрес, демонструє самоконтроль</p>	<p>АЛЬТЕРНАТИВНА ПОДАЧА ІНФОРМАЦІЇ/ ВІЗУАЛІЗАЦІЯ Організувати зорове сприйняття, використовувати символи, картини, графіки, об'єкти</p>	<p>ВМІННЯ ГОВОРИТИ Може добре говорити, грамотно й адекватно висловити думку</p>

ЧЕСНІСТЬ У СПРАВАХ ТА САМОПОВАГА	ВМІННЯ ПЕРЕРОБЛЯТИ ІНФОРМАЦІЮ	ПИСЬМОВЕ МИСЛЕННЯ
Обирати моральний спосіб поведінки; збільшувати свою самоповагу завдяки успішному використанню своїх здібностей	Знаходити правила або принципи, які лежать в основі взаємовідносин двох або більше об'єктів та використовувати ці знання для рішення проблем	Передавати думки, ідеї, інформацію, повідомлення в письмовому вигляді, створювати тексти, в тому числі листи, інструкції, звіти, графіки, таблиці, презентації тощо

В рамках гуманістичної психології А. Маслоу була сформована думка про вільне переживання власного «Я», прагнення до самоактуалізації, творче самоставлення, формування й розвитку протягом життя інтегрованого Его, вільного від невротичних симптомів, відсутність чого, на нашу думку, унеможлиблює творче само здійснення особистості. В дослідженні проблеми розвитку творчих здібностей зрілих людей як чинника життєвого самоздійснення ми спираємось на такі положення А. Маслоу [4, 228-229]:

1. Будь-яка нормальна здорова особистість відкрита для розвитку, який характеризується циклічністю, поступовістю, наступністю, суперечністю, Я-участю та Я-детермінацією.

2. Для справжньої особистості суттєве наступне: вплив її минулого життя,; можливості, отримані нею з минулого, ближнього та актуального проживання; очікування, надії, тривоги, уявні творчі проекти, пов'язані з майбутнім.

3. Для вирішення серйозних життєвих проблем необхідне активне інтегроване Его, що захищене від невротичної мотивації та рухається до розширення соціальних, професійних, духовних зв'язків, з тим, щоб надати нові імпульси особистості або Самості, яка вільно й спонтанно визначається в своєму проблемному бутті.

4. Творче Его узагальнює життя в тій формі, що дозволяє їй цілком бути присутнім в кожному моменті теперішнього. В цьому сенсі майбутнє цілісної людини завжди знаходиться в ній самій та залежить від активності самоактуалізації.

5. Існує парадоксальний зв'язок між активним розвитком особистістю власного «Я», або розвиваючим «егоцентризмом», та творчою зверненістю цієї особистості до зовнішнього світу. «Саме така людина, его якої знаходиться на вершині своєї могутності, легше за все забуває про своє его або піднімається над ним. Саме така людина може забути про своє Я та зосередитись на вирішенні проблеми, саме така особистість найбільш спонтанна у власних діях, ... здатна виходити за межі самосвідомості у своєму ставленні до об'єктивного світу» [1, 228-229].

Отже, життя зрілої особистості структурується завдяки її праці, діяльності щодо створення власного світу, і не останнє місце у побудові особистісного світу займає творчість. Життя людини, навіть найглибинніші її шари, детермінується можливостями конструктивної діяльності в тому світі, в якому людина зростає. Особистий життєвий досвід, активна та багатогранна реальна життєдіяльність особистості, її вчинки, індивідуальна поведінка, саморефлексія, поряд із здатністю до гнучкого адаптування до раптових життєвих змін, раціонального використання часу й власних ресурсів, критичного й творчого мислення тощо відіграють особливу роль у реалізації життєвого самоздійснення. Духовний розвиток особистості відбувається тоді, коли у відповідності з вільним внутрішнім вибором особистість здійснює дії, що виключають причину власних довголітніх проблем.

Розвиток творчості – це не дарунок долі, не випадковість, а підсумок цілеспрямованого розумового процесу поряд з розвитком високоінтегрованого Его, прагненням до особистісної зрілості. Нами було розроблено й апробовано програму тренінгу розвитку творчих здібностей, який був спрямований на розвиток творчого підходу до реалізації власного життя і включав в себе модулі:

Таблиця 2

Зміст тренінгу розвитку творчих здібностей людей зрілого віку

Напрями роботи	Основні завдання та зміст модулю
Модуль 1. Тренінг особистісного зростання	
зниження рівня тривожності, конструктивна переробка, переосмислення особистісних проблем учасниками групи; розвиток самосвідомості й емоційної зрілості тощо	Завдання: набуття особистості сили, інтегрованого Его. Техніки: невербальні та вербальні психогімнастичні техніки і прийоми, невербальне вираження почуттів; рольові ігри, психотехнічні вправи на вираження почуттів; керовані візуалізації, самоаналіз, техніки арт-терапії; когнітивно-поведінкової терапії
Модуль 2. Тренінг асертивності	
Отримання нового досвіду переживань; відпрацювання навичок впевненої поведінки; розвиток навичок спонтанності; подальшої автономності;	Завдання: розуміння й виявлення своїх сильних сторін і талантів, побудова зрілої особистості. Психодраматичні, арт-терапевтичні техніки і прийоми, техніки емпайрменту та когнітивно-поведінкової психотерапії; позитивної

	психотерапії, гештальттерапії, психосинтез
Модуль 3. Розвиток творчого мислення і оригінального підходу до вирішення проблем	
Тренування сприйняття й спостережливості; нестандартного мислення; уяви та фантазії; варіативності мислення (уміння знаходити багато підходів до розв'язання проблеми); розвиток навички входження у стан творчості (творчої релаксації); розвиток нового погляду на звичні речі; визначення та зняття обмежень до творчості; розкріпачення творчого потенціалу; розвиток сенсорики як стимулу до творчості; розкриття внутрішнього джерела на допомогу знаходження ідей та рішень	Завдання: розвиток креативності. Техніки на розвиток фантазії та уяви; практика вільних асоціацій; активізація і стимуляція візуальних образів; техніки і прийоми: синестезія, синхронізація, синектика; мозковий штурм, ТВІЗ; еволюція; синтез; революція; «зміни напрямку» «повторного використання»; асоціативна карта; саторі (творчого просвітлення); можливого інсайту
Модуль 4. Тренінг цілепокладання та життєздійснення	
Визначення своєї пріоритетної й ресурсної справи; розвиток здатності знаходити перешкоди здійснення завдання; знаходити альтернативні варіанти рішень, враховувати ступінь ризику, оцінювати й обирати кращу альтернативу; приймати оптимальні рішення; розвиток вміння уточнення й постановки нових цілей, стратегічного й тактичного мислення	Завдання: розвиток творчого підходу до життя, побудова життєвої перспективи. Вправи на розвиток особистої відповідальності за життя, знаходження рішення проблем, цілепокладання, особистий коучінг

Таким чином, розвиток творчих здібностей як важливого чинника життєздійснення, духовного саморозвитку дає можливість визначити своє покликання – своє життєве призначення. Свідомість завжди відкриває перед особистістю нові можливості, і можливості ці – необмежені.

Література

1. Андреева А. Как ребенку пережить горе // Вопросы психологии. – 1991. - № 2.

2. Грецов А.В. Лучшие упражнения для развития креативности / Учебно-методическое пособие. – Санкт-Петербург: СПбНИИ физической культуры, 2006.
3. Дружинин В.Н. Диагностика общих познавательных способностей // Когнитивное обучение: современное состояние и перспективы. – Москва: ИП РАН, 1997.
4. Життєві кризи особистості: Наук.-метод. Посібник: У 2 т. / Ред. Рада В.М. Доній, Г.М. Несен та ін. – Київ: ІЗМН, 1998. – Ч. 2: Діти і молодь у кризовому суспільстві: технології допомоги і підтримки.
5. Ильин Е.П. Психология творчества, креативности, одаренности. – Санкт-Петербург: Питер Серия: Мастера психологии, 2009.
6. Йири Шерер. Техники креативности: как в 10 шагах найти, оценить и воплотить идею/Йири Шерер. – Москва: СмартБук, 2009.
7. Мороз Р.А. Психічне здоров'я учнів закладів нового типу // Моделі психолого-педагогічного супроводу розвитку учнів закладів нового типу. Методичні рекомендації. – Миколаїв: МОППО, 2002.

N. Martsykh. Adult's creative capabilities development as the factor of vital realization.

In the article the theoretical analysis of people's of mature age creative capabilities development problem is carried out. Skills and abilities that are necessary for creative realization and vital activity in modern society are investigational. The program of creative capabilities training as one of methods of the vital planning realization is offered.

Key words: *creation, creative capabilities, kreativnist', divergence thought, maturity, whole laying-on, vital setting.*

УДК 159.947.5:331.582

О. В. Мітіна

РОЛЬ МОТИВАЦІЙНИХ ЧИННИКІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПЕРЕОРІЄНТАЦІЇ ДОРΟΣЛИХ

У статті розглядаються особливості мотиваційних чинників професійної переорієнтації дорослих. Проведений теоретичний аналіз мотиваційних чинників професійної переорієнтації у вітчизняній та зарубіжній літературі. Розкритий зміст мотивації до професійної переорієнтації як складової процесу професійного самовизначення дорослої людини.

Ключові слова: *мотиваційні чинники, мотивація, мотив, професійна переорієнтація, професійне самовизначення, доросла людина, професія, вибір професії.*

Постановка проблеми. З року в рік кількість охочих отримати другу вищу освіту з різних спеціальностей та змінити власну професію