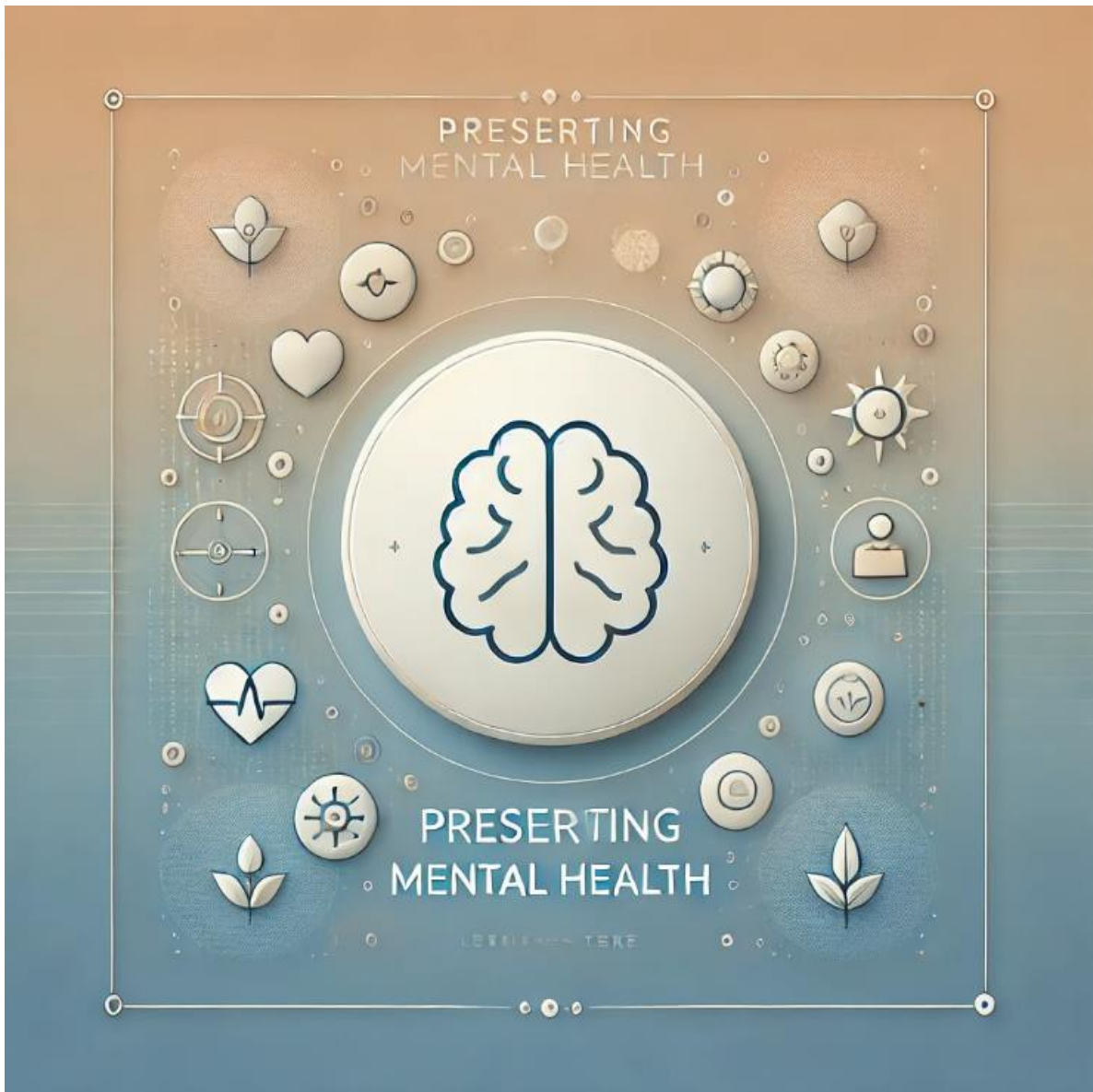


МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ



**ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я
ОСОБИСТОСТІ: ТУРБУЄМОСЬ ПРО СЬОГОДЕННЯ
- ПЛЕКАЄМО МАЙБУТНЄ:
збірник наукових праць
учасників круглого столу**

КИЇВ-2024

УДК 159.9 (043.2)

ББК 88.4я43

З 41

Рецензенти:

Андрущенко Т.В. – доктор політичних наук, професор, завідувач кафедри психології, Факультет психології УДУ імені Михайла Драгоманова;

Мозгова Г.П. – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психосоматики та психології здоров'я, Факультет психології УДУ імені Михайла Драгоманова.

Рекомендовано до друку Вченою радою факультету психології
Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
(протокол № 5 від 30 жовтня 2024 р.).

Збереження психічного здоров'я особистості: турбуємось про сьогодні – плакаємо майбутнє: збірник наукових праць учасників міжвузівського круглого столу (21 жовтня 2024 року, м.Київ) [Електронне видання] / Ред. колегія: Вольнова Л.М. – Київ, 2024. – 400 с.

Збірник містить тези доповідей учасників круглого столу та охоплює проблемні питання, що стосуються: особливостей професійної діяльності психолога у різних сферах та з різними групами клієнтів щодо збереження психічного здоров'я, актуальних проблеми соціалізації особистості у воєнний час, особливостей психологічної реабілітації, адаптації та психокорекції особистості в умовах війни, емоційного вигорання спеціалістів допоміжних професій та шляхів його подолання, особливостей комунікації у професійній діяльності психолога, психологічних особливостей спілкування в інформаційному просторі, психологічних механізмів становлення цінностей особистості, психологічної допомоги особистості в конфліктних ситуаціях, професійного благополуччя як ресурсу психічного здоров'я особистості.

© Колектив авторів, 2024

© УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024

працездатного віку до нападів панічної атаки та вплив на серцево-судинну систему. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*. 2015. № 28. С.259-269

Чиж Олександра Федорівна,
викладач кафедри соціальної психології
УДУ імені Михайла Драгоманова

РОЛЬ КРЕАТИВНОСТІ У ФОРМУВАННІ САМОДОСТАТНЬОЇ ОСОБИСТОСТІ ПІД ЧАС СОЦІАЛЬНИХ ЗМІН ВОЄННОГО ЧАСУ

Актуальність проблеми. У часи соціальних змін, спричинених війною, особистість стикається з новими викликами, які потребують адаптації, психологічної стійкості та гнучкості. Ці зміни, невизначеність майбутнього, втрати та стреси створюють складні умови для формування та збереження психічного здоров'я. Саме в таких екстремальних ситуаціях на перший план виходять особистісні ресурси, які допомагають людям адаптуватися до нових реалій та зберігати внутрішню рівновагу. Одним з таких ресурсів є креативність.

Виклад основного матеріалу. Аби глибше зрозуміти, як креативність сприяє формуванню самодостатньої особистості, необхідно спочатку розглянути саме поняття "креативність". Це багатогранне явище, яке досліджується з різних наукових перспектив: психології, педагогіки та філософії. Кожна з цих дисциплін пропонує своє бачення креативності людини.

Якщо філософія заглиблюється в сутність творчості, досліджуючи її природу та місце в людському досвіді, то психологія, в свою чергу, аналізує конкретні механізми, що лежать в основі цього складного процесу. Вона вивчає, як творча думка виникає, розвивається і проявляється в поведінці людини, а також які психологічні особливості сприяють творчому мисленню.

Розглянемо кілька визначень креативності різних авторів.

Так, для де Боно, креативність – це не просто здатність малювати чи писати вірші. Це скоріше вміння мислити нестандартно, бачити нові зв'язки між речами та генерувати оригінальні ідеї. Він підкреслює, що креативність – це навик, який можна розвивати [1, с.74]. Одним з ключових елементів креативності, за де Боно, є гнучкість мислення. Здатність бачити різні перспективи, адаптуватися до змін та знаходити нестандартні рішення. Допомагає людині відчувати себе впевненіше у будь-якій ситуації, що і формує

самодостатність особистості [1]. Також, де Боно, виділяє фактори, що впливають на розвиток креативності, а саме: гнучкість мислення, відкритість новому, цілеспрямована практика та сприятливе середовище.

Окрім де Боно, існує багато інших психологів, які досліджували креативність. Вони пропонують різні визначення та підходи до цього феномену. Наприклад, Джеймс Флінн, фокусується на ролі інтелекту в креативності, підкреслюючи важливість дивергентного мислення. Якщо рівень загального інтелекту зростає, як це показав Флінн, то це може створити більш сприятливе середовище для розвитку креативності. Вищий рівень інтелекту дозволяє бачити більше зв'язків між різними явищами, генерувати більше ідей та нестандартних рішень. [3]

Міхай Чиксентміхайї, вивчав стан "поток" – повне занурення в діяльність, яке часто супроводжується високою креативністю. Одним зі шляхів досягти стану потоку є творча діяльність. Коли людина займається творчим проектом, вона занурюється в процес, забуваючи про час і проблеми. Це дозволяє їй відчути себе більш цілісною і самодостатньою. З іншого боку, самодостатня людина більш схильна до творчості. Вона менше залежить від зовнішньої оцінки, має внутрішню мотивацію і впевнена у своїх силах. Це дозволяє їй експериментувати, ризикувати і створювати щось нове. І креативність, і самодостатність – це аспекти особистісного зростання. Займаючись творчою діяльністю і досягаючи стану потоку, людина розвиває свої навички, розширює свідомість і стає більш самодостатньою [2].

Педагогічне визначення креативності, яке дано в педагогічній енциклопедії визначає їх як здатності до створення оригінального продукту, виробу, в процесі роботи над яким самостійно застосовані, засвоєні знання, вміння, навички, виявляються хоча б в мінімальному відступі від зразка індивідуальність, мистецтво.

В умовах воєнного часу креативність відіграє важливу роль у формуванні самодостатньої особистості, допомагаючи адаптуватися до швидких і непередбачуваних змін. Креативність розвиває гнучкість мислення, здатність до нестандартних рішень та відкритість до нового досвіду. Вона також сприяє підтримці психологічної стійкості, оскільки дозволяє людині краще впоратися з викликами і стресовими ситуаціями.

Різні наукові дисципліни, зокрема психологія та педагогіка, надають креативності особливого значення, підкреслюючи її важливість у розвитку самодостатності особистості. Психологічні дослідження показують, що люди з розвинутою креативністю легше адаптуються до змін і мають більшу внутрішню мотивацію, що допомагає їм знаходити рішення у складних

ситуаціях, не покладаючись на зовнішню підтримку. Військовий час, коли суспільні норми змінюються, а традиційні способи життя можуть бути зруйновані, стає полем для розвитку таких навичок.

Висновок. Самодостатність, яка формується через креативність, дозволяє особистості бути гнучкою, незалежною та впевненою у своїх діях, навіть у кризових умовах. Це не лише забезпечує індивідуальну стійкість, але й сприяє створенню нових соціальних форм взаємодії та підтримки, що є особливо важливим у період соціальних змін під час війни.

Список використаних джерел

1. Де Боно Е. Мистецтво думати. Латеральне мислення як спосіб вирішення складних завдань. К.: Кабу, 2010. 256 с.
2. Чиксентміхайї, М. Потік : психологія оптимального досвіду. Київ : Основи, 2010. – 304 с.
3. Flynn, J. R: Intelligence and human progress: The story of what was hidden in our genes / Flynn, J. R - New York- Cambridge University Press, 2013. 320 с.

Яценко Марина Юріївна
*студентка 2 курсу магістратури,
освітньої програми «Психологія»
УДУ імені Михайла Драгоманова*

Науковий керівник:
*кандидатка психологічних наук, доцентка,
доцентка кафедри психосоматики та психології здоров'я
Праченко Олена Костянтинівна*

ОСОБЛИВОСТІ АГРЕСІЇ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

«Добро чиниш – себе прославляєш,
зло чиниш – себе принижуєш»
(Цар Соломон)

Актуальність проблеми. Питання агресивної поведінки залишається актуальним предметом досліджень для науковців у зв'язку зі значними змінами в суспільно-політичній сфері як в Україні, так і в світі. Сучасні виклики, такі як