

Актуальні проблеми психології особистості та міжособистісних взаємин

збудливість, егоїстичність і підкорюваність в міжособистісних стосунках; 4) прямий взаємозв'язок між шкалами «потреба в компанії» та «дифузний вид самотності». Таким, чином особи, що мають гостру потребу в компанії часто характеризується підозрілістю в міжособистісних взаєминах, а також особистісними і поведінковими якостями, які суперечать один одному, вони дуже гостро реагують на стреси, вибираючи стратегію пошуку співчуття і підтримки; 5) прямий взаємозв'язок між шкалами «загальна самотність» та «відчужена самотність». Отже, чим більш актуальним є відчуття самотності та недостатність близького спілкування з іншими людьми, тим частіше у таких осіб спостерігається втрата значущих зв'язків і контактів, інтимності, приватності в спілкуванні, здатності до єднання, такі люди відчувають себе втраченими, покинутими, не можуть знайти необхідний відгук і розуміння.

Висновки. Отже, для осіб раннього дорослого віку важливу роль відіграють соціальні зв'язки, близькі стосунки з іншими людьми. Тому переживання самотності в цьому віці може значно ускладнити розвиток особистості. Перспективним, на нашу думку, буде розроблення програми, спрямованої на профілактику і корекцію переживання самотності у період ранньої дорослості.

Список використаних джерел

1. Ананьев Б.Г. Личность, субъект деятельности, индивидуальность. *Проблемы возрастной и дифференциальной психологии*. Москва : Директ-Медиа, 2008. 209 с.
2. Помазова О.В. Самотність як психологічний феномен. *Психологія і педагогіка*. Київ, 2013. С. 206–214.
3. Провоторова Т.Г. Проблема самотності в соціальних мережах. *Молодий вчений*. 2016. № 6. С. 676–679.

С.П. Яланська

*доктор психологічних наук, професор,
в.о. завідувача кафедри психології та педагогіки,
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»,
Полтава, Україна*

ТВОРЧИСТЬ ЯК ДЖЕРЕЛО ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

У психології поняття «здоров'я» розглядається у динамічному аспекті й пов'язує фізичну, розумову складову, вплив навколишнього середовища.

Основними складовими психічного та особистісного здоров'я за М.В. Савчиним є: 1) духовність особистості; 2) самоактуалізованість; 3) індивідуальність поєднана із загальнолюдськими здатностями; 4)

соціальна інтегрованість та ін. Серед умов і водночас критеріїв розвитку людини автор виділяє творчий і цілетвірний характер її життєдіяльності [2]. Л.Г. Терлецька зазначає, що для психології здоров'я важливим є врахування потенціалів людини: розуму, волі, почуттів, тіла, суспільного, креативного, духовного [3].

Зупинимося на креативному потенціалі, творчому аспекті здоров'я, що передбачає здатність особистості до творчості, реалізації творчого потенціалу.

Творчість – це діяльність, результатом якої є створення нових матеріальних і духовних цінностей. Будучи за своєю сутністю культурно-історичним явищем, творчість має психологічний аспект: особистісний і процесуальний. Вона передбачає наявність у особистості здібностей, мотивів, знань та умінь, завдяки яким створюється продукт, що вирізняється новизною, оригінальністю, унікальністю. Вивчення цих властивостей особистості виявило важливу роль уяви, інтуїції, неусвідомлених компонентів розумової активності, а також потреби особистості в самоактуалізації, в розкритті і розширенні своїх можливостей [1].

Зарубіжними та вітчизняними дослідниками обґрунтовані різні підходи до розуміння природи творчості: психогенетичний підхід (В.О. Енгельгард, В.М. Вільчек, О.І. Цебржинський та ін.); соціальний підхід (О.М. Лук, Б.П. Нікітін, В.Є. Чудновський, та ін.); чуттєво-емоційний підхід (В.Н. Дружинін, Г.В. Піхманець та ін.); аксіологічний підхід (С.О. Грузенберг, В.А. Роменець та ін.); діяльнісний підхід (Л.С. Виготський, О.О. Леонт'єв, В.О. Моляко та ін.); мотиваційний підхід (Г.В. Олпорт, К. Роджерс та ін.)

У авторському навчальному посібнику «Психологія творчості» рекомендованому Міністерством освіти і науки України (лист № 1/11-7542 від 20.05.2014). Для студентів різних напрямів підготовки, що вивчають курс психології, магістрантів, учених, практичних психологів, викладачів закладів вищої освіти, учителів, аспірантів, читачів, що цікавляться проблемою психології творчості, у посібнику розкрито загальні уявлення щодо методологічних, науково-методичних та прикладних проблем психології творчості, підходи до вивчення психологічних аспектів творчої діяльності та засоби психологічного дослідження творчої діяльності, оцінки креативності.

Посібник складається із чотирьох частин: у першій частині «Поняття про творчу діяльність» розкрито історію розвитку психологічних уявлень про природу творчості, зокрема розкрито концепції креативності Дж. Гілфорда, Р. Стернберга і Д. Лаверта, розвиток творчості особистості за генетико-психологічною теорією С.Д. Максименка, концепцію творчості В.О. Моляко, концепцію механізму творчості В.В. Клименка, концепцію творчості С. Медника, розвиток творчої особистості за Е. де Боно. У другій частині «Стратегіальний підхід до розкриття творчої діяльності» представлено стратегію творчої діяльності за В.О. Моляко, особливості розвитку творчо

обдарованої особистості за В.В. Рибалкою, систему ціннісної регуляції розвитку творчо обдарованої особистості О.Л. Музики; стратегію розвитку творчої особистості за Л.П. Міщихою, авторську концепцію розвитку творчої компетентності особистості, компетентнісний підхід до розвитку особистості за О.В. Тутолміним. Третя частина «Методики дослідження творчої діяльності» розкриває особливості експериментального вивчення продуктивного мислення гештальтпсихологами, зміст тестів діагностування дивергентного мислення за Дж. Гілфордом, теорії дозрівання А. Гезелла, лонгітуда Л. Термена, методики на визначення творчого мислення «Значення слів» О.І. Бесєдіна, І.І. Ліпатова, О.В. Тимченка, В.Б. Шапаря, методики «Креативне поле» Д.Б. Богоявленської, тестів вимірювання креативності Б. Торренса, методики діагностування креативності М. Воллаха і К. Когана. У четвертій частині «Психологічні умови формування творчого процесу» розкрито особливості системи творчого тренінгу КАРУС В.О. Моляко, програми розвитку здібностей та обдарованості «Три кроки» О.Л. Музики, авторської програми розвитку творчої компетентності майбутніх учителів, та методи стимулювання творчої активності (індивідуальні та групові) [4].

Активізація індивідуальної та групової творчої роботи, що сприяє гармонізації психічного здоров'я особистості, можлива завдяки використанню арт-практик в освітньому процесі. Викладачами кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» під час засідань психологічної студії «Шлях до успіху» використовується арт-інструментарій (метафоричні асоціативні зображення, елементи образотворчої, ландшафтної терапії та ін.).

Під час вивчення курсу «Психологія здоров'я та здорового способу життя» також нами використовуються арт-вправи «Пізнай себе», «Я та моє здоров'я», «Сила» та ін. Арт-практики сприяють розумінню, що тілесне та психічне буття людини нерозривні, спонукають студентів замислитися щодо здорового способу життя, збереження та примноження здоров'я.

Переконані, що творчість є потужним джерелом психічного здоров'я, адже сприяє самореалізації особистості, її самоздійсненню.

Список використаних джерел

1. Психологический словарь / авт.-сост. В.Н. Копорулина, М.Н. Смирнова, Н.О. Гордеева, Л.М. Балабанов ; под общей ред. Ю.Л. Неймера. Феникс, 2003. 640 с.
2. Савчин М.В. Психічне та особистісне здоров'я громадян як чинник національної безпеки. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. №2 (1) 2012. С. 142–150.
3. Терлецька Л.Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології : навчальний посібник. Київ : Видавничий Дім «Слово», 2016. 128 с.
4. Яланська С.П. Психологія творчості: навчальний посібник. Полтава : ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2014. 180 с.