

Яланська С.П. Креативність, творчість особистості в складних життєвих умовах: ресурс метафоричних асоціативних зображень. *ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ТВОРЧОСТІ* : збірник матеріалів XXII Міжнародн. науково-практичною конф. (23 липня 2022 року, м. Київ).

КРЕАТИВНІСТЬ, ТВОРЧІСТЬ ОСОБИСТОСТІ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ УМОВАХ: РЕСУРС МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ ЗОБРАЖЕНЬ

Яланська Світлана Павлівна

доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

У складних життєвих умовах надзвичайно важливим для особистості є використання власного креативного ресурсу, активізації творчої діяльності, що сприяє гармонізації психоемоційного стану.

За І.Д. Пасічником, креативність розуміється як потенціал, внутрішній ресурс людини, що виявляється в мисленні, спілкуванні, почуттях, окремих видах діяльності, визначається сприйнятливістю до нових ідей [5].

За С.Д. Максименком, принцип креативності – це врахування багатозначності, неочікуваності і непередбачуваності особистості [1].

За В.О. Моляко, головним у творчості є, перш за все, оригінальність, новизна в діяльності, відмінність від створеного раніше, вже відомого. Важливою рисою творчої особистості є високий рівень знань, умінь аналізувати явища, порівнювати їх. Недостатньо самого лише сприйняття, яким би тривалим воно не було, як і самого бажання нового, оригінального, якщо немає відповідного підґрунтя, загальної і професійної підготовки, а також великої наполегливості в роботі [3].

Ефективним інструментом практичного психолога є метафоричні асоціативні зображення, які можуть використовуватися в діагностичній, корекційній роботі та розвитку творчих можливостей особистості. Метафоричні

асоціативні карти – це один з інструментів розвитку інтуїції, креативності, відкриття нових шляхів, які гармонізують наш психоемоційний стан.

Н.Е. Мілорадова з співавторами зазначають, що МАК можуть активно використовуватися для проведення як групової так і індивідуальної роботи; для вирішення проблем сімейних відносин, розв’язання внутрішніх конфліктів, роботи з втратою, травмою наслідками психотравми. Крім того, застосування карт сприяє розширенню знань про себе та навколишній світ; розвитку уяви та креативності; знаходженню рівноваги між тілом, душею та розумом; проживанню критичних ситуацій та знаходженню стратегій виходу з них; сприяє усвідомленню свого особистісного змісту і шляху у житті та інше. Використання цього інструменту надає можливість працювати відразу з емоційною, ментальною та тілесною сферою клієнта. Робота з метафоричними картами створює безпечну обстановку, яка сприяє обміну думками, вільному від оціночних суджень (2014) [3].

Е. Морозовська підкреслює, що створені в співпраці художника і психотерапевта МАК стали новим інструментом арт-терапії. За минулі десятиліття проектні карти поширилися по всьому світу, а перша колода, що поклала початок новому напрямку, переведена на двадцять дві мови [4].

З власного досвіду вважаємо доцільним зазначити, що досить цікавою та доцільною є робота з метафоричними зображеннями «Еко/Ессо» для розкриття творчого потенціалу, «Сага/Saga» – розвитку креативності, творчої уяви, «Морена/Morena», «Насіння» – допомагають знайти ресурси особистості, які допоможуть «вистояти» в складних життєвих ситуаціях, та ін. Ресурсною є вправа «Сила» з колодою О. Тараріної «Насіння». Особливо вона є результативною у роботі з клієнтами юнацького, дорослого віку.

На базі лабораторії психодіагностики та корекційно-розвивальної роботи Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» активно використовуємо метафоричні зображення у роботі з різними віковими категоріями осіб (тимчасово переселеними, учасниками освітнього процесу, та ін.). Розроблено методичні рекомендації щодо роботи з МАК, які є складовими

портативної лабораторії практичного психолога «Психологічна палітра» (автор-укладач С.П. Яланська).

У 2021 році нами видано монографію «Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку» (Максименко С.Д., Яланська С.П.), в якій присвячено розділ розкриттю ресурсу арт-практик у розвитку креативності, творчості особистості [1].

Отже, ресурс метафоричних асоціативних зображень є надзвичайно потужним для розвитку креативності, творчості, гармонізації психоемоційного стану особистості в складних життєвих умовах.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Максименко С.Д., Яланська С. П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 513 с.

2. Мілорадова Н. Э., Попова Г. В. Особливості проведення психологічного дебрифінгу із застосуванням МАК (метафоричних асоціативних карт) з представниками силових структур після кризисної ситуації. *Вісник Національного університету оборони України*. 2014. Вип. 6 (43). С. 334–340.

3. Моляко В. О. Психологічна теорія творчості. *Обдарована дитина*. 2004. № 6. С. 2–9.

4. Морозовская Е. Проективные карты в работе психолога: полное руководство. Одесса : Ин-т проект. карт, 2013. 116 с.

5. Пасічник І. Д. Мислення як предмет психології. *Наукові записки [Національного університету «Острозька академія»]*. Сер.: Психологія і педагогіка. 2013. Вип. 25. С. 3–9.