Значение творческой активности личности для её долголетия

Дубовицкая Дарья Александровна, Жилкина Наталия Владимировна
студентка; канд. философских наук, доцент
Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина

Творчество – это исторически эволюционная форма активности людей, выражающаяся в различных видах деятельности и ведущая к развитию личности. Овладение полным и полноценным процессом творчества может быть названо главным критерием духовного развития человека, так как оно непрерывно раздвигает человеческие возможности, создавая условия для покорения новых вершин. Рамки творчества охватывают действия от нестандартного решения простой задачи до полной реализации уникального потенциала индивида в определенной области. Поэтому между процессом творчества и реализацией способностей человека в общественно значимой деятельности существует прямая связь. Однако важно, чтобы осуществление этой деятельности детерминировалось не только извне (обществом), но и внутренней потребностью самой личности. В этом случае, реализация личностных способностей в данной деятельности приобретает характер самореализации и способствует расширению пределов человеческих возможностей.

Наблюдения ученых свидетельствуют, что люди творческие, которым свойственен высокий уровень самоотдачи, возможный только в условиях внутренней гармонии, при бескорыстной, всеобъемлющей любви к миру, к жизни, к людям, являются долгожителями. В связи с этим очень большое значение имеет включение современного человека в творческую деятельность, отношение его к своему здоровью, а также выявление им связей между длительностью жизни и тем, насколько он творческий и жизнерадостный человек.

В ходе социологического исследования, которое проводилось среди респондентов в возрасте до 50 лет, были предложены вопросы, направленные на выяснение отношения опрашиваемых к творческой деятельности и обоснование ее значения в жизни человека, зависимости здоровья и продолжительности жизни от творческой активности и позитивного мышления. В результате были получены следующие данные: 62 % опрошенных считают себя творческими людьми, более половины опрошенных (56 %) занимаются творчеством для души. 98% респондентов рассматривают творческие способности человека как особый дар. А 65% полагают, что с самого детства необходимо развивать в человеке творческие способности, однако в то, что творчество помогает личности преодолеть жизненные трудности верит только 6% интервьюируемых.

Анализ полученных результатов позволяет сделать вывод, что престижность и социокультурная значимость творческой деятельности осознается подавляющим большинством населения. Потребность в самореализации и насущная необходимость удовлетворения этой потребности (жажда «самодеятельности») присутствует практически у каждого второго человека. Тем не менее, большинством голосов творчество признается «игровым» моментом в человеческой жизни, рассматривается культурной доминантой в концептуальном ключе homo ludens, а не с точки зрения рационализма Декарта.

Творческая деятельность повышает биологическую сопротивляемость организма воздействиям внешней среды, а отказ от нее – наоборот, сокращает как творческое, так и физическое долголетие. Американский геронтолог Р. Грулих обратил внимание, что хорошее образование, потребность быть нужными другим людям и социальная активность – те характеристики, которые объединяют долгожителей, и выход на пенсию для таких людей не является причиной прекращения обширных контактов и интеллектуальной активности [1]. Многочисленные данные отмечают, что именно образованные люди дольше и качественнее живут, меньше болеют. Следовательно, показатели здоровья, напрямую зависят от их интеллектуально-культурологических характеристик. По данным нашего исследования, с тем, что образованные люди обладают лучшим здоровьем и дольше живут, согласно 50 % опрашиваемых и практически столько же (48%) считают, что творческая активность личности влияет на продолжительность ее жизни.

Следует также отметить, что большую роль в самоформировании установки на активность, в том числе творческую, играет менталитет как национальной культуры в целом, так и каждой конкретной личности. В рамках российского социума, к сожалению, имеет место недооценка творческих возможностей людей пожилого возраста, что обусловливает возрастное снижение самооценки и уверенности в собственных силах. Тем не менее, непрерывное улучшение собственного мышления, формирование его креативности позволит достичь творческих успехов в любом возрасте. Сочетание креативного мышления с жизненным опытом делает человека пожилого возраста даже более успешным в творческом плане, чем его молодого коллегу. Таким образом, включение творческого элемента в собственную жизнь становится задачей каждой конкретной личности и, безусловно, зависит исключительно от ее желания жить долго.

Литература:

1. Leaf A. The Aging Process: Lesson from Observations in Man. Nutrition Review, February 1988.