

Творческое воображение как психологический ресурс

Научный руководитель – Подобина Оксана Борисовна

Лебедева Анастасия Аркадьевна

Студент (магистр)

Костромской государственной университет имени Н.А. Некрасова, Кострома, Россия

E-mail: ya.emerald2015@yandex.ru

Ни для кого не секрет, что современный человек имеет высокую скорость «проживания различных моментов» своей жизни, но мало кто задумывается о реальных цифрах. Так профессор психологии британского Университета Хертфордшира Ричард Вайзман провел обширное исследование, в котором исследовались 32 крупных города, таких как Копенгаген, Нью Йорк, Берлин др. Оказалось, что за последние 10 лет темп жизни вырос на 10% и продолжает расти. Многие ученые по всему миру исследуют влияние данного феномена на качество жизни. Наряду с положительными факторами, такими как постоянная занятость, а, следовательно, ощущение «нужности» обществу и постоянный доход (уверенность в будущем), те же ученые отмечают ряд негативных последствий, влияющих на организм человека - систематическая переутомляемость, стресс, нарушение внутренних ритмов. Так на место эмоционального дискомфорта приходят различные заболевания. Ряд исследователей, таких как К. Муздыбаев, Н.Е.Водопьянова, С. Хобфолл определяют внешние и внутренние «силы» человека, способные противостоять жизненным трудностям, как ресурсы. С. А. Колашников отмечает, что несмотря на многочисленные подходы к пониманию ресурсов, само понятие как психологическая категория представляется недостаточно разработанным.

Бодров В.А. выделяет личностные или внутренние (психологические, профессиональные, физические) и средовые ресурсы или внешние (социальные: материальная и эмоциональная помощь семьи, друзей и т.д.). Для полноценного развития своей личности (субъектность, воля, стрессоустойчивость, локус контроля и т.д.) человек должен наращивать внешние и внутренние ресурсы, так как не представляется возможным долгое время использовать только одну форму ресурсов, имея вторую истощенной.

Скорость угасания ресурсов при высоком уровне стрессогенных факторов зависит от особенностей личности, обладающей специфическим набором психологических черт. Подобные черты обозначались разными авторами как «личностная выносливость», то есть способность активного преодоления трудностей. Чем выше личность приспособлена к интеграции поведения, тем более успешно преодолевает ситуаций, приводящие к стрессу и фрустрации. Даже имея замкнутый образ жизни, но обращаясь к культурным пластам социума, углубляясь в изобразительное искусство, литературу, можно получить подпитку ресурсам. Перед современным обществом, продолжающем набирать темп жизни, встает проблема: ресурсы людей, включенных в этот ритм, не успевают восстанавливаться или приобретаться вообще. Постоянная занятость, не даёт человеку понимать свои истинные эмоции, потребности, «слышать» себя. Так же отмечается, что данная проблема молодеет, т.е. начинает распространяться и на детей. Еще десять лет назад она затрагивала выпускников школ, стремящихся получить хорошее образование. На данный момент проблема начинает проявляться уже в начальной школе - это связано с введением экзаменов после четвертого класса (ВПР).

Реалии современного дополнительного образования помогают выстроить занятия таким образом, чтобы подкрепить психологические ресурсы своих воспитанников (корректровка самооценки, интернальность в области преодоления стрессового воздействия, разумная критичность, вера в успех).

Проблеме изучения психологического здоровья детей младшего школьного возраста посвящено немало исследовательских работ, но она не теряет актуальности и по сей день. Многие родители и учителя отмечают возраст 10 - 11 лет (верхняя граница младшего школьного возраста и переход в среднее звено) особенно проблемным в эмоционально-психологическом плане, “конец детства” - как его отмечают психологи. Гармония между ребенком и социумом есть критерий психологического здоровья, как определила Хухлаева О. В. Повышение самостоятельности и рост чувства ответственности начинает граничить с высоким уровнем тревожности и неуверенности в себе, а расширение интересов может перейти в бурный протест против запретов и т.д.

Чтобы максимально безболезненно для психологического здоровья личности преодолевать стрессогенные ситуации необходимы ресурсы. Дополнительное образование располагает всеми необходимыми элементами для формирования и поддержания психологических ресурсов ребенка. На базе МОУ ДО “ДДТ Жемчужина” города Костромы в январе 2018 года стартовало исследование с целью создания коррекционно-развивающей программы по арт-терапии «Art-explorer», направленной на формирование и укрепление психологических ресурсов для детей возраста 10-11 лет. К четвертому классу многие дети уже сформировали свой индивидуальный «стиль работы» при выполнении заданий в школе и дома, так же прослеживается дифференциация учебных интересов, что требует особого подхода в реализации идеи. Цикл состоит из 15 занятий, включающих в себя работу с различными художественными изобразительными материалами (начиная с акварели, гуаши, цветного мела и заканчивая полимерной глиной, светонакопительной краской, аэрозолями). Время проведения занятия 45-50 минут, 1 раз в неделю, численность группы 8-10 человек. Каждое занятие направлено на нормализацию тревожности, самооценки и мотивированности ребенка. Это актуально, так как необходимый уровень данных ресурсов поддерживает психологическое здоровье в младшем школьном возрасте. В исследовании принимают участие два четвертых класса (экспериментальная группа - 25 человек и контрольная - 24 человека) МОУ СОШ №1 города Костромы. На подготовительном этапе исследования были выбраны методики для измерения тревожности, самооценки, мотивации и творческой одаренности детей.

В контексте разработки программы, творческое воображение рассматривается как ресурс, способствующий нахождению различных вариантов решения проблем ребенка, разного уровня сложности. Предполагается, что ученики, принявшие участие в коррекционно-развивающей программе по развитию творческого воображения «Art-explorer», будут иметь более выраженное творческое воображение, нежели ученики, не участвующие в данной программе. Формы занятий составляются с учетом особенности данного возрастного периода.

Первым срезом пилотажного исследования стали сырые баллы теста креативности П. Торранса (Краткий тест «Фигурная форма») у экспериментальной и контрольной группы. Особое внимание привлекли шкалы теста с общим наименьшим (оригинальность, гибкость) и наибольшим (беглость) общим количеством баллов в обоих классах. Так мы увидели, на что стоит акцентировать занятия на этапе их составления, то есть укрепить качества, определяющиеся шкалой беглость, а качества определяющиеся шкалами оригинальность и гибкость улучшить.

Мы видим, что в процессе реализации программы стоит создать формы работы, повышающие показатели гибкости (низкий его уровень свидетельствует о ригидности мышления, низком уровне информированности, ограниченности интеллектуального потенциала или низкой мотивации испытуемых) и оригинальности, важной при генерации идей, не являющихся банальными и общепризнанными, а так же обратить внимание на причины высокого значения шкалы беглости.

Также было отмечено что испытуемые, посещающие различные кружки и секции (художественные и спортивные) не имеют ярко выраженных отличий по таким показателям креативности как беглость, оригинальность и разработанность, от группы ребят, не посещающих ни один кружок (секцию). Исключением является шкала гибкость. Ребята посещающие кружки имеют общий балл гибкости мышления 179, а не посещающие 123. Данная особенность указывает на явное влияние внешкольной занятости.

Таким образом, уже на подготовительном этапе можно определить приоритетные задачи исследования, являющегося основой для создания программы «Art-explorer»:

- Выявление факторов, препятствующих развитию творческого воображения у детей младшего школьного возраста;
- Выявление факторов, препятствующих воплощению в художественный продукт, результатов творческого воображения у детей младшего школьного возраста в художественной творческой деятельности;
- Определение возможных методов развития творческого воображения детей в процессе художественной творческой деятельности.

Источники и литература

- 1) Бодров В.А. Психологический стресс: к проблеме его преодоления // Проблемы психологии и эргономики. – Тверь, 2001. - №4. – С. 28 – 33.
 - 2) Калашникова С.А. Личностные ресурсы и психологическое здоровье человека: Соотношение содержания понятий/ Гуманитарный вектор. 2011. №2 (26)
 - 3) Калашникова С. А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности // Молодой ученый. — 2011. — №8. Т.2. — С. 84-87.
 - 4) Соловьева С.Л. Ресурсы личности. [Электронный ресурс] // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. 2010. N 2. URL: [http:// medpsy.ru](http://medpsy.ru)
 - 5) Тоффлер. Э. Шок будущего: Пер с англ. / Э. Тоффлер. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – 557 с.
- Электронный ресурс // Центр гуманитарных технологий. — 02.05.2007. 23:30. URL: <http://gtmarket.ru/news/culture/2007/05/03/878>