

Психологічний аналіз тренінгів розвитку креативності

Сучасний темп життя, індивідуалізація та спрямованість на самовиявлення особистості вимагають від людини активізації усіх її можливостей і здібностей, а також постійного самовдосконалення та саморозвитку. Така якість як креативність дозволяє з більшою легкістю та швидкістю реагувати на умови, що постійно змінюються, знаходити неординарні вирішення будь-яких проблем, дивитись на ситуацію з різних точок зору, а тому мати можливість обрати найкращий вихід. Саме через це

проблема розвитку креативності є настільки актуальною, особливо в системі освіти.

Стаття присвячена розгляду можливостей та умов розвитку креативності та аналізу деяких тренінгів розвитку креативності, що найчастіше зустрічаються в Інтернеті. Для початку, необхідно з'ясувати динаміку розвитку креативності в онтогенезі.

Виявлено, що з віком розвиток креативності проходить як мінімум дві фази (Д.Б. Богоявленська, Л.С. Виготський, В.М. Дружинін, М. О. Олехнович, Н. Б. Шумакова, В.С. Юркевич).

Перша фаза. Розвивається «первинна» креативність як загальна творча здатність, неспеціалізована до якої-небудь області життєдіяльності. Сенситивний період цього процесу – 3–5 років. Механізмом формування є наслідування значущого дорослого як креативного зразка.

Друга фаза. У віці 13–20 років виникає «спеціалізована» креативність, тобто здібність до творчості в певній сфері діяльності як доповнення і альтернатива «первинної», недиференційованої креативності. На цьому етапі особливої значущості набуває професійний зразок, підтримка сім'ї і однолітків. Ця креативність, як відзначає М. О. Олехнович, має відношення до певного типу мислення, який поступово формується в ході розвитку особистості [11].

Друга фаза у деяких суб'єктів закінчується відкиданням наслідування і переходом до оригінальної творчості. Якщо ж цього не відбувається, то людина назавжди затримується в своєму розвитку на фазі наслідування. Зріла, культурна креативність вимагає вже активного подолання стереотипів. Ця креативність – складне психологічне утворення, в якому характеристики когнітивної діяльності і пізнавальна потреба сплавляються з деякими особистісними характеристиками. В результаті на основі культурної креативності, що носить менш масовий характер, виникає творча особистість.

Таким чином, тренінги розвитку креативності, які розраховані здебільшого на представників підліткового – юнацького та періоду молодості, мають на меті компенсувати недоліки першої фази розвитку креативності (фази наслідування) та «спеціалізувати» прояви креативності особистості. Постає питання про умови, які впливають на цей процес. Зрозуміло, що вплив може бути як позитивним, так і негативним. Розглянемо перш за все умови, що стримують прояв і розвиток особистісної креативності.

Систематизуючи види бар'єрів творчості, В. М. Воскобойніков виділив наступні:

- Бар'єри контрсугестійні – упередження, невіра в свої сили, недовіра до колег, ригідність поглядів і установок, пристосовництво;
- Тезаурусні бар'єри – низький рівень освіти, інтелектуального розвитку, недоступність інформації;

– Інтеракційні бар'єри – невміння планувати і організовувати діяльність свою та інших [9].

В дослідженні А. В. Гуськової при опитуванні студентів виявлено, що прояву творчого потенціалу перешкоджають, особливо в науковій діяльності, відсутність матеріальних засобів (36% відповідей), нерозуміння з боку оточуючих (28%), відсутність бажання (19%), лінь (16%). Крім того, називалися такі причини, як завантаженість побутовими проблемами, самотність, заздрість однолітків, замкненість, проблеми зі здоров'ям і ін [4].

Близькі до цих дані отримані М. М. Жердевою шляхом опитування старшокласників. До внутрішніх чинників відносяться небажання розвивати свій творчий потенціал, недостатній розвиток вольових якостей, відсутність таланту, знань, лінь, нетерпіння, неухважність, відсутність цілеспрямованості та ін. До зовнішніх відносяться недостатній рівень матеріальної забезпеченості, відсутність підтримки з боку рідних і близьких, вчителів і батьків, відсутність однодумців [7].

Найнебезпечніший ворог творчості, на думку Є. П. Ільїна, – страх. Острах невдачі сковує уяву і ініціативу. Другий ворог творчості – занадто висока самокритичність. Має бути деяка рівновага між обдарованістю і самокритичністю, тому що дуже прискіплива самооцінка може призвести до творчої безвиході. Третій ворог творчого мислення – лінощі. Коли людина бажає щось зробити – вона неодмінно повинна почати. Істина проста: почати, продовжити і, нарешті, завершити. Ці три етапи психологічно нерівнозначні і вимагають різних вольових зусиль [8].

Таким чином, дослідниками відзначаються наступні фактори, що значно ускладнюють прояв креативності особистості: по-перше – мотиваційний компонент (відсутність мотиву саморозвитку, потреби самовираження і т.і.), по-друге – вольові якості особистості (низький рівень розвитку вольових якостей та навичок самоорганізації діяльності), по-третє – особливості самооцінки (низька самооцінка, невпевненість у власних силах). Також значний вплив мають особливості соціального оточення і взаємодії з ним. Як відомо, жоден з цих компонентів не є константним, усі вони піддаються зовнішнім впливам і показують позитивну динаміку розвитку при застосуванні певних умов.

Деякі автори (Ф. Баррон, Х. Грубер, Т. Амабель) вважають, що тренувати креативність не можна, тому що креативний процес виникає лише в результаті сприятливих поєднань багатьох чинників: індивідуальних особливостей людини, необхідних навичок, наявності проблеми, спеціального оточення.

Те, що для прояву і розвитку креативності важлива підтримка оточення, показано в багатьох роботах. Виявлено, що вундеркінди в області математики, шахів, музики жили в оточенні, яке сприяло розвитку їх талантів і підтримувало їх мотивацію до вибраної діяльності, зокрема шляхом позитивного підкріплення (інколи навіть надмірного) (Feldman, Goldsmith;

Hennessey, Amabile; Monass, Engelhard). Високі оцінки дивергентного мислення мають ті діти, батьки яких заохочують їх інтелектуальну цікавість і надають їм значну свободу вибору інтересів (Getzels, Jackson; Harrington, Block; Runco), стимулюють їх інтелектуальну діяльність, не заважають виявитися їх індивідуальним особливостям (Albert; Runco).

За даними Е. Л. Грігоренко, Б. І. Кочубей, Ф. Хеддон і Г. Літтон високий рівень креативності спостерігався у дітей з широким колом спілкування і демократичним стилем взаємин з матір'ю [3].

Ці дані свідчать про велику роль умов життя і особистісних особливостей в розвитку креативності.

Особливе значення має досвід навчання і наслідування креативної поведінки. Включення в систему освіти деяких аспектів і способів креативної поведінки і самовираження, моделювання творчих дій, освоєння технологій творчої діяльності викликає істотне зростання креативності, а також появу і посилення таких креативних якостей особистості, як незалежність, відкритість новому досвіду, чутливість до проблем, висока потреба в творчості [15]. Тому проблема навчання креативній поведінці надзвичайно актуальна для сучасної системи освіти і практичної психології.

Навичка відходу від відомих і знайомих відповідей, оригінальність і самостійність мислення, політ фантазії та ідей, тобто риси креативного мислення, можуть скластися лише в тому випадку, якщо у дитини є можливість тренуватися на завданнях «відкритого типу», що передбачають повну самостійність у виборі способу рішення і роблять можливим пропонувати будь-які розумні вирішення проблем (Cropley; Foster; Jones; Parnes). Як підкріплення цього положення наводяться дані, отримані при організації спеціального тренінгу креативності шляхом постановки і вирішення проблем, що показують позитивний вплив на розвиток креативності (Meadow, Parnes; Parnes; Roe). Родинне середовище, де, з одного боку, є увага до дитяти, а з іншої – до нього пред'являються різні неузгоджені вимоги, де низький зовнішній контроль за поведінкою, де є творчі члени сім'ї і заохочується нестереотипна поведінка, приводить до розвитку креативності у дитяти [5; с. 214–215.)

Таким чином, надання відносної самостійності, свободи, виражена повага до дитини і відсутність зайвої вимогливості є тими умовами, які сприяють розвитку креативності.

Рядом вітчизняних авторів (Ананьєв Б. Г.; Єрмолаєва-Томіна Л. Б.; Ландау Е.; Савенков А. І.; Шумакова Н. Б.) виділені й інші чинники, що сприяють розвитку креативності:

- 1) широкий круг спілкування, у тому числі з творчими дорослими;
- 2) доросле оточення, в якості зразка для наслідування;
- 3) демократичний стиль взаємин між батьками і дітьми;
- 4) надання можливості емоційного самовираження дитини;
- 5) активна, діяльна позиція дорослих;

- 6) раннє залучення дитини до самостійної праці;
- 7) залучення до творчості через відвідини різних кружків;
- 8) залучення до радості пізнання через власний досвід та подорожі;
- 9) позитивне відношення до дослідницької діяльності дитини [цит. 5].

П. Торренс перерахував умови, що гальмують прояв і розвиток креативності в дитинстві:

- орієнтація на успіх (дитина боїться дати неправильну відповідь) та уникнення ризику;
- орієнтація на думку однолітків (боїться виглядати оригінальним, незвичайним);
- фіксація на стереотипах статевої ролі;
- уявлення навколишніх дорослих про креативність як відхилення від норми;
- заборона питань і обмеження ініціативи;
- жорстке розмежування трудової і ігрової активності дитини.

Щоб не заважати прояву творчих здібностей дітей, а, навпаки, стимулювати їх розвиток, педагоги повинні дотримуватися принципів, систематизованих на основі досліджень зарубіжних психологів Л.Б. Єрмолаєвою-Томіною [6]:

1. Уважно і чуйно ставитися до всіх проявів творчої активності дітей. Для цього педагог перш за все повинен дозволяти дітям висловлювати свої творчі ідеї, знаходити для цього час, уважно вислуховувати дитину, бути сприйнятливим слухачем. Він також повинен допомогти учневі зрозуміти самого себе і свою креативність і допомогти батькам зрозуміти їх креативних дітей. Таким чином, створення сприятливого клімату для творчих дітей повинне привести до зміни соціального статусу самого учня, з одного боку, а з іншого – змінити «ціннісну орієнтацію» всіх учнів у класі, підвищити престиж творчого мислення, що, в свою чергу, повинно впливати на розвиток творчих способностей [6; с. 172-173].

2. Змінити внутрішній настрій по відношенню до кожного учня: треба бачити потенційні творчі здібності в кожному з учнів.

3. Педагоги повинні навчитися бачити творчі прояви учнів не тільки під час навчальних занять, але і в будь-якій іншій діяльності. Для цього учнів треба включати в найрізноманітніші види діяльності. Творчі здібності краще всього проявляються саме в тій діяльності, до якої в учня є спеціальні здібності. Заохочення прояву спеціальних здібностей учнів може сприяти формуванню у них індивідуального стилю діяльності, що характеризується креативністю.

4. Потрібно прагнути формувати в учнів досить високу самооцінку, яка стимулювала б їх до діяльності. Для цього педагог повинен відзначати індивідуальні досягнення учнів; при цьому оцінка має бути об'єктивною, а форма заохочення гнучкою: якщо заохочення стає звичним, його треба припинити. Головне, щоб дитина відчула радість від добре зробленої справи.

5. Педагог повинен розвивати свою креативність. Щоб розвивати творчі здібності учнів, педагог повинен бути сам творчим.

Папалья і Оулдіс дають низку порад для розвитку креативності:

- свідомо докладайте зусиль до того, щоб проявляти оригінальність і висувати нові ідеї;
- не турбуйтеся про те, що про вас можуть подумати люди;
- намагайтеся мислити широко, не звертаючи при цьому уваги на заборони, що накладаються культурними традиціями (расові або статеві забобони і пр.);
- якщо ви помилилися при першій спробі, розгляньте інші варіанти і спробуйте знайти нові шляхи;
- будьте завжди відкриті для дискусії і перевіряйте свої припущення;
- шукайте пояснення дивних і незрозумілих явищ;
- долайте функціональну фіксованість і шукайте незвичайні способи застосування звичайних речей;
- відмовтесь від звичних методів діяльності та спробуйте пошукати нові підходи;
- щоб «видати на-гора» якомога більше ідей, використовуйте метод мозкового штурму;
- при оцінці ідей намагайтеся бути об'єктивними. Уявіть, що вони належать не вам, а іншій людині [цит. за 8].

Отже, загальні умови розвитку креативності відомі, дотримання їх при організації та роботі тренінгових груп можуть сприяти позитивній динаміці розвитку, але лише створити умови – замало. Ми вже знаємо, що значний вплив на процес розвитку креативності мають вольові зусилля, уміння планувати і організовувати діяльність, в тому числі і креативну, про що вже йшлося вище. Тому необхідно з'ясувати етапи вирішення креативних задач.

Підводячи підсумок дослідженням фаз (етапів) творчого (креативного) процесу (П. К. Енгельмейер; А. М. Блох; Ф. Ю. Левінсон-Лессінг; П. М. Якобсон), Я. А. Пономарьов пише: «При зіставленні такого роду робіт виявляються деякі відмінності як по лінії кількості виділених етапів, так і по лінії їх детальної характеристики, але загальне явно переважає. Усюди виділяються фази, що послідовно змінюють одна одну: 1) усвідомлення проблеми; 2) її вирішення; 3) перевірка [13; с. 148].

Схожі стадії виділяли в ці ж роки і зарубіжні автори, але з істотними доповненнями відносно підсвідомих процесів (Рібо; Пуанкаре; Уоллес і ін.). Так, Грехем Уоллес виділив наступні стадії креативного мислення:

- підготовка, що включає ідентифікацію проблеми і початкові спроби її рішення;
- інкубація: вирішення проблеми відкладене, людина займається іншими справами, даючи можливість несвідомим процесам переробляти отриману на першій стадії інформацію. Важливість цього процесу

експериментально підтвердив Сильвейра. Він пропонував випробовуваним вирішити одне завдання і дивився, як перерва в ході роботи впливала на ефективність її рішення. Виявилось, що серед тих, що працювали без перерви вирішили завдання лише 55 % учасників експерименту, серед тих, хто узяв перерву на 30 хвилин, удалося вирішити завдання 64 % учасників, а серед тих, що урвалися на 4 години – 85 % учасників. Схожі дані описує і Д. Шулер. Інкубаційний період, пов'язаний з перервою, дозволяє учасникам експерименту не «зациклюватися» на неефективному рішенні, забути невірну стратегію рішення і інформацію, що веде людину неправильною дорогою;

- осяяння (інсайт): рішення виникає раптово;
- верифікація: людина перевіряє придатність рішення [цит. за 8].

Я. А. Пономарьов пише, що на зміну класифікаціям стадій творчого процесу з виділенням етапів несвідомого в пізніший час прийшли класифікації, пов'язані з відмовою від пошуків механізмів несвідомої роботи і від визнання їх як факту. Він дає детальну характеристику цих етапів, виділяючи ряд здібностей, що обумовлюють успішність здійснення творчості на кожному з етапів.

1. Усвідомлення проблеми. В ході усвідомлення проблеми підкреслюється момент виникнення проблемної ситуації (умінням «бачити питання») та наявність супроводжуючої емоційної реакції (здивування, утруднення). Виникає потреба уважно розглянути ситуацію, а осмислення і розуміння цієї ситуації призводить до постановки проблеми (інколи виділяються в самостійний етап), що пов'язане з «умінням ставити питання» [13; с. 148–150].

2. Вироблення гіпотези. Звідси починається дозвіл проблеми. Цей етап частіше за все кваліфікується як кульмінаційний пункт рішення, як його центральна ланка, як своєрідний стрибок, тобто вирішальний перехід від того, що видно, до того, що відсутнє. Найбільше значення тут надається минулому досвіду, залученню теоретичних положень, шляхом осмислення їх і перенесення в нові умови на основі чого будується здогадка, гіпотеза.

3. Перевірка рішення. Завершальним етапом є логічний доказ істинності даної думки і перевірка рішення засобами практики [13].

А. Л. Галін, спираючись на опис процесу наукової творчості, поданий Р. Сельє, дає психологічну характеристику восьми етапів творчого процесу:

Перший етап – мотиваційний: бажання дізнатися щось нове. вияв цікавості до чого-небудь, або нерозуміння чого-небудь.

Другий етап – ознайомлення з явищем, що заінтригувало, збір про нього інформації. Здійснюється або шляхом вивчення літератури, або залученням знань зі свого власного досвіду, або шляхом безпосереднього обстеження об'єкту.

Третій етап – обмірковування інформації, спроба зрозуміти виділене явище на основі вже наявних знань.

Четвертий етап – виношування ідеї. Цей етап пов'язаний з включенням у вирішення завдання несвідомих процесів. Зайвий раціоналізм, зазначає А. Л. Галін, гальмує процес інтуїтивного мислення.

П'ятий етап – поява відчуття близькості рішення, що викликає напругу, занепокоєння, дискомфорт.

Шостий етап – народження ідеї. Ідея може виникнути раптово, напруга знімається, на зміну їй можуть приходити сильно або слабо виражені позитивні емоційні реакції.

Сьомий етап – викладення ідеї, тобто створенням продукту творчості з уточненими формулюваннями і логікою доказів.

Восьмий етап – життя ідеї [2].

Викладені етапи творчого процесу не фіксовані жорстко, якщо завдання вирішене на третьому етапі, то відразу йдуть сьомий і восьмий етапи, вчений може повернутися до початку, щоб детальніше ознайомитися з явищем, якщо він відчуває недолік інформації.

Деяко інше уявлення про фази (етапи) творчості є у В. А. Павлова. Актуалізація творчого потенціалу при рішенні задачі, з його точки зору, проходить наступні етапи:

- 1) попередній аналіз завдання і категоризація її як «невідомою»;
- 2) пошукова активність – проби і помилки з використанням декількох «дублюючих» евристик;
- 3) виявлення бар'єру, для подолання якого потрібні емоційне відреагування, рефлексія і додаткові евристики;
- 4) осяяння – як «зчеплення» елементів в єдине ціле на фізіологічному рівні;
- 5) переклад інформації з фізіологічного рівня на психологічний [12].

Теорія Я. А. Пономарьова дозволяє пояснити стадії творчого процесу. Спочатку відбувається підготовка – суб'єкт безрезультатно використовує логічні методи рішення. Потім настає фаза дозрівання: суб'єкт, вирішуючи завдання, залишає свідомі спроби, проте на зміну їм включається інтуїтивний рівень мислення. Ця фаза може завершуватися емоційно забарвленим осяянням. Потім залишається знов провести логічну роботу по реалізації задуму.

Основою успіху вирішення творчих завдань, за Я. А. Пономарьовим, є здатність діяти в думці, визначувана високим рівнем розвитку внутрішнього плану дій. Ця здатність, можливо, є змістовно структурним еквівалентом поняття загальної здатності, «генерального інтелекту» [14].

М. М. Нечаєв зазначає: «Творчість як форма діяльності людини («олюднена творчість») виступає ... як самоподолання – усвідомлена відмова від способів, що склалися, і свідоме конструювання нових способів діяльності, що відповідають умовам конкретного завдання» [10; с. 20].

Т. А. Баришева і Ю. А. Жігалов зазначають, що процес творчого становлення (креативності) включає декілька етапів.

Перший етап – пробудження, накопичення сенсорного, емоційного, інтелектуального досвіду як основи творчості. Важливими моментами цього періоду є інформаційно багатий простір і імпульс спонуки, джерела, що мотивують творчу діяльність.

Другий етап – наслідування, імітація, освоєння еталонів креативної поведінки, технологій, засобів, способів творчої діяльності. Головне на цьому етапі – освоєння технологічного досвіду.

Третій етап – імплікації (зв'язки), перенесення, вживання освоєних прийомів в нових особистісно-значущих умовах, експериментування, пошук нових зв'язків і стосунків, джерело становлення Я-концепції в плані власних можливостей, імпульс до розвитку позиції творця.

Четвертий етап – трансформація, перетворення досвіду відповідно до індивідуальних особливостей, можливостей, потреб.

П'ятий етап – гармонізація психологічної структури креативності, індивідуалізація творчої діяльності, становлення творчої індивідуальності [1].

В. Н. Дружинін вважає, що розвиток креативності відбувається таким чином: на основі загальної обдарованості під впливом мікросередовища і наслідування формується система мотивів і особистісних властивостей (нонконформізм, незалежність, мотивація самоактуалізації) і загальна обдарованість перетворюється в актуальну креативність. Тобто креативність – це синтез обдарованості і певної структури особистості.

Отже, проаналізувавши умови, вимоги, етапи становлення та розвитку креативності особистості, можна зробити висновок, що дотримання вищеперерахованих умов у поєднанні з підвищеною мотивацією, а також вольовими зусиллями особистості, можуть вплинути на розвиток особистісної креативності. Але не слід забувати про індивідуальні відмінності та складність самого явища креативності.

Література

1. Барышева Т. А. Психолого-педагогические основы развития креативности / Т. А. Барышева, Ю. А. Жигалов. СПб., 2006.
2. Галин А. Л. Личность и творчество. Психологические этюды / А. Л. Галин. Новосибирск, 1989.
3. Григоренко Е. А. Исследование процесса выдвижения и проверки гипотез близнецами / Е. А. Григоренко, Б. И. Кочубей // Новые исследования в психологии. 1989. № 2. С. 15–20.
4. Гуськова А. В. Творческие аспекты решения задач психологического содержания. / А. В. Гуськова // Психология XXI века: Материалы научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых. СПб., 2008. С. 27–28.
5. Дружинин В. Н. Психология общих способностей 2-е изд. / В. Н. Дружинин. СПб., 2002

збірник наукових праць

6. Ермолаева-Томина Л. Б. Исследование факторов, детерминирующих индивидуальные различия в проявлении творческой активности: Психология творчества / Л. Б. Ермолаева-Томина. М., 1990. С. 117–130.
7. Жердева М. М. Особенности развития креативных способностей в старшем школьном возрасте / М. М. Жердева. // Ананьевские чтения, 2005: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2005. С. 462–464.
8. Ильин Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности / Е. П. Ильин.: Питер; СПб.; 2009
9. Как определить и развить способности ребёнка [Текст] / Сост. В. М. Воскобойников. - СПб.: РЕСПЕКС, 1996. - 432 с.
10. Нечаев Н. Н. Очеловечивание творчества: проблемы и перспективы / Н. Н. Нечаев // Вопросы психологии. 2006. № 3. С. 3–26.
11. Олехнович М. О. Творческий потенциал интеллектуального уровня ребенка / М. О. Олехнович // Ананьевские чтения, 1997: тезисы научно-практической конференции. СПб., 1997. С. 98-100.
12. Павлов В. А. Условия актуализации творческого потенциала при решении задач-головоломок / В. А. Павлов // Ананьевские чтения, 2005: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2005. С. 47–48.
13. Пономарев Я. А. Психология творчества / Я. А. Пономарев. М., 1976.
14. Пономарев Я. А. Психология творчества: Тенденции развития психологической науки/ Я. А. Пономарев. М., 1988.
15. Солдатова Е. А. Креативность в структуре личности / Е. А. Солдатова: Автореф. дис. канд. наук. СПб., 1996.