

кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, м. Київ

ВПЛИВ КОНТАКТНОГО ОТОЧЕННЯ НА ТВОРЧЕ ПРИСТОСУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ

У статті проведений теоретико-методологічний аналіз ролі контактного оточення у творчому пристосуванні особистості. Виокремлені особливості творчого пристосування особистості у проходженні вікових криз. Визначено вплив контактного оточення на творче пристосування особистості до кризових життєвих ситуацій. Розглянуто поняття творчого пристосування в гештальт-підході. Розкрита специфіка діалогово-феноменологічного підходу в змінах усталених стереотипів поведінки. Виділені складові змін життєвих цілей в розвитку особистості: переживання, усвідомлення, вибір. Уточнений розгляд функцій емоційної складової – переживання, чуттєвості, вибір. Окреслений круг здібностей до творчого пристосування особистості: здатність до контакту, до взаємодії та співчуття, усвідомленню власних потреб в контакті з іншим, зі світом в цілому.

Ключові слова: творче пристосування, вікові кризи, контактне оточення, стереотипи поведінки.

Н.Д. Володарская

ВЛИЯНИЕ КОНТАКТНОГО ОКРУЖЕНИЯ НА ТВОРЧЕСКОЕ ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ЛИЧНОСТИ.

В статье проведен теоретико-методологический анализ роли контактного окружения в творческом приспособлении личности. Обозначены особенности творческого приспособления личности в прохождении возрастных кризисов. Определено влияние контактного окружения на творческое приспособление личности к кризисным жизненным

ситуациям. Рассмотрено понятие творческого приспособления в гештальт-подходе. Раскрыта специфика диалогово-феноменологического подхода в смене устоявшихся стереотипов поведения. Выделены составляющие изменений жизненных целей в развитии личности: переживания, осознания, выбора. Уточнено рассмотрение функций эмоциональной составляющей – переживание, чувственность, выбор. Очерчен круг способностей к творческому приспособлению личности: способность к контакту, к взаимодействию и сочувствию, осознанию собственных потребностей в контакте с другими, с миром в целом.

Ключевые слова: творческое приспособление, возрастные кризисы, контактное окружение, стереотипы поведения.

Постановка проблеми в загальному вигляді. Можливості різних методів та засобів впливу контактного оточення на творче пристосування особистості досліджувались як зарубіжними так і вітчизняними дослідниками на різних групах обдарованих людей. Всі напрямки роботи мають свої переваги і недоліки. Практика досліджень констатує необхідність розгляду варіації запозичених методів, які використовують в різних контактних групах і різних економічних, соціо-культурних умовах. Це актуалізує проблему дослідження особливостей поєднання методів різних напрямків, підходів у дослідженні обраної проблеми з урахуванням: вікових особливостей, статевих, соціально-культурних та інших.

Аналіз досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання проблеми. Пристосування людини до змін умов в різних галузях життєдіяльності, закріплює стереотипи поведінки, сприйняття, які стають оптимальними, що дає можливість пристосування, виживання. Проблеми сьогодення впливають на зміни в потребах, бажаннях молоді. У особистості виникає навчана безпорадність, коли нею ставляться нереальні цілі, і виникає страждання від неможливості їх досягнення. В молодіжному середовищі найчастіше акцентуються перепони у досягненні бажаної цілі "вже нічого

неможливо зробити", "в мене замало можливостей", "тільки допомога ззовні може вирішити мою проблему"[1]. Постає питання гармонізації та активізації процесу творчого пристосування особистості. Іноді особистість переживає кризи, які змінюють ці стереотипи ставлення до проблеми, відбувається «прорив» в нових контактах з середовищем, що створює нові інтерпретації поля контактного оточення і формує нову цілісну самоорганізуючу модель стосунків. Це надає новий поштовх до формування у особистості нових життєвих перспектив та стратегій їх досягнення. І так повторюється на кожному віковому періоді, кризі, новий прорив в зміні стереотипів поведінки, думок, перспектив. Цей процес змін перспектив особистості стає механізмом створення нового контакту з оточуючим середовищем, з виникаючими життєвими проблемами. Ці закономірності актуалізують дослідження проблеми творчого пристосування особистості в її контактному оточенні. Не випадково, обговорюючи перспективи сучасних проблем психології виокремлюються питання про переживання конфліктів і психологічної компенсації особистості [5].

Останні дослідження оптимізації взаємодії із соціокультурним середовищем особистості вітчизняних дослідників присвячені передумовам успішності обдарованої людини (Балл Г.О.); розвитку здібностей дітей в умовах ціннісної взаємодії (Біла І.М.); методам дослідження Акме-обдарованої особистості (Антонов В.М.); проблемам розуміння іншої людини як ціннісної взаємодії і творчого процесу (Коваленко А.Б.); особистісно-ціннісній взаємодії як чиннику розвитку обдарованої особистості (Музика О.Л.) [2]; соціально-психологічні аспекти взаємодії обдарованої особистості із соціальним оточенням у процесі просування у суспільстві (Моляко В.О.) [3]. Актуальним та **недостатньо дослідженим** залишається аспект впливу контактного оточення на творче пристосування особистості в кризових ситуаціях.

Метою нашого дослідження є визначення ролі контактного оточення в творчому пристосуванні особистості до кризових життєвих ситуацій.

Завдання нашого дослідження передбачало аналіз особливостей впливу контактного оточення особистості на творче пристосування особистості в рамках постмодерністської методології гештальт-підходу.

Виклад основного матеріалу дослідження. В сучасних умовах перебування особистості в кризових ситуаціях саме побудова її діалогу з соціальним оточенням стає основою вирішення її проблем. Кризові ситуації відбуваються в різних сферах життєдіяльності, що змінюють поведінку особистості, спричиняють відновлення або руйнацію процесу її розвитку. Кризові ситуації на різних етапах розвитку особистості накладаються на вікові кризи, що змінює процес їх проживання. Цей феномен пояснюється категорією контакту та присутності, які апіорі носять емоційний характер. Однак ця теза входить в явне протиріччя з холистичністю методологічних основ гештальт - підходу. Саме процес контакту (діалогу, зустрічі, присутності) може представляти собою не тільки емоційне забарвлення. В момент контакту людина присутня в полі і зі своїм почуттям, і з думками, діями. Ці очевидні уявлення про когнітивний та поведінковий аспекти присутності в сучасному гештальт- підході розроблені недостатньо.

Розглянемо процес усвідомлення в діалозі, що визначається готовністю особистості усвідомлювати лише те, що передбачає ситуація. Вихід за межі зустрічі двох self-парадигм передбачає певний ризик особистості і зусилля присутності. Саме через ризик учасників діалогу бути в переживанні та усвідомленні можлива трансформація ситуації, в якій відбуваються зміни учасників діалогу. Який механізм таких змін? В діалозі завдяки ризику присутності особистість знаходить у своїх реакціях і ставленнях те, чого раніш не помічалось, чого не було в реальності. Розміщення цього феномену в переживанні особистості трансформує поле її контакту і вносить свій внесок у формування змін її ставлень. Другий аспект

феномену стосується того, що «терапевт такий, тому що клієнт є». Саме ця теза психотерапевтичної феноменології несправедливо ігнорується. В контактному оточенні змінюються усі учасники взаємодії. В терапевтичній взаємодії змінюються обоє учасників, в цьому суть терапії. Якщо створюються умови, можливості вражати один одного в контактуванні, то відбуваються зміни. Це відповідає двом позиціям тези «я такий тому, що ти є». До механізмів творчого пристосування відноситься: збільшення чуттєвості, розширення усвідомлення, а також відновлення свободи вибору і творчості. Процес усвідомлення і його результатів належить контактному оточенню.

Що стає підтримкою для особистості в перетворенні старих стереотипів на нові? Ці взаємопов'язані процеси стикаються з проблемою їх організації на різних етапах розвитку особистості. Це перш за все - вікові кризи. Аналізуючи проблеми вікових криз, можна виокремити особливості їх протікання.

Криза 1. Від 3 до 7 років. В цей період відбувається формування ставлення особистості до оточуючого світу (безпеку чи ворожість). Що відчуває дитина у сім'ї (любов чи виживання). Формується самооцінка, почуття значущості своїх зусиль, оптимізм у підтримці оточуючих. Якщо недовіра до світу, то формується невпевненість, безініціативність, апатичність, нездатність приймати рішення, не прийняття своїх особливостей: недоліків та достоїнств, недовіру до світу.

Криза 2. З 10-ти до 16 років – перехід від дитинства до дорослості, коли власні можливості оцінюються крізь призму достоїнств інших, порівняння з іншими: „Хто краще, розумніше, ніж Я?“, „Чим Я відрізняюсь від інших?“, „Як Я виглядаю в очах інших?“, „Як мене сприймають інші, як оцінюють?“. Ця криза - період визначення рівня власної незалежності, психологічного статусу, границь свого Я, укріплення самооцінки. Якщо особистість не

проходить цю кризу, то особистість набуває невпевненість в собі, заздрість до чужих успіхів, залежність від поглядів, оцінки інших.

Криза 3. Від 18 до 22 років – пошук свого місця в світі. Пошук свого шляху в житті: „ Чи я зможу, чи ні пристосуватися до умов . норм, вимог цього світу?“, сумніви особистості „ Я не відповідаю вимогам, я не зможу” – як пастка самообману для особистості, від авторитетів і при цьому не пропонує своє, конструктивне вирішення конфлікту, шляхів вирішення складних життєвих ситуацій. Формуються комплекси – приниження інших, зменшення значущості інших. Вдале проходження кризи – вміння спокійно та з відповідальністю приймати самого себе таким який він є.

Криза 4. Від 22 до 27 років – вміння без страху робити зміни в своєму житті, долаючи «абсолютизм» в сприйнятті минулого як статичного, незмінного в усталених поведінкових стереотипах, страхи неможливості змін в майбутньому, недосяжності цілей, перспектив, втрачених можливостей. За умов успішного проходження кризи - відступають страхи змін, з'являється впевненість в експериментуванні робити щось нове, незвичне, починати щось заново.

Криза 5. Від 32 до 37 років, коли вже отримано багато серйозних життєвих результатів. З точки зору особистого вдоволення постає питання «Чого коштувало досягнення цих результатів?». Усвідомлення помилок виявляється дуже складним, болючим, чого особистість вважає уникати, чіпляючись за минулий досвід, ілюзорні ідеали. Вихід з кризи – відкриття нових перспектив та можливостей. Якщо це унеможлиблюється, то відбувається руйнація особистості.

Криза 6. Від 37 – 45 років. Протистояння між бажанням зростати, особистісно розвиватися та станом „болота” в якому застій та невизначеність. Особистість приймає рішення що залишити з минулого, а від чого відмовитись - від непотрібних соціальних зв'язків, навчитися розподіляти час

та сили для досягнення намічених справ. Зростає потреба розставити пріоритети у власних бажаннях та можливостях їх задоволення.

Криза 7. Після 45 років – період другої молодості, коли вік вимірюється не числом прожитих років, а в категоріях часу, який ще можна буде прожити. Проявляються гендерні розбіжності сприйняття часу, свого віку у чоловіків після 45 років, які задають собі питання „Хто Я?“, „Куди йду?“. Криза сприймається як втрата сенсу життя. Характерним для цієї кризи стає пошук ресурсів, талантів, які були не розкриті раніше.

Криза 8. Після 50 років – осмислення старості. Особисті інтереси стають пріоритетними, відсутність важливих, значущих справ та інтересів гостро переживається. Найскладнішим переживається самотність. В позитивному варіанті проживання цієї кризи - особистість починає бачити нові перспективи, не знецінюючи попередніх досягнень, нові сфери застосування талантів, мудрості, любові, творчих сил. Слід відмітити, що старість і пасивність не залежать одне від одного.

Усі кризи плавно переходять одна в іншу, неможливо перестрибнути через якусь, не переживши попередню. В переживанні кожної вікової кризи присутня невизначеність особистості в своїх пріоритетах, можливостях їх змін, неможливість зробити вибір. Це породжує тривожність, страхи, комплекси неповноцінності, різні психологічні захисти (в'язкість мислення, стан фрустрації, та інші). Страхи, психологічні комплекси, різні табу на прояв бажань виникають в ситуаціях, що повторюються в різних ситуаціях, коли одних слів не хватає, а інші ми вагаємося навіть проговорити.

З позиції Self можливі зміни лише на межі контакту, поза якого не існує нічого. Як зазначав Ф.Перлз, психотерапія кризових станів спрямовується в напрямку від підтримки організму з боку середовища до спроможності спиратися на самого себе [4]. Якщо особистість перекладає відповідальність за все що з нею відбувається на своє оточення, то вона стає

безпомічною, беспорядною, неспроможною на будь-які зміни. Якщо особистість занадто перебільшує значущість власного впливу на оточення, то це породжує почуття самотності, відчуженості, почуття сорому за переривання контакту з іншими. Зміни життєвих цілей, смислів, цінностей, перспектив особистості в контакті з іншими потребують свого відновлення та гармонізації. Це відбувається за рахунок завершення гештальтів у процесі творчого пристосування особистості.

Діалогово-феноменологічний метод спирається на емоції, переживання, усвідомлення особистістю феноменів, що відбуваються в діалозі з іншим та вибором своїх ставлень та дій. Три складові змін життєвих перспектив у самодетермінації розвитку особистості: переживання, усвідомлення, вибір (его-функція). Емоційна складова – переживання, чуттєвість, ід – функція. Змістова складова – усвідомлення кризи, аналіз можливих змін, перспектив. Поведінкова складова – вільний вибір поведінкових стратегій (его-функція). В парадигмі гештальт-підходу фокус уваги приділяється саме переживанню людини в діалозі з іншим. Чуттєвість розглядається як джерело усіх процесів, що відбуваються в контакті з іншим. Якщо чуттєвість послаблена або втрачена, то смислова складова не усвідомлюється, переживання не відбувається. Поле контакту замирає в рамках структури, що сформована існуючим станом Self-парадигмою. Завдання психологічної технології особистості відновити та активізувати динаміку поля. Гештальт-підхід надає можливість особистості вразитись тим, що відбувається в діалозі, феноменологічними проявами присутності і завдяки цьому відновити його чуттєвість. Особистість може отримати певне враження від діалогу з іншим, його емоційними проявами, його системою цінностей. Те, що не усвідомлювалось раніш, ігнорувалося, раптом набуває іншого значення. Раптові інсайти формуються під час взаємодії з іншим. Наприклад, біль і страх, які відчув терапевт під час оповіді клієнтом своєї історії життя, можуть слугувати джерелом відновлення чуттєвості. Це відбувається за умов усвідомлення терапевтом власних переживань і розміщення їх в контакті з

клієнтом. В іншому випадку це не усвідомлюється клієнтом і залишається поза увагою. Більш за все клієнт навіть запропонує все, що завгодно, щоб не почути терапевта і не вразитись його словами, оскільки вони з необхідністю являють собою загрозу для клієнта у тому щоб не стикатися з тим, що викликає біль, від чого він ухиляється.

Якщо в полі щось змінилося, то питання «Що?» - усвідомлення. Яким чином терапевт може підвищити якість усвідомлення в контакті? Оскільки усвідомлення в певному сенсі «одна функція на двох», то терапевт збуджує у клієнта інтерес до змін в ставленнях до проблеми, активізує здатність переживати завдяки чуттєвості. В діалозі джерелом феноменологічної активності являються і особистість і контактне оточення. Саме їх переживання утворюють простір довіри, що встановлює безпеку стосунків і створює умови усвідомлення змін смислової сфери. Смилова складова – усвідомлення процесів, що відбуваються в діалозі, розширення бачення проблем (функція personality). Після відновлення чуттєвості і розширення бачення завершується поява нової проблеми – вибору (ego функції). Завданням діалогу особистості з контактним оточенням є – формування, набуття культури і досвіду вибору [5].

Психотравматизація сучасної обдарованої молоді потребує розробки інноваційних методів психологічної допомоги, що актуалізує перспективи дослідження.

Висновки і перспективи подальших досліджень.

Гармонізація взаємодії особистості з контактним оточенням сприяє її цілісності. З позиції гештальт-підходу, зміст діалогу вторинний по відношенню до якості психологічної присутності і як наслідок, переживання. Важливі не слова, які проговорюються в діалозі, а те, наскільки можливе переживання цих слів, смислів. Співбесідники змінюються в процесі діалогу не за рахунок динаміки тем і відкриттів, що відбуваються в цьому процесі, а

за рахунок досвіду бути чуттєвим, усвідомлюваним, з вільним власним життєвим вибором. Головним стає якість психологічної присутності, відкритість, вітальність учасників діалогу.

Методами гештальттерапії можна активізувати процес творчого пристосування особистості в контактному оточенні (формування життєвих перспектив, цілей, цінностей, життєвих смислів особистості). На кожному етапі розвитку діалогу (в індивідуальній чи груповій роботі) підбираються методики, що спрямовуються на визначення цілепокладання, мотивів, потреб, уявлень про майбутнє, стратегій досягнення поставлених цілей учасників. Особливу роль в цьому процесі відіграє побудова ієрархії цінностей, пошук нових життєвих смислів з метою запобігання саморуйнації особистості. Ієрархія ціннісних орієнтацій особистості є досить стійкою. Ця характеристика ціннісних орієнтацій оцінюється за їхньою стійкістю в часі, проявом у всіх основних сферах життєдіяльності особистості, стабільністю їхнього впливу на поведінку в складних умовах життєдіяльності.

Отриманий досвід у взаємодії особистості з контактним оточенням є засобом досягнення головної мети, розуміння цього дозволяє особистості орієнтуватися у постановці допоміжних цілей. Унікальність особистості, здатність бути собою, усвідомлювати власні потреби, пов'язані зі здатністю контактувати з іншими, зі світом в цілому. Здатність до контакту, до взаємодії та співчуття є водночас і відображенням і умовою творчого пристосування.

Список використаних джерел.

1. Володарська Н.Д. Психокорекційні методи світоглядного самовизначення особистості в юнацькому віці. // Н.Д.Володарська /Актуальні проблеми практичної психології. Збірник наукових праць. –Херсон, ПП Вишемирський В.С.,2012р. – С. 96-103.

2. Музика О.Л. Взаємодія потреб і здібностей у розвитку творчо обдарованої особистості / Музика Олександр Леонідович // Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – К.: Видавництво «Фенікс», 2014. – Т.ХІІ. – Психологія творчості. – Випуск 20. – С. 213-228.

3. Моляко В.А. Психология творческой деятельности / В. А. Моляко. – Киев: Знание, 1978. – 47 с.

4.Перлз Ф. Практика гештальттерапии (перевод М.П.Папуша) // Фриц Перлз / М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2001. К.: 335 с.

5. Уиллер Г. Гештальттерапия постмодерна: за пределами индивидуализма / Г.Уиллер // М.: Смысл; ЧеРо, 2005. - 489 с.

Vicoristani dzerela:

1.Volodars'ka N.D. Psykhokorektsiyni metody svitohlyadnoho samovyznachennya osobystosti v yunats'komu vitsi. // N.D.Volodars'ka /Aktual'ni problemy praktychnoyi psykhohiyi. Zbirnyk naukovykh prats'. –Kherson, PP Vyshemyrs'kyu V.S.,2012r. – S. 96-103.

2. Muzika O.L. Vzaemodiya potreb i zdibnostey u rozvitku tvorcho obdarovanoi osobistosti / Muzika Oleksandr Leonidovich // Aktual'ni problemi psikhologii: Zbirnyk naukovykh prats' Institutu psikhologii imeni G.S. Kostyuka NAPN Ukraïni. – K.: Vidavniststvo «Feniks», 2014. – T.KHII. – Psikhologiya tvorchosti. – Vipusk 20. – S. 213-228.

3. Molyako V.A. Psikhologiya tvorcheskoy deyatelnosti / V. A. Molyako. – Kiyev: Znaniye, 1978. – 47 s.

4. Perlz F. Praktika geshtal'tterapii (perevod M.P.Papusha) // Frits Perlz / M.: Institut Obshchegumanitarnykh Issledovaniy, 2001. K.:- 335 s.

5. Uiller G. Geshtal'tterapiya postmoderna: za predelami individualizma / G.Uiller // M.: Smysl; CheRo, 2005. - 489 s.

THE IMPACT OF CONTACT ENVIRONMENT ON A PERSON'S CREATIV ADAPTATION.

The article provided theoretical and methodological analysis of a role of contact environment in a creative adaptation of personality. The concept of creative adaptation in the Gestalt approach was considered. The features of a person's creative adaptation in passing of age crises were characterized. The influence of contact environment on a person's creative adaptation to crisis situations were defined. The characteristics of age crises and analysis of capabilities of their harmonization by methods of Gestalt approach were defined. Specifics of the dialog-phenomenological approach in changing settled stereotypes of behavior were disclosed. There were obtained the elements of life goals changes in personality development: experience, understanding, choice. There was specified consideration of features of emotional component - experience, sensitivity, choice. Perspectives of research of contact environment of person's development were planned. Features of the phenomenon of psychological presence, openness and vitality of dialogue participants were described. There were defined the range of ability of person's creative adaptation: ability of contact, interaction and empathy, awareness of their own needs in contact with others and with the world as a whole. Duality of person's ability to contact, to interact simultaneously both displaying and condition of its creative adaptation were defined. There were considered ability of the person to be itself as a condition of creative adaptation.

Key words: gifted person, personality pattern, creativeness, development, create adaptation, contact environment, stereotypes of behavior, age crises.