

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования
«КАЗАНСКИЙ (ПРИВОЛЖСКИЙ) ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ И ОБРАЗОВАНИЯ

КАФЕДРА ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ

Направление: 37.03.01 – Психология

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

ВЗАИМОСВЯЗЬ СПОСОБОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ
КРЕАТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ

Студент 4 курса
группы 17.2 - 604

«___» _____ 2020 г.

_____ (Хашова А. А.)

Научный руководитель
к.п.с.н., доцент

«___» _____ 2020 г.

_____ (Чернов А. В.)

Заведующий кафедрой
общей психологии
д.п.с.н., профессор

«___» _____ 2020 г.

_____ (Прохоров А. О.)

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ СПОСОБОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ	6
1.1. Подходы к пониманию творческой деятельности и креативности... 6	
1.2. Виды и характеристики креативности	10
1.3. Факторы, влияющие на эффективность проявлений креативности	12
1.4. Психологические особенности творческой личности	15
1.5. Регуляция творческой деятельности	18
Выводы по главе 1	27
ГЛАВА 2. ВЗАИМОСВЯЗЬ СПОСОБОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ	28
2.1. Организация исследования	28
2.2. Диагностика творческих способностей различной модальности, личностных особенностей и эффективных способов саморегуляции студентов	32
2.3. Определение эффективных способов саморегуляции студентов с различным уровнем и модальностью творческих способностей	38
2.4. Исследование личностных особенностей, опосредующих взаимосвязь творческих способностей и эффективности саморегуляции	43
Выводы по главе 2	48
ВЫВОДЫ	50
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	53
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	55
ПРИЛОЖЕНИЯ	59

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. В настоящее время абсолютно очевидной является значимость креативности, и творчества в целом, во многих сферах жизнедеятельности человека. Н.А. Бердяев писал, что творчество является единственным видом деятельности, который делает человека человеком. В постоянно меняющемся мире людям необходимо обладать способностью свободно ориентироваться и действовать в неопределенных ситуациях, искать новые способы удовлетворять свои потребности и развиваться.

Креативность и саморегуляция (а также регуляция в целом) изучалась многими авторами (Е.П. Ильин, А.О. Прохоров), однако существует не так много исследований, направленных на поиск взаимосвязи между данными феноменами. Среди ученых, затрагивающих эту проблему, можно выделить Ф. Бэррона, отмечавшего роль психической регуляции у творческих личностей. Он утверждал, что без регуляции потока сознания некоторой целью невозможно создать продукт творчества. Некоторыми деятелями искусства описывалась роль саморегуляции в творческих профессиях (К.С. Станиславский, Б.Е. Захава). Ряд авторов утверждает о недостатке способности творческой личности к саморегуляции. Например, В.С. Юркевич относит недостаток волевой регуляции к числу особенностей творчески одаренных детей. В.Н. Дружинин полагает, что с помощью тестов креативности можно выявить креативных, но нельзя точно определить не креативных и ставит в причину этого неподвластность проявлений креативности внешней и внутренней регуляции.

Данная работа позволит ответить на вопросы о том, как взаимосвязаны саморегуляция и креативность, какие способы саморегуляции характерны для креативных личностей разного уровня и модальности, а также, какие свойства личности опосредуют данную взаимосвязь.

Исследование актуально в практической работе, направленной на развитие креативности. Знание о связи личностных свойств, и способов

саморегуляции с проявлениями креативности может помочь в правильной организации работы психологов, а также специалистов-тренеров в других областях, связанных с творческой деятельностью.

Проблема исследования состоит в недостаточной изученности зависимости способов саморегуляции и их эффективности у студентов с высоким и низким уровнем креативности.

Объект: творческие способности студентов.

Предмет: регуляция творческих способностей студентов.

Гипотезы исследования: 1.существуют различия в способах саморегуляции и их эффективности у студентов с разным уровнем и модальностью (образная, вербальная) творческих способностей. 2. Существуют свойства личности, определяющие высокую эффективность саморегуляции творческой деятельности.

Целью исследования: выявить личностные особенности и эффективные способы саморегуляции у студентов с различным уровнем и модальностью креативности личности.

В соответствии с целью были сформулированы следующие **задачи исследования:**

1. Теоретически обосновать эмпирическое исследование, проанализировав степень разработанности проблемы в современной отечественной и зарубежной литературе.

2. Выявить уровень творческих способностей различной модальности (образной и вербальной), а также личностные особенности и эффективные способы саморегуляции студентов

3. Определить эффективные способы саморегуляции студентов с различным уровнем и модальностью творческих способностей

4. Установить личностные особенности, опосредующие взаимосвязь творческих способностей и эффективности саморегуляции.

Выборка исследования: студенты обоего пола 1 и 2 курсов, обучающиеся по направлению «Психология», в количестве 60 человек.

Методы исследования: тестирование, проективные методы, опрос, методы математической обработки данных.

Методики: методики Е. Торранса («Завершение картинок»), С. Медника (Диагностика вербальной креативности), Опросник способов саморегуляции студентов А.О. Прохорова, опросник «Эффективность саморегуляции состояний» А.О. Прохорова, А.Н. Назарова.

Методологические основы исследования: достоверность результатов работы обеспечивается благодаря опоре на отечественные и зарубежные исследования такие ученых как Е.П. Ильин, Л.С. Выготский, Е. Торранс; использованию надежных и валидных методик диагностики, обработке результатов с помощью стандартизированных методов математической статистики.

Структура: выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, вывода, заключения и приложений. Содержит 53 источника литературы, среди которых 20 на иностранном языке, а также рисунки и таблицы.

Научная новизна исследования заключается в выявлении различий в использовании способов саморегуляции людьми с разным уровнем творческих способностей, а также выделении тех свойств личности, которые опосредуют взаимосвязь саморегуляции и творческих способностей. Данная тема практически не изучена в рамках современной психологии.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ СПОСОБОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ

1.1. Подходы к пониманию творческой деятельности и креативности.

Творческая деятельность – это деятельность, которая заключается в создании чего-либо качественно нового, никогда ранее не существовавшего. Это могут быть новые цели, результаты, средства и новые способы их достижения.

Важное место в творческой деятельности занимает комбинирование, варьирование уже имеющихся знаний или существующих способов действий. Потребность, побуждающая к деятельности, может быть источником воображения, фантазии, т.е. отражения в сознании человека явлений действительности в новых, неожиданных, необычных сочетаниях и связях. Главнейшим механизмом творчества является интуиция – верные суждения, делаемые людьми – знания и условия получения которого не осознаются [2].

Сущность творческого процесса понимают по-разному: как «реорганизацию имеющегося опыта по формированию на его основе новых комбинаций» (А. Матейко) [18], как созидание чего-то нового в ситуации, когда проблема-раздражитель вызывает образование доминанты, вокруг которой концентрируется прошлый опыт, необходимый для решения этой проблемы (Бехтерев В.М., 1924) [4], как «создание с помощью действия нового продукта» (К. Роджерс) [27] или как «деятельность человека по преобразованию действительности (как природной, так и социальной), завершающаяся созданием нового оригинального продукта; процесс конструктивных преобразований информации и созидания инновационных результатов, субъективно и объективно значимых» [30].

С точки зрения философии, творческая деятельность понимается как личностная характеристика, которая формируется с развитием специальных способностей индивидуума. Профессиональная подготовка и высокий уровень мотивации являются условиями образования социально-психологических установок, ведущие творческий процесс личности к определенному результату.

Четко обозначенная цель или стимул (в некоторых случаях) – основное условие для реализации стремления личности достичь новых, оригинальных результатов какой-либо деятельности.

Критерии, определяющие творческую активность личности:

1. Наличие социальной, общественно-значимой мотивации. Психологические установки личности должны соответствовать поставленному творческому заданию. В творческом процессе должен присутствовать настрой, соответствующий творческой сфере: художественной, музыкальной, научной, технической, управленческой, исследовательской.

2. Умение не следовать устоявшимся стереотипам, проявлять инициативу в творчестве, открытость новому, восприимчивость. Автор должен быть способен понять принцип конструкции своей будущей работы.

3. Способность пользоваться творческими приемами, знать, как рационально выстроить их очередность. Умение определить рамки собственной инициативы в поисках границ задания.

4. Высокий уровень развития когнитивных процессов: интеллекта, воображения. Наличие развитого пространственного мышления. Умение использовать логические операции, такие как системные ассоциации, анализ, синтез, обобщение.

Условно выделяют несколько стадий творческого процесса:

- начальная, "зачаточная" стадия, появление пока еще размытой идеи;
- формирование общего плана – обрисовывается контур идеи;
- возможность выбора решений, формирующих программу действий;

- выбор методов и оптимальных действий, позволяющих добиться желаемого результата;
- появление творческого азарта, часто сопровождаемого "озарениями" и эмоциональным подъемом;
- завершающий этап, полное формирование и описание идеи, оценка уровня проделанной работы и эффективности результата.

Некоторыми учеными утверждается тождественность понятий «творчество» и «креативность». Однако творчество не является креативностью. В данной работе была рассмотрена креативность как творческая способность.

Креативность – это способность человека порождать необычные идеи, находить оригинальные решения, отклоняться от традиционных схем мышления (Ильин Е.П., 2009) [16].

Пока не существует одинакового определения креативности и всеми признанных методик ее диагностики, несмотря на то, что накоплен большой и содержательный материал по ее изучению.

Тейлор (Taylor, 1988) пишет, что уже в 60-х гг. XX в. было дано 60 определений креативности [49]. Они были разделены на шесть типов:

- 1) гештальтистские, описывающие креативный процесс как разрушение существующего гештальта для построения лучшего;
- 2) инновационные, ориентированные на оценку креативности по новизне конечного продукта;
- 3) эстетические, или экспрессивные, делающие упор на самовыражение творца;
- 4) психоаналитические, или динамические, описывающие креативность в терминах взаимоотношений (Оно, Я и Сверх-Я);
- 5) проблемные, определяющие креативность через ряд процессов решения задач, к этому типу относится и определение Гилфордом креативности как дивергентного мышления [11];

б) определения, не попавшие ни в один из вышеперечисленных типов, в том числе и весьма расплывчатые.

Существует множество различных подходов к пониманию креативности.

Так, К. Роджерс (1994) понимает под креативностью способность обнаруживать новые способы решения проблем и новые способы выражения [27].

Х. Гейвин (2003) пишет, что под креативностью подразумевается способность получать ценные результаты нестандартным способом [10]. Творческие люди не просто поступают оригинальным образом; результаты их поведения целесообразны и полезны (Mumford, Gustafson, 1988) [47].

Абрахам Маслоу дает определение понятию креативности как личностного признака: "Креативность - универсальная характеристика всех самоактуализирующихся людей" [17].

Холодная Марина Александровна, российский психолог, говорит о понятии креативности как об особой способности - преобразовывать знания с участием воображения и фантазии (Холодная, 1997) [31].

Авторы добавляют в определение новые нюансы и детали, говоря об одно и том же феномене. Систематизацию этих нюансов попыталась дать О. В. Буторина (2003) [6]. Вот как понимается креативность разными авторами:

- способность к творчеству;
- интеллектуальное творчество;
- нечто новое, оригинальное;
- отдаленные ассоциации;
- реструктурирование целостной системы;
- необычное кодирование информации;
- дивергентное мышление;
- результат (либо отсутствие) внутриличностных конфликтов;
- выход за пределы уже имеющихся знаний;

- нетрадиционное мышление, позволяющее быстро разрешить проблемную ситуацию, и т.д.

1.2. Виды и характеристики креативности

Существует множество различных классификаций креативности, выделенных разными учеными и психологическими школами.

Так, Е.П. Торренс выделял наивную креативность, которая присуща детям из-за недостатка жизненного опыта и культурную креативность, суть которой в том, чтобы уйти от шаблонов и стереотипов обыденного сознания и здравого смысла [50].

Чиксентмихайи, Фельдман, Р. Стернберг и Т. Любарт, полагают, что процесс креативности обладает специфичностью в разных сферах деятельности и знаний. Ученые выделяют интеллектуальную, художественную и предпринимательскую креативность. Предпринимательская креативность проявляется в создании новых продуктов или услуг для организации, на которые человек имеет право собственности [38].

Западные психологи выделяют так же большую (историческую) и малую (личностную) креативность. Историческая креативность – это изобретения и идеи и достижения, которые существенно повлияли на общество, а личностная креативность имеет отношение к бытовым жизненным ситуациям.

Барышева Т. А. и Жигалов Ю. А. выделяют коммуникативную креативность. Под этим термином понимается креативность во взаимодействии с другими людьми в творческой деятельности, а так же способность мотивировать людей заниматься творчеством и перенимать творческий опыт других [30].

Креативность разделяют на невербальную, вербально-семантическую, вербально-ассоциативную и креативность как творческое отношение

жизни. При это, между этими видами креативности нет корреляции (И.Б. Дерманова, М.А. Крылова) [12].

Говорят также об эмоциональной креативности, выделяя ее как отдельный вид (Averill, Thomas-Knows) [34].

Существует, кроме того, разделение креативности на когнитивную и личностную. Когнитивная креативность включает в себя вербальную и невербальную (образную) креативность. Данная работа базировалась на этом разделении, проводилась диагностика вербальной и образной креативности.

Основными характеристиками креативности, по Д.П. Гилфорду (1968) являются:

1. Продуктивность (производительность). Этот фактор характеризует беглость творческого мышления и определяется общим числом созданных новых идей и форм в единицу времени. Количество новых идей зависит от творческой продуктивности. Развивается креативная беглость в основном с опытом: хорошим знанием алгоритмов генерирования новых идей, а также практикой применения этих алгоритмов. Основатель «теории решения изобретательских задач» Генрих Альтшуллер говорил, что многие изобретатели постепенно приобретают навык продуктивности творческого процесса и способны быстро предлагать новые решения [1].

2. Гибкость – этот фактор характеризует способность предлагать творческие решения, основанные на разных алгоритмах или из разных областей знаний. У человека может быть высокая творческая производительность, однако все его идеи могут быть однородными. Поэтому гибкость мышления является важнейшим свойством креативности. Одним из факторов развития гибкости творческого мышления является умение применять различные фреймы и модели восприятия.

3. Оригинальность – фактор характеризует своеобразие креативного мышления, необычность подхода к решению творческих задач и определяется количеством редких креативных решений и оригинальностью структуры ответа. Для развития оригинальности творческого мышления

важно не только знать алгоритмы разрыва шаблона, фрейминга, но и обладать личностными качествами, которые выделяют вас среди остальных людей. Ведь оригинальность характеризуется непохожестью на других, и поэтому не является свойством себе, а зависима от внешней среды. По сути, оригинальность креативного мышления не является ключевой характеристикой творческого процесса, но эта характеристика показывает насколько мышление человека способно давать неординарные ответы.

4. Сложность – определяется детализированностью образов творческого мышления, разработанностью предлагаемых идей. Творческий процесс для многих людей характеризуется достаточно поверхностным мышлением. Однако иногда важно, чтобы креативность человека была логичной, обоснованной. Например, изобретатель должен создавать новые продукты с продуманным механизмом работы, которые выполняют определенную поставленную цель. А инновационный предприниматель должен предлагать рентабельные бизнес-идеи, на которые есть спрос. Свойство сложности креативного мышления направлено на понимание жизнеспособности идей и профессионализма творческого человека [41].

1.3. Факторы, влияющие на эффективность проявлений креативности

Существует множество способов развития и повышения уровня креативности. Для каждого человека они индивидуальны. Среди можно выделить путешествия, поиск вдохновения, смену окружающей обстановки, повышение физической активности, широкий кругозор и открытость мышления.

Говоря о креативности, как о способности к творческой деятельности, выделяют факторы, влияющие на ее эффективность.

Многие ученые пишут о том, что для осуществления творческого процесса необходимо наличие проблемы – определенной цели без видимого пути к ее осуществлению. Таким образом, стремление человека достичь чего-

либо и отсутствие возможности достижения побуждает человека искать способы решения проблемы. Человек не сможет творить, если будет доволен своей жизнью. Однако, наличие цели или проблемы не является достаточным для креативного процесса. Помимо этого существует еще множество личностных факторов. Например, определенных навыков и качеств (трудолюбия, упорства).

Одним из самых существенных факторов, влияющих на эффективность творческой деятельности является опыт. Конструируя и придумывая новое, мы так или иначе полагаемся на формы, воспринятые из реального мира и видоизмененные. Множество людей, проходя методику «Несуществующее животное» использовали для создания образа элементы, с которыми они уже сталкивались раньше, меняя их конфигурацию.

Еще одним фактором является время. Многие знаменитые изобретатели и ученые много лет вынашивали свои идеи, чтобы представить их миру. Можно сказать, что с течением времени прибавляется опыт, однако нельзя совместить два этих фактора в один. Идея должна быть оформлена, названа и доказана, что требует порой достаточно большого количества времени.

Так же большое влияние на креативность и творчество в целом оказывает состояния человека. Часто новые идеи посещают человека в измененном состоянии сознания, например, во сне.

Проявления креативности и в большей мере связаны с эмоциональными переживаниями человека. Можно рассмотреть влияние переживания любви на способность к творчеству. Любовь способствует пробуждению фантазии и является стимулом для воплощения этих фантазий в жизнь, что иногда требует приложения больших усилий, чем придумывание образа. Даже далекие от искусства люди могут писать стихи и песни во имя любви, а поэты посвящают этому чувству целые поэмы.

«Эмоция предоставляет иной ассоциативный ряд привычным образам, собирая их в единый центр вокруг любимого существа, что позволяет

связывать вещи, которые для других людей не могут быть объединены, и обнаруживать причины, обусловленные не логикой внешнего мира, а соединением чувств создателя» [7].

Согласно Т. Рибо, все формы творческого воображения заключают в себе аффективные элементы [26].

На креативность так же влияют условия. И наконец, творческий процесс зависит от условий. Музыкально одаренный ребенок, рожденный на Самоа, не создаст симфонию, которую смог написать маленький Моцарт, воспитанный в семье, имеющей глубокие музыкальные корни. Каждый творческий человек – создание своего времени и среды. Его творчество исходит из тех потребностей, которые созданы до него, и отчасти опирается на те возможности, которые опять-таки существуют вне него. «Никакое изобретение и научное открытие не появляются раньше, чем создаются материальные и психологические условия, необходимые для их возникновения» [7]. Творчество и креативность представляют собой исторически преемственный процесс, где все новые формы и образы определены предшествующими, и сами они, в свою очередь будут являться предшественниками для будущих форм.

Не менее значимым фактором являются личностные особенности, которые, с одной стороны, позволяют создать нечто новое, с другой – дают силы для преодоления тех многочисленных препятствий, которые всегда встают на пути нового. Есть люди, легко придумывающие новые варианты форм и новые объяснения явлениям, но есть и такие, для которых изменчивость сродни чему-то неприятному и тревожному. Более того, на всем протяжении жизни человечества новому всегда сопротивлялись. В связи с этим, творец должен обладать способностью терпеть трудности и насмешки, а так же верить в себя.

1.4. Психологические особенности творческой личности

Исследователи выделяют множество особенностей творческой личности, среди которых основными являются:

- смелость мысли, склонность к риску;
- развитое воображение, умение фантазировать;
- способность видеть проблему;
- развитое мышление;
- способность находить и работать с противоречиями;
- умение использовать приобретенные опыт и знания в новых условиях и ситуациях;
- независимость;
- способность рассматривать альтернативные варианты;
- гибкость мышления;
- развитая способность к самоконтролю [5].

О.Кульчицкой выделяются некоторые другие психологические особенности творческой личности:

- наличие проявляющегося еще с детства направленного интереса к определенной сфере деятельности или знания;
- трудоспособность;
- духовная мотивировка по отношению к творчеству;
- стойкость;
- упёртость;
- увлеченность выполняемой работой [9].

В. А. Моляко выделяет стремление к новому, оригинальному, отрицание старого в качестве основной характеристики творческой личности. Так же, он считает важным высокий уровень знаний, умение анализировать явления, способность сравнивать их, стойкий интерес к определенной работе, сравнительно быстрое и легкое усвоение теоретических и практических знаний, схематичность и самостоятельность в работе [19].

В своих исследованиях П. Торренс (Torrance, 1962) выявил 84 характеристики креативных людей, которые, оказывается, часто могут иметь противоположные качества. С одной стороны, это неуверенность, робость, застенчивость, стремление к одиночеству, непопулярность среди людей; с другой – стремление к доминированию, смелость в отстаивании своих идей, потребность в социальных контактах, социальная активность, общительность и популярность среди людей. Так, творческие люди составили две группы на основе социальных контактов: одна группа – замкнутые и отчужденные с выраженной интеллектуальной инициативностью, а другая группа – наряду с интеллектуальной инициативностью, еще и открытая, контактная, с выраженной социальной инициативностью. Однако, ни у одной из этих групп не наблюдались черты конформности (Koestler, 1959; Lytton, 1971; Rogers, 1972) [43, 44, 48].

Касаемо эмоций, доминирующих у творческих личностей, ученые выделяют агрессию и радость (Barron, 1972; Getzels, Jackson, 1967; MacKinnon, 1972; Torrance, 1962) [35, 40, 45, 50]. Дж. Гетцельс и Ф. Джексон, изучая детей с высоким уровнем творческих способностей и интеллектом, обнаружили значительное количество агрессивных элементов в продуктах их творческой деятельности. Среди качеств творческих людей, выделенных П. Торренсом имеется большое число эмоциональных и личностных качеств, базирующихся исключительно на доминировании эмоции агрессии (например, экспансия Я во сне). К числу таких качеств относится стремление к доминированию и превосходству, стремление к риску, нарушение привычного порядка, тяготение к независимости, радикализму. Вместе с тем у творческих людей отмечаются оптимизм, готовность приходить на помощь, чувство прекрасного, юмор (Barron, 1972; Getzels, Jackson, 1967; MacKinnon, 1972; Torrance, 1962). Наиболее часто отмечается два качества: стремление к доминированию и оптимизм (Foster, 1971; Jones, 1972; Koestler, 1959; MacKinnon, 1972) [39, 42, 43, 45].

На основе исследований многими учеными данной проблемы, можно вынести общие психологические особенности и характеристики творческой личности:

1. Человек обладает свободой выбора. У него есть намерения и способность выбирать цель. Он может отбирать определенные мыслительные операции, действия, которые совершает. Он способен выбирать намерения и цели. Может проводить отбор мыслительных операций и действий, которые совершает, знаний, которые использует. Эта способность делает из человека создателя.

2. Творческая личность является относительно самоуправляемой системой. Он сам и выступает главной причиной своего поведения, так как источник его действий находится, прежде всего, не в объекте, а в субъекте. Созидатель – уникальная личность, во много потому, что на его решения и поступки в значительной мере влияют экстенсивная мотивация или спонтанные мысли.

3. Главной движущей силой является потребность (метапотребность) подтверждения своей ценности, называемая также губристической потребностью. Она удовлетворяется в основном благодаря осуществлению творческих и экспансивных трансгрессий, благодаря созданию новых форм или разрушению старых.

4. Человек настроен на внутренней и внешнее развитие. Трансгрессии позволяют формировать его личность и обогащать культуру. Развитие является главной целью человеческой личности. Без ориентации на рост человек, возможности которого ограничены, не имел бы шансов продержаться и не смог бы построить своего благосостояния и благополучия, т. е. счастья.

5. Творческая личность имеет ограниченное сознание и самосознание. Эта предпосылка разрушает радикальное мнение о том, что является психическим, сознательным и одновременно радикальным мнением о бессознательности разума и характера.

б. Под влияние мыслей и действий человека, он становится гуманным, либо негуманным. Действия и мысли в значительной мере влияют на то, какое место он занимает в мире, в отношении добра и зла [25].

Беря во внимание представленные выше предпосылки, мы можем заключить, что имеем дело с позитивной концепцией человека, который имеет свободу выбора, способен управлять своим поведением, склонен переходить границы своих достижений и возможностей, стремится к развитию и изменению своей Я-концепции и обладает высокой самооценкой.

На творческую деятельность личности влияют макросоциальные факторы: культурные, политические, социальные, экономические. Эти факторы следует учитывать при рассмотрении творчества субъекта. Системные концепции творчества ломают "персонологическую" точку зрения, согласно которой творчество ограничивается человеческим существом — его познанием, психикой или личностью. В системном рассмотрении человек является частью более широкой системы, участвующей в создании творческого произведения [21].

Творчество человека многогранно и состоит из биологических, психологических и социальных структур, работает на сознательном и бессознательном уровнях благодаря познавательным, эмоциональным и волевым системам.

1.5. Регуляция творческой деятельности

Регуляция творческой деятельности в целом, схожа в регуляцией любой психической деятельности. Однако, есть характерные особенности, присущие регуляции и, в частности, саморегуляции творческой деятельности. Художественное творчество проявляется по своим внутренним законам и протекает достаточно автономно, не смотря на то, что опосредуется внешними, например, социокультурными, факторами.

Саморегуляция творческого процесса является одной из важнейших проблем в психологии искусства.

Рассмотрим приведенную выше закономерность с точки зрения личностного подхода.

Современные исследования представляют психологическую организацию личности в качестве сложной иерархически-уровневой системы. Художник, как субъект творческой деятельности, обладает художественным Я, имеющим такую же строение. Итак, регуляция творческого процесса осуществляется сложной, иерархической, диалектической системой Я.

Субъект творчества обладает одним единственным реальным Я; два реальных Я могут возникнуть лишь при патологии личности. В процессе создания произведения искусства, реальное Я способно изменяться, образуя в себе подсистему – художественный субъект, то есть, художественное Я. Причем, художественный субъект в целом не совпадает с субъектом творчества. Происходит некое «раздвоение» внутреннего Я на Я художника и Я-образ.

Существует несколько видов регуляции творческого процесса. Например, есть рассудочная регуляция деятельности, которая осуществляется реальным Я с помощью образов (в том числе включая и интеллектуальные программы). Однако творчество никогда не может регулироваться только рассудком, в нем преобладает тенденция к выражению полноты жизненного бытия творческой личности. Данная тенденция реализуется с помощью способности художественного субъекта к эмпатии. Эмпатическая регуляция осуществляется благодаря Я-образам. Реальное Я не просто использует Я образы, но и живет в них. Эмпатия в этом случае – не что иное, как жизнь в образе; это обеспечивает органический характер творческого процесса.

В регуляции (саморегуляции) творческой деятельности важную роль играет мотивация — субъективные факторы, потребности, состояния,

которые побуждают художника к творческой деятельности вообще и к процессам эмпатии, вживания в частности. Особую сложность приобретает вопрос мотивации в художественном творчестве в связи с «разделением» личности субъекта творчества, ведь мотивация реального Я и художественного Я различна. Так же нельзя не сказать о различиях между сознательными и неосознаваемыми (бессознательными) мотивациями. В регуляции творческой деятельности участвуют и оба вида мотивации, но требуется понимание роли каждого из уровней и механизмов, по которым они взаимодействуют.

Ученые Ф.В. Бассин, А.С. Прангишвили и А.Е. Шерозия считают, что: «Искусство буквально пронизано активностью бессознательного на всех уровнях, от наиболее элементарных до наиболее высоких». Однако, вместе с этим исследователи выступают против абсолютизации бессознательного, которая превратила эту идею «из эффективного средства дальнейшего развития психологии искусства, какой она потенциально является, в нелегко преодолимое препятствие любому подлинному углублению мысли...» [3].

В художественном творчестве между сознанием и бессознательным вполне возможны конфликтные отношения. Они разрешаются, как правило, благодаря механизмам психологической защиты художественного Я (например, вытеснения). Неприятные или нежелательные мотивы вытесняются но, оставаясь вне сознания, сохраняют свой «заряд» энергии, который находит свой выход в творческую деятельность художника, а следовательно, в его сознание. Не вступая с мотивами сознания в противоречие, вытесненные мотивы изменяются, преобразуясь в приемлемые для художественного Я.

Можно рассмотреть это явление на примере актерского творчества. Станиславский говорит о том, что некоторые актеры стыдятся некоторых своих черт личности, стыдятся себя. Артисты стыдятся «присваивать» себе пороки злодеев, проблемы несчастных людей. «Однако от чужого лица, замаскировав себя гримом, как маской, они не боятся обнаруживать ни свои

пороки, ни добродетели и могут говорить и делать то, чего бы они никак не решились повторить в своем собственном виде, со сброшенной маской» [29].

В процессе перевоплощения актера в героя возникает характерность. «Характерность — та же маска, скрывающая самого актера-человека. В таком замаскированном виде он может обнажать себя до самых истинных и пикантных душевных подробностей. Это важные для нас свойства характерности» [29]. В этом высказывании Станиславского рассматривается защитный механизм «проекция». Этот же механизм можно рассмотреть и на другом примере: Станиславский (в форме дневников Названова) дома тихо играет на фортепиано. Он смущается и перестает играть, когда его застают, однако на сцене, где он должен был играть пианиста, он уже не испытывает стеснения, начинает играть без промахов и получать от этого удовольствие [29].

Защитные механизмы личности проявляют себя не только в актерской игре, но и в любом художественном творчестве, в любом действии, где присутствует эмпатия. В. Б. Шкловский пишет, что одну поэтессу спросили, почему она в столь немолодом возрасте решилась прямо и откровенно говорить о своей личной жизни в стихотворной форме. Она ответила, что ее откровения так зарифмованы [32]. То есть от, что скрывается за рифмой – все та же «маска», другое Я.

Влияющим на регуляцию творческой деятельности защитным механизмом является так же юмор. Он представляет собой всю ту же «маску».

В то же время было бы ошибочным игнорировать тот факт, что вытесненные, неприемлемые для художественного творческого Я мотивы, стремления, если они достаточно сильны, могут найти прямое выражение в творчестве. Отсюда в произведениях Л.Н. Толстого, например, «проповеди» от автора, разрывающие органику художественного процесса как такового, переводящие последний в публицистически- диалогическое русло.

Если бы Я-образ был в качестве воображенного Я абсолютно изолирован от реального Я, он не смог бы участвовать в процессе реального (а не воображаемого) регулирования акта творчества, которое осуществляет Я. А факт такого регулирования можно считать твердо установленным. Приведем пример из практики актерского творчества.

На одной из репетиций пьесы «Егор Булычов и другие» Меланья «незапрограммированно» швырнула свой посох в Щукина—Булычова. Б.Е. Захава, который вел репетицию, стал наблюдать, как Щукин «обыграет» брошенный посох. Согласно его наблюдениям, актер-творец как бы говорил себе, ставил перед собой определенное творческое задание: «надо обыграть». В то же время он смотрел на посох иронически, т.е. глазами Булычова. Он понимал, что стоит ему хотя бы на секунду перестать быть Булычовым — и он уже не сможет правильно решить поставленную им — Щукиным — задачу, ибо, только ощущая себя Булычовым, он сможет поступить с этим посохом так, как должен поступить именно Булычов.

Щукин медлил, не зная еще, что делать, но свою медлительность, обусловленную его внутренней жизнью в качестве творца, тут же превращал в поведение Булычова: Булычов болен, устал и т.д. Лишь опытный глаз мог заметить, как веселая искорка творческого предвкушения в глазах Щукина как артиста тут же превращалась в озорной огонек глаз Булычова. Затем Щукин попробовал согнуть посох о колено. Сломать его ничего не стоило. Но Щукин, изображая усилия Булычова, на самом деле только напрягал мышцы, проявляя при этом величайшую осторожность и заботу, чтобы не сломать палку и не выдать ее бутафорскую природу.

Мы видим, замечает Б.Е. Захава, как «актер и образ живут не только противоречиями, но иногда прямо-таки диаметрально противоположными устремлениями. Образ старается сломать посох, автор-творец, наоборот, тщательно оберегает его, чтобы он не сломался. И то и другое уживается в одном существе — в актере. В этом противоречии вся суть актерского искусства».

Оставив якобы бесполезные попытки сломать посох, Щукин—Булычов вдруг сделал движение, как будто кием ударяют шар на бильярдном столе. Таково было окончательное решение.

«И замечательно при этом, что активное творческое Я актера ровно ничего не теряет от того, что актер с предельной полнотой живет на сцене в качестве образа». В диалектическом единстве Я и Я-образа «ведущей противоположностью» является, и в этом следует согласиться с Захавой, «постоянно направляющее творческий процесс активное творческое «я» актера». А далее теоретик театра пишет: «В конечном счете, никаких двух «я» не существует. Есть одно-единственное «я» целостной личности актера, в сознании которого происходят одновременно два взаимодействующих процесса» [15].

Итак, художественные побуждения одновременно и реальные и воображенные, произвольные и управляемые, индивидуальные и обобщенные, сознательные и бессознательные и т.д.

Вопрос о мотивации художественного творчества весьма обширен. Существуют «внешние» мотивы-стимулы (ориентированные на успех, материальные выгоды и др.) и сугубо «внутренние», творческие. Различаются, как уже было сказано, уровни мотивации — рационализируемый и нерационализируемый, вербальный и невербальный, сознательный и бессознательный и т.д. Нас в данном случае более всего интересуют те мотивации, которые связаны с эмпатией (вживанием) в художественную форму, отдельные ее элементы и которые регулируют процесс создания произведения искусства.

П.В. Симонов и П.М. Ершов сформулировали важную общую закономерность мотивации: «Значение положительных эмоций возрастает по мере перехода ко все более сложным формам мотивации» [28]. Указанные авторы исходят из того, что все человеческие потребности, в том числе и «идеальные», делятся на потребности сохранения и потребности роста. Для удовлетворения первых положительные эмоции не нужны, так как

устранение нужды в чем-либо (и, следовательно, сохранение состояния баланса) само по себе уже есть награда. Удовлетворение же потребностей роста, развития связано с поисковыми действиями, с риском, с прорывами в неизведанное; для стимуляции активности такого рода крайне важно положительное эмоциональное подкрепление.

Эта закономерность действует и в регуляции творческого процесса в искусстве. Одно из подтверждений тому — большой удельный вес в художественном творчестве игровой мотивации, которой соответствует целый комплекс разнообразных положительных эмоций. Искусство ни в коем случае не сводится к игре, но без шиллеровского «побуждения к игре» оно было бы лишено того ингредиента радости, эмоционального подъема, который помогает художнику преодолевать многочисленные, порой невероятные трудности творческого созидания.

Ведущую роль в саморегуляции художественно-творческого процесса играет мотивирующее переживание формы. Создавая художественную форму, вживаясь в нее, художник одновременно гармонизирует ее, стараясь наиболее оптимально разрешить присущие ей противоречия (внутреннего и внешнего, смысла и средств его выражения и т.д.). Благодаря этому форма приобретает эстетические качества красоты и выразительности. Эмпатическое вживание в совершенную, гармонизированную форму рождает специфическое переживание — катарсис, который играет исключительно важную регулирующую роль в творческом процессе.

Отсюда понятно, почему К.С. Станиславский и другие выдающиеся деятели театра так много и убедительно говорили об исключительно сильной мотивирующей роли любви актера к своей профессии, к театру вообще. Сказанное ими с небольшими, необходимыми в таких случаях, поправками приложимо и к другим видам художественного творчества. Любовь художественного Я к процессу и результатам собственного художественного творчества составляет доминирующий фактор саморегуляции в искусстве.

Отмечается роль саморегуляции у творческих личностей, их устремленность к определенному роду деятельности, «последовательность, цепкость внимания», поскольку без регуляции потока ассоциаций некоторой целью четкой постановки проблемы подлинно творческого продукта не может получиться (Barron, 1972; Cattell, Butcher, 1972; Jones, 1972; MacKinnon, 1972; Wallas, 1972) [36, 42, 43, 53]. Это организует и направляет работу не только сознания, но и подсознания и делает возможной фазу озарения.

Некоторые исследователи отмечают, однако, недостаток способности к регуляции у творческих личностей.

В. С. Юркевич к числу особенностей одаренных детей относит недостатки волевой регуляции и недостаточное развитие произвольности. Также она замечает, что те или иные проблемы с формированием волевых качеств есть у большинства детей. Однако у одаренных детей это усугубляется тем, что «основной их деятельностью является любимый ими, не требующий у них специальной волевой регуляции умственный труд». Это часто встречающаяся иллюзия: представляется, что нечто, делаемое человеком по его призванию (чего он просто не может не делать), ему не стоит труда [33].

Существует точка зрения, согласно которой творческие достижения связаны с неврозами. Так, Л. Кронбах склонен причину креативности видеть в плохой регуляции мыслительного процесса, в неумении владеть качественным «просеиванием» идей [37], а Г. Домино показал, что креативные дети имеют матерей с патологическими личностными особенностями (Психологическая диагностика., 1995, с. 100) [24].

В. Н. Дружинин считает, что человек, давший оригинальный, творческий ответ, заведомо обладает креативностью. Но если человек не дает творческого ответа в свободной ситуации, это еще не свидетельствует о том, что у него отсутствует креативность. С помощью тестов креативности можно выявить креативов, но нельзя определить точно некреативов. Причиной этого

является спонтанность проявлений креативности и неподвластность этих проявлений внешней и внутренней регуляции [13].

Интересным является наблюдение, что творческое долголетие многих поэтов, художников и актеров связано, как полагает М. Зощенко и польский литературовед Я. Парандовский (1990), с регламентацией своей жизнедеятельности, с регулярностью и дисциплиной занятий творчеством, т. е. саморегуляцией [20].

Имеются данные о неоднозначной связи между состоянием тревоги и творческим процессом. В исследованиях было выявлено, что тревога может либо снижать, либо повышать качество выполнения действий в зависимости от своей силы и творческого потенциала человека. Так, в исследованиях Кембриджского университета было показано, что умеренная тревога оказывает конструктивное воздействие.

Было обнаружено также, что более творческие люди решают интеллектуальные задачи в ситуации стресса лучше, чем менее творческие. Однако многие психологи считают, что лишь определенный уровень тревоги способствует выполнению действий, после его достижения тревога становится доминирующей, не поддающейся регуляции, а деятельность «разрушается».

Так же общение как способ саморегуляции, чаще всего выбирается лицами, характеризующимися высоким уровнем произвольного внимания, творческого воображения и способности к анализу и классификации.

Важной концепцией в исследовании регуляции психики в целом и творческой деятельности в частности, является концепция Пономарева. Одно из центральных мест в теории Пономарева занимают его идеи, связанные с разработкой концепции о центральном звене психологического механизма творчества и поведения человека – способности действовать «в уме» (СДУ) [23]. Можно сказать, что экстраполяция взглядов ученого, связанных с данной концепцией, началась с работы, выполненной под научным руководством Пономарева и посвященной изучению взаимосвязи уровня

развития способности действовать «в уме» и успешности решения различных задач на оценку и самооценку [8].

Позже было показано, что уровень развития этой способности, влияя на процесс решения различных задач на самооценку, определяет особенности формирования и функционирования механизма саморегуляции личности, тесно связан с особенностями развития речи и двигательных навыков, играет определенную роль в развитии креативности, а также специальных способностей (в частности, музыкальных). Было доказано также, что СДУ, являясь системообразующим фактором, объединяющим в себе, как когнитивные, так и личностные характеристики в их неразрывном единстве, лежит в основе функционирования механизма произвольной регуляции поведения личности. Таким образом, эмпирически было подтверждено гипотетическое предположение Пономарева о том, что СДУ – это не только важнейшая характеристика интеллектуального развития, но и центральное звено психологического механизма поведения человека в целом.

Выводы по главе 1

В первой главе была осуществлена теоретическая проработка проблемы исследования. Были рассмотрены подходы к пониманию творческой деятельности и креативности, а также разница между ними; описаны виды и характеристики креативности. Вместе с этим были изучены психологические особенности творческой личности. Особое внимание уделялось регуляции творческой деятельности. Было рассмотрено, какие свойства и особенности личности влияют на регуляцию и, в частности, саморегуляцию творческой деятельности.

ГЛАВА 2. ВЗАИМОСВЯЗЬ СПОСОБОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И УРОВНЯ КРЕАТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ

2.1. Организация исследования

Выборка исследования составляла студентов 1 и 2 курсов направления «Психология» мужского и женского пола. Возраст от 18 до 19 лет. Количество испытуемых – 60 человек. Преимущественно, в исследовании принимали участие студенты женского пола.

На первом этапе работы проводилась определение уровня творческих способностей различной модальности (образной и вербальной), с использованием тестов Е. Торранса («Завершение картинок») и С. Медника (Диагностика вербальной креативности), а так же, личностных особенностей (опросник «Большая пятерка») и эффективных способов саморегуляции студентов (опросники эффективности и способов саморегуляции).

1. Диагностика креативности несет в себе определенные трудности, которые связаны с тем, что невозможно объективно оценить творческие способности только по продукту творческой деятельности. Кроме того, творческий процесс отличается спонтанностью и непредсказуемостью момента возникновения. В связи с этим, тесты креативности часто подвергаются критике. Также, сложность вызывает обработка результатов по тестам креативности. В обработке часто большую роль играет субъективное представление диагноста об оценке того или иного показателя (например, в образном тесте креативности Торранса).

I. В картиночном субтесте Торранса выделяются четыре параметра диагностики креативности:

1. «Беглость» – параметр, характеризующий творческую продуктивность человека. То есть, оценивается то, сколько картинок из стимульного материала было задействовано. При подсчете «беглости» не

учитываются незаконченные и абстрактные рисунки, где исследователь не может понять, что изображено на рисунке.

2. «Оригинальность» – самый значимый показатель креативности. «Оригинальность» указывает на степень уникальности, специфичности творческого мышления тестируемого. При подсчете показателя «оригинальности» учитываются только рисунки, а не их названия; оценка «оригинальности» основывается на статистической редкости ответа. Общая оценка за оригинальность выявляется в результате подсчета суммы оригинальности всех рисунков.

3. «Абстрактность названия» – отражает способность выделять самое существенное, понимать суть проблемы. Способность к синтезу и обобщению.

4. «Разработанность» – данный показатель позволяет оценить, насколько детально человек может отразить и разработать придуманные идеи.

Процедура тестирования и инструкция:

Стимульный материал включает в себя 10 недорисованных фигур (см. Приложение 1). Задание: «Дорисуйте фигуры и придумайте название к каждому рисунку». На выполнение задания дается 15 минут.

Подсчет проводится отдельно по всем шкалам в соответствии с определенными принципами оценки. Оценка по шкале «оригинальность» производится путем сравнения рисунков испытуемых со списком возможных ответов, составленным на основе статистических данных.

При подсчете уровня креативности были приняты некоторые изменения. Во-первых, к ответу с нулевым показателем креативности «лиса» (10 рисунок) был приравнен так же и ответ «собака», так как этот ответ давало большое количество испытуемых. Так же, ответы можно считать за один по причине того, что лиса относится к млекопитающим семейства псовых. Во-вторых, в десятом рисунке было принято считать ответ «фигура

человека» за неоригинальный, так как его этот ответ прослеживался у большинства испытуемых.

Примеры выполнения задания приведены в приложении (см. Приложение 1).

II. Тест С. Медника в адаптации А. Н. Воронина направлен на диагностику вербальной креативности.

Инструкция и стимульный материал представлены в приложении (см. Приложение 2).

Процедура тестирования:

Испытуемым раздаются бланки с 20 тройками слов. Каждое слово в тройке отдаленно ассоциативно связано с двумя другими. Задача испытуемых подобрать четвертое слово к каждой тройке так, чтобы с каждым из слов в тройке оно образовывало словосочетание. Испытуемым не сообщается при этом, что они проходят тест на диагностику креативности.

Прохождение теста ограничивается 15 минутами.

Оригинальность ответов оценивается по формуле:

$$Or = 1 - \frac{x - 1}{x_{max} - 1},$$

где:

Or — оригинальность данного типа ответа;

x — количество ответов данного типа;

Xmax — максимальное количество ответов в типе.

При обработке результатов каждый ответ сравнивается с типичными ответами, для которых известна оригинальность. При нахождении ответа в списке, ему присуждается известная оригинальность. Если в списке ответа нет, ему присуждается оригинальность 1.

Индекс оригинальности подсчитывается как сумма всех оригинальностей ответов, поделенная на количество ответов (причем, в каждой тройке слов может быть по несколько ответов или не быть вообще).

2. Далее проводилась диагностика эффективности и предпочтительных способов регуляции студентов по опросникам способов саморегуляции студентов А.О. Прохорова и «Эффективность саморегуляции состояний» А.О. Прохорова, А.Н. Назарова.

В результате прохождения опросника способов саморегуляции выявлялись наиболее предпочтительные из списка 35 способов. Среди них предлагались такие способы саморегуляции как: общение, рационализация, самоконтроль, двигательная активность, прослушивание музыки, планирование и другие.

3. На следующем этапе студенты проходили опросник модели личности «Большая пятерка». Пятифакторный опросник личности состоит из 75 парных, противоположных по своему значению, утверждений или высказываний, которые характеризуют поведение человека. Опросник имеет пятиступенчатую оценочную шкалу Лайкерта (-2; -1; 0; 1; 2), с помощью которой можно измерять степень выраженности каждого из пяти факторов (экстраверсия – интроверсия; привязанность – обособленность; самоконтроль – импульсивность; эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость; экспрессивность – практичность).

На основе полученных данных проводился корреляционный анализ с использованием t-критерия Стьюдента, а так же коэффициента корреляции r-Пирсона.

Толчком для данной работы послужило пилотажное исследование, посвященное влиянию музыкальных композиций на эффективность творческой деятельности. Многими исследователями замечалось положительное воздействие музыки на организм человека и его психику, однако связь музыки и креативности была изучена недостаточно.

В пилотажном исследовании приняли участие две группы студентов первого курса КФУ направления «Социология» обоего пола, в возрасте 18-19 лет. В контрольной выборке 15 человек, в экспериментальной – 17. Контрольная группа проходила тесты образной и вербальной креативности

без воздействия музыки, а экспериментальная – во время прослушивания музыкальных композиций.

Контрольная группа проходила тесты Е. Торранса и С. Медника без воздействия музыки, во время прохождения тестов экспериментальной группой, звучали классические композиции Клода Дебюсси (близкие по звучанию «Passepied» и «Suite Bergamasque»). Данные композиции были выбраны, поскольку классическая музыка в целом оказывает ощутимое влияние на психику человека, а две представленные композиции имеют так же выразительные и необычные акценты, которые могут стимулировать творческую активность человека.

Обеим группам на прохождение каждого теста давалось по 15 минут.

В результате пилотажного исследования выяснилось, что с тестом С. Медника на диагностику вербальной креативности лучше справились испытуемые контрольной группы, на которых не воздействовала музыка. Тест образной креативности Е. Торранса лучше прошла экспериментальная группа, слушавшая в процессе выполнения заданий классическую музыку.

Музыка является одним из способов саморегуляции и после проведения данного исследования возник вопрос о том, какие способы саморегуляции являются наиболее эффективными в творческой деятельности. А так же какие свойства личности обуславливают эффективности и проявления креативности личности.

2.2. Диагностика творческих способностей различной модальности, личностных особенностей и эффективных способов саморегуляции студентов

Полученные в ходе диагностики образной креативности результаты были разделены две группы (низкий и высокий уровень) с помощью медианного критерия. Показатели диагностики вербальной креативности таким же образом были разделены на два уровня. Результаты и средние

значения показателей уровней образной и вербальной креативности представлены в приложении (см. Приложение 3).

Из представленной в приложении таблицы видно, что высоким уровнем образной креативности обладают студенты, набравшие в данной выборке по тесту Е. Торранса от 126 до 65 баллов, а низким – набравшие от 64 до 30. Так же в данном исследовании считается, что высокой вербальной креативностью обладают студенты, набравшие от 94 до 62 баллов по тесту С. Медника, а низкой – набравшие от 61 до 23 баллов.

Средние значения показателей разных уровней вербальной и образной креативности приведены в диаграмме (см. Рис. 1).

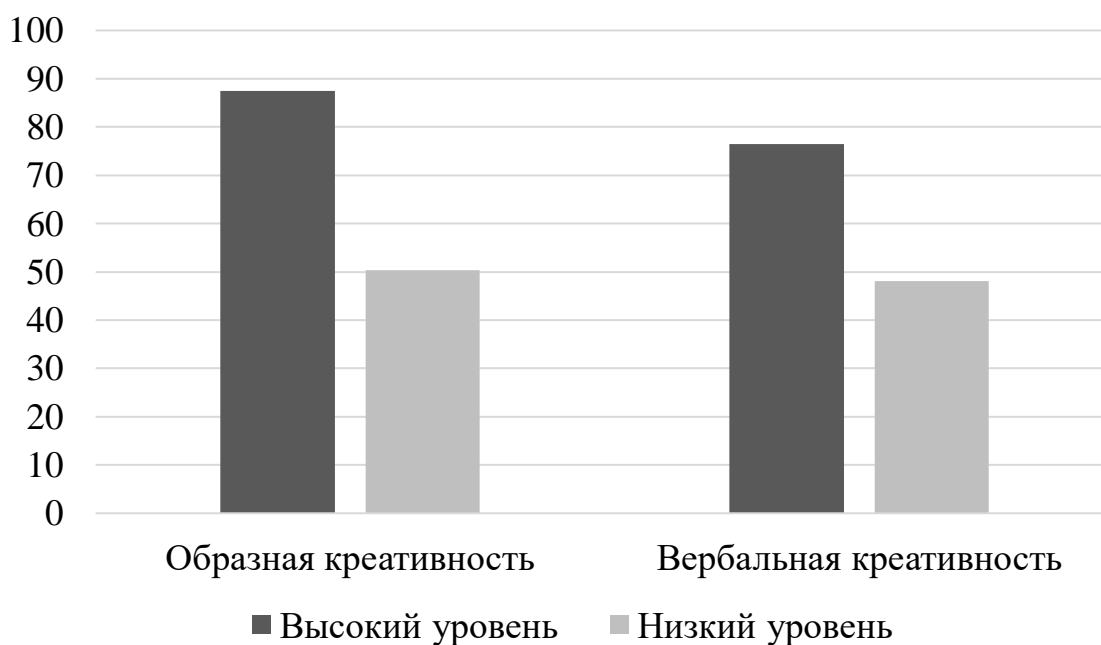


Рисунок 1. Средние показатели высокого и низкого уровня креативности различной модальности

Второй этап исследования заключался в выявлении эффективности и способов саморегуляции студентов с разными уровнями и модальностью креативности. Результаты опросника эффективности саморегуляции представлены в таблице (см. Табл. 1).

Таблица 1

Показатели эффективности саморегуляции испытуемых с разным уровнем и модальностью креативности

	Образная креативность		Вербальная креативность	
	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень
1	115	120	102	113
2	108	111	90	54
3	101	129	103	129
4	128	109	113	131
5	131	113	111	141
6	92	90	129	92
7	104	91	88	115
8	88	116	115	104
9	113	103	104	92
10	102	110	120	131
11	110	75	124	75
12	116	106	102	121
13	113	103	111	110
14	90	98	116	110
15	131	112	98	107
16	92	126	110	99
17	131	103	139	111
18	102	139	103	108
19	141	124	113	116
20	115	107	112	90
21	88	104	107	116
22	121	122	107	91
23	107	116	88	103
24	99	113	113	100
25	143	88	113	101
26	54	129	143	122
27	110	113	106	139
28	111	139	128	88
29	141	107	141	109
30	111	100	131	126
Среднее	110,2667	110,5333	112,6667	108,1333

Для наглядности средние значения эффективности саморегуляции респондентов высокого и низкого уровня креативности разной модальности представлены в виде диаграммы (см. Рис. 2).

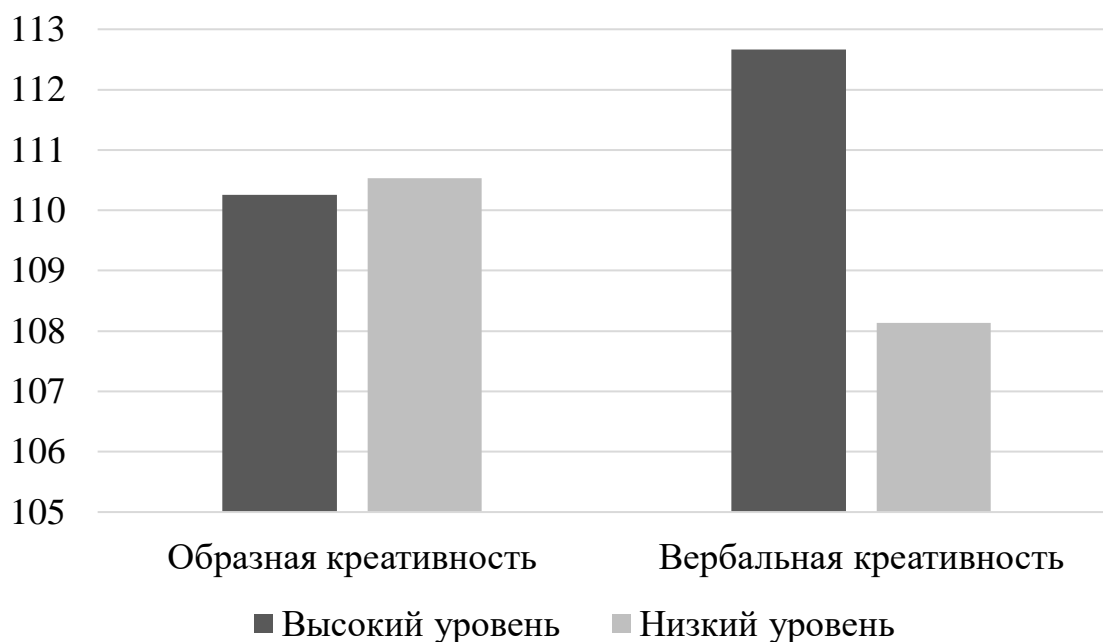


Рисунок 2. Средние показатели эффективности саморегуляции у студентов с разным уровнем и модальностью креативности

Из представленной диаграммы видно, что показатель эффективности отличается у респондентов низкого и высокого уровня вербальной креативности. В данной выборке отличий в эффективности саморегуляции между уровнями образной креативности выявлено не было. Вероятно, отсутствие различий обусловлено особенностями данной выборки.

Средние значения результатов опросника способов саморегуляции так же представлены в таблице (см. Табл. 2).

Таблица 2

Средние значения результатов опросника способов саморегуляции

Способы саморегуляции	Образная креативность		Вербальная креативность		Средние
	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень	
Общение	3,8	3,3	3,7	3,4	3,55
Самоприказы	2,7	2,9	2,9	2,7	2,8
Двигательная разрядка	1,9	1,8	2,1	1,7	1,875
Рационализация	3	3	3,1	2,8	2,975
Самоанализ	3,4	3,3	3,5	3,2	3,35
Пассивная разрядка	2,2	2,4	2,1	2,5	2,3
Активация положительных волевых	2,9	3,1	3	3	3

состояний					
Концентрация внимания на другой деятельности	2,9	2,7	2,9	2,8	2,825
Самоубеждение	2,8	3,2	2,9	3	2,975
Самоуспокоение	2,9	3,5	3,4	3,1	3,225
Реакция «освобождения» как перенесение своих тревог на слушателя	2,1	1,8	2,1	1,8	1,95
Использование положительных образов и воспоминаний	3,3	2,9	2,9	3,3	3,1
Пассивный отдых	2,8	3,1	3,4	2,5	2,95
Самоконтроль	3,2	3,8	3,7	3,3	3,5
Двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность	1,9	2,1	2,1	1,8	1,975
Использование действий и поведения противоположного характера	1,1	1,5	1,7	0,9	1,3
Переустановка на «рабочее состояние»	2,7	3,4	2,9	3,2	3,05
Использование настроев	3	3,6	3,4	3,2	3,3
Повышение собственной мотивации	2,8	3,8	3	3,5	3,275
Поисковая активность	3,6	3,6	3,8	3,5	3,625
Рационализация поведения и действий	2,8	3,3	3,5	2,7	3,075
Релакс	2,4	2,9	2,9	2,4	2,65
Дыхательная практика	1,7	2,4	2,4	1,6	2,025
Медитация	0,8	1,2	0,9	1,1	1
Прослушивание музыки	3,3	2,9	2,9	3,2	3,075
Дискретное общение	2	2,3	2,1	2,2	2,15
Юмор	3,5	3,3	3,6	3,2	3,4
Контроль и регуляция тонуса мимических мышц и скелетной мускулатуры	1,5	1,9	1,8	1,6	1,7
Контроль и регуляция темпа движений и речи	1,7	2,3	2,4	1,7	2,025
Изменение отношения к ситуации	3,2	3,3	3,3	3,2	3,25
Перефокусировка на планирование	2,4	2,8	2,9	2,3	2,6
Самовнушения	2,6	3,2	2,8	2,9	2,875
Размышление-рассуждение	3,4	3,6	3,6	3,4	3,5
Отключение-переключение	2,3	2,7	2,7	2,3	2,5
Молитва	0,5	1	1,1	0,4	0,75

Из приведенной таблицы можно выявить наиболее популярные способы саморегуляции генеральной совокупности. Такими способами являются: общение, самоанализ, самоуспокоение, использование положительных образов и воспоминаний, самоконтроль, использование настроев (например, на хорошее настроение), повышение собственной

мотивации, поисковая активность, юмор, изменение отношения к ситуации, размышление. Данные способы являются наиболее доступными, интуитивно используемыми людьми без специальных знаний в области саморегуляции.

Далее было проведено исследование черт личности испытуемых по опроснику «Большая пятерка». Средние значения вторичных факторов по уровням и модальностью креативности приведены в таблице (см. Табл. 3).

Таблица 3

Средние значения основных показателей опросника «Большая пятерка»

Вторичные факторы опросника «Большая пятерка»	Образная креативность		Вербальная креативность	
	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень
Экстраверсия - Интроверсия	48,83	47,6	49,63	46,8
Привязанность - Отделенность	53,37	49	50,6	51,8
Контролирование - Естественность	49,8	51,5	50,2	51,1
Эмоциональность - Сдержанность	52,8	49,6	49	53,5
Игривость - Практичность	55,1	53,6	55,4	53,3

Как видно из таблицы, в основном различия во вторичных показателях свойств личности находятся на среднем уровне. Явно выраженные различия наблюдаются в показателе «Привязанность – Отделенность» между уровнями образной креативности и в показателе «Эмоциональность - Сдержанность» между высоким и низким уровнем словесной креативности. Более высокий уровень отделенности характерен высокой образной креативности. Можно предположить, что это связано с большей самостоятельностью при создании каких-либо оригинальных продуктов творчества. Эмоциональность более выражена у студентов с высоким уровнем вербальной креативности. Предположительно, креативный выбор вербальных проявлений может быть связан с их эмоциональной

окрашенностью. Можно так же предположить, что эмоции являются «пусковым механизмом» словесной креативности.

Итак, в ходе данного этапа исследования были выявлены уровни вербальной и образной креативности. Вместе с этим были рассмотрены различия в эффективности саморегуляции между уровнями креативности разной модальности, выявлены характерные выборке способы саморегуляции и самые часто используемые из них. Так же были выявлены различия выборок по основным показателям свойств личности. Далее будет проведен корреляционный анализ различий разных уровней вербальной и образной креативности по приведенным параметрам, для выявления наиболее значимых из них. Помимо вторичных компонентов «Большой пятерки», анализ будет проведен так же по первичным личностным характеристикам.

2.3. Определение эффективных способов саморегуляции студентов с различным уровнем и модальностью творческих способностей

Для определения эффективных способов саморегуляции студентов с высоким и низким уровнем образной креативности было проведено сравнение выборок обоих уровней с помощью t-критерия Стьюдента (см. Табл. 4).

Таблица 4

Различия в способах саморегуляции студентов с различными уровнями образной креативности

Название шкалы	Высокая образная креативность	Значимость различий	Низкая образная креативность
Самоуспокоение	2,9	,088	3,5
Самоконтроль	3,23	,035	3,83
Переустановка на «рабочее состояние»	2,6	,023	3,4
Повышение собственной мотивации	2,8	,008	3,8

Статистически значимыми оказались различия между уровнями образной креативности в использовании самоконтроля, переустановки на «рабочее состояние» и повышение мотивации как способов саморегуляции. Повышение мотивации, настрой на работу и самоконтроль в большей степени характерны студентам с низкой вербальной креативностью. На уровне тенденций прослеживается различие в использовании самоуспокоения. Этот способ поведения так же в большей степени проявляется у низкого уровня вербальной креативности.

Далее корреляционный анализ был проведен для сравнения высокого и низкого уровня вербальной креативности (см. Табл. 5).

Таблица 5

Различия в способах саморегуляции студентов с различными уровнями вербальной креативности

Название шкалы	Высокая вербальная креативность	Значимость различий	Низкая вербальная креативность
Пассивный отдых	3,4	,054	2,5
Использование действий и поведения противоположного характера (от противного)	1,7	,013	0,9
Рационализация поведения и действий (конструирование новых моделей поведения и др.)	3,5	,021	2,7
Дыхательная практика (успокоение или возбуждение с помощью дыхания)	2,4	,098	1,6
Молитва	1,1	,037	0,4

Различий между уровнями вербальной креативности было выявлено больше. Среди них значимыми оказались различия в таких способах саморегуляции, как рационализация поведения и действий (конструирование новых моделей поведения и др.), использование действий и поведения противоположного характера (от противного), пассивный отдых и молитва. В большей степени эти способы саморегуляции используют испытуемые с высоким уровнем вербальной креативности. Тенденцией является различие в

использовании дыхательных практик, наиболее характерных так же для студентов с высоким уровнем вербальной креативности.

Итак, больше всего достоверных различий, а так же незначительные различия в эффективности саморегуляции были выявлены в исследовании вербальной креативности. Возникает вопрос, каким образом высокая вербальная креативность связана со способами поведения и саморегуляции. В связи с этим, был проведен корреляционный анализ по коэффициенту Пирсона, для определения тех способов саморегуляции, которые являются наиболее эффективными для разных уровней вербальной креативности (см. Табл. 6).

Таблица 6

Взаимосвязь способов саморегуляции и эффективности саморегуляции состояний студентов

Способы саморегуляции	Эффективность саморегуляции	
	Высокий уровень вербальной креативности	Низкий уровень вербальной креативности
Двигательная разрядка	,518**	
Рационализация	,488**	
Активация положительных волевых состояний	,442*	
Самоубеждение	,452*	
Самоуспокоение	,571**	
Реакция «освобождения» как перенесение своих тревог на слушателя	,369*	
Самоконтроль	,477**	
Двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность	,530**	
Использование настроев	,668**	
Повышение собственной мотивации	,533**	
Поисковая активность	,418*	
Рационализация поведения и действий	,508**	
Релакс	,404*	
Контроль и регуляция тонуса мимических мышц и скелетной мускулатуры	,382*	
Перефокусировка на	,497**	

планирование		
Самовнушения	,392*	,375*
Самоанализ		-,405*
Пассивная разрядка		-,368*
Прослушивание музыки		-,409*

* - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

** - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,01$)

Итак, эффективными способами саморегуляции людей с высоким уровнем вербальной креативности являются:

- двигательная разрядка,
- рационализация,
- активация положительных волевых состояний,
- самоубеждение,
- самоуспокоение,
- реакция «освобождения» как перенесение своих тревог на слушателя,
- самоконтроль,
- двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность,
- использование настроев (на хорошее настроение, терпение, самоконтроль и др.),
- повышение собственной мотивации,
- поисковая активность (поиск решений проблемы и др.),
- рационализация поведения и действий (конструирование новых моделей поведения и др.),
- релакс,
- контроль и регуляция тонуса мимических мышц и скелетной мускулатуры,
- перефокусировка на планирование,
- самовнушения.

Можно отметить, что люди с высоким уровнем креативности выбирают позитивные способы саморегуляции.

Выбор способов саморегуляции респондентов с низкой вербальной креативностью скуден, в меньшей степени они используют самоанализ, пассивную разрядку (сон, слезы), прослушивание музыки.

Самовнушение является универсальным способом, в равной степени используемым обеими группами.

Как видно из приведенных результатов, студенты с более высоким уровнем вербальной креативности склонны использовать большее количество способов саморегуляции, чем испытуемые с низким уровнем вербальной креативности. Можно предположить, что высокий уровень креативности влияет на гибкость и разнообразие при выборе эффективных способов саморегуляции. В то же время можно предположить, что студенты с низким уровнем вербальной креативности не склонны искать нестандартные способы решения проблемы, в том числе, новые способы саморегуляции.

Таким образом, на данном этапе исследования был проведен корреляционный анализ, направленный на выявление различий в выборе способов саморегуляции между уровнями образной, а затем, вербальной креативности. Поскольку различий между уровнями вербальной креативности обнаружилось больше, на этой выборке был проведен дополнительный анализ по критерию Пирсона, в ходе которого были выявлены наиболее эффективные способы саморегуляции респондентов с высоким и низким уровнем вербальной креативности. Было установлено, что студенты с высокой вербальной креативностью предпочитают использовать большее количество способов поведения. Далее будут выявлены свойства личности, которые опосредуют взаимосвязь творческой деятельности и эффективности саморегуляции.

2.4. Исследование личностных особенностей, опосредующих взаимосвязь творческих способностей и эффективности саморегуляции

Следующий этап исследования заключается том, чтобы установить, какие свойства личности опосредуют взаимосвязь креативности различных уровней и модальности и эффективности саморегуляции.

Для определения различий между личностными свойствами студентов с высоким и низким уровнем образной и вербальной креативности был проведен корреляционный анализ по t-критерию Стьюдента. Значимых различий между испытуемыми с разным уровнем образной креативности выявлено не было. Различия личностных особенностей между студентами с разным уровнем вербальной креативности представлены в таблице (см. Табл. 7).

Таблица 7

Различия особенностей личности студентов с различными уровнями вербальной креативности

Название шкалы	Высокая вербальная креативность	Значимость различий	Низкая вербальная креативность
Привлечение внимания - избегание внимания	10,7	,045	9,4
Депрессивность - эмоциональная комфортность	10	,089	11,3
Любопытство - консерватизм	11	,081	9,9

В результате корреляционного анализа были выявлены различия между свойствами личности студентов с высоким и низким уровнем словесной креативности. Разница прослеживается в параметре «Привлечение внимания – Избегание внимания». Студенты с высокой вербальной креативностью склонны к избеганию внимания в большей степени, чем студенты с низким уровнем креативности. Возможно, это связано с тем, что творческим людям в целом свойственно уходить в себя и оставаться наедине со своей

деятельностью, поскольку внимание людей может стать отвлекающим фактором в креативном процессе.

На уровне тенденций прослеживается разница в параметрах «Любопытство – Консерватизм» и «Депрессивность – Эмоциональная комфортность». Судя по полученным данным, высокой словесной креативности в большей степени характерны консерватизм и эмоциональная комфортность, тогда как низкой вербальной креативности соответствует депрессивность и любопытство.

Далее, с помощью коэффициента корреляции Пирсона, был проведен более подробный анализ свойств личности, влияющих на эффективность саморегуляции испытуемых с разным уровнем вербальной креативности (см. Табл. 8).

Таблица 8

Взаимосвязь свойств личности и эффективности саморегуляции состояний студентов

Свойства личности	Эффективность саморегуляции	
	Высокий уровень вербальной креативности	Низкий уровень вербальной креативности
Доминирование - подчиненность	,385*	
Самокритика-самодостаточность	-,441*	
Поиск впечатлений - избегание		,393*

* - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

В ходе корреляционного анализа удалось выявить, что людям с высоким уровнем словесной креативности соответствует подчиненность и самокритика, тогда как у низкого уровня наблюдается избегание. Предположительно, низкий уровень словесной креативности может свидетельствовать об избегании нестандартных или новых путей решения креативных задач.

Интерес представляет так же выделение ведущих показателей свойств личности, играющих определяющую роль в использовании способов саморегуляции студентами с высоким уровнем образной и вербальной креативности. Для определения этих показателей был проведен корреляционный анализ свойств личности и способов саморегуляции с использованием критерия r-Пирсона. Результаты анализа взаимосвязи свойств личности и способов саморегуляции студентов с высоким уровнем вербальной креативности приведены в таблице (см. Табл. 9).

Таблица 9

Взаимосвязь ведущих показателей свойств личности со способами саморегуляции испытуемых с высоким уровнем вербальной креативности

Способы саморегуляции студентов с высокой вербальной креативностью	Свойства личности				
	1.2.	1.3.	1	3	4.4.
Общение	,442*	,429*			
Самоприказы	,470**				
Двигательная разрядка	,477**				
Концентрация внимания на другой деятельности	,394*				
Самоубеждение	,439*				
Самоуспокоение	,376*				
Самоконтроль		-,387*		,400*	
Двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность	,490**		,400*		
Переустановка на «рабочее состояние»			,546**		
Использование настроев	,404*		,498**		-,449*
Повышение собственной мотивации	,410*		,424*	,571**	
Поисковая активность	,419*			,447*	
Релакс					-,367*
Дискретное общение		-,377*			
Юмор		0,367*			
Изменение отношения к ситуации					-,375*
Перефокусировка на планирование				,437*	
Самовнушения					-,440*
Размышление-рассуждение		-373*			
Молитва					-,392*

* - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

** - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,01$)

Больше всего связей обнаружили такие параметры: «Доминирование-Подчиненность» (1.2), «Общительность - Замкнутость» (1.3), «Экстраверсия – Интроверсия» (1), «Контролирование - Естественность» (3) и «Самокритика – Самодостаточность» (4.4).

На основе приведенной таблицы можно выделить несколько наиболее значимых свойств личности, связанных со способами саморегуляции, выбираемыми студентами с высоким уровнем словесной креативности. Этими свойствами являются: «Доминирование-Подчиненность» - 10 связей, «Общительность - Замкнутость» - 5 связей и «Самокритика – Самодостаточность» - 5 связей.

Таким же образом был проведен анализ взаимосвязи свойств личности и способов саморегуляции студентов с высоким уровнем образной креативности (см. Табл. 10).

Таблица 10

Взаимосвязь ведущих показателей свойств личности со способами саморегуляции испытуемых с высоким уровнем образной креативности

Способы саморегуляции студентов с высокой образной креативностью	Свойства личности					
	1.2.	1.3.	2	3.5.	4.4.	4.5.
Самоприказы				,401*		,598**
Двигательная разрядка	,460*					
Рационализация					-,364*	
Самоанализ		-,362*				
Пассивная разрядка						,492**
Концентрация внимания на другой деятельности	,458*				-,370*	,393*
Самоубеждение						,572**
Самоуспокоение	,460*			,374*	-,423*	
Использование положительных образов и воспоминаний						,405*
Самоконтроль		-,462*	-,392*	,396*		
Двигательная (мышечная)	,420*	,413*			-,401*	

разрядка и физическая активность						
Использование настроев	,365*				-,520**	
Повышение собственной мотивации	,409*					
Прослушивание музыки		,463**	,433*			
Юмор			,380*	-,405*	-,372*	
Изменение отношения к ситуации			-,395*		-,447*	
Перефокусировка на планирование	,395*					
Самовнушения	,405*					,412*
Молитва						,409*

* - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,05$)

** - корреляции статистически достоверны ($p \leq 0,01$)

В данном случае выраженными оказались следующие параметры: «Доминирование-Подчиненность» (1.2), «Общительность - Замкнутость» (1.3), «Привязанность - Отделенность» (2), «Предусмотрительность - Беспечность» (3.5), «Самокритика – Самодостаточность» (4.4), «Эмоциональная лабильность - Эмоциональная стабильность» (4.5).

Исходя из полученных данных, ведущими свойствами личности, влияющими на выбор способов саморегуляции студентов с высокой образной креативностью являются: «Доминирование – Подчиненность» - 8 связей, «Самокритика – Самодостаточность» - 7 связей, «Эмоциональная лабильность – Эмоциональная стабильность» - 7 связей.

Свойства «Доминирование – Подчиненность» и «Самокритика – Самодостаточность» являются ведущими как для образной, так и для вербальной креативности, в связи с чем можно сделать вывод, что именно эти показатели в большей степени определяют выбор способов саморегуляции людей с высоким уровнем творческих способностей.

Таким образом на данном этапе исследования были выявлены свойства личности, опосредующие взаимосвязь творческих способностей и эффективности саморегуляции, а так же выделить ведущие свойства личности, влияющие на выбор способов саморегуляции людьми с высоким уровнем креативности.

Выводы по главе 2

Во второй главе были рассмотрены и описаны результаты диагностики образной и вербальной креативности, эффективности саморегуляции, свойств личности; были выявлены предпочтительные для выборки способы саморегуляции. Затем вербальная и образная креативность были разделены на высокий и низкий уровни и далее анализ результатов методик проводился в сравнении уровней и модальности творческих способностей.

Сравнение низких и высоких уровней креативности разной модальности показало, что больше существенных различий имеют уровни вербальной креативности, в результате чего был проведен дополнительный анализ по критерию Пирсона. В результате были выявлены эффективные способы саморегуляции студентов с высоким и низким уровнем вербальной креативности. Оказалось, значительно большее количество способов саморегуляции используют люди с высоким уровнем вербальной креативности.

Таким же образом было проведено сравнение в свойствах личности, характерным для студентов с разным уровнем и модальностью креативности. Для образной креативности значимых различий между уровнями выявлено не было. Различия обнаружились между уровнями вербальной креативности, что позволило провести анализ по критерию Пирсона для выявления свойств личности, характерных для испытуемых с высоким и низким уровнем вербальной креативности. Выявленные свойства личности опосредуют творческие способности и эффективность саморегуляции.

Далее были выделены ведущие свойства личности испытуемых с высоким уровнем креативности разной модальности, в большей степени влияющие на выбор способов саморегуляции. Общими для обеих выборок свойствами личности являются «Доминирование – Подчиненность» и «Самокритика – Самодостаточность». Можно сделать вывод, что именно эти

компоненты личности в большей степени влияют на выбор студентами способов поведения.

ВЫВОДЫ

В ходе исследования удалось установить различия в способах саморегуляции между выборками с разным уровнем и модальностью креативности.

Статистически значимыми оказались различия между уровнями образной креативности в использовании самоконтроля, переустановки на «рабочее состояние» и повышение мотивации как способов саморегуляции. Повышение мотивации, настрой на работу и самоконтроль в большей степени характерны студентам с низкой вербальной креативностью.

Различий между уровнями вербальной креативности было выявлено больше. Среди них значимыми оказались различия в таких способах саморегуляции, как рационализация поведения и действий (конструирование новых моделей поведения и др.), использование действий и поведения противоположного характера (от противного), пассивный отдых и молитва. В большей степени эти способы саморегуляции используют испытуемые с высоким уровнем вербальной креативности.

Эффективными способами саморегуляции людей с высоким уровнем вербальной креативности являются: двигательная разрядка, рационализация, активация положительных волевых состояний, самоубеждение, самоуспокоение, реакция «освобождения» как перенесение своих тревог на слушателя, самоконтроль, двигательная (мышечная) разрядка и физическая активность, использование настроев (на хорошее настроение, терпение, самоконтроль и др.), повышение собственной мотивации, поисковая активность (поиск решений проблемы и др.), рационализация поведения и действий (конструирование новых моделей поведения и др.), релакс, контроль и регуляция тонуса мимических мышц и скелетной мускулатуры, перефокусировка на планирование, самовнушения.

Выбор способов саморегуляции респондентов с низкой вербальной креативностью скуден, в меньшей степени они используют самоанализ, пассивную разрядку (сон, слезы), прослушивание музыки.

Самовнушение является универсальным способом, в равной степени используемым обеими группами.

Студенты с более высоким уровнем вербальной креативности склонны использовать большее количество способов саморегуляции, чем испытуемые с низким уровнем вербальной креативности.

На следующем этапе был проведен анализ различий свойств личности у студентов разного уровня образной и вербальной креативности. Значимых различий между испытуемыми с разным уровнем образной креативности выявлено не было. Были выявлены различия между свойствами личности студентов с высоким и низким уровнем словесной креативности. Разница прослеживается в параметре «Привлечение внимания – Избегание внимания». Студенты с высокой вербальной креативностью склонны к избеганию внимания в большей степени, чем студенты с низким уровнем креативности.

В ходе корреляционного анализа удалось выявить, что людям с высоким уровнем словесной креативности соответствует подчиненность и самокритика, тогда как у низкого уровня наблюдается избегание.

В заключении были выявлены ведущие показатели свойств личности. Для студентов с высокой вербальной креативностью такими свойствами являются: «Доминирование-Подчиненность», «Общительность - Замкнутость» и «Самокритика – Самодостаточность». Для испытуемых с высоким уровнем образной креативности – «Доминирование – Подчиненность», «Самокритика – Самодостаточность», «Эмоциональная лабильность – Эмоциональная стабильность».

Свойства «Доминирование – Подчиненность» и «Самокритика – Самодостаточность» являются ведущими как для образной, так и для вербальной креативности, в связи с чем можно сделать вывод, что именно

эти показатели в большей степени определяют выбор способов саморегуляции людей с высоким уровнем творческих способностей.

Данные выводы могут найти свое применение в практической деятельности. На занятиях по развитию творческих способностей рекомендуется учитывать уровень эффективности саморегуляции группы или индивида, а так же те способы саморегуляции, которые ему присущи. Необходимо создавать такие условия, при которых каждый смог бы применить характерный для него способ саморегуляции в процессе выполнения заданий на развитие креативности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной исследовательской работе изучалась взаимосвязь способов и эффективности саморегуляции и креативности личности. В начале была произведена теоретическая проработка проблемы исследования. Были рассмотрены подходы к пониманию творческой деятельности и креативности, а также разница между ними; описаны виды и характеристики креативности. Вместе с этим были изучены психологические особенности творческой личности. Особое внимание уделялось регуляции творческой деятельности.

В ходе эмпирического исследования была проведена диагностика вербальной и образной креативности по методикам Е. Торранса и С. Медника. Так же исследовались эффективность саморегуляции (опросник А. О. Прохорова, А. Н. Назарова) и способы саморегуляции (опросник А. О. Прохорова). Вместе с этим был проведен опрос свойств личности по опроснику «Большая пятерка».

На основе результатов проведенных методик был проведен корреляционный анализ различий в использовании способов саморегуляции студентами с разным уровнем и модальностью креативности. Далее было выявлено, какие способы саморегуляции характерны для высокого и низкого уровня творческих способностей.

На заключительном этапе были выявлены различия свойств личности разного уровня и модальности творческих способностей, а также выделены свойства личности, опосредующие взаимосвязь эффективности саморегуляции и креативности. Вместе с этим были выявлены ведущие свойства личности, влияющие на выбор способов саморегуляции студентами с высоким уровнем творческих способностей.

Можно заключить, что гипотезы исследования были подтверждены, так как были выявлены различия способах саморегуляции и их эффективности у студентов с разным уровнем и модальностью (образная,

вербальная) творческих способностей. Так же было доказано, что существуют свойства личности, определяющие высокую эффективность саморегуляции творческой деятельности.

Перспектива исследования заключается в дальнейшем в рассмотрении взаимосвязи некоторых конкретных способов саморегуляции и творческих способностей. Вместе с этим следует увеличить выборку, не ограничивая ее только студентами, рассмотреть взаимосвязь творчества и саморегуляции у детей в период развития креативности. Так же было бы интересно изучить применение сделанных в данной работе выводов в практической сфере, составив программу повышения творческих способностей с использованием саморегуляции.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Альтшуллер Г. С., Шапиро Р. Б. О психологии изобретательского творчества // Вопросы психологии. — 1956. — № 6.
2. Баламутова И. Н., Деятельность в жизни человека и общества, Педагогическая наука и образование в России и за рубежом, 2005. С. 2.
3. Бессознательное: Природа. Функции. Методы. Исследования : в 4 т. Т. 2. Тбилиси, 1978. С. 478.
4. Бехтерев В. М. Творчество с точки зрения рефлексологии. В кн.: С. О.
5. Боно Э. Серьёзное творческое мышление / Э. Боно, - М.: Попурри, 2005. – 416 с.
6. Буторина О. В. Кросскультурное исследование креативности в управленческом потенциале руководителя: Психология XXI века: Материалы Международной научно-практической конференции студентов и аспирантов. СПб., 2003. С. 276–278.
7. Выготский Л. С. Психология искусства. М.: Изд-во АПН СССР, 1968. С. 91–110.
8. Галкина Т.В. Развитие концепции Я.А. Пономарева о центральном звене психологического механизма поведения // Психология интеллекта и творчества: Традиции и инновации: Материалы Всероссийской конференции. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010.
9. Гатанов Ю.Б. Развитие личности, способной к творческой самореализации // Ю.Б. Гатанов, "Психологическая наука и образование", - 1998. - №1 – С. 10 – 14.
10. Гейвин Х. Когнитивная психология. СПб., 2003.
11. Гилфорд Дж. Три стороны интеллекта [Текст] / Дж.Гилфорд // Психология мышления. - М.: Прогресс, 2000. - 14с.
12. Дерманова И. Б., Крылова М. А. Креативность, личностные особенности и стратегии совладания старших школьников // Ананьевские

чтения, 2004: Материалы научно-практической конференции. СПб., 2004. С. 384–386.

13. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. 2-е изд. СПб., 2002.
14. Ермолаева-Томина Л. Б. Опыт экспериментального изучения творческих способностей // Вопросы психологии. 1977. № 4. С. 74–84.
15. Захава, Б. Е. Мастерство актера и режиссера. М., 1973. С. 34—38.
16. Ильин Е. П. Психология творчества, креативности, одаренности.: Питер; СПб.; 2009. С. 157.
17. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб., 2003.
18. Матейко А. Условия творческого труда. Под редакцией и с послесловием Я.А. Пономарева. Москва: Издательство «Мир», 1970.
19. Моляко В. А. Техническое творчество и трудовое воспитание – М.: Знание, 1985. – 80с.
20. Парандовский Я. Алхимия слова. М., 1990.
21. Пекелис В.Д. Твои возможности, человек / В.Д. Пекелис, - М.: Знание, 1986. – 272 с.
22. Пономарев Я. А., Гаджиев Ч. М. Психологический механизм группового (коллективного) решения творческих задач: Исследование проблем психологии творчества. М., 1983. С. 279–295.
23. Пономарев Я.А. Психология творчества. М.: Наука, 1976/
24. Психологическая диагностика детей и подростков. М., 1995. С. 97–102.
25. Пуфаль-Струзик И. Творческий путь в "трансгрессивной концепции личности" // И. Пуфаль-Струзик, "Психологическая наука и образование", - 2002. - №2. – С. 76 – 85.
26. Рибо Т. Анализ воображения. Эмоциональный фактор. Творческое воображение. Спб., 1901. С. 23-39.
27. Роджерс К. К теории творчества: Взгляд на психотерапию. Становление человека. М., 1994. С. 74–79.
28. Симонов, П. В., Ершов, П. М. Темперамент. Характер. Личность. М., 1984. С. 32.

29. Станиславский, К. С. Собр. соч.: в 8 т. I. М., 1954. С. 124.
30. Творчество: теория, диагностика, технология: Словарь-справочник для специалистов в области образования, инноваций и гуманитарных технологий в социальной сфере / Под ред. Т. А. Барышевой. СПб., 2008. С. 137.
31. Холодная М. А. Психология интеллекта: парадоксы исследования. — Томск: Изд-во Томск. ун-та; М.: Изд-во «Барс», 1997.
32. Шкловский, В. Б. Жили-были. М.. 1966. С. 69—70.
33. Юркевич В.С. Одаренный ребенок: иллюзии и реальность: кн. для учителей и родителей. - М.: Просвещение, Учебная литература, 1996.
34. Averill J. R., Thomas-Knowls C. Emotional Creativity // К. Т. Strongman (ed.). International review of studies on emotion. V. 1. Chichester. Wiley. 1991.
35. Barron F. The disposition toward originality // P. E. Vernon (ed.). Creativity. L. 1972. P. 273–288.
36. Cattell R. B. Abilities. Their Structure, Growth and Action. Boston, Houghton Mifflin company. 1971.
37. Cronbach, L. J. Essentials of psychological testing. New York: Harper, 1949.
38. Csikszentmihalyi M. Society, culture and person: A sistem view of creativity // R. Sternberg, T. Tardif (eds.). The nature of creativity. Cambridge. Cambridge University Press. 1988. P. 325–339.
39. Foster J. Creativity and Teacher. Macmillan. 1971.
40. Getzels J. W., Jackson P. W. Creativity and intelligence: Explorations with gifted children. NY. Wiley. 1962.
41. Guilford J.P. Intelligence, Creativity and their Educational Implications. San Diego, 1968.
42. Jones T. P. Creative learning in perspective. London. 1972.
43. Koestler, Arthur "The Sleepwalkers", Part 4, chapter 8 (§1), Hutchinson & Co Ltd, London 1959.
44. Lytton H. Creativity and education. London. Rotledge and Kegan. 1971.











45. MacKinnon D. W. The personality correlates of creativity: A study of American architects // P. E. Vernon (ed.). *Creativity*, L. 1972. P. 289–311.
46. Mednick S. A. The associative basis of the creative process // *Psychological Review*. 1962.
47. Mumford. M., Gustafson S. Creativity syndrome: integration, application and innovation // *Psychological Bulletin*. 1988. V. 103. P. 27–43.
48. Rogers C. R. Towards a theory of creativity // P. E. Vernon (ed.). *Creativity*, L. 1972.
49. Taylor C. W. Various approaches to and definitions of creativity // R. Sternberg, T. Tardif (eds.). *The nature of creativity*. Cambridge. Cambridge University Press. 1988. P. 99–126.
50. Torrance E. P. *Guiding creative talent*. Englewood Cliffs. NY. Prentice-Hall. 1962.
51. Torrance E. P. *Norms-technical manual Torrance test of creativity thinking. Figural test* E. P. Torrance. Regional Press Linn and Company. 1974 (b).
52. Torrance E. P. *Rewarding creative behavior*. Prentice-Hall. 1965.
53. Wallas G. The art of thought // P. E. Vernon (ed.). *Creativity*. 1972.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

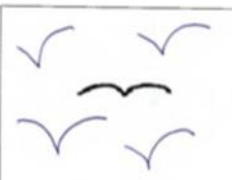
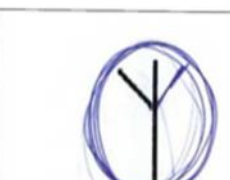








Тест образной креативности Е. Торранса

Стимульный материал

 1. _____	 2. _____
 3. _____	 4. _____
 5. _____	 6. _____
 7. _____	 8. _____
 9. _____	 10. _____

Примеры выполнения заданий (тест Е. Торранса)

020 A=1		1: Птицы летят	022 A=3		2: Музыка на Марсе слы
020 A=1		3: Вишняки-сестрички	022 A=21		4: Рыбешки ветра
022 A=1		5: Морз для апер-фуд	021		6: Ваза
022 A=1		7: Карандаш пишет	022 A=5		8: Улыбка
022 A=1		9: Тонкий	020 A=3		10: Точка нового рога
		0-13 4-15			38

021 P=2		1	021 P=2		2: Звездка
022 P=5		3: Рюмка изобилия	022 P=5		4: Улыбка
021 A=1 P=6		5: Улыбка	021 A=1 P=6		6: Возвращение
020 P=4		7: Улыбка	020 P=4		8: Улыбка
020 P=4		9: Улыбка	020 P=4		10: Улыбка

Тест вербальной креативности С. Медника

Инструкция: «Вам предлагаются тройки слов, к которым необходимо подобрать еще одно слово так, чтобы оно сочеталось с каждым из трех предложенных слов (составляю некоторое словосочетание).

Например, для тройки слов «громкая, правда, медленно», словом-ответом будет служить слово говорить (громко говорить, говорить правду, медленно говорить). Можно изменять слова грамматически, а так же использовать предлоги. Вы так же можете дать несколько ответов на каждую тройку слов».

Стимульный материал:

1. случайная гора долгожданная
2. вечерняя бумага стенная
3. обратно родина путь
4. далеко слепой будущее
5. народная страх мировая
6. деньги билет свободное
7. человек погоны завод
8. дверь доверие быстро
9. друг город круг
10. поезд купить бумажный
11. цвет заяц сахар
12. ласковая морщины сказка
13. детство случай хорошее
14. воздух быстрая свежее
15. певец Америка тонкий
16. тяжелый рождение урожайный
17. много чепуха прямо
18. кривой очки острый
19. садовая мозг пустая
20. гость случайно вокзал

Показатели образной и вербальной креативности высокого и низкого уровня

Количество испытуемых	Образная креативность		Вербальная креативность	
	Высокий уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Низкий уровень
1	126	64	94	61
2	123	63	90	61
3	109	62	89	60
4	108	60	89	60
5	106	59	88	59
6	106	58	86	58
7	106	58	86	57
8	103	58	84	56
9	97	57	83	55
10	96	56	83	55
11	93	54	82	55
12	90	53	81	53
13	87	53	76	52
14	87	53	76	52
15	84	52	75	52
16	83	50	75	51
17	82	49	75	50
18	82	48	72	49
19	80	47	72	47
20	77	46	72	44
21	77	45	72	42
22	73	45	71	42
23	73	44	69	42
24	72	44	68	41
25	72	43	66	38
26	70	42	66	38
27	66	41	65	38
28	66	41	63	27
29	65	35	63	25
30	65	30	62	23
Среднее	110,26	110,53	112,66	108,13