

Творчество как ресурс жизненного самоопределения подростков

Научный руководитель – **Карабанова Ольга Александровна**

Короткова Полина Алексеевна

Студент (специалист)

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра возрастной психологии, Москва, Россия

E-mail: billabonger@yandex.ru

Проблема жизненного самоопределения как самостоятельного выбора человеком ценностных ориентиров, проектирования собственной жизни у подрастающего поколения является, бесспорно, актуальной во все времена и особенно остро встает сегодня - в век неопределенности. При переходе к старшему подростковому возрасту смещение акцента с репродуктивности - к продуктивности становится центральной проблематикой, являясь, таким образом, «аффективным центром» и возрастным новообразованием подростничества [2]. Ни для кого не секрет, что сегодня смещен акцент на экзистенциальные, гуманистические практики - человек непременно должен реализовать свое внутреннее Я, в творческом аспекте, и именно тогда возможна гармония. Отсюда - возрастающий интерес к различного рода тренингам, арт-терапии, вариаций которых существует множество, в частности - применительно к процессу самоопределения подростков.

В данной работе мы изначально ставили в качестве цели разработку своего варианта активизирующего и в некотором смысле - формирующего воздействия (с использованием арт-терапевтических упражнений и других механизмов, оптимизирующих процесс самоопределения подростка) - и его апробацию.

Теоретическая часть работы составляла первый этап и являлась основной частью работы. Ее целью являлся наиболее полный анализ и выделение механизмов, гипотетически способных повлиять на процесс самоопределения, и дальнейшее внедрение воздействия на них в содержание тренинга. Жизненное самоопределение в теоретической части работы рассматривалось в интегральном философско-психологическом ключе как синоним жизнотворчества (определение себя относительно общечеловеческих критериев смысла жизни и реализация себя на основе этого самоопределения) [1], а в эмпирическом - как самоопределение личностное [4]. Было установлено, что уровень развития рефлексии, позволяющий в той или иной мере осознавать свои ценности (в частности, ценность творчества) является основным звеном в общем ценностно-рефлексивном процессе, способном в качестве личностной предпосылки повлиять на процесс самоопределения в сторону его оптимизации в старшем подростковом возрасте (границы которого были обозначены от 15 до 17(18) лет). Важным оказалось обнаружение нехватки и необходимости создания особых «сред» событийной общности [3] для реализации самопознания, а также действительная ресурсность арт-терапии как инструмента воздействия.

Представленная эмпирическая часть данной работы - пилотажное исследование, экспериментальная проверка эффективности программы тренинга арт-терапевтической направленности, разработанного на основе полученных выводов на небольшой группе испытуемых. В исследовании приняли участие 4 человека возрасте от 16 до 18 лет, все четверо - девушки, посещающие ШЮП при факультете психологии МГУ имени М.В.Ломоносова. Общая гипотеза о возможности воздействия и об эффективности конкретной программы была конкретизирована в нескольких частных:

1. В результате активизирующего воздействия изменится структура ценностей и их направленность в сторону творческой самореализации.

2. В результате применения специализированных техник, реализованных в предстоящем тренинге, повысится уровень рефлексии участников.

3. Повышение ценности творчества, осознание своей творческой уникальности при помощи рефлексии может способствовать оптимизации жизненного самоопределения, а также общему увеличению психологического благополучия.

Конкретной целью исследования было установление влияния осуществленного интервенционного воздействия на ценности (возрастание ценности творчества и самопознания), уровень рефлексии и самоопределение участников в аспекте «творческой уникальности» [3].

В качестве методов исследования (методики пре- и пост-теста) выступали методика ценностных ориентаций М. Рокича, Тест Куна - Макпартленда («20 Я») в модификации В.И. Юрченко, опросник ОТеЦ И.Г.Сенина, опросник В.Э.Мильмана («Ценности и мотивация»), а также ЦТО Эткинда для оценки динамики настроения в ходе занятий. Воздействие представляло собой мини-трениговую программу арт-терапевтической направленности, состоящую из трех занятий продолжительностью 1,5-2 часа каждое. В результате проведенных методик была осуществлена качественно-количественная оценка индивидуальных случаев, а также динамика показателей по всем четырем участникам (положительные/отрицательные изменения или их отсутствие).

Так, наиболее интересные результаты и существенные изменения были показаны по результатам методики М.Рокича. Значительное увеличение ценности «свобода» у всех участников дало почву для размышления о сензитивности подростков именно к данному ценностному компоненту и породило необходимость дальнейшего исследования вопроса и возможной корректировки теоретической части. Уровень рефлексии, а также более широко - уровень осмысленности жизни остался у всех участников на качественно прежнем уровне, однако количественно произошли изменения в сфере целеполагания (увеличение по показателю «цели в жизни»). Опросник ОТеЦ позволил выявить увеличение степени самораскрытия участников и появление новых творческих увлечений в их жизни. В качестве закрепляющего результат воздействия подросткам была предложена деятельность по рисованию совместного герба, результат которой наиболее ярко иллюстрирует итоги проведенной работы в русле творчества, а по своему содержанию интересен в плане отражения возрастной специфики подросткового возраста.

В целом оказалось, что в результате применения специализированных техник, возможно повысить уровень рефлексии участников, а гипотеза об изменении структуры ценностей и их направленности в сторону творческой самореализации - подтвердилась, однако столь кратковременного воздействия оказалось недостаточно, чтобы кардинально изменить структуру ценностей подростка.

Источники и литература

- 1) Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни / К. А. Абульханова-Славская. — Москва: Мысль, 1991. — 299 с.
- 2) Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе// Психология личности: сборник статей. Под ред. А.Б. Орлова. М.: Вопросы психологии, 2001.
- 3) Варламова Е.П., Степанов С.Ю. Психология творческой уникальности человека. М.; ИП РАН, 1998.
- 4) Гинзбург М.Р. Психология личностного самоопределения: дис. . . . докт. психолог. наук: 19.00.13. — М., 1996.