

ЖИТТЄТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ЯК ФАКТОР РОЗВИТКУ ГОТОВНОСТІ ДО ПРИЙНЯТТЯ ВІКОВИХ ЗМІН

Проведено дослідження взаємозв'язку життєтворчих здібностей юнаків та їх готовності до вікових змін. Доведено, що сформованість психологічної готовності до вікових змін пов'язана з рівнем розвитку життєтворчих здібностей – здібностей до творчого планування та здійснення життєвого проекту. Найбільший вплив на психологічну готовність до вікових змін має цілеспрямованість, менше значення мають осмисленість життя, життєстійкість, прагнення до особистісного зростання та креативність, майже не впливають рефлексивні здібності та пластичність.

Ключові слова: життєтворчість, життєтворчі здібності, готовність до вікових змін.

Постановка проблеми. Особливою, вищою формою інтеграції найбільш конструктивних характеристик життєвої стратегії, проявів творчої природи особистості та її суб'єктності виступає життєтворчість. Життєвий світ життєтворчої людини є керованою, відкритою системою, яка підвладна регуляції, корекції та розвитку через трансформацію як внутрішнього світу, так і зовнішнього оточення. Отже, дослідження життєтворчої проблематики мають безперечний науково-практичний потенціал з точки зору вивчення механізмів, форм та факторів розвитку особистості, здатної до повноцінного функціонування.

Аналіз досліджень та публікацій. Уперше наукову концепцію життєтворчості було створено колективом українських дослідників під керівництвом Л.В. Сохань. Вони запропонували розглядати життя як творчий процес та здійснили системне дослідження з проблем життєтворчості. Центральним положенням розробленої ними концепції є уявлення про людину як суб'єкт життя, в основі існування якого полягає життєтворчість – "особлива й вища форма прояву творчої природи людини. Це духовно-практична діяльність, спрямована на творче планування, проектування та здійснення життєвого проекту" [3, с. 158].

Сьогодні ідея життєтворчості є однією з провідних у психологічній та педагогічній науці, у межах цієї концепції досліджуються базові феномени життєвого шляху: "життєва компетентність", "життєва стратегія", "спосіб життя", "стиль життя", "життєві цілі та завдання", "життєві плани", "життєві програми", "життєві перспективи", "життєвий вибір", "життєва позиція", "життєві суперечності" та ін. У ряді досліджень було доведено, що життєтворчість є запорукою формування життєвої компетентності – інтегральної системної характеристики особистості, що є сукупністю здатностей до вільного та творчого життєвого визначення й життєздійснення, розвитку індивідуальності, подолання життєвих труднощів та власних обмежень, досягнення важливих життєвих цілей, здійснення вирішальних виборів, гармонізації стосунків з навколишніми (О.П. Варламова та С.Ю. Степанов, 2002; І.Г. Єрмаков, 2003, 2006, 2007; О.Г. Злобіна, 1996; Д.О. Леонтьєв, 2001; І.О. Мартинюк, 1996; Л.В. Сохань, 1996, 1997; О.С. Сухоруков, 1996; Н.О. Татенко, 2007; М.О. Шульга, 1996 та ін.).

Водночас, проблематика життєтворчості залишає в собі потенціал для подальших наукових пошуків, що й зумовило актуальність цього дослідження.

Метою дослідження стало вивчення взаємозв'язку між рівнем розвитку життєтворчих здібностей та психологічної готовності до прийняття вікових змін в осіб юнацького віку.

Виклад основного матеріалу дослідження. Досліджуваними в роботі прийняли участь 87 осіб віком від 19 до 24 років (43 дівчини та 44 юнака). При обранні саме цієї вікової категорії досліджуваних ми виходили з переконання про те, що оцінка та оптимізація процесу формування психологічної готовності до прийняття вікових змін (фізіологічних, психологічних, соціальних особливостей, притаманних людям похилого віку) є доцільними вже в юнацькому віці, який є етапом побудови психологічного майбутнього та життєвого самовизначення, набуття зрілої ідентичності та усталеного ставлення до себе.

Діагностику рівня розвитку життєтворчих здібностей юнаків було здійснено за допомогою власного авторського опитувальника [1], який дозволяє вивчати загальний рівень розвитку життєтворчих здібностей та рівень розвитку їх окремих видів за допомогою семи шкал:

- *осмисленість життя* – характеризує здатності людини знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, формулювати власне життєве призначення;

- *життєстійкість* – описує здібності людини, пов'язані зі здатністю протистояти життєвим труднощам: долати проблеми та перешкоди, розв'язувати конфлікти, опиратися деструктивному тиску та маніпуляціям навколишніх;

- *цілеспрямованість* – відображає життєтворчі здібності, що проявляються в умінні формулювати життєві цілі, бути активним, енергійним, рішучим, послідовним та наполегливим у реалізації задумів;

- *пластичність* – характеризує такі життєтворчі здібності, як толерантність до невизначеності, готовність до непередбачуваного майбутнього, гнучкість у плануванні, готовність до змін у житті, відкритість до нового досвіду, комфортні відчуття у незвичайних ситуаціях та несподіваних обставинах;

- *прагнення до особистісного зростання* – відображає впевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, активність у напрямку саморозвитку та самовдосконалення, прагнення до підвищення власної компетентності у різних сферах активності;

- *креативність* – відображає здатність людини зробити своє життя привабливим та цікавим, вміння знайти щось захоплююче в будь-якій справі, прагнення до створення нового у всьому, чим займаєшся;

- *рефлексивні здібності* – висвітлює зацікавленість людини в розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків, прагнення до самоспостереження з метою самопізнання.

Діагностику психологічної готовності до засвоєння майбутніх віково-часових змін було проведено за допомогою опитувальника "Готовність до вікових змін" [2], який дозволяє оцінювати сформованість готовності до вікових змін за такими параметрами: загальна оцінка сформованості готовності до засвоєння вікових змін; компоненти готовності: фізіологічний, соціальний, особистісно-психологічний, професійний; рівні готовності: когнітивний, афективний, мотиваційний; структурні елементи готовності.

Для оцінки взаємозв'язку між рівнями розвитку життєтворчих здібностей та психологічної готовності до засвоєння віково-часових змін було проведено кореляційний аналіз результатів, отриманих досліджуваними за Опитувальником життєтворчих здібностей та опитувальником "Готовність до вікових змін". Результати кореляційного аналізу (статистично значущі коефіцієнти кореляції Пірсона – r_{xy}) наведено в табл. 1 та 2.

Таблиця 1

Взаємозв'язок розвитку життєтворчих здібностей та компонентів і рівнів готовності до засвоєння віково-часових змін

Показники Опитувальника життєтворчих здібностей	Показники опитувальника "Готовність до вікових змін"						
	Компоненти готовності				Рівні готовності		
	Фізіологічний компонент	Соціальний компонент	Особистісний компонент	Професійний компонент	Когнітивний рівень	Афективний рівень	Мотиваційний рівень
Осмисленість життя	—*	—*	0,245**	0,228**	—*	—*	0,263**
Життєстійкість	—*	—*	—*	—*	—*	—*	0,254**
Цілеспрямованість	0,231**	0,244**	0,27**	0,226**	—*	—*	0,291***
Пластичність	—*	—*	—*	—*	—*	—*	—*
Прагнення до особистісного зростання	—*	—*	—*	0,25**	—*	—*	0,266**
Креативність	—*	—*	0,232**	—*	—*	—*	0,308****
Рефлексивні здібності	—*	—*	—*	—*	—*	—*	—*
Загальний показник	—*	—*	0,281***	0,271**	—*	—*	0,368****

Примітки: * – відсутність статистично значущого зв'язку; ** – $p < 0,05$; *** – $p < 0,01$; **** – $p < 0,001$.

Дані, наведені в табл. 1, свідчать про відсутність статистично значущого зв'язку між оцінками фізіологічного і соціального компонента психологічної готовності до прийняття вікових змін та розвитком більшості життєтворчих здібностей. Виняток складають лише оцінки за шкалою "цілеспрямованість" Опитувальника життєтворчих здібностей, які утворюють з ними статистично значущі кореляції (див. табл. 1).

У відповідності до процедурних особливостей опитувальника "Готовність до вікових змін", фізіологічний компонент готовності забезпечує здатність до прийняття людиною таких зовнішніх та внутрішніх проявів старіння, як зморшки, сивина, погіршення стану здоров'я та ін. [2]. Сформованість соціального компонента дозволяє усвідомлювати, приймати та знаходити механізми адаптації до перетворень, які відбуваються в соціальній сфері людей похилого віку – погіршення матеріального становища, отримання нових соціальних ролей, зміни в змісті та характері спілкування з навколишніми, можливе прийняття допомоги з боку інших [2]. Отже, відсутність взаємозв'язків між цими компонентами готовності до старості та рівнем розвитку життєтворчих здібностей указують на те, що здібності людини щодо вільного, активного та творчого управління власним життям в юнацькому віці не мають суттєвого впливу на розвиток здатності толерантно усвідомлювати, приймати, адаптуватися до майбутніх негативних фізичних та соціальних змін, притаманних людям похилого віку. Лише життєтворчі здібності, що проявляються в умінні формулювати життєві цілі, бути активними, рішучими, послідовними та наполегливими (шкала "цілеспрямованість" Опитувальника життєтворчих здібностей) детермінують активність у пошуку стратегій пристосування або корегування змін, пов'язаних із зниженням зовнішньої привабливості, можливим зниженням гостроти зору та слуху, утомлюваністю, погіршенням діяльності серцево-судинної системи, опорно-рухового апарату та ін. (фізіологічний компонент) та змін, які відбуваються у соціальній сфері – взаємини з навколишніми, структура виконуваних соціальних ролей, виникнення залежності від близьких або соціальних служб, зниження матеріального благополуччя (соціальний компонент готовності до старості) – див. табл. 1.

Рівень розвитку особистого компонента психологічної готовності до вікових змін утворює статистично значущі кореляції з більшою кількістю життєтворчих здібностей (див. табл. 1). Зі здатністю юнаків до розуміння та прийняття механізмів та сутності змін, що відбуватимуться з їх особистістю з плином часу пов'язаний загальний рівень розвитку життєтворчих здібностей та здібностей до осмисленості життя, цілеспрямованості, креативності. Отже, людина з розвинутими навичками життєтворення (знаходження сенсу життя, цілеутворення та креативного ставлення до життя) спокійно і толерантно ставиться до майбутніх вікових змін, сприймає їх як нормальні та природні, вона психологічно готова до появи особливостей, притаманних людині похилого віку (погіршення показників пізнавальної сфери, складності в засвоєнні нового, загострені емоційні реакції на ставлення оточуючих) та здатна до активного пошуку стратегій пристосування і компенсації можливих негативних ефектів таких змін.

Рівень сформованості професійного компонента психологічної готовності до змін на статистично значущому рівні пов'язаний з загальними оцінками досліджуваних за Опитувальником життєтворчих здібностей та їх оцінками за шкалами "осмисленість життя", "цілеспрямованість" та "особистісне зростання" (див. табл. 1). Таким чином, виявляється, що особистість юнацького віку, яка здатна толерантно та конструктивно сприймати майбутні перетворення, що відбуватимуться в її професійній сфері з досягненням похилого віку (зміни професійного статусу, змісту, рівня відповідальності та інтенсивності праці; конкуренція з боку більш молодих колег; складності, пов'язані із необхідністю до засвоєння нових професійних технологій; перспектива втрати професійної діяльності через вихід на пенсію), характеризується високим рівнем розвитку таких особистісних якостей:

- здатність знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, формулювати власне життєве призначення (шкала "осмисленість життя" Опитувальника життєтворчих здібностей);
- уміння формулювати життєві цілі, бути активним, рішучим, послідовним та наполегливим у реалізації задумів (шкала "цілеспрямованість");
- упевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, активність у напрямку саморозвитку та самовдосконалення, прагнення до підвищення власної компетентності в різних сферах активності (шкала "прагнення до особистісного зростання").

Кореляційний аналіз оцінок досліджуваних за опитувальником "Готовність до вікових змін" та Опитувальником життєтворчих здібностей показав відсутність статистично значущого зв'язку між рівнем розвитку навичок творчого життєтворення та когнітивним і афективним рівнями психологічної готовності до прийняття майбутніх вікових змін (див. табл. 1). Отже розвиток здібностей творчого життєтворення в юнацькому віці не впливає на здатність адекватно усвідомлювати зміни, що відбуватимуться в процесі старіння (когнітивний рівень готовності до вікових змін) та адекватно ставитися до них як до природного явища (афективний рівень). Слід підкреслити, що навіть оцінки досліджуваних за шкалами "рефлексивні здібності" (всвітлює зацікавленість людини у розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків, прагнення до самоспостереження з метою самопізнання) та "пластичність" (вимірює толерантність до невизначеності, готовність до непередбачуваного майбутнього, гнучкість у життєвому плануванні, готовність до змін у житті, відкритість до нового досвіду, комфортні відчуття у незвичайних ситуаціях та несподіваних обставинах) не утворили статистично значущого зв'язку з когнітивною складовою готовності до старості (див. табл. 1).

З більшістю життєтворчих здібностей та загальною оцінкою їх розвитку пов'язані оцінки мотиваційного рівня психологічної готовності юнаків до вікових змін (див. табл. 1). Отже, досліджуваним, які налаштовані на енергійний пошук стратегій адаптації до неминучих психологічних, соціальних та фізіологічних змін, властивих пізній зрілості, притаманна здатність до творчого планування, розробки та здійснення життєвого проекту. Юнаки, мотивовані на вироблення продуктивних, конструктивних та активних стратегій засвоєння та компенсації негативних ефектів того, що відбуватиметься в старості з їх психічними та фізичними властивостями, міжособистісними стосунками, рівнем матеріального благополуччя, соціальним статусом та ін., завдячують цими характеристиками таким життєтворчим здібностям:

- знаходження смислу свого існування, відчуття безумовної цінності життя, формулювання власного життєвого призначення (шкала "осмисленість життя" Опитувальника життєтворчих здібностей);
- протистояння життєвим труднощам: подолання складних проблем та перешкод, розв'язання конфліктів, опору деструктивному тиску та маніпуляціям оточуючих (шкала "життєстійкість");
- формулювання життєвих цілей, активність, енергійність, рішучість, послідовність та наполегливість у реалізації задумів (шкала "цілеспрямованість");
- упевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, активність у напрямку саморозвитку та самовдосконалення, прагнення до підвищення власної компетентності в різних сферах активності (шкала "прагнення до особистісного зростання");
- перетворення життя на привабливе та цікаве, знаходження чогось захоплюючого в будь-якій справі, прагнення до створення нового в усьому, чим займаєшся (шкала "креативність").

Таблиця 2

*Взаємозв'язок життєтворчих здібностей та структурних компонентів
готовності до засвоєння віково-часових змін*

Показники Опитувальника життєтворчих здібностей	Рівні фізіологічного компоненту			Рівні соціального компоненту		
	Когнітивни й	Афективни й	Мотиваційни й	Когнітивни й	Афективни й	Мотиваційни й
Осмиленість життя	—*	—*	—*	—*	—*	0,234**
Життєстійкість	—*	—*	0,235**	—*	—*	0,221**
Цілеспрямованість	—*	0,229**	0,249**	—*	—*	0,301****
Пластичність	—*	—*	—*	—*	—*	—*
Прагнення до особистісного зростання	—*	—*	—*	—*	—*	0,219**
Креативність	—*	—*	—*	—*	—*	0,218**
Рефлексивні здібності	—*	—*	—*	—*	—*	—*
Загальний показник	—*	—*	0,236**	—*	—*	0,288***
Показники Опитувальника життєтворчих здібностей	Рівні особистісного компоненту			Рівні професійного компоненту		
	Когнітивни й	Афективни й	Мотиваційни й	Когнітивни й	Афективни й	Мотиваційни й
Осмиленість життя	—*	—*	0,223**	—*	—*	0,324****
Життєстійкість	—*	—*	—*	—*	—*	0,276***
Цілеспрямованість	—*	0,274***	0,235**	—*	—*	0,281***
Пластичність	—*	—*	0,241**	—*	—*	—*
Прагнення до особистісного зростання	—*	—*	0,224**	—*	—*	0,302***
Креативність	—*	—*	0,3***	—*	—*	0,33****
Рефлексивні здібності	—*	—*	—*	—*	—*	0,227**
Загальний показник	—*	—*	0,299***	—*	—*	0,412****

Примітки: * – відсутність статистично значущого зв'язку; ** – $p < 0,05$; *** – $p < 0,01$; **** – $p < 0,001$.

Результати кореляційного аналізу, наведені в табл. 2, підтверджують вже встановлену вище відсутність взаємозв'язку між розвитком життєтворчих здібностей юнаків та оцінками сформованості фізіологічного і соціального компонентів та когнітивного і афективного рівнів психологічної готовності до вікових змін. Статистично значущий зворотний зв'язок було виявлено лише між оцінками за шкалою "цілеспрямованість" Опитувальника життєтворчих здібностей та афективними рівнями фізіологічного і особистісного компонентів готовності до старості. Тобто цілеспрямованість, енергійність та наполегливість у життєтворчому цілстворенні певним чином сприяє розвитку здатності до адекватного та толерантного емоційного реагування на зовнішні та внутрішні фізіологічні прояви старіння (фізіологічний компонент готовності до вікових змін) та появу особистісних особливостей, властивих людям похилого віку (особистісний компонент). На міру усвідомлення неминучості та сутності фізіологічних, соціальних, особистісних та професійних вікових змін (когнітивний компонент) та емоційне ставлення до них (афективний компонент) рівень розвитку інших життєтворчих здібностей не впливає (див. табл. 2).

Дані, наведені в табл. 2, також підтверджують вже встановлений взаємозв'язок між рівнем розвитку життєтворчих здібностей та сформованістю мотиваційного рівня готовності до вікових змін. Високий рівень мотивованості до пошуку стратегій пристосування та корекції наслідків фізіологічних змін пов'язаний з розвитком життєтворчих здібностей цілстворення і цілреалізації (шкала "цілеспрямованість") та протистояння життєвим труднощам і долання складних проблем (шкала "життєстійкість"). Мотиваційна спрямованість на конструктивне прийняття соціальних змін пов'язана із всіма життєтворчими здібностями, крім пластичності (толерантність до невизначеності, готовність до непередбачуваного майбутнього, гнучкість у життєвому плануванні, готовність до змін у житті, відкритість до нового досвіду, комфортні відчуття у незвичайних ситуаціях та несподіваних обставинах) та рефлексії (зацікавленість людини у розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків, прагнення до самоспостереження з метою самопізнання). Мотиваційний рівень особистісного компонента пов'язаний із оцінками життєтворчих здібностей за шкалами

"осмисленість життя", "цілеспрямованість", "пластичність", "прагнення до особистісного зростання", "креативність" та їх загальною оцінкою. Мотиваційний рівень професійного компонента – з рівнем розвитку майже всіх життєтворчих здібностей, крім пластичності (див. табл. 2). Отже, розвиток навичок активного та вільного життєтворення, управління життям як творчим проектом певним чином сприяє формуванню мотиваційної спрямованості юнаків на пошук стратегій пристосування та/ або корекції (компенсації) негативних наслідків старіння, його впливу на фізіологічні функції, зовнішню привабливість, соціальні характеристики, особистісні якості та умови професійної діяльності.

Кореляційний аналіз результатів, отриманих досліджуваними за Опитувальником життєтворчих здібностей та опитувальником "Готовність до вікових змін" показав, що загальний рівень сформованості готовності до засвоєння змін, притаманних етапу пізньої зрілості, пов'язаний із загальною оцінкою рівня розвитку життєтворчих здібностей ($r_{xy} = 0,252$; $p < 0,05$) та їх оцінками за шкалами "осмисленість життя" ($r_{xy} = 0,232$; $p < 0,05$) і "цілеспрямованість" ($r_{xy} = 0,27$; $p < 0,05$). Отже, чітке усвідомлення, толерантне ставлення та готовність до конструктивних дій з прийняття неминучих вікових змін притаманні юнакам, які здатні знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, визначати власне життєве призначення (оцінки за шкалою "осмисленість життя") та здатні формулювати життєві цілі, бути активними, енергійними, рішучими, послідовними та наполегливими у реалізації задумів (оцінки за шкалою "цілеспрямованість").

Висновки. Моніторинг та оптимізація процесу розвитку готовності до вікових змін на пізніх етапах життя має починатися вже в юнацькому віці, коли найбільш активно розвивається світогляд, набувається зріла ідентичність та усталене ставлення до себе.

Проведене дослідження показало, що сформованість психологічної готовності до вікових змін в юнаків пов'язана з рівнем розвитку їх життєтворчих здібностей – здібностей до творчого планування, проектування та здійснення життєвого проекту.

В результаті вивчення взаємозв'язку життєтворчих здібностей та показників сформованості психологічної готовності осіб юнацького віку до засвоєння майбутніх вікових змін було встановлено, що:

- юнаки із високими загальними оцінками розвитку життєтворчих здібностей та їх оцінками за шкалами "осмисленість життя", "цілеспрямованість" та "креативність" мають високий рівень сформованості особистісного компоненту готовності до вікових змін;

- високий рівень сформованості професійного компонента готовності до старості властивий юнакам із високими загальними оцінками життєтворчих здібностей та високими оцінками за шкалами "осмисленість життя", "цілеспрямованість" та "прагнення до особистісного зростання";

- сформованість фізіологічного та соціального компонентів психологічної готовності до прийняття вікових змін певним чином зумовлюється лише рівнем розвитку життєтворчих здібностей до цілетворення та цілереалізації;

- розвиток навичок активного та вільного життєтворення, управління життям як творчим проектом найбільш сприяє формуванню мотиваційної спрямованості юнаків на пошук стратегій пристосування та/або корекції (компенсації) негативних наслідків старіння, його впливу на фізіологічні функції, зовнішню привабливість, соціальні характеристики, особистісні якості та умови професійної діяльності;

- розвитку афективного рівня готовності до фізіологічних та особистісних вікових змін сприяють життєтворчі здібності цілеспрямованості;

- загальна оцінка сформованості психологічної готовності до вікових змін є тим вищою, чим вищим є загальний рівень розвитку життєтворчих здібностей та життєтворчих здібностей до знаходження смислу існування і визначення життєвого призначення ("осмисленість життя") та до формулювання життєвих цілей, активності, енергійності, рішучості, послідовності і наполегливості у реалізації задумів ("цілеспрямованість");

- найбільший вплив на сформованість психологічної готовності до вікових змін здійснює рівень розвитку життєтворчих здібностей цілеспрямованості, менше значення мають життєтворчі здібності до осмисленості життя, життєстійкості, прагнення до особистісного зростання та креативності;

- майже не впливають на розвиток психологічної готовності до прийняття вікових змін в юнацькому віці життєтворчі здібності рефлексії (розуміння своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків) та пластичності (толерантність до невизначеності, гнучкість у плануванні, готовність до змін, відкритість новому досвіду).

Перспективи подальших досліджень:

- уточнення причинно-наслідкових зв'язків між рівнем розвитку життєтворчих здібностей та готовності до вікових змін в юнацькому віці;

- знаходження пояснення майже відсутності впливу на готовність до старості рівня розвитку пластичності та рефлексивних здібностей особистості.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Большакова А.М.* Опитувальник життєтворчих здібностей / А.М. Большакова // Вісник НТУ "КПІ". Філософія. Психологія. Педагогіка : зб. наук. праць. – К. : ІВЦ "Політехніка", 2010. – № 2 (29). – С. 70–75.

2. *Глуханюк Н.С.* Поздний возраст и стратегии его освоения / Н.С. Глуханюк, Т.Б. Гершкович. – М. : МПСИ, 2003. – 112 с.

3. *Сохань Л. В. Життєтворчість як мистецтво жити / Л. В. Сохань // Психологія і педагогіка життєтворчості : навч.-метод. посіб. / Мін. освіти України, Ін-т змісту і методів навчання, Ін-т педагогіки АПН України, Ін-т соціології НАН України. – К. : [Б.в.], 1996. – С. 156–167.*

Подано до редакції 12.05.12
