

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ. ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.923.71

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.5/01>**Даценко О.А.**

Криворізький державний педагогічний університет

ЖИТТЄТВОРЧІСТЬ ЯК ПРЕДИКТОР ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Стаття присвячена проблемі життєтворчості особистості як предиктору психологічного благополуччя, що особливо гостро постала у нашій країні в цей час. Підкреслено важливість її дослідження як в теоретичному, так і прикладному аспектах, з метою можливості прогнозування результативності життєвого шляху індивіда та досягнення більш високого рівня задоволеності існуванням. Представлено деякі теоретичні положення феноменів життєтворчості та психологічного благополуччя, робиться спроба визначення їх взаємодетермінаційних зв'язків. Зазначається, що життєтворчість як свідомо, цілісно і складно організована система екзистенційних процесів обумовлює результативність життя, що виявляється у оцінках власного благополуччя. Вона дає можливість розбудовувати власний соціально – психологічний простір, створити таку реальність, яка відповідає умовам та критеріям позитивного функціонування. Як проактивний, креативний та трансгресивний механізм інструменталізації екзистенційної активності, життєтворчість дозволяє трансформувати повсякденність у цінності психологічного благополуччя та за рахунок процесів життєздійснення та життєвдосконалення досягати його. Здатність людини до перетворення світу свого життя, до творчого освоєння повсякденності розглядається як найважливіший ресурс її психологічного благополуччя. Психологічне благополуччя визначається, як узагальнена оцінка активності індивіда та продуктивності особистісної самореалізації. Виявляються деякі особливості структурної моделі благополуччя, зокрема роль когнітивних та емоційних складових в афективно – оціночному ставленні до власного життєтворення. Підкреслюється залежність цих оцінок від результативної життєдіяльності, що є наслідком життєтворчості і самоефективності людини як суб'єкта цих процесів. Окреслено перспективи подальших наукових пошуків. Наголошується на необхідності більш глибокого психологічного аналізу фундаментальної присутності життєтворчості в структурі психологічного благополуччя особистості.

Ключові слова: життєтворчість, психологічне благополуччя, самореалізація, трансформація, оцінка життя, задоволеність існуванням.

Постановка проблеми. Радикальні процеси, що відбуваються у суспільстві останнім часом, викликають зміни у традиційних процесах життєдіяльності людини, значно погіршуючи її фізичне самопочуття та психологічне благополуччя. Нова реальність змінює цінності повсякденного життя, висуває складні вимоги до здатності існувати в умовах мінливого світу. Ускладнення суспільно – економічних та політичних умов породжують нестабільність та непередбачуваність існування, знижують життєтворчу активність та відчуття психологічного благополуччя. У зв'язку з цим, у сучасній психології особливої актуаль-

ності набуває проблема життєтворчості, як внутрішньої умови підвищення психологічного благополуччя особистості. Нагальним завданням є визначення предметної області, виокремлення власне психологічного ракурсу досліджень феномену життєтворчості в проблемному полі позитивного функціонування. Трансдисциплінарність, змістовна складність і неоднозначність інтерпретацій, як ключові характеристики зв'язку життєтворчості і благополуччя особистості, потребують посилення рефлексивності наукового знання у даному напрямку. Актуальність вивчення проблеми з теоретичної та практичної

точки зору визначається усвідомленням необхідності розгорнутого аналізу проблем суб'єктивної організації гнучких і продуктивних способів існування в умовах сьогодення.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Складність питання взаємодетермінації життєтворчості та психологічного благополуччя неминує передбачає багатоаспектність його розкриття. У сучасній психології проблема благополуччя всебічно висвітлюється в працях українських науковців Ю. Швалба, Л. Сердюк, О. Чиханцової, О. Вернік, О. Павленко та ін., де розкриваються питання системної, структурно – динамічної та функціональної організації феномену; визначаються соціально – психологічні умови та механізми підвищення рівня позитивного функціонування. Спроба виявлення ролі життєтворчості в площині психологічного благополуччя доволі розгорнуто представлена в дослідженнях С. Максименка, Н. Богданової, Л. Сохань, В. Ямницького, В. Доній, І. Єрмакова та ін.. Осмислення концепту життєтворчості як предиктору благополуччя науковці пов'язують із компетентністю людини, її духовністю та індивідуальністю (С. Максименко, В. Татенко, Н. Чепелева, В. Моляко, І. Бех та ін.), вічним прагненням людини до особистісного зростання (М. Боришевський, І. Булах, П. Лушин, Н. Пов'якель) та щасливого існування (Т. Титаренко, Н. Володарська, Є. Головаха, П. Кравченко та ін.). Незважаючи на активний інтерес науковців, нині проблема життєтворчості як предиктору психологічного благополуччя є недостатньо розробленою, як в теоретичному, так і практичному аспектах. Однозначного визначення взаємодетермінації феноменів у сучасній психології досі немає, що і обумовлює завдання дослідження.

Мета статті – теоретичний аналіз феномену життєтворчості як предиктору психологічного благополуччя особистості.

Виклад основного матеріалу. Багатомірність світу людини XXI століття виражається у множинності контекстів її існування: базовому (ситуаційному) – рівень безпосереднього середовища людини; соціальному та буттєвому. Базовий рівень відображає життя людини в системі біологічних процесів і розкривається в поняттях «виживання», «вітальність», «адаптація». Соціальний контекст розглядається в низці пояснювальних моделей, що описують взаємодію особистості із соціальним середовищем. Буттєвий рівень не зводиться до механічного поєднання попередніх, а передбачає існування людини в її екзистенційних даностях за рахунок процесів життєтворчості.

У просторі психології проблема життєтворчості постала у зв'язку із необхідністю аналізу способів існування людини [1; 4]. В даній парадигмі було зазначено про адаптивний спосіб, коли життя не виходить за межі безпосередніх зв'язків, а сама людина знаходиться всередині повсякденних процесів. Це впорядкована, цілісна, систематизована у зразках (типова), доступна, зрозуміла, регулярно повторювана, релевантна, вже об'єктивована реальність, що має темпоральний і прагматичний характер. В цій реальності людина залишається в рамках мотиваційної системи, що вже склалася раніше, діє традиційно та шаблонно, використовуючи накопичений досвід.

Другий спосіб існування пов'язаний із появою рефлексії та формуванням людини як суб'єкта життя. Індивід не є пасивним об'єктом, що формується під впливом соціуму, так само як і не є «продуктом» біологічного, тваринного начала, а обирає і створює себе своїми діями і вчинками в кожен момент свого життя [7]. Особистість – це певне фундаментальне, інтегративне ядро, що зв'язує воедино різноманітні процеси, завдяки яким моделюється, трансформується та здійснюється життя. Вона вільна у виборі способів і засобів існування, визначається рівнем свідомого ставлення до нього і самого себе, готова взяти на себе відповідальність за здійснене. Особистість може створити для себе ту реальність, у якій вона може бути продуктивною як істота, що прагне самореалізації та духовно еволюціонує. Зазначене посилює увагу до активної ролі самого суб'єкта у розбудові свого життя, що не зводиться до пристосування або подолання труднощів. Людина стає автором свого життя, вона його планує, організовує, здійснює, контролює тобто творить.

Питанням аналізу різних способів життя переймається С. Мадді. Порівнюючи різні моделі, на яких ґрунтуються теорії особистості, він наголошує на трансцендентності та адаптації як основних формах активності суб'єкта [9]. Саме з трансцендентністю автор пов'язує життєтворчість, наголошуючи на тому, що ця унікальна проактивна здатність надає можливості до трансформацій індивідуального онтологічного простору. Життєвий шлях людини – це не ланцюг біографічних подій, а результат цілеспрямованої надситуативної активності суб'єкта, процес його виходу за межі повної поглиненості, тобто життєтворчості.

Як зазначають Л. Сохань, І. Єрмаков та ін., життєтворчість – це вищий етап акмеологічного розвитку особистості, коли вона набуває особливого осмислення себе і розширює сприйняття світу

[4]. Н. Богданова розглядає життєтворчість як творення нового буття, нової онтологічної реальності, і в ній нової людини, яка прагне досконалості та благополуччя [1]. Це система динамічних стосунків зі світом, готовність до самозмін в тому напрямку, що максимально сприятиме самореалізації особистості в даних обставинах. Як вищий прояв сутнісних сил та креативного потенціалу, «життєтворчість функціонує у різних способах та формах духовно-практичної діяльності індивіда та направлена на свідоме та відповідальне здійснення власного життєвого проекту» [1, с. 22]. Життєтворчість – це не стільки пристосування до вимог ситуації, скільки репрезентація внутрішніх можливостей, які відкриваються для реалізації мети і сенсу життя; спрямованість на актуалізацію здатностей до розвитку, самовдосконалення і благополуччя на противагу стагнації та занепаду.

Ямницький В. додає, що життєтворчість, як «максимум розвитку» передбачає сформованість самосвідомості, орієнтованої на вільне розв'язання завдань та втілення потенційного, вихід за межі безпосереднього, породжуючи, таким чином, можливість своєї суттєвої зміни, що і є проявом життєтворчості [7]. «Екзистенційний прорив», рух до нових смислових систем, перехід «від можливого до неможливого» визначають трансгресивність життєтворчості, як творчу діяльність людини, спрямовану на подолання меж своїх можливостей та творення себе [10]. Ця діяльність фіксує етап досягнення, дозволяє індивіду виходити за рамки наявних матеріальних, символічних і соціальних можливостей, що стає джерелом нових і значущих цінностей та смислів. В трансгресивності розкривається проактивна сутність людини, можливості перетворення реальності у цінності психологічного благополуччя.

Життєтворчість, як система трансформаційних процесів забезпечує зміну реальності через реалізацію здатності до прояву гнучкості та широти поведінкового репертуару для досягнення цілей або подолання криз. Вона відображає розмаїття та складність світу існування людини та її уміння більш – менш позитивно функціонувати в ньому; пов'язана із самореалізацією, самоствердженням і самотрансценденцією, коли людина актуалізує потенційні здібності своєї особистості, створює простір комфортного та гармонійного існування. Саме здатність людини до перетворення світу свого життя, до творчого освоєння повсякденності в сучасній психології розглядається як найважливіший ресурс її психологічного благополуччя.

Як цілісно і складно організована система потенцій життєздатності, життєтворчість дає змогу свідомо і творчо реалізувати концепцію життя; виступає операціонально – дієвим механізмом успішного перетворення або нівелювання негативних зовнішніх впливів та стає основою для формування суверенності психологічного простору людини, відчуття щастя та задоволеності існуванням. Т. Титаренко підкреслює, що люди, у поведінці яких домінують продуктивні життєтворчі стратегії є більш успішними в житті [6]. Вони характеризуються високим рівнем активності, цілеспрямованості, пошуком ресурсів, ефективніше справляються з важкими життєвими ситуаціями, в результаті відчувають себе більш благополучними.

В дослідженнях Р. Річардс зазначається, що життєва креативність, що корелює з процесами життєздійснення, життєорганізації, самоконтролю та життєвдосконалення, сприяє позитивному функціонуванню людини [10]. Посилаючись на емпіричні дані, автор виділяє такі елементи життєтворчості, як: свобода від стереотипів, посилення усвідомленості, відкритість досвіду, висока толерантність до невизначеності та надання переваги складності, інтелектуальна еластичність під час зіткнення зі змінами й дестабілізацією, оригінальність вирішення проблемних ситуацій, здатність до повного й живого проживання кожного моменту, більша залученість до процесу життя, спрямованість до його універсальних тем тощо, які виявляють свою присутність і в структурі психологічного благополуччя [10, с. 41–42].

І. Єрмаков, Є. Головаха та ін. зауважують, що життєтворчість ґрунтується на загальних уявленнях людини про благополуччя і взагалі спрямована на її досягнення; включає інтерес до життя, проактивний копінг, високу майстерність у досягненні цілей і т.д. [3]. Зазначені особливості, як підкреслюють науковці, інтегрують генералізовану здатність і готовність особистості свідомо і творчо здійснювати своє життя та виступають внутрішніми ресурсами благополуччя.

Психологічне благополуччя базовий суб'єктивний конструкт, що відображає сприйняття та оцінку свого функціонування з точки зору вершини потенційних можливостей людини. Є інтегральним суб'єктивним конструктом, що має шестифакторну структуру, яка включає автономність, компетентність, особистісне зростання, позитивні стосунки, життєві цілі, самоприйняття та соціальна поведінка особистості [5]. Воно відображає певний спосіб життя, що відповідає критеріям «нормативності»

(відповідність системі норм, прийнятих у суспільстві); визначається суб'єктивними стандартами «позитивного» життя і проявляється у повсякденному розумінні щастя, як переваги позитивних емоцій над негативними.

Психологічне благополуччя представляє собою динамічну раціонально-афективну оцінку людиною якості власного життя та окремих його сфер [2]. Ця оцінка формується на основі об'єктивних чинників, сприйнятих і засвоєних особистістю з урахуванням її індивідуально – типологічних особливостей; виступає як суб'єктивний результат переживання своїх успіхів та невдач. Вона пов'язана з базовими цінностями, відображає рівень самоздійснення, включає різноманітні суб'єктивні й об'єктивні показники життєдіяльності, що є значущими для особистості.

У зв'язку з цим, психологічне благополуччя розглядається як системний показник якості життєтворчості, який формується в процесі життєдіяльності на основі застосування потенцій та енергій екзистенційної креативності, проявляється в переживанні змістовної наповненості та цінності життя в цілому [2]. Це складне, багатофакторне та структурно-динамічне утворення, що виступає як узагальнена оцінка рівня самоздійснення в плані реалізації цінностей та смислу життя. Воно сигналізує про ступінь комфортності людини в своєму життєвому середовищі, гармонізацію внутрішнього і зовнішнього світу, виявляється як переживання успішності чи неуспішності функціонування особистості у площині власного буття. Визначаючись із рівнем власного благополуччя людина аналізує себе як суб'єкта життєорганізації та життєздійснення, тобто як суб'єкта життєтворіння. Л. Сердюк з цього приводу зазначає, що психологічне благополуччя виражає життя, як таке, що вдалося або ні; виявляється в індивідуальному змісті переживань, щодо якості, умов, змісту життєдіяльності і самого себе в цих онтологічних координатах [5]. А. Фернхем додає, що «..благополуччя розуміється як стан задоволеності та наповненості життям» [8, с. 61]. Т. Титаренко підкреслює, що психологічне благополуччя є свідченням якості існування, реалізації здатності до прояву ресурсу особистості [6].

Психологічне благополуччя як результат застосування життєтворчих стратегій відображає ефективність функціонування особистості, в першу чергу, з точки зору досягнутих життєвих цілей і смислів, включає афективну й когнітивну складові. Когнітивний компонент благополуччя охоплює процеси свідомої «ревізії» власної життєдіяльності

на предмет реалізованого; відображає цілісність, несуперечливість, усвідомленість картини світу, свого життя і себе в цій системі. Це свідомо позиція не лише щодо розгортання життєвого шляху, ціннісно – оціночне ставлення до нього, а й самого себе як суб'єкта цих процесів. Афективний компонент психологічного благополуччя виражає, в першу чергу, позитивне самоствавлення, високу самооцінку у зв'язку з досягнутими цілями, цінностями та ідеалами, загальну задоволеність життям.

Психологічне благополуччя – це узагальнений індикатор рівня та результатів реалізації життєвого проекту та особистих прагнень; виражається в показниках самоактуалізації, особистісної зрілості, самодетермінації, самотрансценденції, самодіяльності в складних процесах життєтворення. Як багатофакторний конструкт, психологічне благополуччя є залежним від результативної життєдіяльності, що є наслідком життєтворчості і самоефективності людини. Е. Фромм, В. Франкл, вважали, що благополуччя людини досягається в реалізації її творчо – перетворювального, діяльнісного начала й утвердженні своєї індивідуальності [1]. Воно виступає як синергічне утворення, що включає в себе оцінку й ставлення людини до власного життя та себе, виключає систему об'єктивних показників успішності життя та фундаменталізує позитивне переживання власного «Я».

Висновки. Проведений теоретичний аналіз феномену життєтворчості в структурі благополуччя особистості засвідчує його складність та багатоаспектність дослідження. На сьогоднішній момент життєтворчість розглядається як складна, свідомо духовно-практична діяльність, спрямована на розбудову життя і саморозвиток особистості. Як система трансформаційних процесів та трансгресивних властивостей вона забезпечує створення такої реальності, яка відповідає уявленням людини про позитивне функціонування. Життєтворчість є операціонально – дієвим механізмом розбудови комфортного та гармонійного простору існування, привносить нові можливості саморозвитку та презентує людину як автора життя, який володіє здатностями до самовдосконалення і прагне до високого рівня психологічного благополуччя. Проведене дослідження не дає вичерпного аналізу проблеми і актуалізує необхідність її подальшого, більш ґрунтовного та системного вивчення. Перспективність подальшої наукової розвідки може бути спрямована на створення теоретичної, інтегрованої моделі життєтворчості в структурі психологічного благополуччя особистості.

Список літератури:

1. Богданова Н. Культура життєтворчості особистості як філософська проблема. *Вища освіта України*. 2011. № 1. С. 21–26.
2. Віговська О. О. Задоволеність від життя: ознаки психологічного благополуччя та особистісної зрілості. *Особистість у соціальному, віковому та клінічному вимірі сучасного життя* : збірник наукових статей / [гол. ред. Ж. П. Вірна]. Луцьк : Вежа-Друк, 2016. С. 85–90.
3. Життєтворчість особистості: концепція, досвід, проблеми : наук.-метод. зб. / за ред. І. Г. Єрмакова, Г. М. Несен. Запоріжжя : Хортиця, 2006. 592 с.
4. Мистецтво життя особистості : наук.-метод. посіб. Ч. 1 : Теорія і технологія життєтворчості / за ред. Л. В. Сохань, І. Г. Єрмаков, В. М. Доній. Київ : ІЗМН, 1997. 392 с.
5. Сердюк Л. З. Психолого-педагогічні основи процесу самотворення особистості: монографія. Київ : Педагогічна думка, 2015. 197 с.
6. Титаренко Т. М. Щастя, здоров'я, благополуччя: досягнення недосяжного. *Ракурси психологічного благополуччя особистості* : збірник тез доповідей 19 всеукраїнського науково-практичного семінару, 9 червня 2017 р. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя. С. 7–12.
7. Ямницький В. М. Психологічні чинники розвитку життєтворчої активності особистості в дорослому віці : автореф. дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.07. Нац. пед. ун-т ім. М. П. Драгоманова. Київ., 2005. 40 с.
8. Furnham A. 50 ideas you really need to know. Psychology. London, 2012. 262 p.
9. Maddi S. R. The Story of Hardiness: Twenty Years of Theorising, Research and Practice. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*. 2002. Vol. 54. № 3. P. 175–185
10. Richards R. Everyday Creativity: Our Hidden Potential. In: R. Richards (Ed.), *Everyday Creativity and New Views of Human Nature. Psychological, Social and Spiritual Perspectives*. Washington : APA, 2009. P. 25–54.

Datsenko O.A. LIFE CREATIVITY AS A PREDICTOR OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PERSONALITY

The article is devoted to the problem of life-creativity of a personality as a predictor of psychological well-being, which is especially acute in our country at the present time. The importance of its research in both theoretical and applied aspects is emphasized in order to be able to predict the effectiveness of the individual's life path and achieve a higher level of satisfaction with existence. Some theoretical provisions of the phenomena of life creativity and psychological well-being are presented, an attempt is made to determine their interdeterministic relations. It is noted that life-creativity as a conscious, holistically and complexly organized system of existential processes determines the effectiveness of life, which is manifested in assessments of one's own well-being. It makes it possible to develop one's own social and psychological space, to create a reality that meets the conditions and criteria for positive functioning. As a proactive, creative, and transgressive mechanism for instrumentalizing existential activity, life creativity allows us to transform everyday life into the values of psychological well-being and achieve it through the processes of life fulfillment and life improvement. The ability of a person to transform the world of his or her life, to creatively master everyday life is considered the most important resource of his or her psychological well-being. Psychological well-being is defined as a generalized assessment of an individual's existential activity and the productivity of personal self-realization. Some peculiarities of the structural model of well-being are revealed, in particular, the role of cognitive and emotional components in the affective and evaluative attitude to one's own life. The author emphasizes the dependence of these assessments on effective life activity, which is a consequence of life creativity and self-efficacy of a person as a subject of these processes. Prospects for further scientific research are outlined. The necessity of a deeper psychological analysis of the fundamental presence of life-creativity in the structure of psychological well-being of the individual is emphasized.

Key words: life creativity, psychological well-being, self-realization, transformation, life assessment, satisfaction with existence.