

УДК 159.9

## ОПЫТ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В ТВОРЧЕСТВЕ

© Федорова Елена Прокопьевна

кандидат психологических наук, доцент

Московский педагогический государственный университет

Россия, 119991, Москва, ул. Малая Пироговская, д. 1, стр. 1

E-mail: ep.fedorova@mpgu.su

В статье рассматривается психологический феномен самореализации в творческой деятельности как динамический фактор жизненного самоосуществления. Автором выделяются теоретические позиции, являющиеся методологическим и теоретическим базисом для изучения психологического феномена самореализации в творчестве. Выделяются две стратегии самореализации: как реализация задачи, поставленной из вне, и как реализация собственной жизненной задачи. Процесс самореализации в творчестве рассматривается активно-деятельностный, смысловой аспект жизни, процесс активного, инициативного самоосуществления, предполагающий максимальную реализацию творческого потенциала человека. Приводятся некоторые результаты исследования мотивации самореализации: выделяются шесть доминирующих мотивов самореализации в творчестве на основании контент-анализа текстов с использованием рефлексивной методики «Моя жизнь и творчество».

**Ключевые слова:** творчество, самореализация, жизнетворчество, мотивы, контент-анализ, жизненное самоосуществление.

Проблема самореализации человека в разных сферах жизнедеятельности имеет научную и практическую актуальность в силу того, что в процессе жизненного самоосуществления раскрываются в полной мере внутренние психологические ресурсы, обеспечивающие устойчивость человека в мире. Индивидуальное своеобразие, творческая инициатива человека находит свое воплощение в разных сферах жизнедеятельности — личной, профессиональной, общественной, творческой. Как отмечают ученые, возможность (и способность) творить — это наиболее значимый жизненный ресурс человека. В тоже время это сфера его безграничной свободы и ответственности. Творчество — наивысшее проявление человеческой деятельности человек сознательно определяет для себя высшей *ценностью бытия* творчество [1, 2, 4, 8, 9].

Истоки идеи самореализации, самоосуществления человека обнаруживаются в работах Л. С. Выготского, который полагал, что человек, создавший свою личную жизненную философию, способен «осуществить свои личные цели, страсти и интересы только в непосредственном соприкосновении с миром» [Выготский, 1986. С. 21].

Отечественная психология, развивающаяся в школе С. Л. Рубинштейна постулирует принципиальную *активность субъекта*: «человеческое существование отличается от любого другого активностью человека, его способностью изменять свое существование... вселенная с появлением человека — это осознанная, осмысленная вселенная, которая изменяется действиями в ней человека» [Рубинштейн, 1976. С. 329]. С. Л. Рубинштейн в своих работах утверждал: жизненный путь представляет собой творческую задачу рождения

человеком «самого себя» — самоосуществление, созидание, реализация своего уникального бытия: «человеческая жизнь выступает как «замысел» (вначале неосознанный), а затем — как его реализация [Рубинштейн, 1997. С. 83]. Принцип творческой самодеятельности, сформулированный С. Л. Рубинштейном, предполагает два аспекта творческого акта:

— обращенный *во вне* и воплощаемый в материальных результате творчества — творении;

- обращенный *во внутрь* — воплощенный в изменениях личности человека-творца [10].

В ряд работ ученых достаточно четко обозначена идея жизнетворчества, идея *совершенствования себя* как внутреннее движение человека: жизнь характеризуется возможностью самосозидания, результатом творения себя непрерывно [Бергсон, 2001].

Теоретический анализ проблемы жизненного самоосуществления, самоактуализации и самореализации человека позволяет нам выделить два направления анализа проблемы: *первое направление анализа* — предполагает анализ и раскрытие феномена «творчество» как деятельность человека, создающего новые, оригинальные «продукты» в разных областях, имеющих общественную значимость, *второе направление* — связано с исследованием *самовыражения* человека в творчестве — *самоактуализацией, самореализацией в творческой деятельности*. Обращаясь к вопросу о психологических ресурсах, обеспечивающих возможность самореализации человека в творческой деятельности, рассмотрим важные для нас теоретические позиции ученых.

Д. Б. Богоявленская, автор отечественной концепции творчества, обозначает два важных для нас тезиса:

- «не особая специфическая способность, а *позиция субъекта деятельности* определяет возможность творческих достижений;

- способность к саморазвитию деятельности не объяснима лишь свойствами интеллекта» [Богоявленская, 1999. С. 36]. Д. Б. Богоявленская в рамках процессуально-деятельностного подхода к исследованию творчества, вводит два ключевых фактора для понимания феномена творчества и обеспечивающих выход человека на творческий уровень: *личностный* и *мотивационный* компонент, раскрывая на уровне теоретического анализа и экспериментального исследования в своих работах значение этих компонентов в процессе создания нового в творчестве [2]. Приведем тезис о мотивации творчества, с которым трудно не согласиться: «гармоничное сочетание дисциплинированности и исполнительности с *инициативностью* (курсив, выделено нами) обеспечивает творческий характер труда, его подлинную целеустремленность [Богоявленская, 2009. С. 349].

Я. А. Пономарев, автор системного подхода к пониманию творчества, со способностью к творчеству связывает два личностных качества — *интенсивность поисковой мотивации* и *чувствительность к «побочным» продуктам деятельности*. Творческий человек видит «побочные результаты», которые являются творением нового (а *нетворческий* — видит целесообразные результаты, проходя мимо нового). Психологическая гибкость, сила творческой мотивации, широта и глубина осознания позволяет, по мнению ученого, позво-

ляет человеку опознать «побочные» *инновационные* продукты своего творческого поиска (курсив: выделено нами) [8].

В своих работах, посвященных самореализации человека, В. Е. Клочко, Э. В. Галажинский проводят психологический анализ процесса самореализации во взаимосвязи с творческим потенциалом человека. Авторы утверждают: «человек является существом не только адаптивным, но и *сверхадаптивным*, не только способным действовать в пределах заданных (потребностями, принятыми ценностями и т.п.) норм, но и *нормотворческим*, не только пассивно-страдательно приспособляющимся к наличному окружению, но и инициативно созидающем мир и полагающим себя в им самим созданной новой действительности» [Клочко, Галажинский, 1999. С. 14].

В исследовании Е. П. Варламовой и С. Ю. Степанова выделяются три жизненных стратегии человека: *жизнеисчерпание*, *жизнепорождение* и *жизнетворчество*. Третья стратегия — *жизнетворчество*, по мнению авторов рефлексивно-гуманистической психологии сотворчества, направлено на реализацию духовных потребностей и стремление к самоактуализации. В зависимости от форм проявления, оно реализуется во внутренней сфере и тогда выступает в форме *саморазвития*, если во внешней сфере — в форме *сотворчества* [Варламова, Степанов, 2002. С. 133–134].

Мы полагаем, что рассматривая *жизнетворчество* только через призму нестандартного отношения к себе и собственной жизни не вполне раскрывает данный феномен, поскольку такое понимание не объясняет сущность процесса *жизнетворчества*, его детерминацию [9].

Высокая активность человека, творящего собственную жизнь, максимально проявляется в процессе самореализации в творческой деятельности, поскольку, «индивидуальная самореализация детерминируется социальными, и внешними, и внутренними (личностными) особенностями, возможностями личности» [Клочко, Галажинский, 1999. С. 33]. Мы определяем, вслед за авторами системно-антропологического подхода, процесс самореализации как активно — деятельностный, смысловой аспект жизни, процесс активного, инициативного, творческого самоосуществления, предполагающий максимальную реализацию творческого потенциала человека. Самореализация в творческой деятельности, детерминируется рядом факторов в ряду которых: ценностно — смысловые характеристики образа мира и образа жизни человека, система мотивации, рефлексивные усилия осуществления своего «Я», личностные особенности (среди которых «открытость», «суверенность», коммуникативная компетентность и другие) [6, 7, 12].

В данной статье приведем некоторые результаты эмпирического исследования феномена самореализации в творчестве, а именно — изучение мотивации самореализации в творческой сфере, позволяющие в контексте данной статьи проиллюстрировать мотивы самореализации на примере творческой деятельности студентов, находящихся в процессе освоения творческой профессии. В ходе нашего исследования, носящего опытно-экспериментальный характер, мы предложили студентам художественно — графического факультета, которые занимаются несколько лет (от трех и более) творчеством, выполнить рефлексивную методику «Моя жизнь и творчество», входящую в программу исследования, суть которой состояла на первом этапе исследова-

ния в написании свободного сочинения — эссе на тему «Моя жизнь и творчество». Специальной задачи указывать мотивы занятий творчеством в инструкции не звучало: мотивы должны были проявиться «спонтанно», в ходе письменного высказывания. Участники исследования не ограничивали себя в объеме и времени написания текста, выбирая форму свободного изложения. На втором этапе исследования проводился рефлексивный анализ сочинений в форме группового обсуждения, позволяющий осознать и раскрыть мотивацию своих занятий творчеством, осознать свой путь саморазвития и самореализации в творческой деятельности. Контент — анализ текстов сочинений предполагал выделение смысловых единиц текста, затем смысловые единицы были сгруппированы в соответствии с шестью направлениями анализа, которые были выделены нами на основе теоретического анализа литературы:

- 1) высказывания о «временной перспективе» занятий творчеством (указание на периоды жизни «вчера-сегодня-завтра»);
- 2) высказывания о мотивах творческой деятельности — прямо обозначенные в тексте мотивы;
- 3) высказывания о смыслах и ценностях творчества и поиске для себя смысла жизни;
- 4) высказывания об осознанном собственном разворачивании жизненного пути в связи с занятиями творчеством (высказывания, содержащие указание на «жизненный план», «жизненный сценарий», «творческая жизненная задача»);
- 5) высказывания о саморазвитии — личностные качества, свойства, особенности самооценки — черты личности, так или иначе развиваемые в творчестве по указанию автора;
- 6) высказывания о переживаниях, эмоциях, мотивах личного кризиса и/или его преодолении с помощью творчества.

Последующая обработка полученных данных позволила нам получить список представленных в сочинениях мотивов творческой деятельности: всего выделено в ходе анализа сочинений семнадцать мотивов. Далее полученный список мотивов был подвергнут процедуре ранжирования, где первые ранговые места занимают указанные наиболее часто мотивы занятий творчеством, а на последующих — мотивы, менее представленные в высказываниях. Таким образом, нами обнаружено шесть доминирующих мотивов. В аналитической таблице (табл. 1) приводятся цитаты из сочинений, характеризующие каждый мотив.

Таблица 1

Мотивация самореализации в творчестве  
(результаты контент-анализа сочинений  
«Моя жизнь и творчество», n=127)

Мотивация самореализации в творчестве	Ранг	Цитата из текста сочинения
1. Творчество как основной интерес в жизни; высокая активность в творчестве	1	«Я хочу заниматься творчеством и готова это делать каждый день, мне это интересно», «рисование стало действительно приносить мне удовольствие»
2. Творчество как смысл жизни, насущная необходимость или поиск смысла сейчас	2	«Я люблю и хочу творить, это самое главное в моей жизни», «Рисование всегда придавало моей жизни смысл», «Я не могу существовать без рисования, творчества», «творчество для меня синонимично понятию «жизнь»», «без художественного творчества я бы ни могла прожить и дня», «когда жизнь бессмысленна и бесцельно — творчество спасает меня».
3.Отреагирование эмоциональных переживаний, преодоление личного психологического кризиса с помощью творчества	3	«творчество структурирует мои мысли, чувства», «творчество дает возможность пережить перемены и трудные ситуации в жизни», «когда у меня плохое настроение, я сажусь рисовать и обо всем забываю», «когда мне плохо я начинаю рисовать».
4. Творчество как самопознание и саморазвитие	4	«я хочу найти свой художественный стиль в творчестве», «в творчестве, в рисунке я выражаю образы, которые мне приходят», я хочу освоив весь пласт техник и методов рисования», «я в постоянном поиске себя и усовершенствовании своих навыков».
5. Творчество как понимание себя, самоопределение в творчестве, поиск своего жизненного пути	4	«через рисование и творчество я хочу разобраться в себе», «теперь я начинаю осознавать, что нахожусь на своем месте», «я больше не знаю, чему стоит посвятить свою жизнь», «я не могу понять: творчество меня спасает или губит».
6. Творчество как самореализация	5	«творчество дает возможность показать мое видение мира другим людям», «творчество — это сфера где я работаю и учусь», «люблю творить, учась чему — то новому», «хочу заниматься творчеством, чтобы показать людям красоту».

Рассмотрим выделенные шесть ведущих мотивов, наиболее часто присутствующих в сочинениях участников исследования. На первом месте ожидаемый мотив — *«творчества как основной интерес в жизни»*, который указывают подавляющее большинство участников исследования. Далее наиболее часто встречающиеся мотивы: *«творчество как смысл жизни»*, *«творчество как поиск личностного смысла, понимание, самоопределение себя в творчестве»*. И если первый мотив — *«творчество как основной интерес в жизни»* может показаться неустойчивым (как известно интересы изменяются с возрастом, жизненной ситуацией и т.д.), то остальные проявившиеся мотивы являются глубинными мотивами жизненного самоосуществления: например, мотив *«творчество как смысл жизни»*. Четвертое и пятое место в ранге занимают мотивы *«творчество как самореализация»*, и *«творчество как саморазвитие»* — это может быть объяснено, возможно, актуальной ситуацией развития для участников ситуацией профессионального обучения (творчеству), творческой образовательной средой вуза. Иногда встречалась нечеткость выражений, «размытость» формулировок, фраз, относящихся к описанию мотивации самореализации: данные высказывания «пронизывают» весь текст, а названные мотивы описаны и присутствует «в контексте» всего сочинения. Приводим пример высказываний, относящихся к выражению мотивации самореализации в творчестве: *«смотрю на другие работы художников, анализирую их, вдохновляюсь и хочу повторить или сделать лучше»*, *«наряду с теоретической подготовкой я веду поиск собственного стиля, который хочу выразить»*, *«без творчества я не хочу жить ни дня»* и т.д. Мысль о том, то самореализация в творчестве обусловлена мотивом *«продолжения в других путем трансляции своей индивидуальности (через изменение в других)»* [6, с. 25] также находит отражение в высказываниях: *«творчество дает возможность показать мое видение мира другим»* (табл. 1, п. 4). В ходе обобщения результатов исследования, мы приходим к выводу: самореализация в творческой деятельности полимотивирована.

Анализ позволяет выделить несколько ведущих мотивов самореализации в творчестве, среди которых такие глубинные внутренние мотивы, как: *«творчество как основной интерес в жизни»*, *«творчество как саморазвитие и самореализация»*, *«творчество как смысл жизни»*, *«творчество как поиск личностного смысла, себя»*. Следовательно, творчество обладает особым смыслом и ценностью для участников исследования. Если понимать самореализацию как деятельность, мотивом которой и является совокупность мотивов, в том числе мотив смысла жизни, саморазвития и другие (табл. 1), то можно выделить еще один детерминационный фактор самореализации — те психологические новообразования, которые в ней порождаются [6, 7].

Таким образом, самореализацию в творческой деятельности можно представить как осознанный способ жизненного самоосуществления человека, определяющий его образ мира и образ жизни. В тоже время самореализацию можно представить и как динамический процесс «перехода возможности в действительность», как форму жизненного самоосуществления, которая обеспечивает развитие, саморазвитие, самоактуализацию человека как целостной самоорганизующейся психологической системы.

*Литература*

1. Бергсон А. Творческая эволюция / пер. с фр. В. Флеровой; вступ. ст. И. Блауберг, М.: ТЕРРА-Книжный клуб; КАОН-пресс-Ц, 2001. 384 с.
2. Богоявленская Д. Б. Психология творческих способностей: монография. Самара: Федоров, 2009. 146 с.
3. Богоявленская Д. Б. «Субъект деятельности» в проблематике творчества. С. 35–41 // Вопросы психологии. 1999, № 2.
4. Варламова Е. П., Степанов С. Ю. Психология творческой уникальности человека, рефлексивно-инновационный подход. М.: Институт психологии РАН, 2002. 256 с.
5. Выготский Л. С. Выготский Л.С. Конкретная психология человека / Вестник МГУ. Серия 14. Психология, 986, № 1.
6. Ключко В. Е., Галажинский В. Е. Самореализация личности: системный взгляд / под ред. Г. В. Залевского. Томск: Изд-во Томского университета, 1999. 154 с.
7. Ключко В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности. Введение в трансспективный анализ. Томск: ТГУ, 2005. 174 с.
8. Пономарев Я. А. Исследование творческого потенциала человека. С. 3–11 // Вопросы психологии 1991, № 1.
9. Рубинштейн С.Л. Человек и мир. М., 1997. 242 с.
10. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности (к философским основам современной философии) // Вопросы психологии. 1986, № 4. С. 101–108.
11. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии. 2-е изд. М., 1976.
12. Федорова Е. П. Жизнетворчество и инновационный потенциал личности: системно-антропологический ракурс. //Одаренность: методы выявления и пути развития: сборник статей, докладов и материалов всероссийской конференции (28 сентября 2017 года, г. Москва): в 2-х ч. / отв. Д. Б. Богоявленская, В. К. Балтян. М.: МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2018. 30 с. Ч. I.

RESEARCH EXPERIENCE OF SELF-REALIZATION AT WORK

*Elena P. Fedorova*

Candidate of Psychology, associate professor

Moscow State Pedagogical University

Building 1, Building 1, st. Malaya Pirogovskaya, Moscow, 119991, Russia

E-mail: ep.fedorova@mpgu.su

The article deals with the psychological phenomenon of self-realization in creative activity as a dynamic factor of vital self-realization. The author highlights the theoretical positions that are the methodological and theoretical basis for studying the psychological phenomenon of self-realization in the creativity. Two strategies of self-realization stand out: as the realization of a task set "from the outside," and as the realization of one's own life task. The process of self-realization in creativity is considered actively — the activity, semantic aspect of life, the process of active, proactive self-realization, involving the maximum realization of human creative potential. In the article are given some results of the study of the motivation of self-realization: six dominant motives of self-realization in work are distinguished on the basis of content analysis of texts using the reflexive method «My life and creativity».

Keywords: creativity, self-realization, life-creation, motives, content analysis, vital self-realization