

**Яланська С. П.**  
*доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри психології та педагогіки  
Національного університету  
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»*

## **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ЗАСОБИ ГАРМОНІЗАЦІЇ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА РОЗВИТКУ КРЕАТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВИЩОЇ ШКОЛИ**

### **PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL MEANS OF HARMONIZATION OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY CREATIVITY IN HIGHER EDUCATION**

Вища школа на сьогодні має забезпечувати різнобічний розвиток, психологічну підтримку кожного учасника освітнього процесу. Адже в умовах воєнних дій надзвичайно важливо, щоб кожен студент відчував себе у безпеці, розумів, що є колектив, який підтримає, зрозуміє, надихне на нові ідеї, сприятиме їх реалізації. Метою статті є логіко-психологічний аналіз проблематики сучасної вищої школи, емпіричне дослідження ефективності психолого-педагогічних засобів для розвитку креативності, гармонізації психоемоційного стану особистості в умовах закладу вищої освіти. На основі теоретичного аналізу визначено, що значну роль для розуміння ефективності психолого-педагогічних засобів, психологічних умов у вищій школі відіграють дослідження Максименка С.Д., Моляка В.О., Дригус М.Т., Шандрука С., Білої І., Подоляк Л.Г., Юрченка В.І., О. І. Власової, В. А. Семиченко, та ін. За результатами опитування студентів спеціальності 053 «Психологія», 012 «Дошкільна освіта» (1 та 2 курсів), 122 «Комп'ютерні науки» (4 курс) Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» з'ясовано, що на питання «Які психолого-педагогічні засоби є найбільш ефективними для гармонізації психоемоційного стану, розвитку креативності особистості?» 84,0% зазначили – арт-практики, зокрема, вправи з метафоричними асоціативними зображеннями; 83,0% – вправи з малюнковою терапією; 75,0% – вправи-сенкани; 68,0% – вправи, що потребують командної творчої роботи. Такі вправи студенти виконують під час вивчення дисциплін «Психологія вищої школи», «Психологія творчості», «Загальна психологія», «Психологія». Також вправи з гармонізації психоемоційного стану особистості, розвитку креативності особистості системно виконуються під час засідань психологічної студії «Шлях до успіху».

**Ключові слова:** креативність, творчість, гармонізація психоемоційного стану, вища школа, учасники освітнього процесу, освітній процес, вправи з розвитку креативності.

Today, a higher school should provide comprehensive development and psychological support for each participant in the educational process. After all, in the conditions of military operations, it is extremely important that every student feels safe, understands that there is a team that will support, inspire new ideas, and promote their implementation. The purpose of the article is a logical-psychological analysis of the problems of a modern higher school, an empirical study of the effectiveness of psychological-pedagogical means for the development of creativity, harmonization of the psycho-emotional state of the individual in the conditions of a higher education. Based on the theoretical analysis, it is determined that a significant role in understanding the effectiveness of psychological and pedagogical means, psychological conditions in higher education is played by the research of Maksymenko S.D., Molyako V.O., Drygus M.T., Shandruk S., Bila I., Podolyak L.G., Yurchenko V.I., O. I. Vlasova, V. A. Semichenko, and others. According to the results of the survey of students of specialties 053 «Psychology», 012 «Preschool education» (1st and 2nd courses), 122 «Computer science» (4th course) of The National University «Yuri Kondratyuk Poltava Polytechnic» it was found out that the question «What psychological and pedagogical means are effective for harmonizing the psycho-emotional state and developing the personality creativity?» 84.0% noted – art practices, in particular, exercises with metaphorical associative images; 83.0% – exercises in drawing therapy; 75.0% – exercises-senkans; 68.0% – exercises that require team creative work.

Students perform such exercises while studying the disciplines «Psychology of higher school», «Psychology of creativity», «General psychology», «Psychology». Also, exercises for harmonizing the psycho-emotional state of the individual and developing the creativity of the individual are systematically performed during sessions of the psychological studio «The Way to Success».

**Key words:** creativity, creativity, harmonization of psycho-emotional state, higher school, participants of the educational process, educational process, exercises for the development of creativity.

**Постановка проблеми.** В умовах війни надзвичайно важливо, щоб у закладах вищої освіти надавалися якісні освітні послуги, забезпечувалася психологічна підтримка кожному викладачу та студенту. Адже в умовах воєнних дій надзвичайно важливо, щоб кожен студент відчував себе у безпеці, розумів, що є колектив, який підтримає, зрозуміє, надихне на нові ідеї, сприятиме їх реалізації. Досить актуальним

під час організації освітнього процесу є врахування психолого-педагогічних засобів та форм роботи, які сприяють гармонізації психоемоційних ресурсів та розвитку креативності особистості кожного студента.

**Метою статті** є логіко-психологічний аналіз проблематики сучасної вищої школи, емпіричне дослідження ефективності психолого-педагогічних

засобів для розвитку креативності, гармонізації психоемоційного стану особистості в умовах закладу вищої освіти. На основі теоретичного аналізу літературних джерел визначено, що значну роль для розуміння ефективності психолого-педагогічних засобів, психологічних умов у вищій школі відіграють дослідження вітчизняних та зарубіжних науковців.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Зокрема, заслуговують на увагу дослідження щодо: генетико-креативного підходу: діяльнісного опосередкування розвитку особистості Максименка С.Д. [3, 8]; стратегіального підходу до розвитку творчості особистості Моляка В.О. [4]; проблеми особистісної ефективності у контексті наукової спадщини Г.С. Костюка за Дригус М.Т. [2]; психологічних засобів розвитку творчих здібностей Шандрука С.К. [7]; відчуття гармонії та щастя Білої І.В. [1], створення сприятливих психолого-педагогічних умов, та врахування засобів з розвитку креативності особистості в умовах вищої школи Власової О. І., Семиченко В. А. [5], та ін.

**Виклад основного матеріалу.** За результатами опитування студентів спеціальності 053 «Психологія», 012 «Дошкільна освіта» (1 та 2 курсів), 122 «Комп'ютерні науки» (4 курс) Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (89 осіб) з'ясовано, що на питання «Які психолого-педагогічні засоби є найбільш ефективними для гармонізації психоемоційного стану, розвитку креативності особистості?» 84,0% зазначили – арт-практики, зокрема, вправи з метафоричними асоціативними зображеннями; 83,0% – вправи з малюнковою терапією; 75,0% – вправи-сенкани; 68,0% – вправи, що потребують командної творчої роботи. Такі вправи студенти виконують під час вивчення дисциплін «Психологія вищої школи», «Психологія творчості», «Загальна психологія», «Психологія». Вправи з гармонізації психоемоційного стану особистості, розвитку креативності особистості системно виконуються під час засідань психологічної студії «Шлях до успіху».

Також нами проведено дослідження серед студентів 1-2 курсів спеціальності 053 «Психологія» та 4 курсу 122 «Комп'ютерні науки» Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» (загальна кількість: 67 осіб.). Серед результатів проведеної методики «Діагностика творчого потенціалу та креативності» Є. І. Рогова, варто зупинитися на таких даних (див. рис. 1, 2):

Результати дослідження свідчать, що значна частина респондентів готова до змін і впевнена у значущості власних дій, що свідчить про бажання створення чогось нового, розвитку творчого потенціалу. Але є респонденти, для яких важливо зробити акценти на власних сильних ресурсах для досягнення поставлених цілей.

Наприклад, викладаючи дисципліну «Психологія вищої школи» для здобувачів другого (магістерського) рівня освіти спеціальності 053 Психологія ми орієнтуємося на компетентності, програмні результати навчання за ОПП, згідно стандарту МОН України: *загальні*: здатність застосовувати знання

у практичних ситуаціях; здатність генерувати нові ідеї (креативність); уміння виявляти, ставити та вирішувати проблеми; здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети; *спеціальні (фахові, предметні)*: здатність здійснювати теоретичний, методологічний та емпіричний аналіз актуальних проблем психологічної науки та / або практики; здатність здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну та іншу залежно від спеціалізації) з використанням науково верифікованих методів та технік; здатність організувати та реалізовувати просвітницьку та освітню діяльність для різних категорій населення у сфері психології; здатність приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності; здатність оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію; здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями. У результаті вивчення навчальної дисципліни студенти повинні: здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій; робити психологічний прогноз щодо розвитку особистості, груп, організацій; здійснювати аналітичний пошук відповідної до сформульованої проблеми наукової інформації та оцінювати її за критеріями адекватності; здійснювати адаптацію та модифікацію існуючих наукових підходів і методів до конкретних ситуацій професійної діяльності [6].

Серед завдань, що сприяють розвитку креативності та гармонізації психоемоційного стану особистості пропонуємо такі. Досить потужним інструментом в діяльності психолога та педагога є метафоричні асоціативні зображення. Варто врахувати, що є такі комплекти, які може використовувати лише досвідчений психолог, щоб не зашкодити психологічному здоров'ю особистості. Але є ряд вправ, які є надзвичайно ефективними для пошуку особистісних ресурсів, розвитку креативності учасників освітнього процесу. Адже розвиток творчого потенціалу, творчої діяльності студентів сприяє гармонізації емоційного стану, побудові нових цілей, осмисленню шляхів їх реалізації.

Наприклад, виконайте вправу «Сила» на основі метафоричних асоціативних зображень «Насіння» (за О. Тараріною). По завершенню роботи здійсніть аналіз її виконання у формі звіту. Така робота сприяє визначенню важливих проблем, питань, які б хотілося швидше, ефективніше вирішити, знайти додаткові ресурси для удосконалення власних дій. Вправа спонукає до осмислення додаткових ресурсів, які можуть бути забезпечені спільно з оточуючими (рідними, колегами, однолітками, тощо). І найважливіший етап – побудова чіткого покрокового плану дій для покращення ситуації, реалізації мети, упорядкування вже існуючих ресурсів, починаючи «сьогодні».

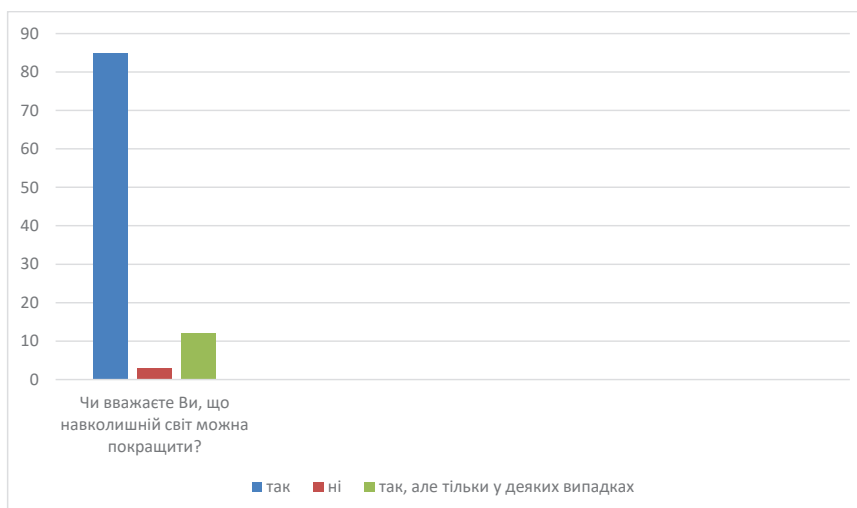


Рис. 1. Результати методики щодо питання «Чи вважаєте, що навколишній світ можна покращити?»

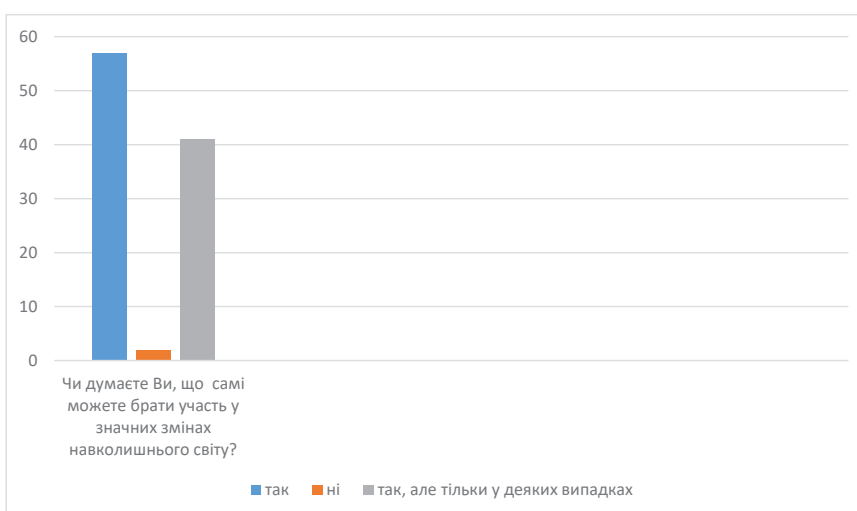


Рис. 2 Результати дослідження щодо питання «Чи думаєте ви, що самі зможете брати участь у значних змінах навколишнього світу?»

Досить ресурсним є завдання: проаналізуйте відеоресурс «Топ-5 успішних особистостей з українським корінням». Зазначте важливі особистісні риси, дії, які, на Вашу думку, сприяють успішній реалізації в професійній сфері. У відеофільмі яскраво розкрито непрості життєві шляхи особистостей, які досягли успіху в тій чи іншій галузі знань, чи промисловій сфері. Така інформація дає можливість замислитися над тим, що невдачі – це лише кроки на шляху до реалізації омріяної мети. На основі аналізу відеоресурсів студенти визначають важливі особистісні ресурси, які допомагають долати перешкоди, рухатися до реалізації цілей не дивлячись на невдачі, чи певні прикроші. Таке завдання підкреслює можливість кожної особистості, сприяє знаходженню «сильних» ресурсів, забезпечує розвиток креативного потенціалу.

Також цікавим є завдання щодо аналізу відеоресурсу «Конфлікти та їх вирішення». Законспектуйте правила поведінки в конфлікті, способи розв'язання

конфлікту. Виконання такого завдання потребує креативного підходу, висловлення власних думок.

Ресурсною є арт-вправа «Міст: «Я студент» – «Я – професіонал» (самостійна робота). Студентам надається інструкція: «Уявіть міст через ріку. На сьогодні Ви студент і знаходитесь на одному березі. Перейшовши на інший бік – Ви завершите навчання і станете справжнім професіоналом. Подумайте, які дії Вам потрібно здійснити, «переходячи через міст», щоб стати успішним фахівцем своєї справи?». Законспектувати відповідь. Урахувати знання на тему «Здібності».

Важливою є підготовка творчого звіту, наприклад, на будь-яку тему з курсу «Загальна психологія», метою якого є глибокий самостійний аналіз дослідження, висловлення власних думок щодо вирішення тих чи інших питань, представлений такими складовими:

1. Вступна частина (розкривається актуальність дослідження).

2. Теоретична частина (здійснюється теоретичний аналіз проблеми).

3. Експериментальна частина (визначається ставлення фахівців, студентів, та інших осіб до вирішення тієї чи іншої проблеми, обізнаність про її особливості, тощо, або ж може бути використана обрана студентом психологічна методика. Результати дослідження оформляються графічно з обґрунтуванням).

4. Висновки та рекомендації (розкриваються отримані результати дослідження, даються власні рекомендації щодо вирішення проблеми).

5. Список використаних джерел.

На кафедрі психології та педагогіки Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка» під час виконання студентами самостійних робіт, підготовки творчих звітів з психології, психології здоров'я та здорового способу життя є можливість попрацювати на території університету у внутрішньому дворіку, на виконуючи ряд арт-екопрактик в «зелених аудиторіях». Цікавою також є арт-екопрактика «Активність/Пасивність» – вправа передбачає вибір природних об'єктів, що асоціюються з різними станами особистості.

Завдання:

1) обрати природні об'єкти, що асоціюються з пасивністю;

2) обрати природні об'єкти, що асоціюються з активністю;

3) розповісти про обрані об'єкти, визначити їх основні риси;

4) визначити які з об'єктів асоціюються з Вашим станом;

5) зазначити об'єкт, який найбільше спонукає до активності, визначити до яких саме дій;

6) зробити висновки.

Наприклад, така вправа може виконуватися на території університету під час проведення лабораторних занять з психології.

Також досить ефективним є використання програми розвитку толерантності студентської молоді, яка представлена блоками. Доцільним є проведення блоків програми під час кураторських годин зі студентами (учнями), засідань психологічних гуртків, під час вивчення курсів «Психологія вищої школи», «Психологія», «Вікова та педагогічна психологія», «Вікова психологія», «Психологія здорового способу життя», «Психологія успіху» та ін.

Розглянемо особливості складових блоків авторської програми.

Блок №1. «Формування та розвиток позитивного, екопсихологічного мислення, інтерналізації загальнолюдських цінностей та розуміння цінностей інших культур». Забезпечує розвиток показників когнітивного компоненту толерантності. Формує прагнення до самовдосконалення, мотивує до творчої самореалізації, забезпечує розвиток позитивного мислення, організацію освітнього процесу, що сприяє глибокому сприйняттю і розумінню загальнолюдських цінностей.

Блок №2. «Формування та розвиток психологічної стійкості, саморегуляції» розрахований на

розвиток показників емоційного компоненту толерантності особистості. Його зміст передбачає мотивацію доброзичливого, терпимого ставлення до оточуючих; спонукає до уникнення агресії, задрощів. Обов'язковим є проведення всіх складових блоку програми, що інтегрують в собі психолого-педагогічні засоби.

Блок №3. «Набуття досвіду конструктивного діалогу, доброзичливого та терпимого ставлення до оточуючих і навколишніх подій, що не порушують прав людини» розрахований на розвиток показників поведінкового компоненту толерантності особистості. Його зміст спонукає до позитивних вчинків, взаєморозуміння та взаємодопомоги, забезпечення конструктивного постійного зворотного зв'язку.

Комплекс психолого-педагогічних та тренінгових засобів являє собою сукупність вправ, творчих завдань, рольових, ділових ігор, міні-лекцій для розвитку толерантності студентів (учнів) [3, с. 427-429].

Цікавою є тренінгова вправа «Вольові зусилля та творча діяльність майбутнього вчителя»

*Мета:* створити психологічні умови для розвитку показників діяльнісно-розвивального компоненту творчої компетентності майбутніх учителів.

*Необхідний час:* в залежності від педагогічної ситуації.

*Матеріали:* картки з педагогічною ситуацією, папір, олівець чи ручка, дошка, крейда.

*Вироблення та прийняття правил роботи.*

*Орієнтовні правила:* кожен із учасників висловлює власну думку, наводить приклади із власного досвіду.

*Очікування учасників:* на папері учасники пишуть свої очікування від тренінгу, зачитують і прикріплюють на плакаті або очікування пишуть на дошці.

*Принципи успішної організації тренінгової вправи:* активності учасників тренінгу; мотивації до творчої діяльності; креативності; постійного зворотного зв'язку; активізації дослідницької позиції учасників; оптимізації пізнавальних процесів; партнерського спілкування.

*Дайте відповіді на питання:*

1) Яких вольових зусиль Вам потрібно докласти, щоб досягти максимального результату в освітньому процесі?

2) Воля і творчість. На Вашу думку, це взаємодоповнюючі поняття чи протилежні?

3) Які вольові зусилля (якщо такі необхідні) допомагають Вам творчо розвиватись?

4) Чи кожен вольовий студент творчий? І навпаки.

5) Які вольові якості потрібні майбутньому вчителю, щоб він міг творчо розвиватись?

6) Робота волі є специфічною надбудовою над предметно-перетворювальною діяльністю, визначає її спрямованість і підтримує психічну активність суб'єкта з метою її успішного творчого завершення. Чи згодні Ви з цим твердженням?

*Підведення підсумків.* Кожен із учасників висловлює думку про результативність тренінгової вправи щодо особистих очікувань [3, с. 516-517].

**Висновки.** Таким чином, заклад вищої освіти на сьогодні має забезпечувати розвиток, психологічний комфорт для кожного студента. В умовах війни надзвичайно важливо, щоб кожен учасник освітнього процесу відчував підтримку, розуміння, вірив у свої сили, був готовий до генерування та реалізації нових ідей.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:**

1. Біла І. М. Аналогія як засіб розвитку творчої діяльності. Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, . Т. IV, р. 3. 2002.
2. Дригус М.Т. Проблема особистісної ефективності у контексті наукової спадщини ГС Костюка // Проблеми сучасної психології, 2016.
3. Максименко С.Д., Яланська С. П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 513 с.
4. Моляко В. О. Психологічна проблема творчого потенціалу // Актуальні проблеми психології: Проблеми психології творчості та обдарованості: Збірник наукових праць / За ред. В.О. Моляко. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007. Т. 12. Вип. 2. С. 6–12.
5. Психологія вищої школи : підручник / О. І. Власова, В. А. Семиченко, С.Ю. Пашенко, Я. Г. Невідома / за ред. О. І. Власової, К. : ВПЦ «Київський університет», 2015. 405 с.
6. Стандарт вищої освіти України із галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки, спеціальності 053 «Психологія». Затверджено та введено в дію наказом Міністерства освіти і науки України від 24.04.2019 р. № 565.
7. Шандрук, С. К. Психологія професійних творчих здібностей: монографія. Тернопіль : ТНЕУ, 2015. 358 с.
8. Яланська С.П. Психологія творчості: навч. посіб. 2-ге вид. випр., допов. Полтава, ПНПУ імені В.Г. Короленка, 2018. 180 с.