

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ КРЕАТИВНОСТИ У СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

*А.В. Чудакова
Витебск, ВГУ имени П.М. Машерова*

Эмоциональная креативность в эпоху торжества рациональности и прагматизма и подавления мира человеческих эмоций может быть одним из малоизученных, но очень важных ресурсов психологического благополучия, жизнестойкости и преодоления стрессовых ситуаций.

Понятие эмоциональной креативности впервые было предложено американским психологом Дж. Эвериллом в рамках разработанной им социально-конструктивистской теории, рассматривающей эмоции как сложные конструкты или эмоциональные синдромы, включающие социально обусловленные инструкции к переживанию, выражению и осмыслению эмоций [1]. Согласно Дж. Эвериллу, основными критериями эмоциональной креативности являются [1]:

1. «Новизна» – наличие новых эмоциональных реакций по сравнению с предыдущим поведением индивида или типичным поведением в определенных ситуациях.
2. «Эффективность» – эмоциональный ответ должен обладать потенциальной пользой для индивида или общества в целом.
3. «Аутентичность» – умение выражать эмоции откровенно; эмоции рассматриваются как аутентичные, если они искренни и соответствуют собственным ценностям личности, способствуют ее благополучию, не основаны на ожиданиях или подражании другим.

Эмоциональная креативность может способствовать повышению опыта жизнестойкости, психологические механизмы которой тесно связаны с эмоциональной регуляцией и, кроме того, она в первую очередь актуальна для адаптации в неожиданных, нестандартных ситуациях, требующих порой выработки новых, нестереотипных форм эмоционального реагирования. Эмоционально креативные студенты более уверены в своих силах, склонны выбирать стратегии совладания, которые подчеркивают самоконтроль, извлекают больше пользы из одиночества, чаще испытывают положительные эмоции, проявляют гибкость реагирования в стрессовых ситуациях [2].

Цель – изучить уровень развития эмоциональной креативности у студентов.

Материал и методы. В исследовании приняли участие студенты разных факультетов Витебского государственного университета имени П.М. Машерова. Общее число испытуемых составило 68 человек (39 юношей и 29 девушек), в возрасте 17–23 лет ($M=19,2$). Оценка уровня эмоциональной креативности осуществлялась с помощью методики «Опросник эмоциональной креативности J. R. Averill (ECI)».

Результаты и их обсуждение. В таблице 1 приведены данные, полученные с помощью методики «Опросник эмоциональной креативности J. R. Averill (ECI)».

Таблица 1 – Уровень выраженности эмоциональной креативности у студентов

Показатель	Уровень выраженности		
	Высокий	Средний	Низкий
Эмоциональная креативность	3	39	26
Подготовленность	12	36	20
Новизна	38	29	1
Эффективность	34	21	13
Аутентичность	12	33	23

Анализ таблицы 1 позволяет сделать следующие выводы: большинство (56%) студентов не способны генерировать новые эмоции, у них не развита способность переживать необычные эмоции, которые трудно описать словами. Большинство (50 %) студентов обладают низким уровнем по школе «Эффективность», у данной группы студентов не развита способность передавать эмоции выразительно, с пользой для себя и окружающих людей. При низком уровне эмоциональной креативности оказывается несформированным не только позитивный, но и негативный модус реагирования на стрессор. Студента во время стресса охватывает паника; он теряет уверенность в своих силах и не может эффективно справиться со стрессом. Преобладающее количество студентов обладают средним уровнем эмоциональной креативности, что позволяет им трансформировать стандартные эмоции с целью более полного удовлетворения потребностей, при этом они еще не способны на развитие новых форм эмоций.

Исследование ученых указывает на то, что эмоциональная креативность связана со способностью студентов находить поводы для оптимизма и уверенности в себе в стрессовой ситуации [3, 4]. Она проявляется как фактор поддержания позитивных переживаний в сложные и переломные моменты жизни, когда особенно важной становится мобилизация усилий на решении задач деятельности.

Заключение. Таким образом, выявлено, что эмоциональная креативность – это способность генерировать новые эмоциональные переживания, которая служит источником дополнительных ресурсов для совладания со стрессовыми ситуациями. Эмоциональная креативность может обеспечивать гибкость реагирования в сложных стрессовых ситуациях, способствовать трансформации одних, привычных и стереотипно возникающих эмоций в другие, служащие для поиска смыслов возникающих жизненных событий. Преобладающее количество студентов обладают средним уровнем эмоциональной креативности.

1. .Averill, J.R. Emotional creativity. International review of studies on emotion / J.R. Averill, C. Thomas // Journal of Applied Psychology. – 1991. – Vol. 1. – P. 269-299.

2. Кузнецов, М.А. Проявление эмоциональной креативности при переживании студентами экзаменационного стресса / М.А. Кузнецов, А.И. Кузнецов // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – 2012. – № 3. – С. 217-225.

3. Березина, Т.Н. Эмоциональная креативность личности: определение и структура / Т.Н. Березина, Р.Н. Терещенко // Психология и психотехника. – 2012. – № 2. – С. 43-50.

4. Деревянко, С.П. Роль эмоциональной креативности в выборе копинг-стратегий / С.П. Деревянко // Педагогические науки. Психология. – 2017. – № 7. – С. 87-91.