

РОЗДІЛ II. ПРОБЛЕМИ ІСТОРІЇ ОСВІТИ ТА ЗАГАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ

УДК 371.13

Марія Бикова

Сумський державний педагогічний
університет імені А. С. Макаренка

ORCID ID 0000-0002-0386-1856

DOI 10.24139/2312-5993/2017.03/129-139

ЕМОЦІЙНА КУЛЬТУРА КРЕАТИВНОЇ ОСОБИСТОСТІ В ПРОЦЕСІ САМОВИЗНАЧЕННЯ

У статті розглядаються зміст та взаємовплив понять емоції, емоційність, емоційна культура, емоційний інтелект, самовизначення креативної особистості. У ході дослідження були використані такі методи, як вивчення, аналіз, узагальнення, систематизація даних науково-методичної та спеціальної літератури. Аналізуються підходи до визначень, структури, умови розвитку цих понять, розглядаються провідні теорії емоцій. Доводиться, що самовизначення особистості є керованим процесом, а невід'ємну роль у цьому процесі відіграють такі якості, як емоційна культура, що представлена в контексті професійно-педагогічної культури педагога та творчий потенціал. Отже, пропонуються шляхи розвитку емоційної культури особистості, що впливає на підвищення продуктивності процесу самовизначення.

Ключові слова: професійне й життєве самовизначення, емоційна культура, емоційна компетенція, емоційний інтелект, самореалізація, креативність, творчий потенціал, саморозвиток.

Постановка проблеми. Термін «культура» має давнє походження і ще в часи Давнього Риму трактувався як оброблювання, виховання, освіта, розвиток, шанування. Тобто культура являє собою особливий стан устрою життя великої спільності людей та у своїх «буттєвих» характеристиках визначається як: «оброблене» середовище; світ «оброблених» (у культурному відношенні) особистостей; галузь «упорядкованих» (в аспекті культури) відносин. Німецький філософ І. Кант пов'язував культуру з досконалістю розуму, а саме як «придбання розумною істотою здібності ставити будь-які цілі взагалі» [5, 464].

Оскільки самореалізацію ми також пояснюємо як виявлення природних задатків, здібностей та потенціалів, можна стверджувати, що в структурі життєдіяльності людини, процесі її життєвого та професійного самовизначення значне місце посідає емоційна сфера, культура почуттів та емоцій.

Аналіз актуальних досліджень. Взагалі, потреба особистості в самореалізації є в кожному з моменту народження. Проблема ефективності самореалізації з'являється в ранньому дитячому віці й не зникає протягом життя людини, відіграючи одну з провідних ролей. Вважається, що головними загальнокультурними умовами, що сприяють

особистісній самореалізації, є виховання та освіта. Проблема самореалізації особистості розглядається педагогами в основному в контексті проблем професійного самовдосконалення, самовиховання, самовизначення, самоосвіти тощо.

Самовизначення – це процес вибору й установлення людиною індивідуальних цінностей, можливостей, потреб, способів і норм поведінки, а також критеріїв, за якими він сам оцінює себе і свої досягнення. Виділяють 3 види самовизначення: особистісне, професійне та життєве. Всі вони тісно пов'язані між собою й досить часто перетинаються. Особистісне самовизначення нерозривно пов'язане з цінностями людини. Формуючи їх, люди вирішують, якими їм бути, які норми поведінки прийнятні для них, як ставитися до інших людей, як оцінювати себе і свої вчинки. Професійне самовизначення полягає у виборі людиною спеціалізації, прийнятті рішення про те, ким стати і яка робота припаде йому до душі. Першим кроком на шляху до цього є отримання освіти. Життєве самовизначення являє собою вибір стратегії і стилю життя. Для кожної людини дуже важливо зрозуміти сенс свого існування й діяти відповідно до нього.

Мета статті. Мета нашого дослідження полягає в розкритті впливу емоційної сфери особистості на процес її самовизначення й самореалізації, аналізі поняття «емоційна культура» як основної умови продуктивного професійного самовизначення, а також шляхів її формування.

Методи дослідження. У ході дослідження були використані такі методи, як вивчення, аналіз, узагальнення, систематизація даних науково-методичної та спеціальної літератури.

Виклад основного матеріалу. Можна побачити, що у процесі самореалізації особистості вагомими важелями виступають емоції. Для доказів вважаємо за необхідне розглянути провідні теорії емоцій.

У дослідженнях емоцій існує уявлення про них як про адаптивні механізми особистості. Наприклад, К. Ізард стверджував, що емоції енергетизують та організують сприйняття, мислення та дію; а також усі емоції мають адаптивні функції, які розвиваються в ході еволюції [3]. Р. Плутчик розглядає емоції як адаптивні механізми, що сприяють виживанню індивіда на всіх рівнях.

Дещо інша галузь зв'язку емоцій із процесом пізнання детально розглядається в теоріях Я, які стверджують, що чим більше пізнання пов'язано з серцевиною Я, тим більшою мірою задіяні емоції. Коли образ Я зазнає агресії з боку інших, то людина відчуває страх; коли відчуває підтримку – інтерес та радість. Тобто, теорія Я підкреслює важливість чуттєвого досвіду, а звідси – необхідність передусім розуміти почуття людини.

Цікавим є підхід до емоцій як до особливого типу знань. Згідно з цим підходом (К. Ізард), вважається, що процес навчання, який відбувається за допомогою переживання, є не менш, а навіть більш важливим, ніж за допомогою накопичення інформації.

Р. Бак поряд із поняттям «соціальна компетентність» (як здібність ефективно взаємодіяти з іншими людьми) пропонує ввести поняття «емоційна компетентність», яку він визначив як здібність діяти з внутрішнім середовищем власних почуттів та бажань. На його думку, соціальна та емоційна компетентність взаємно підтримують один одного, а вірне емоційне спілкування з оточуючими посилює здібність діяти як із іншими людьми, так і з власними почуттями й бажаннями [8, 21].

С. Шехтер та Дж. Сингер також висунули положення щодо пізнання як компонента емоції.

Цікавим виявляється дослідження зв'язку емоцій із мотиваційною сферою особистості. К. Ізард висуває положення, що емоції створюють основну мотиваційну систему людини, розглядаються не тільки як основна мотивуюча система, але й як особистісні процеси, які надають сенс та значення людському існуванню [4, 53]. Р. Бак указує, що «мотивація та емоція – дві сторони одного процесу – первинних мотиваційно-емоційних систем» [8, 22].

У цьому напрямі доцільно розглянути роль, яку відіграють інтереси в мотиваційно-емоційній системі особистості, а також у процесі самореалізації. Інтерес трактується як форма емоційного вияву пізнавальної потреби, що забезпечує скерованість особистості на більш глибоке пізнання дійсності і нових явищ. Задоволення інтересу не зменшує його, а виявляє нові його форми, завдяки яким пізнання явищ досягає вищого рівня розуміння. Необхідною ознакою інтересу має бути стійке тривале емоційне ставлення особистості до об'єкта. Також інтерес є неодмінною складовою процесу самовизначення особистості.

В інтересах неодмінно виявляється спрямованість особистості, її пізнавальні, емоційні й вольові сторони. Якщо процес самовизначення становить основний зміст розвитку особистості в роки ранньої юності, то формування професійної спрямованості полягає у виникненні вибірково-позитивного відношення людини до професії або до окремого її боку. З точки зору життєвого самовизначення, професія виступає вже не як об'єктивна система цінностей, а як система особистісних смислів, виражених у життєвих цілях і планах, а з мірою реалізації – у вчинках індивіда щодо власної життєдіяльності в широкому сенсі. Отже, професійна спрямованість особистості – це властивість, яка виявляється в активному і стійкому прагненні займатися певною професійною діяльністю, удосконалюватися в ній. Отже, процес професійного самовизначення на етапі формування професійної спрямованості полягає в утворенні завершеної суб'єктивної особистісної моделі професії, що має мотиваційно-сміслову природу (інтерес). У ній відображена й система уявлень про себе як про цілі й засоби своєї життєдіяльності, і про професії як предмет життєдіяльності. З цієї точки зору

професійна спрямованість є утворенням особистісного рівня, що характеризує особистість як суб'єкта життєдіяльності.

Інтереси є одним із провідних мотивів, що визначають як вибір професії, так і успішність процесу професійного самовизначення особистості. Професійний інтерес – дієве динамічне ставлення особистості до професії або сфери професійної діяльності, специфічна спрямованість на її істотні сторони (зміст, умови праці та підготовки до нього). Професійне самовизначення особистості взємопов'язане з системою інтересів і є не одномоментним актом, а діяльністю, яка розгорнута в часі та пов'язана з розвитком не тільки окремих інтересів, але й їх цілісної системи, рівнем усвідомлення і самооцінки.

Професію краще обирати відповідно до своїх стійких інтересів і схильностей. І тільки в тому випадку, коли з інтересами пов'язані життєві професійні плани, говорять про професійні інтереси. Більшість науковців розглядають професійні інтереси як особливості виборчої активності людини щодо передбачуваної (або вже реалізованої) професії. Доцільно зазначити, що професійні інтереси, які сформувалися в процесі активного ознайомлення зі змістом певного виду діяльності, є стійкішими, ніж інтереси, що виникли в результаті інформації про професії.

Усе більше дослідників приваблює зв'язок емоцій із творчістю. При цьому підході сама емоція розглядається як творчий акт. Виникає потреба введення понять «емоційна креативність» та «емоційний інтелект». Багато спільного існує між критеріями творчості та критеріями емоційної креативності. Емоційна креативність визначається як розвиток емоційних синдромів, що являються новими, ефективними й автентичними.

За умов неможливості реалізації соціально-професійної орієнтації особистість стикається з цілим спектром проблем, пов'язаних із необхідністю корекції планів щодо життєвого самоствердження, зайняття певної позиції в соціальній структурі, способів реалізації своїх здібностей тощо. Якщо розбіжність сформованих до початку трудового життя соціально-професійних орієнтацій і можливостей їх реалізації набувають значних масштабів, то, здавалося б, суто особистісні проблеми перестають бути фактами індивідуальних біографій і переростають у соціальні проблеми. Велика кількість досліджень доводять, що професія, яка була отримана всупереч суб'єктивним намірам, орієнтації особистості, може стати джерелом як негативних емоцій, так і конфліктних ситуацій.

Усе це вказує на нерозривний зв'язок професійного самовизначення з самореалізацією людини майже в усіх важливих сферах життя. Тому сутністю професійного самовизначення є самостійне та усвідомлене знаходження смислів професії, що обирається, або роботи, яка вже виконується, і всієї життєдіяльності в конкретній культурно-історичній (соціально-економічній) ситуації, а також знаходження сенсу в самому процесі самовизначення.

Самореалізація має свої певні способи й інструменти. Щодня індивід розкриває себе в роботі, хобі, захопленні тощо. Однак сьогодні головним і важливим інструментом, за допомогою якого розкривається весь потенціал особистості, є творчість.

Творчість – це неодмінний атрибут діяльності індивіда. Індивід досягає певного ступеня творчої самореалізації особистості, застосовуючи творчий потенціал і висловлюючи свою творчу сутність [6].

Творчість має бути атрибутом будь-якої професії, і в цьому сенсі вона абсолютна. Але творчість не тільки абсолютна для всіх, вона ще й відносна. Вона завжди відносна можливостей, які має людина [3, 8–9].

Як стверджує Н. Ф. Вішнякова, «сама домінуюча позиція креативності в системі освіти та розвитку творчої індивідуальності може змінити особистість, професіонала й суспільство. Необхідно усвідомлювати, що не тільки особистість є продуктом суспільства, але й суспільство базується на творчо розвинених індивідуальностях. І чим швидше ми будемо реалізовувати другу позицію, створюючи продуктивні умови в освіті, культурі та науці, тим більш динамічним буде розквіт самовираження та самовдосконалення кожної особистості (ураховуючи складність цієї проблеми), що має бути визначальною стратегією не тільки креативної педагогіки, але й суспільства в цілому» [2, 13].

За умов цілеспрямованої педагогічної роботи щодо надання допомоги особистості в галузі навичок самопізнання та вміння оцінити власні здібності відбувається педагогічний вплив на процес професійного самовизначення особистості. Звідси, професійне самовизначення – керований процес. А одним із елементів управління ним є розвиток емоційної культури особистості.

Визнанням актуальності проблем людських емоцій слугує не тільки велика кількість досліджень емоційної сфери особистості, а й формування нового категоріального апарату в цій галузі. Поряд із новим поняттям «емоційна компетентність» ми спостерігаємо виникнення поняття «емоційний інтелект». Емоційний інтелект (EI; англ. emotional intelligence, EI) трактується як здатність людини розпізнавати емоції, розуміти наміри, мотивацію й бажання інших людей і свої власні, а також здатність керувати своїми емоціями та емоціями інших людей з метою вирішення практичних завдань. Під емоційним інтелектом дослідники розуміють сукупність розумових здібностей до обробки емоційної інформації. Навіть для успішного життєвого самовизначення поряд із інтелектуальними та творчими здібностями особистості актуально й доцільно розглядати емоційні здібності. За І. М. Андреевою, емоційні здібності – можливості людини розуміти емоції та управляти ними [1, 56–66].

П. Соловей поняття «емоційний інтелект» розглядав як сукупність наступних здібностей: 1) розпізнавання власних емоцій; 2) володіння

емоціями; 3) самомотивація; 4) розуміння емоцій інших людей; тому перед тим, як в дію вступає раціональне мислення, особистість спочатку оцінює те, що відбувається з емоційної точки зору. Саме зв'язок між емоційною та раціональною зонами мозку людини є фізичним джерелом емоційного інтелекту.

Р. Калугін виокремив 4 навички емоційного інтелекту (11), які можна розбити на дві пари: одна утворює внутрішньоособистісну компетентність, друга – міжособистісну (соціальну) компетентність. Внутрішньоособистісна компетентність формується за рахунок навичок самосприйняття й управління собою, які концентруються переважно на людині особисто, а не на її взаємодіях із іншими людьми. Внутрішньоособистісна компетентність являє собою здатність особистості зберігати сприйнятливість власних емоцій та управляти деталями й загальними тенденціями своєї поведінки. Соціальна компетентність складається з навичок соціальної сприйнятливості (чуйності, емпатії тощо) та управління відносинами. Соціальна компетентність являє собою здатність зрозуміти настрої, поведінку й мотиви інших людей, з тим, щоб поліпшити якість міжособистісних відносин і зв'язків із ними.

Одним із перших дав визначення емоційної культури П. М. Якобсон. На його думку, емоційна культура є комплексом явищ, що являють собою розвиток і вдосконалення тих якостей емоційного життя, які в обмеженому вигляді проявлялися на більш ранньому віковому ступені [8, 64].

Емоційна культура розуміється як цілісне динамічне особистісне утворення, що має власну структуру, й представлене системою знань про розвиток емоцій, умінь і способів аналізу емоцій, управління ними, спрямованих на адекватність реагування, що сприяє вербалізації емоцій людини, її емоційної відкритості, емоційної емпатії та надання емоційної підтримки оточуючим за необхідності.

Серед компонентів, що забезпечують формування високого рівня емоційної культури, провідними вважаються: соціокультурний, поведінковий, власне емоційний, мотиваційний, етико-моральний. Ці компоненти знаходять своє відображення в таких структурних елементах:

- опора на власні моральні принципи при виборі емоцій;
- відповідність емоцій вимогам, які висуваються по відношенню до себе;
- відповідність емоційного реагування віковим особливостям;
- адекватність емоційної реакції соціокультурним нормам;
- усвідомленість емоційного реагування.

Емоційна культура охоплює емоційну компетентність та емоційну грамотність. При цьому під емоційною грамотністю розуміється цілеспрямоване підвищення емоційної компетентності, а під емоційною компетентністю – володіння методикою, особистісна й інтелектуальна

готовність, можливість упоратися з певними професійними завданнями, що включає всі сторони діяльності: і знаннєву, і операціонально-технологічну, і мотиваційну.

Ми поділяємо думку Л. І. Глазунова, Т. І. Іванова та Т. Р. Арзуманова, які під емоційною культурою педагога розуміють міру і спосіб привласнення, розвитку й передачі емоційного досвіду, творчої самореалізації в процесі діяльності і спілкування. У структурі емоційної культури дослідники виділяють такі компоненти: аксіологічний, технологічний та особистісно-творчий.

Аксіологічний компонент емоційної культури охоплює: прийняття цінності емоційних станів та проявів людини, наявність знань про емоційні аспекти педагогічного процесу, особливості емоційного життя вихованця й самого феномену емоцій.

Технологічний компонент емоційної культури передбачає наявність здатності до адекватної перцепції й інтерпретації емоційних проявів вихованця, умінь регулювати власні емоційні стани і прояви, установлювати емоційний контакт із вихованцями та колегами, оптимально насичувати емоціями педагогічний процес і впливати на емоційний фон педагогічної взаємодії.

Особистісно-творчий компонент емоційної культури передбачає прийняття емоційного стану та орієнтованість на створення емоційно-насичених умов для повноцінного життя вихованця, багатство й різноманітність емоційної сфери особистості [10].

Взаємозв'язок емоційної культури та емоційного інтелекту може бути найбільш повно реалізовано в емоційному середовищі. Емоційне середовище – це емоції і емоційні відносини, які виникають у людей у процесі взаємодії. На думку Т. В. Шулги, емоційне середовище – це умова для розвитку в дитини людських емоцій та почуттів, уміння реагувати на навколишній світ, знаходити в ньому захист, упевненість і комфорт. Прояв емоцій і адекватне емоційне реагування на різноманітні життєві ситуації забезпечить становлення емоційно збагаченого середовища. Емоційна інформація, що виходить від кожного учасника середовища, здатна тимчасово або постійно збагачувати, збіднювати або видозмінювати емоційне середовище. Потoki емоційної інформації здійснюють вплив на психологічний та емоційний стан кожного.

На нашу думку, актуальним є впровадження поняття дидактичної емоційної взаємодії як різновиду педагогічної взаємодії та основного способу організації навчально-виховного процесу [9, 42]. Продуктивній педагогічній взаємодії у навчально-виховному процесі завжди передує емоційне сприйняття учасниками один одного. Ефективність протікання цієї взаємодії також обумовлено емоційними станами учасників. Отже, можна стверджувати, що взаємодію забезпечує наявність емоційного контакту.

Доцільно пам'ятати, що потреба в емоційному контакті змінюється в особистості протягом вікового розвитку. Якщо молодші школярі мають велику потребу в емоційному контакті, особливо на початку навчання в школі, роль емоційного контакту під час навчання іноді може мати більше значення, ніж ділові контакти. За умови, що педагог установив емоційний контакт із учнями, існує вірогідність, що його якості можуть перейматися й копіюватися. У ситуаціях, коли позитивних емоцій немає, педагога можуть не сприймати як впливову особистість. А байдуже та незацікавлене ставлення до педагога може переноситися на предмет, який він викладає.

Отже, емоційна дидактична взаємодія – це завжди професійна цілеспрямована емоційна взаємодія в процесі навчання, що являє собою єдність емоційного впливу педагога, його активне сприйняття, засвоєння суб'єктами процесу навчання, їх власну емоційну активність, що виявляється у формі безпосередніх чи опосередкованих впливів на педагога і на самого себе. Результатами дидактичної емоційної взаємодії є такі емоційні процеси у вигляді людських переживань, що сприяють формуванню творчої особистості школяра або студента з активною гуманістичною позицією. Сторони, що взаємодіють у педагогічному процесі завжди нерівнозначні, провідна роль належить викладачеві, оскільки від нього залежить зміст відносин і ефективність навчально-виховного процесу. Викладач повинен не тільки володіти своїми почуттями, але й прогнозувати певний емоційний настрій учнів, а, за необхідності, уміти створювати в них оптимальний емоційний фон, тобто майстерно володіти педагогічною технікою та мати розвинену емоційну культуру.

Висновки та перспективи подальших наукових розвідок. Таким чином, виникає необхідність формувати, розвивати й виховувати емоційну культуру особистості, тобто культуру почуттів та емоцій як спосіб зовнішнього вираження почуттів. Вона полягає в здатності людини адекватно реагувати на навколишню дійсність. Емоційна культура проявляється в міжособистісних відносинах, у мовному етикеті, комунікативних уміннях. Людина вихованої емоційної культури частіше знаходиться в стані емоційної стабільності, емоційної автономії, тобто меншої залежності від настрою інших людей. Емоційна культура впорядковує емоційне життя людини та є однією з провідних умов успішного самовизначення особистості, оскільки самореалізацію особистості можна розглядати як свідомий процес найбільш повного розкриття і зростання потенційних, емоційних та спонукально-мотиваційних сутнісних сил людини, як процес самоствердження власного «Я», який передбачає самоактуалізацію, самопізнання, самоосвіту й самовиховання.

ЛІТЕРАТУРА

1. Андреева И. Н. Концептуальное поле понятия «эмоциональный интеллект» / И. Н. Андреева // Вопросы психологи. – 2009. – № 4. – С. 56–66.

2. Вишнякова Н. Ф. Креативная психопедагогика. Психология творческого обучения. Ч. 1. / Наталья Федоровна Вишнякова. – Минск : НИОРБ «Поли Биг», 1995. – 240 с.
3. Жуганов А. В. Творческая активность личности : содержание, пути формирования и реализации / А. В. Жуганов. – Ленинград : Наука, 1991. – 143 с.
4. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард ; пер. с англ. – СПб. : Издательство «Питер», 1999. – 464 с. : ил. (Серия «Мастера психологии»).
5. Кант И. Критика способности суждения / И. Кант. Соч. : в 6 т. – М., 1966. Т. 5., С. 464.
6. Самореалізація особистості – професійна, творча, соціальна [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://help-med.info/2015/04/24/samorealizacija-osobistosti-profesijna-tvorcha/>
7. Якобсон П. М. Чувства, их развитие и воспитание / П. М. Якобсон. – М. : «Знание», 1976. – С. 64.
8. Яковлева Е. Л. Эмоциональные механизмы личностного и творческого развития [Электронный ресурс] / Е. Л. Яковлева. – Режим доступа : <http://www.voppsv.ru/iournals all/issues/1997/974/974020.htm>
9. Якубовська О. М. Основи дидактичної емоційної взаємодії : навчально-методичний посібник до спецкурсу / О. М. Якубовська, І. М. Гапійчук. – Вінниця : Велес, 2001. – 108 с.
10. Глазунова Л. И. Содержание понятия «эмоциональная культура педагога» / Л. И. Глазунова, Т. И. Иванова, Т. Р. Арзуманова. – Режим доступа : <http://www.emissia.org/offline/2013/1988.htm>
11. Калугин Р. Как развить эмоциональный интеллект EQ / Р. Калугин. – Режим доступа : <https://romankalugin.com/kak-razvit-emocionalnyj-intellekt-eq/>

REFERENCES

1. Andreeva, I. N. (2009). Kontseptualnoie pole poniatia "emotsionalnyi intellekt" [The conceptual field of the concept "emotional intelligence"]. *Voprosy psikhologii*, 56–66. (In Russian).
2. Vishniakova, N. F. (1995). *Kreativnaia psikhopedagogika. Psikhologhiia tvorcheskoho obucheniia* [Creative psychopedagogy. The psychology of creative learning]. Minsk. (In Russian).
3. Zhuhanov, A. V. (1991). *Tvorcheskaia aktivnost lichnosti: sodержaniie, puti formirovaniia i realizatsii* [Creative activity of the personality: content, ways of formation and implementation]. Leningrad. (In Russian).
4. Izard, K. E. (1999). *Psikhologhiia emotsii* [Psychology of emotions]. SPb. (In Russian).
5. Kant, I. (1996). *Kritika sposobnosti suzhdeniia* [Critique of ability to judge]. Moscow. T. 5..
6. *Samorealizatsiia osobystosti – profesiina, tvorcha, sotsialna* [Personal fulfillment – professional, creative, social]. (In Russian). Retrieved from: <http://help-med.info/2015/04/24/samorealizacija-osobistosti-profesijna-tvorcha>
7. Yakobson, P. M. (1976). *Chuvstva, ikh razvitiie i vospitaniie* [Feelings, their development and education]. Moscow. (In Russian).
8. Yakovleva, E. L. *Emotsionalnyie mekhanizmy lichnostnoho i tvorcheskoho razvitiia* [The emotional mechanisms of personal and creative development]. Retrieved from: <http://www.voppsv.ru/iournals all/issues/1997/974/974020.htm>. (In Russian).

9. Yakubovska, O. M. (2001). *Osnovy dydaktychnoi emotsiinoi vzaiedonii [The didactic basis of emotional interaction]*. Vinnytsia. (In Russian).

10. Hlazunova, L. I. *Soderzhanie poniatia "emotsionalnaia kultura pedahoha" [The concept of "emotional culture of the teacher"]*. Retrieved from: <http://www.emissia.org/offline/2013/1988.htm>. (In Russian).

11. Kaluhin, R. *Kak razvit emotsionalnyi intellekt EQ [How to develop emotional intelligence EQ]*. Retrieved from: <https://romankalugin.com/kak-razvit-emotsionalnyi-intellekt-eq>. (In Russian).

РЕЗЮМЕ

Быкова Мария. Эмоциональная культура креативной личности в процессе ее самоопределения.

В статье рассматривается содержание и взаимовлияние понятий эмоции, эмоциональность, эмоциональная культура, самоопределение креативной личности (профессиональное и жизненное), эмоциональный интеллект. В ходе исследования были использованы такие методы, как изучение, анализ, обобщение, систематизация данных научно-методической и специальной литературы. Анализируются подходы к определениям, структуре, условия развития этих понятий, рассматриваются основные теории эмоций. Доказывается, что самоопределение личности является управляемым процессом, а неотъемлемую роль в этом процессе играют такие качества, как эмоциональная культура, которая представлена в контексте профессионально-педагогической культуры педагога, а также творческий потенциал. Таким образом, предлагаются пути развития эмоциональной культуры личности, которая влияет на повышение эффективности процесса самоопределения.

Ключевые слова: профессиональное и жизненное самоопределение, эмоциональная культура, эмоциональная компетенция, эмоциональный интеллект, самореализация, креативность, творческий потенциал, саморазвитие.

SUMMARY

Bykova Mariia. Communicative aspects of self-determination and creative personality.

The meaning and interconnection of such definitions as emotions, emotional state, emotional culture, self-determination of the creative personality (in professional and life sphere), emotional intelligence are under view in the article. In the course of the study were used such methods as study, analysis, generalization, systematization of data of scientific-methodological and special literature. The researcher analyzes approaches to definitions and structures, under which conditions they develop, examines basic theories of emotions. The aim of the study is to reveal the influence of the emotional state of personality on the process of self-determination and self-realization, to analyze the term "emotional culture" as the main condition for effective professional self-determination. It is being proved that self-identity is a controlled process and such qualities as emotional culture (in the context of professional and pedagogical culture of the teacher) and creative potential play an important role in this process.

Emotional culture is understood as an integrated dynamic personal education, with its own structure, and a set of knowledge about the development of emotions, skills and methods of analysing and controlling them. These skills are aimed at the adequate response, that contributes to verbalization of human emotions, emotional openness, emotional empathy and giving emotional support to others when needed. Among the leading components, ensuring the formation of a high level of emotional culture are the following: sociocultural, behavioral, emotional, motivational, ethical and moral. Emotional culture

includes the emotional competence and emotional literacy. There are the following components in the structure of emotional culture, such as axiological, technological and personally creative. The interaction of emotional culture and emotional intelligence can be most fully realized in the emotional environment. Emotional environment includes emotions and emotional relations that occur in humans during interaction. So pedagogical influence on the process of professional self-determination of a person occurs under condition of targeted pedagogical work to help a person to understand himself better, to be able to estimate personal skills. Hence, professional self-determination is a controllable process. And one of the elements controlling professional self-determination is the development of emotional culture of the individual. Thus, the ways of development of emotional culture of the person are suggested. This improves the effectiveness of the process of self-determination.

Key words: professional and life self-determination, emotional culture, emotional competence, emotional intelligence, self-actualization, creativity, self-development.

УДК 364.04:159.98

Микола Букач

Миколаївський національний
університет ім. В. О. Сухомлинського
ORCID ID 0000-0001-9778-2894
DOI 10.24139/2312-5993/2017.03/139-155

БІОРИТМІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЯК ЗАСІБ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНОЇ РОБОТИ З КЛІЄНТАМИ

У статті обґрунтована необхідність застосування в соціальній роботі арт-терапевтичних методів як засобу реабілітації дисгармонії внутрішніх та зовнішніх ритмів. У дослідженні були використані теоретичні методи аналізу, синтезу, аналогії, а також емпіричні методи спостереження й вивчення продуктів діяльності. Отримані результати вказують на необхідність розгляду проблеми десинхронізації біоритмів як соціально-реабілітаційної, що дає змогу залучати до її вирішення соціальних працівників, музичних педагогів та арт-терапевтів для роботи з різними групами клієнтів. Проведений аналіз дає підстави стверджувати про доцільність застосування немедикаментозних методів впливу на гармонізацію внутрішніх та зовнішніх ритмів.

Ключові слова: внутрішні ритми, зовнішні ритми, біоритмічна реабілітація, звукові хвилі, арт-терапія.

Постановка проблеми. Наш сучасник живе в умовах, коли суспільний прогрес щоденно прискорює ритм життя, і щоб не відставати, людина вимушена засвоювати якомога більше інформації, досягати успіху в навчальній, виробничій, кар'єрній діяльності, забуваючи про здоровий спосіб життя. Перенапруження призводить до того, що біоритми людини «не встигають» за суспільними ритмами сьогодення. Таким чином прогрес, який є основою розвитку суспільства, разом з тим є причиною руйнування гармонії між ритмами соціальними та біологічними. Особливо гостро дисгармонія ритмів позначається на дитячому організмі, який не є сталим, а тому менш спроможний адаптуватися до різноманітних