

УДК 159.9.072

ПУТИ РАСКРЫТИЯ ТВОРЧЕСКОГО ПОТЕНЦИАЛА И СНИЖЕНИЯ ТРЕВОЖНОГО СОСТОЯНИЯ ШКОЛЬНИКОВ

Давлетова А.А.

*Университет Кайнар, Алматы, Казахстан**e-mail: Akmaral-da@mail.ru*

Приведена авторская методика на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника, которая может стать хорошим подспорьем в работе педагога-психолога, служить диагностическим и терапевтическим инструментарием. Раскрытие творческого потенциала с помощью данной методики позволяет выйти на более неосознаваемые процессы, тем самым помогая старшеклассникам уверенно двигаться к намеченной цели.

Ключевые слова: Творческий потенциал, тревожное состояние, методика, тестирование, этапы проведения, сказка

WAYS OF OPENING OF CREATIVE POTENTIAL AND DECLINE OF THE ANXIOUS STATE OF SCHOOLCHILDREN

Davletova A.A.

*University Kainar, Almaty, Kazakhstan**e-mail: Akmaral - da@mail.ru*

Authorial methodology over is brought on opening of creative potential and decline of the anxious state of schoolboy, that can become a good help in-process teacher-psychologist, to serve as a diagnostic and therapeutic tool. Opening of creative potential by means of this methodology allows to go out on more unrealized processes, helping senior pupils the same confidently move to the set aim.

Keywords: Creative potential, a disturbing condition, a procedure, testing, stages of carrying out, a fairy tale

Введение

Проведенная нами в течение нескольких лет работа в «Школе олимпийского резерва» Карасайского района Алматинской области по подготовке старшеклассников к научным соревнованиям различного уровня показала, что тревожное состояние ученика отрицательно влияет на успешное выступление школьников в предметных олимпиадах и защите научных проектов. Мы считаем, что одна из основных проблем работы педагога-психолога с учащимися заключается в разработке такой методики, которая бы помогла раскрыть творческий потенциал ученика, справиться ему с тревожным состоянием, тем самым повысить успеваемость, обеспечить саморазвитие и эффективность его будущей профессиональной деятельности.

В психологической науке сегодня резко возрос интерес к проблеме формирования и раскрытия творческих способностей и снижения уровня тревожного состояния личности. Это объясняется, с одной стороны, логикой развития самой психологии, с другой – возникновением социального заказа на разработку проблем раскрытия творческого потенциала учащихся. В связи с этим представляется закономерным обращение ученых: Д.Б. Богоявленская, А.В. Брушлинский, В.В. Давыдов, А.М. Матюшкин, А.И. Доровский,

Н. Шумакова, Ч.Д. Спилбергер, Филлипс, С.М. Джакупов, А.К. Сатова, У.Б. Жексенбаева, Г.Ж. Акылбаева и др. [3] к центральной фигуре учебно-воспитательного процесса – ученику, и выдвинули положение о том, что на творческое развитие школьника влияет его эмоциональное состояние, указали на необходимость специальных условий для раскрытия внутреннего потенциала.

Актуальность запросов практики по подготовке старшеклассников к выступлению на научных соревнованиях различного уровня и недостаточная разработанность проблемы определили *цель нашей работы, которая заключается в разработке и исследовании методики на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника.*

Гипотеза исследования: *Если раскрыть творческий потенциал старшеклассника при помощи разработанной нами методики, то это поможет ему справиться с тревожным состоянием.*

Задачи исследования:

1. Разработать и апробировать методику на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника и оценить практические возможности ее использования;

2. Провести тестирование с целью выявления уровня Творческого потенциала и уровня тревожности старшеклассни-

ков контрольной (КГ) и экспериментальной (ЭГ) групп после проведения методики на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника.

В качестве основной цели нашего исследования выступила разработка и реализация авторской методики на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника. Выборка испытуемых составила 328 учеников в возрасте 15-16 лет среднеобразовательных школ Алматинской области. *При разработке и пилотажном применении методики мы использовали различные методы психологии, взаимодополняющие друг друга: наблюдение, самонаблюдение, беседа, психодиагностический метод, анализ процессов и продуктов деятельности, методы математико-статистического анализа данных t-критерия Стьюдента.* Был проведен констатирующий эксперимент с помощью взаимодополняющих экспериментальных методик: Тест «Ваш творческий потенциал» (по А.И. Доровскому) [4] и «Шкала реактивной и личностной тревожности (ШРЛТ)» Ч.Д. Спилбергера, Ю.Л. Ханина (сокращенный вариант) [4]. Данные методики были выбраны нами не случайно, так как они являются развернутыми субъективными характеристиками личности. С полученными результатами Вы ознакомитесь позже.

Исследование проводилось в два этапа

На первом этапе была реализована авторская методика на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника в экспериментальной группе старшекласников. Первоначально основной задачей было развитие творческого потенциала учащихся, но по мере проведения оказалось, что с ее помощью можно решить целый комплекс задач. Методика может использоваться как диагностический инструментарий и (или) как средство развивающей и коррекционной работы, она помогает составить психологический портрет личности ученика, раскрыть его внутренний потенциал и помочь ему выйти из тревожного состояния.

Описание методики. *Разработанная нами методика на раскрытие потенциала и снижения тревожного состояния школьника проводится в 7 этапов (шагов).*

1 шаг. В процессе беседы с учениками педагог-психолог выделяет ключевым понятием основную проблему, вызывающую тревожное состояние школьников (Например – «Тестирование»). Термин «ключевое» введен для объяснения особой роли

названного понятия по отношению к анализируемой ситуации, это понятие раскрывает смысл предстоящей работы.

2 шаг. Педагог-психолог пишет на доске значимое для учеников понятие, количество букв в котором может быть не меньше, чем способен одновременно воспринять человек.

3 шаг. Теперь дается **1 задание** ученикам: «Составьте слова, используя буквы из слова «Тестирование», школьники называют, а педагог-психолог записывает эти слова на доске (количество слов от 10 до 20, например – тест, сова, ров и т.д.); Предложенными словами могут служить только существительные в единственном числе именительного падежа. Ученики, перебирают порядок букв, осмысливают их, выбирают и называют свой вариант.

4 шаг. С каждым приложенным школьниками словом проводится связь, ассоциация с ключевым понятием – «Тестирование», (Тест – это испытание, сова – символ мудрости, ров – неопределенность). Важно, чтобы ученики сами проговаривали, каким образом они связывает эти слова с «Тестированием». Вербализация может и не быть адекватной заменой внутренних переживаний старшекласников. То, что сообщает каждый ученик, зависит от его личностных характеристик и того, как он воспринимает ситуацию «Тестирования». По мнению Б. Смита, «...тщательный анализ специфических слов и фраз, употребляемых испытуемым, может выявить (подобно тому, как это происходит в процессе психоанализа) содержание бессознательного, которое не просматривается явно в самих ответах» [1].

1 Задание: старшекласники сочиняют сказку, используя 1, 2 или все слова, написанные на доске как ключевые. Тихомиров О.К. подчеркивал сложный характер акта принятия задания и объяснял это рядом причин. Одна из них – «полимотивированность деятельности, поэтому подобное принятие предполагает связывание задания не с одним, а с целой группой мотивов. В процессе решения исходная мотивация может «обрасти» дополнительными мотивами (как внутренними, так и внешними), кроме того, могут возникать и новые замыслы, отражающие творческий характер мыслительного процесса и способствующие его развитию, а не «затуханию» [5]. У учеников может возникнуть ассоциация с реальным предметом или сказочным образом. Происходит бессознательная идентификация школьника с этим образом. Когда учащийся

пишет о характеристиках своего героя – он рассказывает о самом себе, даже не осознавая этого. При написании сказки необходимо выполнять следующие условия:

А) сюжет в тексте (герои, развязка и конец). «Сейчас Вы можете сочинить сказку про... Можете придумывать все, что захотите, потому что это только ваша сказка». Сочиняя сказку, ученик делает это известным путем активного соотнесения с имеющимся уникальным личностным опытом взаимодействия с предметами и явлениями действительности, опытом осознания, как собственных поступков, так и действий других людей.

Б) ограничение по времени, если на доске написано 12 слов, предложенных самими старшеклассниками, то дается 6 минут, если 18 слов, то – 9 мин., соответственно – от 5 до 10 минут (количество слов делится на 2). «Дефицит времени является важной детерминантой усилия, прикладываемого к решению умственной задачи: он вызывает повышенное напряжение, мобилизуя энергетические ресурсы индивида», отмечал Тихомиров О.К. [5, с.155].

В) история со счастливым концом, важно, чтобы и на уровне подсознания у учеников сложилась позитивная установка. Основоположник психологической школы установки Узнадзе Д.Н. писал о том, что «восприятие возможно только после формирования соответствующей этому восприятию установки. Восприятие является продуктом реализации созданной установки». Эта установка, по мнению Норакидзе В.Г., может вступать в связь с прошлым опытом человека, закрепившимися ранее нереализованными установками, и, таким образом, в процессе структурирования стимулов и присвоения им определенного значения могут проявиться особенности структуры личности, природа ее мотивов [1].

2 задание – Желающие ученики прочитывают свою сказку вслух, остальные внимательно слушают, информация из сказки расскажет о потребностях, интересах, представлении о самом себе, характере отношений школьника с окружающими. Затем провести анализ по схеме Вачкова И.В. [2]. Анализировать сказку можно совместно с автором, но делать это нужно очень корректно, акцентируя внимание на позитивные стороны сюжета. После тщательного анализа текста у педагога-психолога появится направление для индивидуальной работы с данным учеником.

5 шаг. 1 задание: Внимательно прочитать текст и выделить в нем глаголы, под-

черкнув двумя параллельными линиями, а также прилагательные – волнистой линией. После того, как сказку совместно обсудили, необходимо выбрать соответствующую единицу анализа – смысловую единицу речи или элемент содержания, служащие в тексте индикатором интересующих педагога-психолога явлений. В данной методике за основу анализа взяты части речи – глагол и прилагательное. Эта информация раскроет педагогу-психологу значимые переживания, действия, достижения и трудности, с которыми приходится сталкиваться школьникам в жизни и учебной деятельности.

2 Задание: Отдельно сосчитать количество глаголов и прилагательных, написанных в сказке. Глаголы помогут ответить на вопрос – «Что я могу сделать? На что я способен?», а прилагательные – на вопрос: «Какой я на самом деле?»; Такой анализ «...позволяет выявить и объективизировать скрытую тенденцию в ответах испытуемого. Психологические особенности могут проявлять себя в творческой деятельности. Продукты творчества, (в нашем случае – сказки), предоставляют материал для изучения особенностей когнитивной и эмоциональной сфер пациента, его внутренних конфликтов, скрытых потребностей и переживаний. При этом сам творческий процесс и анализ его результатов выступает не только как средство психологической диагностики, но и как терапевтический прием» [2].

6 шаг. Семантический анализ, если необходимо, корректировка всего предложения, где встретился отрицательный по смыслу глагол или прилагательное нужно заменить его противоположным понятием (например: провалился – взлетел, ужасный – прекрасный и т.д.); Этот прием имеет большой психокоррекционный эффект, когда ученики «извлекают» из глубин своего подсознания неприятный образ и вместе с педагогом-психологом меняют его.

7 шаг. Откорректировать сказку с применением положительных глаголов и прилагательных. После этого нужно обсудить с учениками, какой вариант им нравится больше и чем, что чувствовал герой его сказки в конце, могли бы школьники гордиться своим героем, почему. Проанализировать, при желании учеников сохранить как талисман «новую» сказку.

Целью второго этапа была экспериментальная проверка эффективности реализации методики на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника в контрольной (КГ 164 уче-

ника) и экспериментальной (ЭГ 164 школьника) группах. Результаты обследования:

1) Тест «Ваш творческий потенциал» (по Доровскому А.И.). На основе полученных данных можно отметить следующее: в КГ – 47 (28,7%), а в ЭГ – 18 (11%) учащихся проявили низкий уровень творческого потенциала.

Показатели по среднему уровню творческого потенциала учеников: в КГ такой результат показали 89 старшеклассников (54,3%), в ЭГ таковых оказалось 83 человека (50,6%).

В КГ высокий результат показали 28 школьников (17%) из 164, в ЭГ – 63 ученика (38,4%).

Таблица 1

Показатели уровней развития творческого потенциала школьников по тесту «Ваш творческий потенциал» в контрольной и экспериментальной группах (при $p \leq 0,01$)

По результатам ($p \leq 0,01$)	Низкий уровень творческого потенциала	Средний уровень творческого потенциала	Высокий уровень творческого потенциала
	3.3	2.85	2.85
Среднее (КГ)	15.27	26.27	34.91
Среднее (ЭГ)	26.27	34.91	46.91

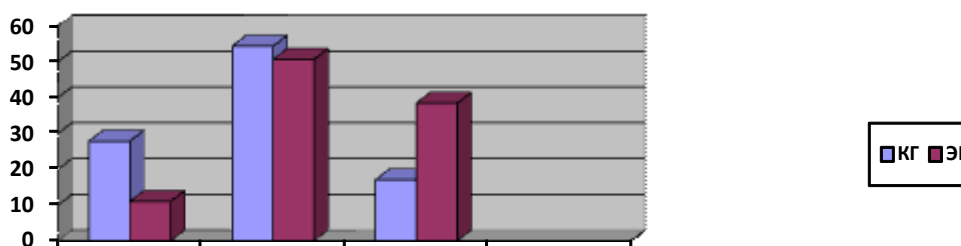


Диаграмма 1. Показатели уровней развития творческого потенциала школьников по тесту «Ваш творческий потенциал» (в %)

2) «Шкала реактивной и личностной тревожности (ШРЛТ)» Спилберга Ч.Д., Ханина Ю.Л. Исследование уровня *реактивной (ситуативной) тревожности* (РТ) в двух группах старшеклассников показало, что показатели по высокому уровню (РТ) различны: в КГ – 46 учеников, (28%), в ЭГ таковых оказалось 4 человека (2,4%).

По результатам данных (РТ) можно сказать следующее: в КГ 63% проявили средний уровень (РТ), в ЭГ – 70,8% старшеклассников показали средний результат.

В КГ школьников – 9% обследуемых проявили низкую реактивную тревожность (РТ), в ЭГ – 26,8% старшеклассников показали низкий результат.

Таблица 2

Показатели уровней (РТ) по «Шкале реактивной и личностной тревожности» в контрольной и экспериментальной группах (при $p \leq 0,01$)

По результатам ($p \leq 0,01$)	Высокий уровень реактивной тревожности	Средний уровень реактивной тревожности	Низкий уровень реактивной тревожности
	3.17	2.85	3.36
Среднее (КГ)	2.36	16.91	14.22
Среднее (ЭГ)	5.8	25.09	29

Исследование уровня *личностной тревожности (ЛТ)* старшеклассников показало, что в КГ такой результат показали 50 учеников (30,4%), в ЭГ таковых оказалось 6 человек (3,5%).

Из всей контрольной группы учащихся 54,6% проявили средний уровень

(РТ), а в экспериментальной группе 71% старшеклассников показали средний результат.

В КГ 11% обследуемых проявили низкий (РТ), в ЭГ – 25,5% старшеклассников показали низкий результат.

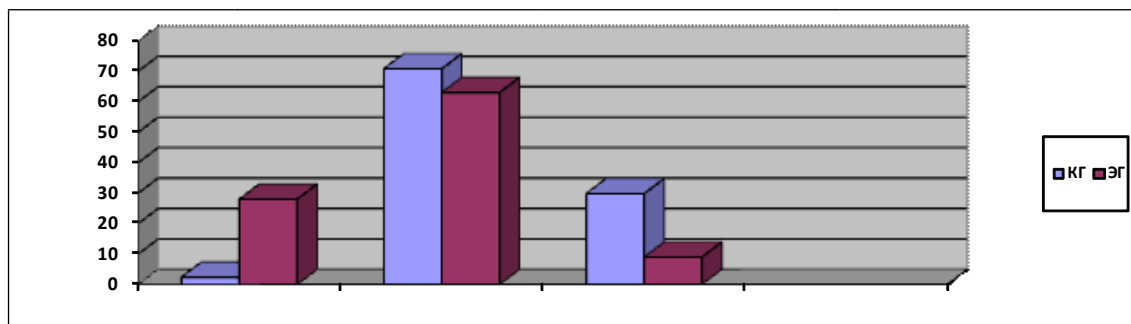


Диаграмма 2. Показатели уровней (PT) по «Шкале реактивной и личностной тревожности» (в %)

Таблица 3

Показатели уровней (ЛТ) по «Шкале реактивной и личностной тревожности» в контрольной и экспериментальной группах школьников (при $p \leq 0,01$)

По результатам ($p \leq 0,01$)	Высокий уровень личностной тревожности	Средний уровень личностной тревожности	Низкий уровень личностной тревожности
		3.16	2.84
Среднее (КГ)	2.35	16.9	14.2
Среднее (ЭГ)	5.6	25.07	28.2

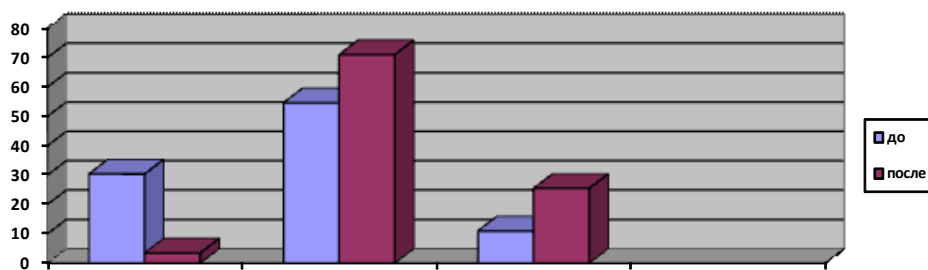


Диаграмма 3. Показатели уровней (ЛТ) по «Шкале реактивной и личностной тревожности» (в %)

Заключение

Результаты проделанной работы показали, что большинство старшеклассников экспериментальной группы научились справляться с реактивной и личностной тревогой после того, как у них начал раскрываться заложенный творческий потенциал.

Таким образом, цель нашей работы, которая заключалась в разработке и исследовании методики на раскрытие творческого потенциала и снижения тревожного состояния школьника реализована. Гипотеза исследования: «Если раскрыть творческий потенциал старшеклассника, то это поможет ему справиться с тревожным состоянием» подтвердилась. Поставленные задачи реализованы.

Уникальные данные, полученные нами при работе с методикой многослойны, не должны быть приняты как окончательные, но они помогают найти пути дальнейшего исследования, проник-

нуть в трудно объективируемые личностные особенности ученика, ускользающие при традиционной организации работы педагога-психолога и не поддающиеся адекватной количественной оценке. Так, по результатам проведенной работы со старшеклассниками Карасайского района Алматинской области на протяжении 3 лет были заметно улучшены показатели участия школьников данного района в научных соревнованиях Республиканского и международного уровня.

Применяя подобную методику, мы стимулируем школьника в непрерывном творческом росте и интеллектуальном «тонусе». Именно снижение уровня тревожного состояния, активизация интеллектуального и творческого потенциала, повышение уровня самооценки обеспечивает возможность саморазвития, удовлетворение личных потребностей старшеклассника с возможностью эффективно планировать и осуществлять свою деятельность.

Список литературы

1. Бурлачук Л.Ф. Введение в проективную психодиагностику. Киев: Вист-С, 1997. 128 с.
2. Вачков И.В. Основы психологии группового тренинга. Психотехники: учеб. пособие / И. Вачков. 2-е изд., перераб. и доп. М., 2000.
3. Давлетова А.А. Психология одаренной личности: учеб.-метод. пособие; изд-е второе. Алматы, 2012. 183 с.
4. Карелин А. Большая энциклопедия психологических тестов. М.: Эскимо, 2007. 416 с.
5. Тихомиров О.К. Психология мышления: учеб. пособие. М.: Моск. гос. университет, 1984.
6. Изард К.Э. Психология эмоций – The Psychology of Emotions. СПб.: Питер, 2007. 464 с. (Мастера психологии).
7. Канеман Д. [Kahneman D.] Внимание и усилие. М.: Смысл, 2006. Пер. изд.: Kahneman D. Attention and effort. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1973.