

УДК 159.9.072.4

## ОПИТУВАЛЬНИК ЖИТТЄТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ

**А.М.Большакова**

*кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник  
Харківської державної академії культури*

У статті висвітлюється авторський опитувальник для вивчення загального рівню розвитку життєтворчих здібностей та рівню розвитку їх окремих видів. Методика містить сім шкал: осмисленість життя, життєстійкість, цілеспрямованість, пластичність, прагнення до особистісного зростання, креативність, рефлексивні здібності. Опитувальник має задовільні психометричні характеристики. Наведено дані про його стандартизацію.

*Ключові слова:* життєтворчі здібності, психодіагностика.

---

Однією з актуальних проблем психології та педагогіки завжди була та досі залишається проблема забезпечення повноцінного функціонування особистості на всіх етапах її життєвого шляху. Протягом багатьох десятиріч науковцями було проведено безліч досліджень, спрямованих на розв'язання цього питання, вивчення умов та факторів психологічного та фізичного благополуччя людини. В результаті на сьогодні психологія життєвого шляху вважається однією з окремих галузей психологічної науки, провідним напрямом наукових пошуків, в яких досліджуються такі феномени, як «життєві плани», «образ життя», «життєві стратегії», «життєві перспективи», «життєвий вибір» та ін. Одним з загальних висновків цих робіт можна визначити переконання, що здійснення людиною свого життя має розглядатися як процес, що потребує реалізації усіх її творчих можливостей. Людина визначається творцем, а процес проживання життя – особистісною творчістю. Визнання цього постулату стало поштовхом для виникнення концепції життєтворчості, що має значний науково-практичний потенціал для психологічної науки і потребує ґрунтовної розробки.

Вперше серйозне наукове обґрунтування поняття «життєтворчість» було здійснено колективом українських дослідників під керівництвом Л.В.Сохань. Вони запропонували розглядати життя як творчий процес та здійснили системне дослідження з проблем життєтворчості [2]. Центральним положенням розробленої ними концепції є уявлення про людину як суб'єкт життя, в основі існування якого полягає життєтворчість – «особлива й вища форма прояву творчої природи людини. Це духовно-практична діяльність, що спрямована на творче планування, проектування та здійс-

нення життєвого проекту» [6, 158]. Найзначущим результатом життєтворчості є оволодіння найвищим мистецтвом – мистецтвом жити, що визначається як «особливе вміння і висока майстерність у побудові особистістю свого життя, що базується на глибокому знанні життя, розвиненій самосвідомості й володінні системою засобів, методів, технологій програмування, конструювання і здійснення життя як індивідуально-особистісного життєвого проекту» [6, 158].

Досить докладне визначення цього феномену було запропоновано українським дослідником І.Г. Єрмаковим, який розглядав життєтворчість «як спосіб упорядкування особистості подійної картини свого життя» [1, 11]. На його думку, життєтворчість є процесом, що інтегрує в собі певні аспекти проектування картини життя: «процес самовдосконалення особистості, набуття нею якостей, необхідних для самостійної і творчої побудови свого життя, – інтелектуальних, емоційно-вольових, морально-психологічних; спосіб розв'язання життєвих завдань; процес проектування, програмування і планування особистістю свого життя; спосіб корекції особистістю своїх життєвих цілей, свого життєвого успіху» [1, 11].

За твердженням Д.О. Леонтьєва, поява концепції життєтворчості ознаменувала зміну парадигми сучасної екзистенціальної психології, зокрема, психотерапії [4]. На думку цього російського вченого, життєтворчість можна визначити як «особистісно-орієнтовану практику розвитку та корекції відносин людини зі світом» [4, 108]. В результаті реалізації цієї практики досягається певний позитивний життєтворчий ефект – «розширення життєвого світу. Людина сама обирає, як буде для неї найкраще, якщо вона матиме досить ши-

року можливість вибору, якщо в неї буде досить широка свідомість, якщо в неї буде досить повна та багатомірна картина світу і досить повна та багатомірна картина своїх відносин зі світом» [4, 108].

Введення поняття «життєтворчість» в категоріальний апарат загальної психології, на думку іншого російського дослідника, дозволило певним чином вирішити три важливі завдання [7]:

- 1) поєднати в рамках однієї категорії, а, отже, загального предмету досліджень, проблеми творчої діяльності, самореалізації, самоактуалізації, особистісної зрілості, саморегуляції, особистісного зростання та ін.;
- 2) категоріально позначити перехід від аналізу творчості як якості певних психічних функцій, процесів та сукупності особистісних рис, до аналізу творчості як форми розвитку особистості;
- 3) визначити особливу форму розвитку особистості – динаміку руху зрілої, адаптованої особистості, яка орієнтується на власний творчий розвиток.

На сьогодні проблематика життєтворчості стала однією з провідних для сучасної психології та педагогіки. Серед дослідників, в роботах яких знайшли відображення психологічні аспекти життєтворчості, можна назвати К.О. Абульханову-Славську, Л.І. Анциферову, Т.М. Березіну, В.М. Донія, І.Г. Єрмакова, О.І. Коржову, Н.А. Логінову, В.О. Татенка, Т.М. Титаренко, В.М. Ямницького.

Результати досліджень, проведених у цьому напрямі, дозволяють створити чітке уявлення про феноменологію життєтворчості особистості. Втім, можна стверджувати, що, хоча вченими створено досить змістовні та переконливі концепції в цьому проблемному полі, питання розробки специфічного психодіагностичного інструментарію, безпосередньо спрямованого на вивчення цієї психічної реальності, залишається відкритим, що і зумовило актуальність дослідження, присвяченого розробці методики для діагностики життєтворчих здібностей.

Метою дослідження було створення психодіагностичної методики для вивчення життєтворчих здібностей особистості, її психометрична оцінка та стандартизація.

Методологічною основою створення системи життєтворчих здібностей було обрано теоретичне уявлення про те, що в процесі життєтворчості як проектування та здійснення людського життя можна виділити дві стадії [1]. Перша стадія передбачає побудову життєвих планів та програм, формування життєвих стратегій та концепцій. Друга є реалізацією розроблених життєвих проектів.

У відповідності до виділення двох названих етапів життєздійснення, в результаті теоретичного аналізу проблем життєтворчості було виділено комплекс найважливіших емпіричних індикаторів життєтворчих здібностей, що забезпечують ефективність життєвого планування та здійснення:

- самопізнання та рефлексія як: усвідомлення стереотипів та переконань, що є бар'єрами для вільної реалізації особистісного потенціалу; розуміння власних інтересів, цінностей, моральних якостей; виявлення сильних боків власної особистості як ресурсів побудови життєвих стратегій; виявлення слабких боків особистості з метою розробки програми саморозвитку та самовдосконалення;
- позитивна орієнтація на майбутнє з урахуванням власних можливостей та обмежень;
- прогнозування напрямів та змісту особистісного розвитку;
- опанування технологіями здійснення важливих життєвих виборів: від глобальних (сенс життя, ціннісні орієнтації, система вірувань та ін.) до більш конкретних (професія, спеціалізація, захоплення, коло спілкування та ін.);
- цілеспрямованість у реалізації життєвих планів;
- подолання тимчасових перешкод та труднощів на шляху до обраної мети;
- гнучкість у виборі засобів реалізації життєвих планів;
- вміння відмовитися від бажаної мети, якщо її реалізація є неможливою, або потребує невиправданих жертв (компроміс із власним сумлінням, руйнування відносин із близькими людьми та ін.).

З метою забезпечення змістовної валідності майбутнього опитувальника в його первинну форму було включено надмірну кількість тверджень (140), що характеризували діагностований особистісний конструкт за названими емпіричними проявами.

Пункти опитувальника було запропоновано у формі тверджень, що описують емпіричні прояви життєтворчих здібностей людини. Речення виключали використання спеціальної термінології з метою уникнення смислових бар'єрів та забезпечення розуміння опитувальника досліджуваними із будь-яким рівнем та напрямом освіти. Формулювання пунктів тесту передбачали як прямі, так і зворотні характеристики життєтворчих здібностей, розміщені у змішаному порядку з метою попередження настановочної поведінки випробуваних.

В процесі роботи з першим варіантом ме-

тодики досліджувані мали оцінювати ступінь своєї згоди із запропонованими твердженнями за шкалою із полюсами: «1 – зовсім невірно», «5 – зовсім вірно». При обробці результатів досліджуваним присуджувалася кількість балів у відповідності до типу твердження: для прямих формулювань – номер відповіді позначав отриману кількість балів; для зворотних формулювань кількість балів обчислювалася за зворотним співвідношенням: 5→1; 4→2; 3→3; 2→4; 1→5.

Первинну, пілотну, форму опитувальника (140 тверджень) було запропоновано 147 досліджуваним віком від 19 до 25 років. Обстеження проводилося російською мовою, оскільки вона є мовою спілкування та мислення для вибірки, на якій розроблявся опитувальник.

Результати цього первинного заміру було використано для оцінки психометричних характеристик методики. Обробка даних проводилася за допомогою пакету SPSS 12.0 та Excel 2003 for Windows.

На першому етапі для усіх 140 пунктів опитувальника вираховувалися показники дискримінативності та внутрішньої узгодженості з метою позбавлення методики пунктів, що мають низьку психодіагностичну цінність.

На другому етапі обробки даних, отриманих за допомогою первинної форми методики, було проведено факторний аналіз методом головних компонент та обертанням факторних структур за принципом Varimax. Аналіз отриманої матриці показав виділення досить великої кількості факторів (більше 30), які описували 87,336 % загальної дисперсії. При цьому, на увагу заслуговував тільки один фактор – єдиний, який пояснював 53,45 % дисперсії та містив 71 перемінну, що мали значущу факторну вагу (більше 0,45 [5, 111]). Усі інші чинники були утворені перемінними із незначущою факторною вагою (менше 0,45).

У другий варіант створюваної психодіагностичної методики було включено саме ці 71 твердження, інші, що мали незначущу факторну вагу та не увійшли до жодного значного фактору, було відкинуто.

Другий варіант опитувальника було запропоновано досліджуваним із тією самою інструкцією. Отримані результати оброблялися та підлягали статистичній обробці.

В результаті статистичного аналізу було встановлено, що всі 71 пункт мають задовільні показники дискримінативності та внутрішньої узгодженості. В процесі факторного аналізу було виділено 12 факторів, що пояснювали 77,009 % загальної дисперсії.

1 фактор (18,823 % загальної дисперсії) було утворено 10 пунктами із факторними навантаженнями більше 0,45, які можна об'єднати в шкалу «Осмишеність життя».

Зміст фактору характеризує здатності людини знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, формулювати власне життєве призначення.

2 фактор (13,977 % загальної дисперсії) – 8 пунктів, яким можна дати об'єднуючу назву «Життєстійкість». Описує здібності людини, пов'язані із здатністю протистояти життєвим труднощам: долати складні проблеми та перешкоди, розв'язувати конфлікти, опиратися деструктивному тискові та маніпуляціям оточуючих.

3 фактор (9,079 % загальної дисперсії) – 9 пунктів, які можна об'єднати в шкалу під назвою «Цілеспрямованість». Зміст фактору відображає життєтворчі здібності, що проявляються в умінні формулювати життєві цілі, бути активним, енергійним, рішучим, послідовним та наполегливим у реалізації задумів.

4 фактор (8,128 % загальної дисперсії) – 8 пунктів, які можна об'єднати в шкалу під назвою «Пластичність». Зміст фактору відображено у таких життєтворчих здібностях, як толерантність до невизначеності, готовність до непередбачуваного майбутнього, гнучкість у життєвому плануванні, готовність до змін у житті, відкритість до нового досвіду, комфортні відчуття у незвичайних ситуаціях та несподіваних обставинах.

5 фактор (6,211 % загальної дисперсії) – 8 пунктів, які можна об'єднати під назвою «Прагнення до особистісного зростання». Шкала відображає впевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, активність у напрямку саморозвитку та самовдосконалення, прагнення до підвищення власної компетентності у різних сферах діяльності.

6 фактор (5,762 % загальної дисперсії) – 7 пунктів, об'єднаних в шкалу «Креативність». Зміст шкали відображає здатність людини зробити своє життя привабливим та цікавим, вміння знайти щось захоплююче у будь-якій справі, прагнення до створення нового у всьому, чим займається.

7 фактор (4,569 % загальної дисперсії) – 7 пунктів, що об'єднуються в шкалу під назвою «Рефлексивні здібності». Зміст фактору відображає зацікавленість людини у розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків, прагнення до самонаблюдження з метою самопізнання.

Інші 5 факторів були утворені 1 – 3 перемінними, а, отже, не мали значення для створюваної методики.

Отримані в результаті факторного аналізу 57 тверджень (які утворили перелічені 7 факторів, що разом пояснюють 66,549 % загальної дисперсії), було використано для створення третьої версії опитувальника. Цей варіант

методики було запропоновано виборці із 143 досліджуваних. У результаті статистичного аналізу отриманих результатів було встановлено високі показники дискримінативності та внутрішньої узгодженості для кожного з 57 пунктів. Отже, третій варіант опитувальника, на даному етапі дослідження було визнано остаточною редакцією «Опитувальника життєтворчих здібностей».

Перевірка надійності методики проводилася за допомогою найбільш поширених та

використовуваних методів [3]: оцінки внутрішньої консистентності (коефіцієнт Кронбаха); оцінки ретестової надійності (повторне тестування проводилося через місяць після першого); оцінки надійності за методом розщеплення.

Застосовані статистичні процедури показали прийнятний рівень надійності оцінюваної психодіагностичної методики. Результати оцінки надійності за названими методами наведені в табл. 1.

Таблиця 1

**Показники надійності «Опитувальника життєтворчих здібностей»**

Показники методики	Показники надійності		
	коефіцієнт Кронбаха	коефіцієнт кореляції для ретестової надійності	коефіцієнт кореляції результатів частин тесту
Осмишеність життя	,673	,746	,708
Життєстійкість	,664	,721	,615
Цілеспрямованість	,786	,558	,649
Пластичність	,854	,473	,585
Прагнення до особистісного зростання	,678	,549	,465
Креативність	,724	,698	,638
Рефлексивні здібності	,636	,657	,54
Загальний показник	,613	,761	,876

Для оцінки валідності розробленої методики було проведено зіставлення отриманих результатів із даними інших методик, які мали б утворювати теоретично передбачувані та зрозумілі зв'язки з показниками життєтворчих здібностей. В перебігу кореляційного аналізу було встановлено низку очікуваних статистично значущих взаємозв'язків між результатами «Опитувальника життєтворчих здібностей» та оцінками досліджуваних за відповідними показниками методик: Опитувальника смисложиттєвих орієнтацій (СЖО, Д.О. Леонтьєв), теста життєстійкості (ТЖС, С. Мадді, адаптація Д.О. Леонтьєва та О.І. Рассказової), опитувальника толерантності до невизначеності (ТН, С. Баднер, адаптація Г.У. Солдатової), опитувальника самоактуалізації (САМОАЛ, Н.Ф.Каліна). Статистично значущі коефіцієнти кореляції наведені в табл. 2.

На заключному етапі конструювання «Опитувальника життєтворчих здібностей» проводилася його стандартизація – розраховувалися середні значення та стандартні відхилення результатів за всіма показниками методики. Вибірка стандартизації складала 586 осіб віком від 17 до 78 років. Отримані результати наведені в табл. 3.

Отже, у даному дослідженні було здійснено спробу створення діагностичного інструменту вивчення життєтворчих здібностей людини.

Факторна структура методики дозволяє

вивчати загальний рівень життєтворчих здібностей людини та окремих їх видів за шкалами:

«Осмишеність життя» – характеризує здатності людини знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, формулювати власне життєве призначення.

«Життєстійкість» – описує здібності людини, пов'язані із здатністю протистояти життєвим труднощам: долати складні проблеми та перешкоди, розв'язувати конфлікти, опиратися деструктивному тискові та маніпуляціям оточуючих.

«Цілеспрямованість» – відображає життєтворчі здібності, що проявляються в умінні формулювати життєві цілі, бути активним, енергійним, рішучим, послідовним та наполегливим у реалізації задумів.

«Пластичність» – характеризує такі життєтворчі здібності, як толерантність до невизначеності, гнучкість у життєвому плануванні, готовність до змін у житті, відкритість до нового досвіду.

«Прагнення до особистісного зростання» – відображає впевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, прагнення до підвищення компетентності у різних сферах.

«Креативність» – відображає здатність людини зробити життя привабливим та цікавим, вміння знайти щось захоплююче у будь-якій справі, прагнення до створення нового у всьому, чим займаєшся.

«Рефлексивні здібності» – висвітлює зацікавленість людини у розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини вчинків, прагнення до самопізнання.

Сконструйована версія опитувальника має задовільні психометричні характеристики за показниками надійності та валідності.

Таблиця 2

**Кореляції шкал «Опитувальника життєтворчих здібностей» з іншими перемінними (p < 0,01)**

		Осмисленість життя	Життєстійкість	Цілеспрямованість	Пластичність	Прагнення до особистісного зростання	Креативність	Рефлексивні здібності	Загальний показник
СЖО	Цілі	,530	,364	,329	,258	,415	,412	,248	,504
	Процес	,660	,373	,454	,352	,389	,625	,255	,616
	Результат	,619	,364	,426	,321	,505	,531	,239	,602
	Локус контролю-я	,527	,364	,468	,387	,472	,559	,208	,599
	Локус контролю-життя	,516	,364	,342	,335	,396	,472	,326	,526
	Загальний рівень	,640	,464	,492	,381	,502	,605	,295	,67
ТЖС	Залученість	,744	,699	,678	,438	,644	,789	,241	,837
	Контроль	,654	,729	,637	,424	,575	,724		,779
	Прийняття ризику	,436	,507	,401	,501	,486	,495	,217	,595
	Життєстійкість	,737	,760	,689	,507	,667	,801	,250	,871
ТН	Новизна	,544	,364	,229	,665		,354	,239	,44
	Складність	,402	,382	,231	,294				,254
	Нерозв'язність	,357	,303	,329	,402				,307
	Загальна	,332	,29	,224	,569			,21	,354
СА-МОАП	Креативність	,412	,301		,564	,421	,864	,467	,476
	Спонтанність	,514			,654	,792	,731		,345
	Саморозуміння	,442	,243			,461		,797	,302

Таблиця 3

**Середні значення та стандартні відхилення загального показника та шкал «Опитувальника особистісної реалізованості»**

Показники методики	Середні			Стандартне відхилення		
	Чоловіки	Жінки	В цілому	Чоловіки	Жінки	В цілому
Осмисленість життя	3,79	3,47	3,63	0,77	0,84	0,83
Життєстійкість	3,29	2,89	3,09	0,6	0,77	0,76
Цілеспрямованість	3,68	3	3,34	0,64	0,74	0,73
Толерантність до невизначеності	3,89	3,36	3,63	0,64	0,67	0,67
Прагнення до особистісного зростання	3,57	3,48	3,53	0,74	0,65	0,64
Креативність	4,27	4,02	4,14	0,84	0,75	0,73
Рефлексивні здібності	3,22	2,88	3,05	0,74	0,67	0,66
Загальний показник	25,7	23,12	24,41	3,95	3,79	3,68

Перспективи подальших досліджень мають полягати у докладнішому вивченні показників валідності розробленої методики, виявленні гендерних та вікових розбіжностей у показниках життєтворчих здібностей, досліджен-

ні взаємозв'язків цього конструкту із іншими психологічними феноменами, що детермінують процес самоздійснення людини на життєвому шляху.

---

---

#### ЛІТЕРАТУРА

1. *Єрмаков І.Г.* Життєтворча місія гімназії // Погоріла І.О. Становлення виховних систем гімназії у контексті життєтворчості особистості. – К. : Пульсари, 2003. – С. 4-18.
2. *Жизнь как творчество* / В.И. Шинкарук, Л.В. Сохань, Н.А. Шульга и др. – К.: Наукова думка, 1985. – 302 с.
3. *Клайн П.* Справочное руководство по конструированию тестов: Введение в психометрическое конструирование / П. Клайн. – К.: ПАН Лтд, 1994. – 284 с.
4. *Леонтьев Д.А.* Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира / Д.А.Леонтьев // М-лы сообщений 1-й Всеросс. науч.-практ. конф. по экзистенциальной психологии. – М.: Смысл, 2001. – С. 100-109.
5. *Митина О.В.* Факторный анализ для психологов / О.В. Митина, И.Б. Михайловская. – М.: Учеб.-метод. коллктор «Психология», 2001. – 169 с.
6. *Сохань Л.В.* Складові життєтворчості / Л.В. Сохань // Психологія і педагогіка життєтворчості : Навч.-метод. посіб. – К. : Ін-т змісту і методів навч., 1996. – С. 156-203.
7. *Сухоруков А.С.* Жизнетворчество и формы движения смысловой системы личности [Электронный ресурс] / А.С. Сухоруков // Конференция Lomonosov 1996 – Режим доступа: <http://psychology.ru/lomonosov/tesises/cu.htm>, свободный.

*Стаття надійшла до редакції 20.01.2010 р.*