

**Natalia Kravchenko,**  
Master degree student,  
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky,  
**Iryna Melnychuk,**  
PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,  
Department of Theory and Methods of Practical Psychology,  
South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky,  
4, Fontanska doroha Str., Odesa, Ukraine

### GUIDED IMAGERY AS INTERVENTION MEANS IN CONFLICTS

The paper is concerned with studying scientific components of the theory of guided imagery as a means of intervention in conflicts and practical application of cathartymic and imaginative technique. The paper is aimed at reviewing contemporary approaches to studying guided imagery as well as developing intervention programme based on this technique. Another purpose of the empirical study is to investigate theoretical and practical components of the above mentioned technique. Experimental work was carried out at the Jewish youth centre. The sample involved 40 surveyed aged from 18 to 28. Intervention programme based on guided imagery method as a means of overcoming conflicts was created on the basis of the abstract theorems having humanistic orientation in personality formation. While working with the correctional group cathartymic and imaginative psychotherapy for the couples and individual psychotherapy was applied, the latter consisting of 10 individual appointments-consultations. The work started from collecting the clients' requirements and personal histories. The data obtained shows that almost all the surveyed have neurotic personality structure. Elements of borderline personality structure were revealed among some of the surveyed, which points at application of different psychocorrective intervention techniques according to guided imagery method. It is determined that the surveyed showed narcissistic and hysterical symptoms which are indicators of deep traumatic conflicts in objective relationships of the surveyed which are reflected in their everyday life. It is recommended to improve interpersonal relationships in case they are under adverse impact (weariness, unfavourable emotional factors); it is necessary to facilitate productive activity of a man and apply psychotherapeutic intervention method. The results of the study show that dominating behaviour strategy in genders' interpersonal relationships is fighting (30%), which indicates unstable emotional relationships between genders.

**Keywords:** guided imagery, imagery, cathartymic and imaginative technique, neuroses, fears, child game psychotherapy.

Подано до редакції 30.09.2014

УДК: 159.95

---

**Маргарита Костянтинівна Кременчуцька,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри соціальної допомоги та практичної психології,  
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова,  
вул. Дворянська, 2, м. Одеса, Україна

### ГРА ЯК ТВОРЧА ДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ

---

У статті розглянуто види, функції і можливості ігрової діяльності. Зазначено, що сучасне наукове поняття «ігрова культура» орієнтує дослідника на системний аналіз змін в ігровій діяльності, у співвідношенні традиційних і нових ігор, стихійних і спрямованих факторів розвитку гри, на свідоме використання і формування розвиваючого потенціалу гри. Виділено розвиваючі можливості гри і особливості їх реалізації в комп'ютерному просторі. Емпірично показано, що розвиток творчих елементів діяльності індивіда за допомогою використання ігрових комп'ютерних методів і прийомів є ефективним не тільки на етапі, коли ігрова діяльність є провідною, але і в інші періоди розвитку індивіда.

**Ключові слова:** гра, творчість, комп'ютерний простір, візуальне мислення.

Гра – дивовижний феномен нашого існування. Гру розглядають як один із видів суспільної практики, що виник у давнину. Витоками ігри є магичні обряди первісних людей. Уже в той час діти в своїх забавах використовували іграшки, виготовлені з каменю, кістки, пізніше – з глини. У грі відтворювалися і відтворюються норми людського життя і діяльності, підпорядкування яким забезпечує пізнання і засвоєння пре-

дметної та соціальної дійсності, інтелектуальний, емоційний і моральний розвиток особистості.

В останні роки гра стала об'єктом вивчення представників багатьох наук – від філософії до математики. Саме поняття «ігрова культура» введене в науковий обіг наприкінці ХХ століття, орієнтує на системний аналіз змін в ігровій культурі, у співвідношенні традиційних і нових ігор, стихійних і спрямованих

факторів розвитку гри, на свідоме використання і формування розвиваючого потенціалу гри.

Існує багато різних визначень гри. «Ми можемо назвати гру, – пише нідерландський філософ, культуролог Йохан Хейзинг у роботі «Людина, що грає», – вільною діяльністю, яка усвідомлюється як «немовби», і заняття, яке виконується поза повсякденним життям; однак, вона може цілком заволодіти граючим, не переслідує при цьому ніякого прямого матеріального інтересу, не шукає користі; вільною діяльністю, яка здійснюється всередині навмисно обмеженого простору і часу, протікає впорядковано, за певними правилами і викликає до життя суспільні угруповання, які воліють оточувати себе таємницею або підкреслюють свою відмінність від іншого світу всіляким маскуваням» [1, с. 326].

Гра приваблива для людини будь-якого віку і володіє багатьма можливостями для навчання, розвитку і вдосконалення особистості.

У людській практиці ігрова діяльність виконує такі функції:

- розважальну: це основна функція гри – розважити, принести задоволення, надихнути, збудити інтерес;
- комунікативну: освоєння діалектики спілкування;
- самореалізації в грі як полігоні людської практики;
- ігротерапевтичну: подолання різних труднощів, що виникають в інших видах життєдіяльності;
- діагностичну: виявлення відхилень від нормативної поведінки, самопізнання в процесі гри;
- функцію корекції: внесення позитивних змін у структуру особистісних показників;
- міжнародної комунікації: засвоєння єдиних для всіх людей соціально-культурних цінностей;
- соціалізації: включення в систему суспільних відносин, засвоєння норм людського співжиття.

Крім того, хочеться зауважити, що гра є засобом, здатним послабити вплив цивілізації, яка калічить і виконує таким чином компенсаторну і розвиваючу функції.

Гра є однією з форм зміщення активності – сублимацією, яка, згідно з З. Фрейдом, є захисним механізмом, що дає можливість людині в цілях адаптації змінювати свої імпульси таким чином, щоб їх можна було виражати за допомогою соціально прийнятних думок і дій. Енергія інстинктів не отримує виходу, руйнує особистість. Гра, обмежуючи потенційно небезпечні види діяльності жорсткими правилами, дозволяє не тільки дати вихід енергії, а й нейтралізувати її небезпечні наслідки. Гра, таким чином, виступає компромісом між природою людини та суспільством [1].

Людині від природи дається цілий набір фізичних та інтелектуальних здібностей, що забезпечують її виживання в найрізноманітніших умовах, однак у реальному житті виконання безлічі завдань перекладено (не завжди з доброї волі) на державу, маса особистих дій людини стають непотрібними, оскільки набагато простіше оплатити будь-кому відповідні послуги. Гра дозволяє штучним чином зберігати і розвивати здібності, дані природою, але не затребувані в реальному житті індивіда.

Багато видів гри являють собою моделі поведінки, спрямовані на цільовий розвиток тих чи інших якостей індивіда. Це досягається за допомогою створення моделей, в яких штучним шляхом робиться опір на розвиток спеціальних якостей. Багато ігор носять комплексний характер, розвиваючи цілий ряд взаємопов'язаних якостей, при цьому в кожній грі є своя ієрархія цілей. У грі небезпечні, надмірно важкі або непотрібні з точки зору задоволення базових потреб дії заміщуються діями, проведеними за правилами, що робить їх безпечнішими.

На жаль, необхідно констатувати той факт, що сьогодні відбувається втрата традицій, пов'язаних із грою. Навряд чи сьогодні можливо твердження, що гра пронизує життя в дитячому віці. Відбувається вихолощення гри з буденного життя, а гра необхідна кожному з нас – адже, якщо згадати про піраміду Маслоу, це задоволення потреби й в «належності і любові», і в «повазі», і в «самоактуалізації». Дитячі психіатри, стикаючись з порушеннями здоров'я дитини, особливо з відхиленнями у психіці, іноді ставлять діагноз: «Діти в дитинстві недограли». З'явилося навіть поняття «ігрова дистрофія дітей». Наслідки цього явища іноді незворотні. Невипадково з'явилася галузь медицини та психології – ігротерапія.

Дослідити неосяжну кількість варіацій, стратегій ігор, відповідних певному віку або безвікових ігор, дійсно дуже складно. Складність класифікації ігор полягає в тому, що вони, як і будь-яке явище культури, знаходяться під серйозним впливом динаміки історичного процесу будь-якої нової формації, ідеології різних соціальних груп. Збагачення культури дозволяє бути суперечливим, на нього здатні впливати примус, заборона, мода і т. п. Складність класифікації ігор також у тому, що вони відрізняються одна від іншої не тільки формальною моделлю, набором правил, кількісних показників, але, перш за все, цілями. Ігри з однаковими правилами, інформаційною базою можуть бути досить різними, оскільки використовуються в різних цілях: в одному випадку – для аналізу функціонування системи, в іншому – для навчання учнів, у третьому – в якості тренінгу для прийняття рішень в модельованих ситуаціях, у четвертому – для розваги і т. д.

Спроби класифікувати ігри робилися як зарубіжними, так і вітчизняними дослідниками, які займалися проблемою ігрової діяльності. Наприклад, Ж. Піаже виділяв три основних типи гри, які він співвідносив із етапами розвитку дитини:

- ігри-вправи – перші ігри дитини, пов'язані з діями з іграшками (перший рік життя);
- символічні ігри, засновані на наслідуванні світу дорослих за допомогою особливої системи символів (ранній дошкільний вік);
- ігри за правилами, які, по суті, є рольовими іграми.

Найбільш робочою класифікацією ігор є їх поділ:

- за видом діяльності: фізичні (рухові); інтелектуальні (розумові); трудові; соціальні; психологічні.
- за характером педагогічного процесу: навчальні, тренувальні, контролюючі, узагальнюючі; пізнавальні,

виховні, розвиваючі; репродуктивні, продуктивні, творчі; комунікативні, діагностичні, профорієнтаційні, психотехнічні.

- за характером ігрової методики: предметні; сюжетні; рольові; ділові; імітаційні; ігри-драматизації [2].

Світова «інтернетизація» і тотальність медіапростору розширили сферу ігрової діяльності. Завдяки об'єднанню людської схильності до гри і цифрових технологій з'явився такий ігровий феномен як гейміфікація. Цей термін має на увазі використання елементів гри в неігрових областях, таких як утримання клієнтів, маркетинг, інновації, професійна підготовка, охорона здоров'я та соціальні зміни для вирішення найрізноманітніших завдань за допомогою підвищення рівня залученості аудиторії.

Часто як приклад гейміфікації можна навести комп'ютерну програму Health Month, користувачеві якої пропонується щотижня задавати певні цілі, пов'язані зі здоров'ям, і дотримуватися їх протягом цілого місяця. Кожен користувач стартує з 10 очками і намагається зберегти до кінця місяця хоча б одне. Гравець втрачає 1 очко щоразу, коли порушує правила, але друзі можуть допомогти йому «одужати» і отримати очки назад.

Спираючись на викладені вище положення, нами було проведено дослідження з аналізу ефективності ігрових технологій у розвитку візуального мислення студентів [4]. З цією метою були виділені 2 групи молодих людей (контрольна і експериментальна група), які склалися зі студентів-програмістів 2 курсу Одеського національного університету імені І. І. Мечникова. Члени групи були одного віку та статі.

Процедура дослідження складалася з трьох етапів. На першому етапі здійснювалося вхідне тестування. Потім одній з груп пропонувалося взяти участь в комп'ютерних іграх, які містили прийоми, спрямовані на розвиток творчого начала та стимулювання загальної творчої активності. Так, в одній з ігор потрібно було придумати і намалювати нового пета (вихованця-тварину) у трьох фазах, надаючи йому поступово певні візуальні переваги перед іншими тваринами. На останньому етапі проводилося контрольне тестування.

В якості діагностики застосовувалися модифіковані варіанти тесту Торренса. На першому етапі використо-

вувався варіант «Завершення картинок», який представляє собою набір картинок із деяким набором елементів (ліній), використовуючи які випробуванним необхідно домалювати картинку до деякого осмисленого зображення (6 картинок вибраних із 10 оригінальних) і дати їм назву. На другому етапі в якості стимулів використовувалися прості графічні фігури, які було необхідно закінчити за допомогою будь-яких графічних доповнень з тим, щоб у результаті вийшло щось певне, а потім дати йому назву.

В якості основних показників використовувалися наступні:

1. Конструктивна активність – показник ступеню складності перетворень заданого графічного стимулу, які виконуються досліджуванним.

2. Категоріальна гнучкість назв, які пропонуються піддослідними для закінчених малюнків.

За основу бралися 40 варіантів категорій, виділені автором [3]: людина, тварина, рослина, природні явища (пейзажі і т.п.), транспортні засоби, житло, інструменти, прилади, предмети побутового використання, одяг, взуття, їжа, спорт, засоби інформації, сигналу, навчання, технічні споруди, космічні об'єкти, геометричні фігури, меблі, посуд, музика, прикраси, будівельні споруди, ємності, машина, механізми, гра (іграшки і т.д.), анатомія людини, зброя, джерела світла, мікроструктура об'єкта, матеріали (дерево, бетон і ін.), канцелярські прилади, фізичні явища, зображення, медицина, поверхні, фантастичні істоти, знаки, символи, цифра, моделі, плани, графіки, людські почуття (сум, страх і т.п.), технічні деталі.

Підраховується кількість категорій з числа всіх можливих, що використовував у своїх відповідях як найменування кожен випробуваний.

3. Оригінальність запропонованої назви (за частотою, з якою зустрічається кожна конкретна назва у всій групі випробуваних).

Результати свідчать, що у студентів, які здійснювали цю ігрову діяльність, на відміну від контрольної групи студентів, спостерігається динаміка показників візуального мислення. Оцінка значущості відмінностей здійснювалася в даному випадку за t-критерієм Стьюдента.

Таблиця 1

**Показники креативності мислення для вибірки**

Показники	Групи випробуваних				Критерій Стьюдента (t)
	Експериментальна група		Контрольна група		
	Середнє значення (M)	Стандартна помилка (m)	Середнє значення (M)	Стандартна помилка (m)	
Конструктивна активність	59,81	6,45	90,23	7,03	3,189**
Категоріальна гнучкість	18,69	0,73	16,70	0,61	2,094*
Оригінальність назви	73,24	3,49	62,67	3,54	2,125*

Примітка: \* -  $p < 0,05$ ; \*\* -  $p < 0,01$ ; \*\*\* -  $p < 0,001$

Показники конструктивної активності, що відображають операціональні характеристики візуального мислення, значуще вище у студентів, які брали участь в іграх (р 0,01).

За показником «категоріальна гнучкість», що демонструє багатство процесів семантизації візуального враження на основі підключення словесно-категоріального знання, спостерігається та ж значущість відмінностей (р 0,05).

Найвищими значення показника «оригінальність назви», який свідчить про творчі можливості візуального мислення, виявилися також у групи, яка здійснювала ігрову діяльність.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Игра со всех сторон. Современные исследования, междисциплинарный подход, практические рекомендации, взгляд в будущее: Прагматикакультура / Под ред. Екатерины Жорняк. – Москва: Фонд научных исследований, 2003. – 560 с.

2. Миллер С. Психология игры / С. Миллер. – СПб.: Университетская книга, 1999. – 456 с.

Таким чином, у результаті проведених досліджень нами були зафіксовані зміни в розвитку творчого початку студентів-програмістів: в експериментальній групі значно збільшилася кількість студентів із високими показниками візуального мислення; у процентному відношенні це склало 52% від попередніх показників вхідного тестування.

Дані дослідження підтвердили гіпотезу про те, що розвиток творчих елементів діяльності індивіда за допомогою використання ігрових методів та прийомів є ефективним не тільки на етапі, коли ігрова діяльність є провідною, але і в інші періоди розвитку індивіда.

3. Кременчуцька М. К. Игровые технологии как компонент обогащенной образовательной среды / М. К. Кременчуцька // Наука і освіта. – 2012. – № 10/СУХІ. – С. 125-129.

4. Симоненко С. М. Знаково-символічна функція візуально-мисленневого образу: основні характеристики / С. М. Симоненко // Наука і освіта. Спецвипуск. – 2004. – № 3. – С. 146-149.

#### REFERENCES

1. Zhornyak, E. (Eds.). (2003). *Igra so vsekh storon. Sovremennye issledovaniya, mezhdistsiplinarnyi podkhod, prakticheskiye rekomendatsii, vzglyad v buduscheye: Pragmatikakultura [Game on all sides. Modern research, interdisciplinary approach, practical recommendations, future outlook: Pragmatic culture]*. Moscow: Fond nauchnykh issledovaniy [in Russian].

2. Miller, S. (1999). *Psikhologiya igry [Psychology of games]*. St. Petersburg: Universitetskaya kniga [in Russian].

3. Kremenchutska, M. K. (2012). *Igrovye tekhnologii kak komponent obogaschennoy obrazovatelnoy sredy [Game technology as a component of enriched educational environment]*. *Nauka i osvita – Science and Education*, 10, 125-129 [in Russian].

4. Symonenko, S. M. (2004). *Znakovo-symvolichna funktsiia vizualno-myslennievoho obrazu: osnovni kharakterystyky [Sign and symbolic function of visual and thinking image: main features]*. *Nauka i osvita – Science and Education*, 3 [in Ukrainian].

*Маргарита Константиновна Кременчуцкая,*  
кандидат психологических наук, доцент  
кафедры социальной помощи и практической психологии,  
Одесский национальный университет имени И. И. Мечникова,  
ул. Дворянская, 2, г. Одесса, Украина

#### ИГРА КАК ТВОРЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЛИЧНОСТИ

В статье рассматриваются виды, функции и возможности игровой деятельности. Игра привлекательна для человека в любом возрасте, она дает человеку много возможностей для обучения, развития и усовершенствования личности. Игра позволяет искусственным способом сохранять и развивать способности, данные природой, но невостребованные в реальной жизни индивида. Был проведен анализ эффективности игровых технологий в развитии визуального мышления студентов. С этой целью были выделены две группы молодых людей (контрольная и экспериментальная), которые состояли из студентов-программистов 2 курса Одесского национального университета имени И. И. Мечникова. Члены группы были одного пола и возраста. Процедура исследования состояла из 3-х этапов. На первом этапе осуществлялось входящее тестирование. Затем одной из групп было предложено поиграть в компьютерные игры, содержащие в себе приемы, направленные на развитие творческого начала и стимулирование общей творческой активности. Так, в одной из игр необходимо было придумать и нарисовать нового любимца в три этапа, постепенно наделяя его определенными визуальными преимуществами перед другими животными. На последнем этапе проводилось контрольное тестирование. В результате проведенных исследований нами были зафиксированы изменения в развитии творческого начала студентов-программистов: в экспериментальной группе значительно увеличилось количество студентов с высокими показателями визуального мышления – в процентном соотношении это составило 52% от предыдущих показателей

входящего тестирования. Данные исследования подтвердили гипотезу о том, что развитие творческих элементов деятельности индивида с помощью использования игровых методов и приемов является эффективным не только на этапе, когда игровая деятельность является ведущей, а и в другие периоды развития индивида.

**Ключевые слова:** игра, творчество, компьютерное пространство, визуальное мышление.

**Marharyta Kremenchutska,**

*PhD (Candidate of Psychological Sciences), associate professor,*

*Department of Social Service and Practical Psychology,*

*Odessa I. I. Mechnikov National University,*

*2, Dvorianska Str., Odesa, Ukraine*

#### GAME AS PERSONALITY'S CREATIVE ACTIVITY

The article presents the types, functions and opportunities of play activity. Games are interesting for people of any age and give opportunities for people's learning, development and self-improvement. Games allow people to keep and develop abilities given by nature and not required in their real life. We have reviewed the efficiency of game technologies in students' visual thinking development. For that purpose 2 groups (control and experimental) of young people were formed, each of them involving second-year students-programmers. Both groups' members were of the same age and sex. The research involved three stages. At the first stage incoming test was carried out. After that, one of the groups was offered to play computer games which included devices aimed at developing creativity and stimulating general creative efforts. For example, performing one of the tasks, the students were supposed to draw an imaginary pet in three phases, gradually giving it more and more visual advantages over other animals. The final stage involved re-testing. As a result of the investigation, the following change in students-programmers' creativity development was observed: a number of students with high index of visual thinking increased in experimental group (52% compared with previous indices of incoming test). The research proved the hypothesis about the fact that development of creative elements of people's activity with the use of game methods and devices is effective in every period of individual's development.

**Keywords:** game, creativity, computer space, visual thinking.

*Подано до редакції 30.09.2014*