

Булкина Н. А., Васильева О. С.

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ПОВСЕДНЕВНОГО ТВОРЧЕСТВА И СУБЪЕКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ...

Российский психологический журнал, 2022, Т. 19, № 2, 174-187. doi: 10.21702/rpj.2022.2.13

ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

---

Научная статья

УДК 159.9.07

<https://doi.org/10.21702/rpj.2022.2.13>

## Исследование взаимосвязи повседневного творчества и субъективного благополучия в пожилом возрасте

Наталья А. Булкина✉, Ольга С. Васильева

Южный федеральный университет, г. Ростов-на-Дону, Российская федерация

✉ [aboulkina@yandex.ru](mailto:aboulkina@yandex.ru)

**Аннотация: Введение.** Проблема субъективного благополучия пожилых людей становится особенно актуальной в условиях демографического старения современного общества. Новизна исследования заключается в углублении представлений о взаимосвязи субъективного благополучия и повседневного творчества в пожилом возрасте. Цель данного исследования – изучение субъективного, когнитивного и гедонистического благополучия в пожилом возрасте во взаимосвязи с самооценками творческого уровня и каждодневной творческой активности. **Методы.** В добровольном исследовании приняли участие пожилые люди в возрасте от 60 до 90 лет, из них 78 мужчин ( $N = 202$ ;  $M = 68,62$ ;  $SD = 7,46$ ). Для определения самооценок творческой активности и субъективного уровня творчества применяли шкалы самоотчета. Уровень субъективного благополучия измеряли геронтологической шкалой Индекс удовлетворенности жизнью (авторы Neugarten, Havighurst, Tobin, в адаптации Н. Паниной) и Шкалой субъективного счастья (авторы Lyubomirsky, Lepper, адаптация Д. Леонтьева). Для статистического анализа применяли критерии Уилкоксона, Краскела-Уоллиса,  $t$ -критерий Уэлча, критерий согласия Пирсона, коэффициент ранговой корреляции Спирмена. **Результаты.** Выявлены заметные положительные корреляционные связи между уровнем субъективного благополучия, творческой активностью и субъективным уровнем творчества:  $r$  от 0,594 до 0,610;  $p < 0,001$ . Обнаружены значительные различия в уровне субъективного благополучия между творчески активными и творчески не активными испытуемыми ( $p < 0,001$ ), а также между испытуемыми, оценившими себя как «не творческих» и как «творческих»:  $W = 1729$ ; величина эффекта  $r = 0,654$ ;  $p < 0,001$ . **Обсуждение.** Полученные результаты расширяют представления о повседневном творчестве в пожилом возрасте, его взаимосвязи с субъективным, когнитивным и гедонистическим благополучием и могут быть использованы социально-психологическими службами в работе с пожилыми людьми для улучшения их психоэмоционального состояния и коррекции уровня субъективного благополучия.

**Ключевые слова:** повседневное творчество, субъективное благополучие, когнитивное благополучие, гедонистическое благополучие, пожилой возраст, повседневная творческая активность, самооценка творческого уровня, субъективный уровень творчества

### Основные положения:

- между повседневным творчеством и субъективным благополучием в пожилом возрасте существуют выраженные положительные взаимосвязи;
- выявлены положительные корреляции между субъективным, когнитивным и гедонистическим благополучием с одной стороны и повседневной творческой активностью и самооценками творческого уровня с другой стороны;
- установлены более высокие показатели благополучия, субъективного уровня творчества и творческой активности у пожилых людей с высшим образованием.

**Для цитирования:** Булкина Н. А., Васильева О. С. (2022). Исследование взаимосвязи повседневного творчества и субъективного благополучия в пожилом возрасте. *Российский психологический журнал*, 19(2), 174–187. <https://doi.org/10.21702/rpj.2022.2.13>

### Введение

Благополучие пожилых людей приобретает все большее значение в контексте старения населения нашей планеты (Kitayama et al., 2020). Современная наука и практика рассматривает повседневное творчество как одну из возможностей для достижения благополучия в пожилом возрасте.

Благополучие (well-being) в психологии – это многогранный конструкт, под которым понимают ментальное и физическое здоровье, эмоциональное и психологическое благополучие, качество жизни и счастье. В силу взаимозаменяемости терминов понятийное поле конструктов благополучия размыто (Леонтьев, 2020). Одним из наиболее устойчивых конструктов благополучия является субъективное благополучие (subjective well-being, SWB) – операциональный эквивалент счастья, собирательный термин для различных видов анализа, оценки, расчетов (Diener, 1984). Субъективное благополучие существует только в настоящем и отражает целостное психологическое переживание собственной жизни (Леонтьев, 2020). Субъективное благополучие (SWB) включает в себя аффективный (гедонистический) и когнитивный компоненты. Аффективный компонент SWB состоит из баланса положительных и отрицательных эмоций (Тов, 2018). Когнитивный компонент SWB, другое его название «удовлетворенность жизнью», состоит из оценочных суждений человека о собственной жизни, включая различные ее сферы, например, здоровье, доход, социальные контакты (Pavot, 2018).

В качестве коррелята субъективного благополучия в пожилом возрасте исследователи рассматривают повседневное творчество (McFadden & Basting, 2010; Richards, 2007). Несмотря на снижение флюидного интеллекта с годами (Silvia & Beaty, 2012), творчество в пожилом возрасте благотворно (Zhang, Niu, 2013). Оно помогает пожилым людям замедлить старение мозга и предотвратить невропатологию слабоумия (McFadden & Basting, 2010), адаптироваться к физическим, психологическим и социальным изменениям (Duhamel, 2016), испытать личностный рост (Кудрина, 2015), обрести смысл, принять конечность бытия (Tan et al., 2017).

Дж. Гилфорд более семидесяти лет назад выделил признаки творчества: оригинальность/новизна и уместность, адаптивность или соответствие поставленной задаче (Runco & Jaeger, 2012). Творчество включает в себя такие когнитивные и личностные характеристики как чувствительность к проблемам, гибкость, способность к анализу, синтезу, оценке и реорганизации информации, дивергентное мышление, неожиданность (Kampylis & Valtanen, 2010;

Runco, 2014a). Не существует единой научной дефиниции творчества по причине сложной контекстуальной природы данного конструкта. Разные исследователи определяют творчество как выход за пределы требований исходной проблемной ситуации (Богоявленская, 2005); вовлечение в производство новых, полезных продуктов (Mumford, 2003, p.110) отражение познания, метапознания, отношения, мотивации, аффекта и темперамента (Runco, 2007, p. 320); процесс создания новых культурных смыслов (Смирнова, 2016).

Творчество присуще в разной степени всем людям. Существует как большое творчество гениев, так и маленькое творчество большинства людей (Kaufman et al., 2016). Полвека назад творчество изучали на примере выдающихся личностей (писателей, композиторов, нобелевских лауреатов), в последние десятилетия растет количество исследований, связанных с маленьким или повседневным творчеством (Amabile, 2017; Cotter et al., 2019). Повседневное творчество – это творческие действия, распространенные среди обычных людей в повседневной жизни, например, рисование, приготовление рецептов, стихотворные пожелания к празднику, которые способствуют и отражают психологическое здоровье (Silvia, Beaty, et al., 2014). По мнению М. Ранко, природа творчества едина, и нет принципиальной разницы в творчестве ребенка и выдающегося мастера (Runco, 2014b). С изменением подходов к изучению творчества появились его новые дефиниции, например, деятельность, приводящая к оригинальным, полезным, этичным результатам, по крайней мере, *для создателя* (Kamrylis et al., 2009, p. 18); процесс, *возможный для каждого* (Cropley & Cropley, 2013); *самоощущаемая* способность создавать новые и полезные продукты (Karwowski & Brzeski, 2017).

Несмотря на очевидную пользу повседневного творчества для здоровья и субъективного благополучия пожилых людей, данная тема пока не разрабатывалась в отечественных психологических исследованиях. В российской науке термин «креативность» (от англ. *creativity* – творчество), применяют как в значениях «творческие способности, творческий потенциал» (например, Попель, 2017), так и как аналог творчества во всех его проявлениях (Дорфман, 2015; Мирошник, Щербакова, 2020). В данной работе термины «творческий» и «креативный» мы употребляем как синонимы.

В исследованиях повседневного творчества обычно используют шкалы и анкеты самоотчета, оценку вовлеченности в различные виды творческой деятельности, а также субъективную оценку собственных творческих достижений (Forgeard & Kaufman, 2016; Piffer, 2012; Silvia et al., 2012). В последние годы в исследованиях персонального творчества появилось понятие «творческая самоубежденность» (*creative self-beliefs, CSB*), которое означает убежденность индивида в своих творческих способностях (Karwowski et al., 2019) и является предиктором творческой активности и достижений (Beghetto, Kaufman & Baxter, 2011). Самооценка творческого уровня может не совпадать с реальными творческими способностями и достижениями, но представляет научный интерес (Batey & Hughes, 2017). Сравнительное исследование результатов объективных методов оценки индивидуальной креативности с результатами субъективной оценки креативности на выборке, включающей 1500 человек, показало, что субъективные оценки имели меньшую дисперсию, более высокое среднее значение и умеренную корреляцию с объективными методами оценки креативности (Park et al., 2016).

## Методы

Цель данного исследования: выявление взаимосвязей между субъективным благополучием и повседневным творчеством в пожилом возрасте через самооценки творческой активности и субъективного уровня творчества испытуемых.

### Гипотезы исследования

Мы предлагаем к рассмотрению следующий ряд положений:

- 1) между повседневной творческой активностью, самооценками творческого уровня и субъективным благополучием существуют положительные корреляционные связи;
- 2) респонденты, проявляющие повседневную творческую активность и субъективно оценивающие себя как творческих, имеют более высокие показатели когнитивного, гедонистического и субъективного благополучия;
- 3) повседневная творческая активность и субъективный уровень творчества имеют между собой сильную положительную корреляцию.

В добровольном исследовании, основанном на принципах анонимности и конфиденциальности, приняли участие пожилые люди: 124 женщины и 78 мужчин, возраст испытуемых от 60 до 90 лет. (N = 202; M = 68,62; SD = 7,46). Участники в возрасте от 60 до 69 лет составили 62,4 % выборки (n = 126); от 70 до 74 лет составили 29,7 % выборки (n = 58), от 75 года до 91 года – 8,9 % выборки (n = 18). Учитывая малую долю респондентов в возрасте старше 75 лет, а также увеличение продолжительности жизни, мы называем всех респондентов пожилыми. Среди участников исследования 136 (67,2 %) продолжают работать, 66 человека не работают (32,8 %). Испытуемые имеют среднее (40,6 %) и высшее образование (59,4 %), 56 (27,2 %) испытуемых проживают одни, 146 (62,8 %) в семьях.

Исследователи убеждены, что измерять творчество сложно. Традиционно творчество оценивали объективно через продукты творчества, интеллект и дивергентное мышление, творческое поведение и достижения личности (Kaufman, Plucker & Baer, 2008). С 90-х годов XX века исследователи все чаще отмечают необходимость серьезного пересмотра оценок креативности в пользу их субъективности (Sternberg, 1991; Richards, 2007; Kaufman, 2019).

Измерение креативности пожилых людей имеет ряд ограничений. В пожилом возрасте значительно снижаются дивергентное мышление и флюидный интеллект. Творческие способности также снижаются (Zhang, Niu, 2013), если человек не выраженно творческий. Кроме того, продукты повседневного творчества имеют значимость и ценность преимущественно для самих создателей и их близких. При исследовании повседневного творчества пожилых людей мы опирались на принципы активности, процесса и убежденности, которые Дж. Кауфман положил в основу самооценки творческого уровня (Creativity self assessments, CSAs) (Kaufman, 2019). Пожилых респондентов спрашивали об их отношении к творчеству, какими видами творчества они занимались в течение последних 12 месяцев. Затем испытуемым предлагалось оценить свой уровень творчества в названных областях по десятибалльной шкале. Средняя самооценка доменного уровня творчества по выборке составила M = 3,24; SD = 2,97. Виды повседневного творчества пожилых людей представлены в таблице 1.

**Таблица 1**

*Творческие домены пожилых людей*

Творческие домены	Количество ответов
Рукоделие (вышивка, шитье, вязание, макраме, бисероплетение)	19

## ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Творческие домены	Количество ответов
Танцы	8
Рисование, живопись	15
Литературное творчество: составление родословной, написание книг, мемуаров, статей в газету, сценариев к праздникам; сочинение стихов, рассказов	11
Техническое творчество: разработка новых узлов, модернизация старых блоков, устройств; моделирование; сборка компьютеров, ремонт бытовой техники	6
Краеведение	9
Фотография	15
Сервировка стола	8
Музыка: слушание, пение, игра на музыкальных инструментах, сочинение музыки, импровизация	15
Ландшафтный дизайн (садоводство, цветоводство)	16
Дизайн одежды	5
Шахматы	7
Украшение дома к празднику	3
Кулинария	18
Лепка	4
Театр, актерское мастерство	9
Научное творчество	13
Ведение блога и страницы в соцсетях; модератор в соцсетях	8

Субъективную оценку своего творческого уровня в целом участники исследования давали, отвечая на вопрос: «Принимая во внимание все обстоятельства, скажите, на сколько процентов условно Вы ощущаете себя творческим человеком?» Варианты ответов нужно было расположить в цифровом диапазоне от 0 до 100. Средняя самооценка общего творческого уровня по выборке:  $M = 31,53$ ;  $SD = 30,40$  ( $N = 202$ ). Интегральный показатель самооценок доменного и общего уровня творчества мы будем называть субъективным уровнем творчества.

Описательная статистика субъективного уровня творчества респондентов представлена в таблице 2.

Таблица 2.

Описательная статистика субъективного уровня творчества респондентов

	N	Среднее	SD	IQR	Асимметрия	Экссесс
Не творческие	87	2,24	4,15	0	1,34	-0,16
Творческие	115	51,95	23,07	40	0,40	-0,93

Для определения уровня творческой активности пожилым людям задавали вопрос, как часто они занимаются творчеством. Варианты ответов: никогда; редко (1–2 раза в месяц); часто (1–2 раза в неделю); ежедневно. Баллы начислялись соответственно: «никогда» – 0; «редко» – 1; «часто» – 2, «ежедневно» – 3. Результаты: «никогда» 70 (34,65 %); «редко» 70 (34,65 %); «часто» 46 (22,77 %); «ежедневно» 16 (7,92 %).

По оценкам респондентов своей творческой активности (частоты занятий творчеством) и субъективного уровня творчества (интегрального показателя самооценок доменного и общего уровня творчества) были сформированы две группы. В первую группу вошли участники, не включающие творчество в свою жизнь, считающие себя не творческими или мало творческими, оценившие свой творческий уровень от 0 до 10 по 100-балльной шкале ( $n_1 = 87$ ). Вторую группу составили испытуемые, воспринимающие себя как творческих, для них творчество является частью профессии или повседневной жизни ( $n_2 = 115$ ).

Субъективное благополучие (SWB) – интегративное образование, состоящее из когнитивного и аффективного (гедонистического) компонентов. Для измерения когнитивного компонента применили геронтологическую шкалу Индекс удовлетворенности жизнью (ИУЖ) в адаптации Е. Паниной. Аффективный компонент SWB измерили с помощью шкалы субъективного счастья (ШСС), авторов Lyubomirsky, Lepper в адаптации Д. Леонтьева (Осин, Леонтьев, 2020).

## Результаты

Проверка данных на нормальность распределения по критерию Шапиро-Франсиса показала, что распределение во всех шкалах значимо отличается от нормального. SWB:  $W = 0,944$ ;  $p < 0,001$ ; ИУЖ:  $W = 0,940$ ;  $p < 0,001$ ; Субъективный уровень творчества:  $W = 0,876$ ,  $p < 0,001$ , Шкала субъективного счастья:  $W = 0,962$ ,  $p < 0,001$ ; переменная «частота занятий творчеством» представлена в ранговой шкале. Данные обстоятельства обусловили выбор непараметрических критериев для исследования.

Описательная статистика по шкалам Индекс удовлетворенности жизнью (ИУЖ) и Шкала субъективного счастья (ШСС) представлена в таблице 3.

**Таблица 3**

Описательная статистика по шкалам Индекс удовлетворенности жизнью (ИУЖ) и Шкала субъективного счастья (ШСС)

ИУЖ	сред- нее	sd	IQR	асим- метрия	эксцесс	0%	25%	50%	75%	100%	n
Не творч	23,24	7,67	9,5	-0,58	-0,30	5	19,5	24	29	38	87
Творческ	30,73	5,49	6,0	-0,77	0,40	15	28	32	34	40	115
ШСС	сред- нее	sd	IQR	асим- метрия	эксцесс	0%	25%	50%	75%	100%	n
Не творч	16,42	4,56	5,5	-0,053	-0,38	7	14	17	19,5	26	87
Творческ	21,63	3,82	5,0	-0,86	0,18	10	20	22	25	28	115

Для определения значений SWB результаты по когнитивной (ИУЖ) и аффективной (ШСС) шкалам суммировались. Для сохранения единой размерности баллы по шкале Lyubomirsky, Lepper были пересчитаны с помощью пакета scales.

Статистическое исследование значимых различий между уровнями творческой активности со шкалами благополучия было проведено с помощью непараметрического критерия Н Краскела-Уоллиса. Результаты представлены в таблице 4.

**Таблица 4**

Сравнение уровней творческой активности респондентов со шкалами благополучия

Шкалы	Критерий Краскела-Уоллиса Н	Эта-квадрат	Попарное сравнение (Критерий Коновера)						
			1 vs 2	1 vs 3	1 vs 4	2 vs 3	2 vs 4	3 vs 4	
			p	p	p	p	p	p	
ИУЖ	52,208	0,249	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	ns
ШСС	68,108	0,329	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	ns
SWB	73,195	0,355	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	ns

Примечания: p – уровень значимости; df = 3; 95% ДИ; ns – значимых различий нет. Частота занятий творчеством: 1 – никогда; 2 – редко; 3 – часто; 4 – ежедневно. ИУЖ – индекс удовлетворенности жизнью; ШСС – шкала субъективного счастья; SWB – субъективное благополучие.

С помощью Post-hoc анализа были выявлены достоверные различия по шкалам благополучия между испытуемыми, кто никогда или редко занимается творчеством, с одной стороны, и часто или ежедневно с другой стороны ( $p < 0,001$ ). Достоверных различий в уровне благополучия между теми, кто часто и ежедневно занимается творчеством, выявлено не было.

Для сравнения между собой групп не творческих ( $n_1 = 87$ ) и творческих испытуемых ( $n_2 = 115$ ) применили критерий суммы рангов Уилкоксона для несвязанных выборок (аналог критерия Манна–Уитни). Данные результатов представлены в таблице 5.

**Таблица 5**

Сравнение показателей по шкалам благополучия между группами не творческих и творческих испытуемых

Названия шкал	Средние значения в группе не творческих и мало творческих (X1)	Средние значения в группе творческих (X2)	Величина эффекта $r$ Гласса	Критерий Уилкоксона $W$
SWB	43,950	60,122	0,654	1729
ИУЖ	23,241	30,730	0,583	2085
ШСС	16,425	21,635	0,618	1911

Примечания:  $p < 0,001$ ; 95 % ДИ

Выявлены значительные различия в уровне SWB между респондентами субъективно творческими и субъективно не творческими (величина эффекта  $r = 0,654$ ;  $W = 1729$ ). Среднее значение SWB в группе творческих ( $X_2 = 60,12$ ) больше среднего ( $X_1 = 43,95$ ) в группе не творческих. Уровни когнитивного и гедонистического благополучия у субъективно творческих и не творческих респондентов также существенно разнятся. По шкале ИУЖ среднее значение ( $X_1 = 23,24$ ) в группе не творческих меньше среднего ( $X_2 = 30,73$ ) у творческих респондентов, при  $W = 2085$ ; величине эффекта  $r = 0,583$ . Гедонистическое благополучие (ШСС) значимо выше в творческой группе:  $X_2 = 21,63 > X_1 = 16,42$ ;  $W = 1911$ ;  $r = 0,618$ . Во всех случаях уровень значимости  $p < 0,001$ ; 95 % ДИ.

С помощью коэффициента ранговой корреляции Спирмена исследовали взаимосвязи между уровнем SWB, гедонистической (ШСС) и когнитивной (ИУЖ) шкалами благополучия с одной стороны и субъективным уровнем творчества и творческой активностью (частотой занятий творчеством) с другой стороны. Данные приведены в таблице 6.

**Таблица 6**

Эмпирические значения корреляционного анализа между различными шкалами

Шкалы	Частота занятий творчеством	Субъективный уровень творчества	ИУЖ	ШСС
SWB	0,594	0,610	0,898	0,931
Частота занятий творчеством	1	0,914	0,506	0,571
Субъективный уровень творчества	0,914	1	0,506	0,601



В рамках исследования благополучия и повседневного творчества пожилых людей было проведено изучение различий в показателях благополучия, субъективного уровня творчества и творческой активности между респондентами с высшим и средним образованием с помощью t-критерия Уэлча, не требующего равенства дисперсий. В результате у респондентов с высшим образованием были обнаружены более высокие показатели по всем шкалам:

ИУЖ:  $t = 2,88$ ,  $df = 159,8$ ,  $p = 0,004$ . Среднее значение у лиц с высшим образованием (в/о) 28,76; у лиц со средним образованием (с/о) 25,65. Величина эффекта ( $d$  Коэна) = 0.42; 95 % ДИ.

ШСС:  $t = 3,59$ ,  $df = 163,46$ ,  $p < 0,001$ ; средние (mean): в/о 20,40; с/о 17,91;  $d = 0,52$ ; 95 % ДИ.

SWB:  $t = 3,51$ ,  $df = 162,01$ ,  $p < 0,001$ ; средние (mean): в/о 56,10; с/о 48,84.  $d = 0,51$ ; 95 % ДИ.

Субъективный уровень творчества:  $t = 5,07$ ,  $df = 186,1$ ;  $p < 0,001$ .

Средние (mean): в/о 38,83; с/о 18,41;  $d = 0,51$ ; 95 % ДИ.

Для исследования различий между уровнем образования и творческой активностью пожилых респондентов использовали критерий согласия Пирсона, позволяющий оценить значимость различий нескольких показателей. Результаты приведены в таблице 7.

**Таблица 7**

Как часто вы занимаетесь творчеством

Как часто	ежедневно	никогда	редко	часто
Высшее образование	9,50	41,58	41,58	27,32
Среднее образование	6,49	28,41	28,41	18,67

Примечания: Хи-квадрат = 29,28,  $df = 3$ ;  $p < 0,001$ .

Установлено, что пожилые люди с высшим образованием чаще занимаются повседневным творчеством.

Значимых различий между мужчинами и женщинами, респондентами с разным семейным положением и занятостью по шкалам благополучия и повседневного творчества у пожилых респондентов выявлено не было.

## Обсуждение

Мы исследовали повседневную творческую активность и самооценки творческого уровня пожилых людей для того, чтобы понять, как они соотносятся с субъективным благополучием и его когнитивным и гедонистическим компонентами. Выявлены средние положительные корреляции между шкалами благополучия (SWB, ШСС, ИУЖ) с частотой занятий творчеством и субъективным уровнем творчества ( $r$  от 0,506 до 0,610;  $p < 0,001$ ). Обнаружена высокая взаимосвязь между частотой занятий творчеством и самооценкой творческого уровня ( $r = 0,914$ ;  $p < 0,001$ ) у пожилых людей. В группе творческих респондентов показатели когнитивного, гедонистического и субъективного благополучия оказались значимо выше, чем в группе не творческих. Полученные результаты подтверждают первую и вторую выдвинутые гипотезы и согласуются с другими данными: например, творчески активные люди с высокой творческой

самооценкой часто имеют более высокий уровень счастья, субъективного благополучия и удовлетворенности жизнью (Ceci, Kumar, 2016; Conner et al., 2018); в процессе повседневных творческих действий студенты переживали ощущения счастья и активности, о чем они писали в дневнике самоотчета (Silvia et al., 2014). Выявленную сильную взаимосвязь субъективного уровня творчества с творческой активностью ( $r = 0,914$ ;  $p < 0,001$ ) можно объяснить тем, что во время творческих занятий происходит развитие творческих способностей и навыков, что повышает творческую самооценку. Творческие способности, в свою очередь, побуждают человека к творческой деятельности. Третья гипотеза также подтвердилась.

В данном исследовании установлено, что пожилые люди с высшим образованием чаще занимаются творчеством, чем пожилые люди со средним образованием. Выявлены более высокие показатели по шкалам благополучия и самооценок творческого уровня у пожилых людей с высшим образованием, что оказалось достаточно неожиданным. Величина различий в зависимости от уровня образования в интерпретации Коэна была умеренной по шкале ИУЖ ( $d < 0,5$ ), значительной ( $d$  от 0,5 до 0,8) по шкалам SWB, ШСС и самооценке творческого уровня. Метаанализ эмпирических исследований ( $n = 286$ ) выявил слабую положительную взаимосвязь между образованием и SWB в пожилом возрасте (Pinquart, Sørensen, 2000). Исследование, проведенное на российской выборке, подобной корреляции вообще не выявило (Kolosnitsyna et al., 2014). Были обнаружены положительные корреляции ( $r > 0,3$ ;  $p < 0,01$ ) между образованием и креативностью у пожилых китайцев (Zhang, Niu, 2013). В данном исследовании не выявлено значимых взаимосвязей и различий между семейным положением, полом, занятостью со шкалами благополучия, творческой самооценкой и творческой активностью у пожилых респондентов. В других исследованиях получены противоречивые результаты (Gaymu & Springer, 2010; Kolosnitsyna et al., 2014; Хао, 2008).

В процессе творчества пожилые люди чувствуют себя более энергичными, проявляют менее негативное отношение к старению. В пожилом возрасте очень важна разнообразная активность – эмоциональная, социальная, физическая, когнитивная – как предиктор субъективного благополучия (Gu & Dupre, 2019). Сравнение уровня SWB в группе не творческих испытуемых, проведенное с помощью критерия суммы рангов Уилкоксона, показало, что у активных и деятельных респондентов показатели SWB выше ( $r = 0,337$ ;  $p < 0,001$ ; 95 % ДИ [0,065 – 0,582]). Полученные результаты согласуются с данными других исследований. Уход в себя, ограничение социальных контактов влекут за собой постепенное угасание когнитивных и физических способностей (Neugarten, 1974; Альперович, 1998). Соппротивление изоляции, напротив, способствует сохранности личности в старости (Ананьев, 1996). Повседневное творчество как одна из форм активности помогает пожилым людям преодолеть одиночество, расширяет круг общения, улучшает физические и когнитивные способности, дарит положительные эмоции, повышает уровень SWB и удовлетворенности жизнью. В данном исследовании средний возраст творческих испытуемых оказался несколько ниже ( $M = 67,68$ ) не творческих ( $M = 69,85$ ),  $p < 0,02$ . Также обнаружена очень слабая отрицательная корреляция между возрастом и частотой занятий творчеством ( $r = -0,13$ ;  $p < 0,01$ ). С годами у людей появляется больше ограничений по состоянию здоровья, что негативно отражается на творческой активности. Слабо выраженные отрицательные корреляции, обнаруженные между возрастом и SWB ( $r = -0,06$ ;  $p < 0,05$ ), подтверждают данные зарубежных исследований в том, что до 75 лет субъективное благополучие остается на достаточно высоком уровне, затем начинает медленно снижаться (Hudomiet et al., 2021).

## Выводы

Подводя итоги исследования, можно сделать следующие выводы.

Субъективные методы самооценки частоты занятий творчеством и творческого уровня подходят для изучения и измерения повседневного творчества, что подтверждают другие данные (Kaufman, 2019; Piffer, 2012; Silvia et al., 2012). Высокие показатели благополучия в группе творческих испытуемых, средняя положительная корреляция между SWB, частотой занятий творчеством и субъективным уровнем творчества ( $r$  в диапазоне от 0,594 до 0,610;  $p < 0,001$ ), подтверждают выдвинутые гипотезы исследования.

Пожилым возрастом традиционно связывают с косностью мышления, догматизмом, приверженностью старому опыту. Творчество означает открытость новому опыту, развитие и созидание. Несмотря на неизбежное снижение физических и когнитивных способностей, творчество в пожилом возрасте возможно, а повседневное творчество полезно для всех людей независимо от их уровня креативности (McFadden, Basting, 2010; Richards, 2010). В интервью испытуемые отмечали, что им доставляет удовольствие не только результат творчества, но и творческий процесс, сопровождающийся интересом, радостью, ощущением наполненности жизни, осмысленностью бытия. Полученные результаты обсуждаются в контексте измерения повседневного творчества с помощью шкал самоотчета, а также дальнейшего изучения взаимосвязи повседневного творчества и субъективного благополучия в пожилом возрасте.

## Литература

- Альперович, В.Д. (1998). *Старость. Социально-философский анализ*.
- Ананьев, Б.Г. (1996). *Психология и проблемы человекознания*.
- Богоявленская, Д. Б. (2005). Еще раз о «Креативном поле». *Российский психологический журнал*, 2(1), 70–80.
- Дорфман, Л.Я. (2015). Уровни и типы креативности. *Психологический журнал*, 36(1), 81–90.
- Кудрина, Е.Л. (2015). Активизация творческого потенциала пожилых людей в новых социально-культурных реалиях развития России. *Профессиональное образование в России и за рубежом*, 2(18), 32–38.
- Леонтьев, Д.А. (2020). Счастье и субъективное благополучие: к конструированию понятийного поля. *Мониторинг общественного мнения: Экономические и социальные перемены*, 1, 14–37. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.02>.
- Мирошник, К.Г., Щербакова, О.В. (2020). Психологические исследования креативности в России (2000–2017 гг.). Часть I. Анализ методологических практик // *Психологический журнал*, 41(2), 15–25.
- Осин, Е.Н., Леонтьев, Д.А. (2020). Краткие русскоязычные шкалы диагностики субъективного благополучия: психометрические характеристики и сравнительный анализ. *Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены*, 1, 117–142. <https://doi.org/10.14515/monitoring.2020.1.06>
- Попель, А.А. (2017). Обусловленность креативности возрастным фактором. *Вестник ПНИПУ. Социально-экономические науки*, 3, 142–153.
- Смирнова, Н.М. (2016). *Творчество, смысл, интерпретация*. Рос. акад. наук, Ин-т философии; Н.М. Смирнова, А.А. Горелов, Ю.С. Моркина.
- Amabile, T. M. (2017). In pursuit of everyday creativity. *The Journal of Creative Behavior*, 51(4),

- 335–337. <https://doi.org/10.1002/jocb.200>
- Batey, M., Hughes, D.J. (2017). Individual Difference correlates of self-perceptions of creativity. M. Karwowski, J.C. Kaufman (eds.). *The Creative Self: How our beliefs, self-efficacy, mindset, and identity impact our creativity. Explorations in Creativity Research*, 185–218.
- Beghetto, R.A., Kaufman, J.C., Baxter, J. (2011). Answering the unexpected questions: Student self-beliefs and teacher ratings of creativity in elementary math and science. *Psychology of Aesthetics, Creativity and the Arts*, 5, 342–349. <http://dx.doi.org/10.1037/a0022834>
- Ceci, M., Kumar, V. (2016). A correlational study of creativity, happiness, motivation, and stress from creative pursuits. *Journal of Happiness Studies*, 17(2), 609–626. <https://doi:10.1007/s10902-015-9615-y>
- Conner, T.S., DeYoung, C.G., Silvia, P.J. (2018). Everyday creative activity as a path to flourishing. *Journal of Positive Psychology*, 13, 181–189.
- Cotter, K.N., Christensen, A. P., Silvia, P.J. (2019). Creativity's role in everyday life. J.C. Kaufman, R.J. Sternberg (Eds.), *Cambridge handbook of creativity*, Cambridge University Press. 2nd ed., 640–652.
- Cropley, A., Cropley, D. (2013). The dark side of creativity in the classroom: The paradox of classroom teaching. In J. B. Jones and L. J. Flint (Eds.), *The Creative Imperative: School Librarians and Teachers Cultivating Curiosity Together*, Chapter 3, 39–52.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95, 542–575.
- Duhamel, K.V. (2016). Creativity and the Golden Years: Biopsychosocial and Cultural Influences for Living a Successful Life. *Sociology and Anthropology*, 4(12), 1093–1098. <https://doi.org/10.13189/sa.2016.041208>
- Forgeard, M.J.C., Kaufman, J.C. (2016). Who cares about imagination, creativity, and innovation, and why? A review. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 10, 250–269.
- Gaymu, J., Springer, S. (2010). Living conditions and life satisfaction of older Europeans living alone: a gender and cross-country analysis. *Ageing and Society*, 30(7), 1153–1175.
- Gu, D. Dupre, M.E. (eds.), (2019). The Activity Theory. *Encyclopedia of Gerontology and Population Aging*. Springer Nature [https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2\\_748-1](https://doi.org/10.1007/978-3-319-69892-2_748-1)
- Hao, Y. (2008). Productive activities and psychological well-being among older adults. *Journal of Gerontology: Social Sciences*, 63B, 64–72.
- Hudomiet P., Hurd M., Rohwedder S. (2021). The Age Profile of Life Satisfaction after age 65 in the U.S. *Journal of economic behavior and organization*, 189, 431–442. <https://doi: 10.1016/j.jebo.2021.07.002>
- Kampylis, P., Berki, E., Saariluma, P. (2009). In-service and prospective teachers' conceptions of creativity. *Thinking Skills and Creativity*, 4(1), 15–29.
- Kampylis, P. G., Valtanen, J. (2010). Redefining creativity – Analyzing definitions, collocations, and consequences. *The Journal of Creative Behavior*, 44, 191–214. <https://doi:10.1002/j.2162-6057.2010.tb01333.x>
- Karwowski, M., Brzeski, A. (2017). Selfies and the (creative) self: A diary study. *Frontiers in Psychology*, <https://doi:10.3389/fpsyg.2017.00172>
- Karwowski, M., Lebeda, I., Beghetto, R. A. (2019). Creative self-beliefs. In J. C. Kaufman, R.J. Sternberg (Eds.). *Cambridge handbook of creativity*, 396–417. Cambridge University Press.
- Kaufman, J.C. (2019). Self-assessments of creativity: Not ideal, but better than you think. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 13, 187–192.
- Kaufman, J.C., Beghetto, R.A., & Watson, C. (2016). Creative metacognition and self-ratings of creative performance: A 4-C perspective. *Learning and Individual Differences*, 51, 394–399.

- Kaufman, J.C., Plucker, J.A., Baer, J. (2008). *Essentials of creativity assessment*. John Wiley & Sons.
- Kitayama, S., Berg, M.K., Chopik, W.J. (2020). Culture and Well-Being in Late Adulthood: Theory and Evidence. *American Psychologist*, 75 (4), 567–576.
- Kolosnitsyna, M., Khorkina, N., Dorzhiev, K. (2014). What happens to happiness when people get older? Socio-economic determinants of life satisfaction in later life. *Socio-Economic Determinants of Life Satisfaction in Later Life (October 28, 2014)*. Higher School of Economics Research Paper, № WP BRP, 68.
- McFadden, S., Basting, A. (2010). Healthy aging persons and their brains: Promoting resilience through creative engagement. *Clinics in Geriatric Medicine*, 26 (1), 149–161. <https://doi:10.1016/j.cger.2009.11.004>
- Mumford, M.D. (2003). Where have we been, where are we going? Taking stock in creativity research. *Creativity Research Journal*, 15 (2 & 3), 107–120.
- Neugarten, B.L. (1974). Age groups in American society and the rise of young-old. *Annals of the American Academy of Political and Social Science*. 415, 187–198.
- Park, N.K., Chun, M.Y., Lee, J. (2016). Revisiting individual creativity assessment: Triangulation in subjective and objective assessment methods. *Creativity Research Journal*, 28(1), 1–10. <http://dx.doi.org/10.1080/10400419.2016.1125259>
- Pavot, W. (2018). The cornerstone of research on subjective well-being: Valid assessment methodology. In: Diener E., Oishi S., Tay L. (Eds.), *Handbook of well-being*. Noba scholar handbook series: *Subjective well-being*.
- Piffer, D. (2012). Can creativity be measured? An attempt to clarify the notion of creativity and general directions for future research. *Thinking Skills and Creativity*, 7, 258–264. <http://dx.doi.org/10.1016/j.tsc.2012.04.009>
- Pinquart, M., Sørensen, S. (2000). Influences of socioeconomic status, social network, and competence on subjective well-being in later life: a meta-analysis. *Psychology and Aging*, 15(2), 187–224.
- Richards, R. (2007). Everyday creativity: Our hidden potential. R.Richards (Ed.), *Everyday creativity and new views of human nature: Psychological, social, and spiritual perspectives*, 25–53. <https://doi:10.1037/11595-001>
- Richards, R. (2010). Everyday creativity: Process and way of life – four key issues. J. Kaufman, R. Sternberg (Eds.). *The Cambridge Handbook of Creativity*, 189–215.
- Runco, M.A. (2007). *Creativity-Theories and themes: research, development, and practice*. Elsevier Academic Press.
- Runco, M.A. (2014a) *Creativity: Theories and themes: Research, development, and practice (2 ed.)*. Elsevier Academic Press
- Runco, M.A. (2014b). Big C, little c. Creativity as a false dichotomy: reality is not categorical. *Creativity Research Journal*, 26(1), 131–132.
- Runco, M.A., Jaeger, G.J. (2012). The Standard Definition of Creativity. *Creativity Research Journal*, 24(1), 92–96.
- Silvia, P.J., Beaty, R.E. (2012). Making creative metaphors: The importance of fluid intelligence for creative thought. *Intelligence*, 40, 343–351. <http://dx.doi.org/10.1016/j.intell.2012.02.005>
- Silvia, P.J., Beaty, R.E., Nusbaum, E.C., Eddington, K.M., Levin-Aspensson, H., Kwapil, T.R. (2014). Everyday creativity in daily life: An experience-sampling study of “little c” creativity. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 8(2), 183–188. <http://doi:10.1037/a0035722>
- Silvia, P.J., Wigert, B., Reiter-Palmon, R., Kaufman, J.C. (2012). Assessing Creativity with Self-Report

Scales: A Review and Empirical Evaluation. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*. <http://doi:10.1037/a0024071>

Sternberg, R.S. (1991). Three facet model of creativity. In R. S. Sternberg (Ed.). *The nature of creativity. Contemporary psychological perspectives*. 125–148. Cambridge, N.Y.: Cambridge University Press.

Tan, C.S., Nainee, S., Tan, S.A., Viapude, G.N. (2017). Self-rated creativity relieves death anxiety: The mediating role of meaning in life. In *National Conference on Creativity in Education and Humanities, Universiti Sains Malaysia, Penang, Malaysia*.

Tov, W. (2018). Well-Being Concepts and Components. In: Diener E., Oishi S., Tay L. (eds.) *Handbook of Well-Being*. <http://doi:nobascholar.com>

Поступила в редакцию: 27.02.2022

Поступила после рецензирования: 13.05.2022

Принята к публикации: 16.05.2022

#### Заявленный вклад авторов

**Наталья Анатольевна Булкина** – проведение исследования, анализ и интерпретация результатов, работа с источниками, написание обзорной части статьи, аннотации, ключевых слов и основных положений.

**Ольга Семеновна Васильева** – структурирование статьи; обоснование методологии исследования; интерпретация результатов, формулировка выводов, научная редакция текста.

#### Информация об авторах

**Наталья Анатольевна Булкина** – независимый исследователь, магистр психологии, Академия психологии и педагогики ЮФУ, ФГБОУ ВО «Южный федеральный университет», г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0525-8313>; e-mail: [aboulkina@yandex.ru](mailto:aboulkina@yandex.ru)

**Ольга Семеновна Васильева** – кандидат биологических наук, профессор, Академия психологии и педагогики ЮФУ, ФГБОУ ВО «Южный федеральный университет», г. Ростов-на-Дону, Российская Федерация; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0600-1066>, Scopus Author ID: 7004359370, Web of Science ResearcherID: V-8343-2019, ПИНЦ SPIN 6039-8860; e-mail: [vos@sfedu.ru](mailto:vos@sfedu.ru)

#### Информация о конфликте интересов

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.