

Ivanchenko, A. & Zaika, E. (2017). *Thinking and Personality's creative life-orientation: ways of development (monograph)* [Иванченко А., & Заика, Е. Мышление и жизнестроительная креативность личности: пути развития (монография)] (in Russian). Saarbrücken, Germany: LAP LAMBERT Academic Publishing, 426 p. ISBN 978-613-3-99020-3

Internet links:

<https://diebuksuche.com/r.php?q=978-613-3-99020-3>

<https://www.lap-publishing.com/catalog/details//store/gb/book/978-613-3-99020-3/%D0%9C%>

Abstract

The monograph examines and analyzes two fundamental factors in the development of personality that ensure the person's happiness, success and self-realization, namely, these are thinking (broadly understood: it includes both imagination and intelligence) and a special phenomenon that we nominate as «creative life-orientation» (leading to continuous self-development, self-creation and creativity in all areas of life). Their role in the formation of personality and the implementation of its life path is undeniable.

The main attention is paid not so much to the psychological description of these two fundamental phenomena (thinking and «creative life-orientation»), but to the analysis of the ways and means of their development and improvement. Two main paths are presented. The first way is a variety of intellectual trainings aimed at the formation of different qualities of thinking, imagination and memory, as well as creative life-orientation. The second way is relaxation and meditation practices (first of all, the system of increasing life potential according to the doctrine of the Reiki system and practicing of traditional meditation according to Maharishi), aimed at the overall integral improvement of the health and condition of brain functioning, increasing mental capabilities and personality's effectiveness. At the same time, if the first path (trainings) even more or less fits into the traditions of the Ukrainian (and more globally - Slavic, i.e. European) mentality and as a whole quite easily enters in the life traditions, taking root in life (although many still underestimate its efficiency!), then the second way (Reiki, Yoga, relaxation-meditation practices) is quite unusual for the Slavic-European worldview, so it is often perceived very skeptically and wary. At the same time, if the first path (trainings) even more or less fits into the traditions of the Ukrainian (and if more globally - Slavic, i.e. European) mentality and as a whole quite easily enters in the life traditions, taking root in life (although many still underestimate its efficiency!), then the second way (Reiki, Yoga, relaxation-meditation practices) is quite unusual for the Slavic-European worldview, so it is often perceived very skeptically and wary. However, according to the available psychological literature, and on the basis of long-standing experience in the practical work of the authors, we can safely say: East Asian self-healing technologies work! they are effective! But here we emphasize: the effect does not appear immediately. They need to be practiced for a while.

Advocating developing trainings and relaxation-meditation practices as ways of effective development of thinking and «creative life-orientation», **we underline with particular and complete conviction**: they are by no means the main or basic, but only auxiliary, additional ways of developing these psychological qualities.

The following thought is fundamental: the affirmation, development, improvement of thinking and «creative life-orientation» does not at all end in adolescence, but can continue, and really continues, also in adulthood. A person who is aware of own desire to develop can undoubtedly always find time and resources for this.

Аннотация

В монографии рассмотрены и проанализированы два фундаментальных фактора в развитии личности, которые обеспечивают ее счастье, успешность и самореализацию, а именно, это мышление (понимаемое широко: оно включает в себя и воображение, и интеллект) и особый феномен, который мы именуем как «жизнесозидающая креативность» (ведущая к непрерывному саморазвитию, самосозиданию и творчеству во всех сферах жизни). Их роль в становлении личности и осуществлении ее жизненного пути неоспорима.

Основное внимание уделено не столько психологическому описанию этих двух фундаментальных явлений (мышления и «жизнесозидающей креативности»), сколько рассмотрению путей и способов их развития и совершенствования. Представлены два основных пути. Первый путь – это разнообразные интеллектуальные тренинги, направленные на формирование разных качеств мышления, воображения и памяти, а наряду с ними и жизнесозидающей креативности. Второй путь – релаксационные и медитативные практики (прежде всего, система повышения жизненного потенциала согласно учению-системе Рейки и традиционная медитация по Махариши), направленные на общее интегральное улучшение здоровья и состояния функционирования мозга, повышение психических возможностей и эффективности личности. При этом, если первый путь (тренинги) еще более или менее вписывается в традиции украинского (а если более глобально – славянского, т.е. европейского) менталитета и в целом достаточно легко пробивает себе дорогу, внедряясь в жизнь (хотя многие пока недооценивают его эффективность!), то второй путь (Рэйки, Йога, релаксационно-медитативные практики) достаточно непривычен для славяно-европейского мировоззренческого восприятия, поэтому его нередко воспринимают весьма скептически и настороженно. Однако и по имеющейся психологической литературе, и на основе многолетнего опыта практической работы авторов можно смело утверждать: восточно-азиатские технологии самооздоровления работают! они эффективны! Но тут же подчеркнем: эффект проявляется не сразу. Ими нужно заниматься некоторое время.

Пропагандируя развивающие тренинги и релаксационно-медитативные практики как пути эффективного развития мышления и «жизнесозидающей креативности», **особо и со всей убежденностью подчеркнем**: они – отнюдь не главные или основные, а всего лишь вспомогательные, дополнительные способы развития этих психологических качеств.

Основополагающей является следующая мысль: утверждение, развитие, совершенствование мышления и «жизнесозидающей креативности» вовсе не завершается в юношеские годы, а может продолжаться, и действительно продолжается, также и во взрослом возрасте. Человек, который осознает свое желание развиваться, несомненно всегда может найти для этого и время, и ресурсы.

**Андреянна Иванченко
Евгений Заика**

Мышление и жизнестроительная креативность личности: пути развития

**L A M B E R T
Academic Publishing
2017**

УДК 159.923.5
ББК 88.37
И 23

РЕЦЕНЗЕНТЫ

Максименко Сергей Дмитриевич – действительный член НАПН Украины, доктор психологических наук, профессор, директор Института психологии имени Г.С. Костюка НАПН Украины (г. Киев)

Рыбалка Валентин Васильевич – доктор психологических наук, профессор, ведущий научный сотрудник, Институт педагогического образования и образования взрослых НАПН Украины (г. Киев)

Москалец Виктор Петрович – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой общей и клинической психологии Прикарпатского национального университета имени Василия Стефаника (г. Ивано-Франковск)

Тимченко Александр Владимирович – доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник научно-исследовательской лаборатории экстремальной и кризисной психологии научно-исследовательского центра Харьковского Национального университета гражданской защиты Украины (г. Харьков)

Газнюк Лидия Михайловна – доктор философских наук, профессор, заведующая кафедрой гуманитарных дисциплин Харьковской государственной академии физической культуры (г. Харьков)

Варий Мирон Иосифович – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой теоретической и практической психологии Учебно-научного института права и психологии Львовского Национального университета «Львовская политехника» (г. Львов)

*Рекомендовано в печать Ученым советом
Института психологии имени Г. С. Костюка НАПН Украины
(протокол № 12 от 30 ноября 2017 года)*

Иванченко А., Заика Е.

И 23 Мышление и жизнестроительная креативность личности: пути развития [монография] / Андреевна Иванченко, Евгений Заика. – Саарбрюккен (Germany) : LAP LAMBERT Academic Publishing, 2017. – 426 с.

© Иванченко А., Заика Е., 2017
© LAP LAMBERT Academic Publishing, 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

Эпиграф.....	9
Условные обозначения.....	11
ВВЕДЕНИЕ (А.А. Иванченко, Е.В. Заика).....	13
ГЛАВА 1. ЖИЗНЕСОЗДАЮЩАЯ КРЕАТИВНОСТЬ КАК ПРИРОДНЫЙ ЭМБРИОН И РЕКРЕАЦИОННЫЙ ФЕНОМЕН ПСИХИКИ (А.А. Иванченко)	
1.1. Феномены creativity, творчества и жизнестроительной креативности как научные проблемы.....	17
1.1.1. Исследования creativity в зарубежной психологии.....	28
1.1.2. Исследования творчества в советской, пост-перестроечной и отечественной психологии.....	37
1.1.3. Жизнестроительная креативность в иерархии экстра- ординарных проявлений психики человека.....	46
1.2. Феномен жизнестроительной креативности в рамках синергетической парадигмы.....	58
1.3. Самоорганизующаяся психологическая система обучающего типа в ракурсе синергетических идей.....	87
1.4. Воздействие жизнестроительной креативности на учебно- профессиональную активность личности.....	99

1.5. Взаимосвязь жизнестроительной креативности с качеством экзистенции личности и прогрессивной активностью социума.....	127
Литература.....	142

ГЛАВА 2. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА МЫШЛЕНИЯ И ВООБРАЖЕНИЯ (Е.В. Заика)

2.1. Мышление (укр.).....	165
2.2. Воображение (укр.).....	213

ГЛАВА 3. ПУТИ РАЗВИТИЯ МЫШЛЕНИЯ, ВООБРАЖЕНИЯ, ПАМЯТИ И ИНТЕЛЛЕКТА (Е.В. Заика)

Введение.....	227
3.1. Развитие познавательных процессов учащихся с помощью игрового тренинга.....	230
3.2. Об организации игровых занятий для развития мышления, воображения и памяти.....	237
3.3. Тренинги, направленные на развитие мышления.....	241
3.3.1. Приемы развития мышления	241
3.3.2. Комплекс интеллектуальных игр для развития мышления учащихся.....	244
3.3.3. Упражнения для развития взаимосвязей образно-пространственного и вербального мышления.....	253
3.3.4. Упражнения для формирования способности извлекать и перерабатывать скрытую информацию.....	263
3.3.5. Тренинг мышления: поиск оснований для разделения объектов на группы.....	275
3.3.6. Комплекс игр по выкладыванию фигур для развития мышления.....	287
Заключение.....	300

ГЛАВА 4. РЕЛАКСАЦИОННО-МЕДИТАТИВНЫЕ ТЕХНИКИ РАЗВИТИЯ МЫШЛЕНИЯ И ЖИЗНЕСТРОИТЕЛЬНОЙ КРЕАТИВНОСТИ

4.1. Характеристика и возможности Рэйки как техник само-/восстановления организма (А.А. Иванченко).....	303
4.1.1. Психоэмоциональная и психоэнергетическая саморегуляция как основа древних восточноазиатских техник само-/восстановления организма.....	303

4.1.2. Древние восточноазиатские техники само-/восстановления организма в парадигме жизнесозидающей креативности.....	321
4.1.3. Древневосточное психолого-философское наследие и учение-система Рэйки.....	338
4.2. Трансцендентальная медитация как путь развития интеллекта и личности (<i>Е.В. Заика</i>).....	360
4.2.1. Общая характеристика трансцендентальной медитации.....	362
4.2.2. Влияние трансцендентальной медитации на психику и поведение личности (анализ зарубежных исследований).....	364
4.2.3. Влияние Трансцендентальной медитации на интеллектуальное и личностное развитие студентов.....	374
Литература.....	387
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	395
ПРИЛОЖЕНИЯ (к Главе 1)	399
ПРИЛОЖЕНИЯ (к Главе 4)	417
СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ	426

***Авторы посвящают книгу
светлой памяти своих родителей:***

***Шацилло Зофия Николаевна,
Овчаренко Алексей Степанович,***

***Заика Мария Николаевна,
Заика Валентин Лукич***

«Если что-нибудь тебе не по силам, то не решай еще, что оно вообще невозможно для человека. Но если что-нибудь возможно для человека и свойственно ему, то считай, что оно доступно и тебе», как сказал *Марк Аврелий Антонин* (годы жизни: 121-180 н.э.) – римский император из династии Антонинов, философ, представитель позднего стоицизма, последователь Эпиктета [Душенко¹, с. 114].

«Найти себя невозможно – себя можно только создать», так считает *Томас Стивен Сас* (годы жизни: 1920-2012) – американский психиатр, почётный профессор психиатрии Государственного университета Нью-Йоркского центра здравоохранения [[Душенко¹, с. 723].

Следует **«открыть людям глаза с тем, чтобы они осознали реальность собственной величины»**, иначе произойдет так, что **«орел прожил и умер как курица, думая, что он и есть курица»**, так и не поняв, что он рожден быть орлом, а значит, так и не сумев раскрыть крылья, дарованные ему Природой (**«Questo era Anthony De Mello: far aprire gli occhi alle persone, affinché capissero la realtà della propria grandezza» ... «l’aquila visse e morì come un pollo, perché pensava di essere tale»**), как полагает *Anthony De Mello* (годы жизни: 1931-1987) – индийский психолог-буддист, писатель, психотерапевт, религиозный либерал, во многом обращавшийся к восточной духовности [Anthony De Mello², с. 6].

¹ Душенко К.В. Большая книга афоризмов / К.В. Душенко. – Москва : Эксмо, 2005. – 1056 с.

² Anthony De Mello. Scopri te stesso e riprenditi la vita. Messaggio per un’aquila che si crede un pollo / Anthony De Mello; [trad. dall’ingl. di Laura Cangemi]. – Roma: Edizioni PIEMME, 2001. – 210 p.

УСЛОВНЫЕ ОБОЗНАЧЕНИЯ

(используемые в тексте монографии)

1. **ЖСК** – **жизнесозидающая креативность** (которая является личностным феноменом со сложной многоуровневой структурой и определяет внутреннюю динамическую жизненную направленность человека на самоорганизацию в экзистенции)

2. **СПС** – **самоорганизующаяся психологическая система** (которая представляет собой социальную группу (макро-/микроразмеров) со свойственной ей сущностью, движущими рычагами и спецификой происходящих в ней процессов)

3. **ТМ** – **трансцендентальная медитация**, которая является естественной древневосточной техникой умственной и психофизиологической релаксации

ВВЕДЕНИЕ

Каждый человек хочет (и может!) быть счастливым. Однако, многим для полного счастья всегда чего-то не хватает... Человек идеальный, человек суперсчастливый – каким же его можно представить? Конечно же, это человек радостный, веселый. И при этом успешно самореализующийся: активный, эффективный в своих действиях, а именно. И психологически, физически здоровый. И находящийся в гармонии с внешним миром и другими людьми, и нацеленный на благо других. И еще – смело принимающий жизненные вызовы и компетентно решающий возникающие перед ним проблемы. И конечно же, не ожидающий счастья извне, а умеющий его создавать сам, собственными руками. Этот перечень пожеланий-требований можно продолжать без конца.

На чем же базируются эти желанные качества человека? Что являются их психологической основой, на каких стержнях они могут держаться? Вопрос непростой, и современная психология на него не дает исчерпывающего ответа.

В нашем исследовании рассмотрены только два таких «стержня» (из многих других тоже необходимых, которые остались вне рассмотрения). Первый такой «стержень» – это мышление. Мышление здесь понимается широко – как общий когнитивный базис человека, находящийся в тесной связи с другими познавательными процессами: воображением, памятью, вниманием. При прочих равных условиях, более высокие шансы стать счастливым имеет человек интеллектуально гибкий, мгновенно и глубоко схватывающий суть, умеющий легко и прочно ухватывать знания, быстро и точно их применять, способный в любой ситуации (и тем более – в проблеме) разобраться всесторонне.

Второй такой «стержень» – это жизнесозидающая креативность. Данный термин – новый, но емкий. Имеется в виду не просто креативность как «творческая жилка», как способность создавать нечто новое, находить нестандартные пути анализа и решения проблем (хоть это тоже немало!), но при этом еще и нести благо окружающим, ориентироваться на нравственные нормы и созидать то, что требует гуманистически направленная современность (в соответствии с собственной неповторимой индивидуальностью),

одновременно, кстати, оздоравливая, развивая, творя и себя самого. При прочих равных условиях более счастливым будет тот, кто легко, радостно и по-доброму созидает мир вокруг себя и своих близких, а также постоянно творит, корректирует и себя, и свой жизненный путь.

Эти два качества – увы, далеко не все – непременно нужны для счастья. Но как говорится: «Дай Бог, чтобы были хотя бы они!».

Как же соотносятся между собой мышление (если шире: интеллект и вся когнитивная сфера), с одной стороны, – и жизнесозидающая креативность (как личностная динамическая направленность – созидательность на добро), с другой? В современной психологии этот вопрос не решен. Имеются различные точки зрения. Так, одна из них резко сближает эти явления: любая креативность-творчество основывается на мышлении, обеспечивающем понимание ситуации и обнаружение существенных связей, используя которые только и возможно создать новое; при этом мышление – это не только постижение чего-то готового (в том виде, в котором оно есть), но еще и поиск возможностей его изменения, совершенствования, переделки. Другая точка зрения их резко разделяет и даже противопоставляет: мышление ориентировано на формальную работу с формальным материалом (усвоение текста, решение задачи, разгадывание загадки и т.п.), а жизнесозидающая креативность имеет дело с созданием своей жизни и самоутверждением своего «я» (к чему мышление не имеет никакого отношения). Имеются и различные «промежуточные» точки зрения.

Мы в настоящей работе исходим из того, что эти два явления – все-таки разные, однако взаимопересекающиеся и проникающие друг в друга (здесь уместно представить такую структурную модель: рисунок двух частичек пересекающихся окружностей). В мышлении (и интеллекте) действительно есть много формального и нацеленного на понимание готового – а значит, действительно далекого от жизнесозидания. Однако, любое творчество, и жизнесозидающая креативность, в частности, с необходимостью опираются на глубокое и всестороннее понимание материала, добытое мышлением, а также (что, наверное, более важно!) на саму способность эффективно вникать в любой материал и разбираться в нем. Феномен жизнесозидающей креативности представляет собой широкий диапазон для самосозидания, жизнеутверждения и миротворчества, что явно далеко выходит за диапазон возможностей мышления и интеллекта самих по себе. И в то же время в каждом отдельном акте

такого созидания (и в объединении этих актов) присутствует мышление в качестве необходимых предпосылок, операций, когнитивных ресурсов, обеспечивающих такую жизнесозидающую креативность. Впрочем, вопрос о соотношении этих двух явлений требует более глубокого анализа.

Иногда высказывается мнение: прежде чем что-то развивать, формировать, нужно очень четко и точно знать, что именно формируется. Наш подход – несколько иной. Очевидно, что понимание всех нюансов таких суперсложных психологических феноменов как мышление и жизнесозидающая креативность – это исследовательская задача на многие десятилетия (а то и навечно, поскольку по мере развития человечества они будут постоянно усложняться и приобретать все новые и новые качества и возможности). Но формировать их нужно уже сейчас, сегодня! Это, вполне, можно делать, опираясь на знания, имеющиеся и в настоящее время. В дальнейшем, по мере развития теоретических знаний об этих явлениях, а также в процессе их формирования (основанном на нынешних неполных знаниях о них), возможно, будут получены новые данные, углубляющие и расширяющие наши представления как о сущности этих явлений, так и о путях их развития.

Представленная в нашей работе система путей и способов развития и совершенствования мышления и жизнесозидающей креативности, разумеется, неполна. Она основана как на большом объеме проанализированной нами мировой психологической литературы, так и на нашем собственном многолетнем опыте работы в качестве практических психологов. При этом так получилось, что развитие мышления (и интеллекта) рассматривается нами в основном применительно лишь к детскому и юношескому возрасту, а жизнесозидающей креативности – лишь к юношескому и взрослому. В дальнейших исследованиях авторы намерены устранить этот небольшой перекос и, в частности, рассмотреть проблемы жизнесозидающей креативности применительно и к детскому возрасту.

Предлагаемая работа систематизирует, синтезирует и обобщает многолетние предыдущие публикации авторов. При этом акцент сделан не на детальную теоретическую проработку используемых в работе понятий и их соотношение, а на описание конкретных возможностей и процедур совершенствования этих явлений, начиная с детского и юношеского возраста.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Только что мы рассмотрели два фундаментальных фактора в развитии личности, которые обеспечивают ее счастье, успешность и самореализацию – это мышление (понимаемое широко: оно включает в себя и воображение, и интеллект) и жизнесозидающая креативность (ведущая к постоянному саморазвитию, самосозиданию и творчеству во всех сферах жизни). Их роль в становлении личности и осуществлении ее жизненного пути неоспорима.

Вместе с тем вне рассмотрения осталось множество других важных факторов, без которых движение к счастью и успеху невозможно, среди которых следует назвать такие, как большая энергичность и работоспособность, высокая стрессоустойчивость, неиссякаемый оптимизм, активная установка на эмпатию, безусловное принятие другого человека и т.п. Лишь широкий набор и полнота всех этих факторов в их взаимосвязи могут обеспечить желаемый эффект.

Оказавшиеся в фокусе нашего анализа феномены мышления и жизнесозидающей креативности рассмотрены также отнюдь не полностью. Это настолько сложные и многоплановые психологические явления, что наука пока еще не достигла их сколько-нибудь всестороннего понимания. Существуют различные подходы к их рассмотрению, различные их трактовки. Кроме того, в условиях ускоренного темпа развития нашей жизни они постоянно усложняются, открываются нам всё новыми и новыми гранями и новыми возможностями функционирования. Другими словами, в реальной жизни они неизмеримо сложнее и богаче по сравнению с тем, как они предстают в научном описании.

Основное внимание в этой книге уделено не столько психологическому описанию этих двух фундаментальных явлений (мышления и жизнесозидающей креативности), сколько рассмотрению путей и способов их развития и совершенствования. Представлены два основных пути. Первый – разнообразные интеллектуальные тренинги, направленные на формирование разных качеств мышления, воображения и памяти, а наряду с ними и жизнесозидающей креативности. Второй путь – релаксационные, медитативные практики (прежде всего, система повышения жизненного потенциала согласно учению-системе Рейки и традиционная медитация по Махариши), направленные на общее интегральное улучшение здоровья и состояния мозга, повышение психических возможностей и эффективности личности.

Оба эти пути не являются традиционными для сложившейся у нас практики обучения и воспитания, и пока они не востребованы (по крайней мере, в массовых масштабах). При этом, если первый путь (тренинги) еще более или менее вписывается в традиции нашего украинского (а говоря более глобально – славянского, европейского) менталитета и в целом достаточно легко пробивает себе дорогу, внедряясь в жизнь (хотя многие пока недооценивают его эффективность!), то второй путь (релаксационно-медитативные практики) достаточно непривычен для нашего мировоззренческого восприятия, поэтому его нередко воспринимают весьма скептически и настороженно.

Однако и по имеющейся психологической литературе, и на основе многолетнего опыта практической работы авторов можно смело утверждать: они работают! они эффективны! Но тут же подчеркнем: эффект проявляется далеко не сразу. Ими нужно заниматься, как минимум, несколько месяцев! (Равно, как и современная психология: она знает только те пути и способы развития человека, которые применяются в течение достаточно продолжительного времени, для того, чтобы дать реальный результат, но и она также – увы – не владеет магией исцеления всего лишь за один миг!).

Пропагандируя тренинги и релаксационно-медитативные практики как пути эффективного развития мышления и жизнестроительной креативности, **особо и со всей убежденностью подчеркнем**: они – отнюдь не главные, не основные, а всего лишь вспомогательные, дополнительные способы развития этих психологических качеств. Главное же в этих феноменах – совсем другое! Это, попросту говоря, вся реальная жизнь (в широком ее понимании).

Анализируемые нами тренинги, оздоравливающие практики и психические явления (мышление и жизнестроительная креативность) предполагают, прежде всего, наличие необходимых генетических, врожденных предпосылок, которые сформировались в длительном процессе эволюции. Кроме того, решающую роль в их развитии играет сложный и многоаспектный процесс общего психологического и личностного развития в детском (а далее – во взрослом!) возрасте. Это и собственная активность ребенка, и его деятельность (в различных ее видах: предметно-манипулятивная, игровая, бытовая и др.), и общение (эмоциональное, деловое, с родителями / учителями / сверстниками), и познание (предметно-чувственное, образное, логичное), и совершенное владение речью для использования ее богатейших возможностей – вот то основное «лоно», в котором зарождаются, растут и «шлифуются» эти

психологические качества и способности! При этом, особое значение имеет специальная организация как учебно-познавательной деятельности в различных ее вариантах (развивающее, проблемное, диалогическое обучение), так и организация художественно-творческой деятельности (литературной, изобразительной, музыкальной, сценической и др.).

Только в этом широком контексте всей жизни, только при яркой выраженности данных базовых предпосылок, источников становления мышления и жизнесозидающей креативности – только при этих условиях может проявить себя развивающий, регенерирующий потенциал предлагаемых нами тренингов и релаксационно-медитативных практик, которые дают не появление, а лишь качественное и количественное улучшение, совершенствование, усиление и укрепление этих качеств. В этом смысле они гармонически дополняют собой весь имеющийся – естественный и привычный для нас – контекст человеческой жизни.

Подчеркнем еще и следующую мысль: утверждение, развитие, совершенствование мышления и жизнесозидающей креативности вовсе не завершается в юношеские годы; оно и может продолжаться, и реально продолжается также во взрослом возрасте. Но для этого человеку нужно изыскивать и уделять немало времени для такого развития, равно как и самому предпринимать определенные усилия (проходить тренинги, находить для них время, обучаться релаксационно-медитативным техникам). Человек, который осознает свое желание развиваться, несомненно может всегда найти для этого и время, и ресурсы.

Но с ребенком обстоит дело иначе. С одной стороны, развитие этих качеств объективно и для него совершенно необходимо, а с другой стороны, он субъективно просто не осознает эту необходимость! Как следствие, не просто теряется время, но теряется именно такое время, в течение которого это развитие будет наиболее благотворным и эффективным. Единственный способ преодолеть это противоречие и помочь ребенку стать счастливым – это вовлечь, включить его в данные развивающие процедуры. Они таковы, что сами по себе интересны, они “затягивают” в себя каждого, кто начал их практиковать. Вот так и начинается процесс бесконечного совершенствования личности.

Авторы искренне верят, что эта книга поможет стать счастливее, успешнее и Вам самим, и Вашим детям! Не упустите этот шанс!

СВЕДЕНИЯ ОБ АВТОРАХ

Андреянна Алексеевна Иванченко



Доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры психологии, Межрегиональная Академия управления персоналом (МАУП); Харьковский национальный университет имени В.Н. Каразина.

Автор более 120 научных трудов и 12 учебных пособий.

Член международной редакционной коллегии Американско-Канадского многопрофильного специализированного научного журнала **«FUNDAMENTAL AND APPLIED RESEARCHES IN PRACTICE OF LEADING SCIENTIFIC SCHOOLS»**, сайт:

<https://farplss.org/index.php/journal/about/editorialTeam>

Член международной редакционной коллегии Бразильского многопрофильного научного журнала **«Revista Italiano UERJ»** Государственного Университета Рио-де-Жанейро; сайт: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistaitalianouerj/about/editorialTeam>

Рэйки Мастер-Учитель (Первого, Второго и Третьего уровней освоения учения и техники древнего искусства-системы естественного самовосстановления организма согласно восточноазиатской психолого-философской традиции «USUI REIKI RYUHO»).

Сайты публикаций (научные исследования и работы в сфере учебно-профессиональной деятельности): <https://orcid.org/0000-0001-8470-4328>

Научные интересы: психология развития личности, психология межличностных отношений, жизнестойкая креативность как личностная динамическая направленность, психобиоэнергетика, психосоматика, психолингвистика. дополнительно:

Для контакта с автором: andreyan@libero.it

дополнительно: andreyannaiv@gmail.com buran@ire.kharkov.ua

Евгений Валентинович Заика



Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии факультета психологии Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина.

Заведующий лаборатории психологии развития Харьковского национального университета имени В.Н. Каразина.

Автор 380 научных трудов. Специалист по общей, возрастной и педагогической психологии.

Научные интересы: психология мышления и памяти, развивающее обучение, психология саморазвития.

Для контакта с автором: zaikae@ukr.net