

Pozitīvo un negatīvo emociju saistība ar kreativitāti

Linda Treilone, Ervīns Čukurs¹

Latvijas Universitāte

¹ Rīgas Stradiņa universitāte, Latvija

Ievads. Lai gan pētnieku interese par emociju saistību ar kreativitāti ir salīdzinoši sena, aizvien nav viennozīmīga viedokļa par to, vai kreativitāti vairāk veicina pozitīvās vai negatīvās emocijas. No vienas puses, tiek secināts, ka pozitīvās emocijas daudz vairāk veicina kreativitāti. Pozitīvās emocijas tiek saistītas ar uzmanības, uztveres spēju paaugstināšanos, tās dod iespēju paplašināt mūsu domāšanas repertuāru, uzlabo kreatīvo problēmu risināšanas ātrumu. Vienā no pētījumiem tika atklāts, ka pozitīvas emocijas lekciju laikā būtiski paaugstina studentu kreativitāti.

No otras puses, ir pētījumi, kas parāda, ka tieši negatīvi pārdzīvojumi un negatīvas emocijas cilvēkus ir rosinājušas pozitīvai kreatīvai darbībai kādā aktivitātē. Kreativitātei var būt saistība ar dažādiem garīgiem traucējumiem. Piemēram, ir atklāts, ka cilvēkiem, kas cieš no bipolāri afektīvā traucējuma, ir paaugstināti kreativitātes rādītāji. Tāpat ir atklāta saistība starp emocionālo nestabilitāti un kreativitāti.

Darba mērķis, materiāls un metodes. Šī pētījuma mērķis bija izpētīt, vai ir saistība starp pozitīvajām un negatīvajām emocijām un kreativitāti. Pētījumā piedalījās dažādu specialitāšu studenti vecumā no 18 līdz 29 gadiem ($n = 60$), no kuriem 30 bija sievietes un 30 – vīrieši. Kreativitātes noteikšanai tika lietots E. E. Tunika modificētais Viljamsa kreativitātes tests (*Tunik*, 2003). Šis tests sastāv no divpadsmit nepabeigtiem zīmējumiem, kurus respondentiem ir jāturpina. Katrs zīmējums tiek novērtēts, balstoties uz pieciem faktoriem, kas kopā veido kopējo kreativitātes balli. Aptauja uzrāda pietiekami augstu ticamību, Kronbaha alfas koeficients bija 0,86. Emociju novērtēšanai tika lietota Pozitīvo un negatīvo afektu skala (*Positive and Negative Affect Scale: PANAS; Watson, Clark & Tellegen*, 1988). Atkārtoti aptaujas adaptāciju latviešu valodā ir veikusi A. Upmane promocijas darbā (Upmane, 2010). Aptauja sastāv no 20 emocijām, kuras tiek vērtētas Likerta 5 punktu skalā. Iekšējās saskaņotības rādītāji ir pietiekami augsti, pozitīvo emociju skalai Kronbaha alfa bija 0,79, negatīvo emociju skalai – 0,89. Dalībnieki aptaujas anketas aizpildīja individuāli vai frontāli 5–9 cilvēku grupās bez laika ierobežojuma.

Rezultāti. Ir statistiski nozīmīga saistība starp pozitīvajām emocijām un kreativitāti, bet nav vērojama statistiski nozīmīga saistība starp negatīvajām emocijām un kreativitāti.

Secinājumi. Aplūkojot rezultātus, var secināt, ka, pieaugot pozitīvajām emocijām, cilvēkam pieaug arī kreativitāte. Šie rezultāti atbilst vairākiem iepriekš veiktiem pētījumiem, kuri skaidro pozitīvo emociju labvēlīgo ietekmi uz tādiem kognitīvajiem procesiem kā uzmanība, uztvere, atmiņa un arī kreativitāte.