

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2026, Том 14, № 2 / 2026, Vol. 14, Iss. 2 <https://mir-nauki.com/issue-2-2026.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/58PSMN226.pdf>

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

Ссылка для цитирования этой статьи:

Ермакова, В. С. Особенности взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых с учетом гештальт-опыта / В. С. Ермакова, Л. А. Степнова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2026. — Т. 14. — № 2. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/58PSMN226.pdf>.

For citation:

Ermakova V.S., Stepnova L.A. Distinctive features of the relationships between creativity, emotional intelligence, and self-attitude in adults in the context of gestalt experience. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2026;14(2): 58PSMN226. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/58PSMN226.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.).

Авторы выражают благодарность сотрудникам Международного института гештальт-анализа и супервизии (МИГАС) за содействие в проведении эмпирической части исследования

УДК 159.9

Ермакова Валентина Сергеевна

ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы», Москва, Россия
E-mail: msermakovavalentina@gmail.com

Степнова Людмила Анатольевна

ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы», Москва, Россия
НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа», Москва, Россия
Профессор
Доктор психологических наук, кандидат социологических наук
E-mail: stepnova-la@rudn.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2649-0349>
РИНЦ: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=443331

Особенности взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых с учетом гештальт-опыта

Аннотация. В статье представлен анализ взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых с учетом наличия или отсутствия гештальт-опыта. Цель исследования состояла в выявлении особенностей взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт. В исследовании приняли участие 126 взрослых в возрасте от 26 до 65 лет, разделенных на две равные группы по признаку наличия или отсутствия гештальт-опыта. Использовались опросник эмоционального интеллекта «ЭМИн» Д. В. Люсина, методика исследования самоотношения С. Р. Пантिलеева и опросник способностей творческой личности О. А. Шляпниковой и М. М. Кашапова. Статистическая обработка включала методы описательной статистики, U-критерий Манна Уитни, корреляционный анализ Спирмена и линейный регрессионный анализ. Установлено, что у взрослых с гештальт-опытом выше уровень самопринятия и ниже уровень самообвинения. В обеих группах креативность была связана с эмоциональным интеллектом и преимущественно позитивными аспектами самоотношения. При этом в группе респондентов с гештальт-опытом были выявлены взаимосвязи креативности с самопринятием и самопривязанностью, тогда как в группе без такого опыта дополнительно обнаружены отрицательные взаимосвязи с внутренней конфликтностью и самоуничижением. В обеих группах статистически значимыми положительными предикторами креативности выступили

самоуважение и управление своими эмоциями. В общей выборке переменная гештальт-опыта также внесла статистически значимый вклад в регрессионную модель. Полученные результаты могут быть использованы в консультативной, развивающей и психопросветительской работе со взрослыми.

Ключевые слова: креативность; эмоциональный интеллект; самоотношение; гештальт-опыт; взрослый возраст; самоуважение; самопринятие; эмоциональная саморегуляция; внутренняя конфликтность; гештальт-подход

Введение

В современных условиях высокой неопределенности, эмоциональной нагрузки и необходимости постоянной адаптации все большую значимость приобретает изучение психологических ресурсов, обеспечивающих взрослому человеку гибкость поведения, способность к преобразованию опыта и поиску новых способов действия. Одним из таких ресурсов выступает креативность, которая в современной психологии рассматривается не только как характеристика творческой деятельности, но и как важное личностное качество, связанное с открытостью новому опыту, способностью выходить за пределы стереотипных решений и продуктивно перестраивать взаимодействие с жизненной ситуацией. В этом контексте особый интерес представляет изучение креативности именно во взрослом возрасте.

Значимыми характеристиками личностного функционирования взрослого человека выступают также эмоциональный интеллект и самоотношение. Эмоциональный интеллект связан с пониманием и регуляцией эмоционального опыта, а самоотношение — с характером отношения личности к самой себе, степенью самопринятия, внутренней согласованности и устойчивости. Оба конструкта могут рассматриваться как важные внутренние ресурсы, определяющие то, каким образом человек осмысляет собственный опыт, выстраивает взаимодействие с собой и окружающими и реализует свои возможности в меняющихся условиях жизни.

Накопленные к настоящему времени исследования позволяют говорить о наличии отдельных взаимосвязей между эмоциональным интеллектом, самоотношением и креативностью, однако чаще всего эти переменные изучаются попарно, а не в их одновременном соотношении. В литературе наиболее последовательно представлена связь эмоционального интеллекта и самоотношения; в то же время имеются данные о связи эмоционального интеллекта с креативностью, а также о значимости самоотношения и близких ему конструктов для творческого функционирования личности. Вместе с тем значительно реже данные характеристики рассматриваются одновременно, особенно применительно ко взрослой выборке.

Наряду с изучением самих психологических характеристик, связанных с креативностью, представляется важным учитывать опыт, который может быть сопряжен с особенностями их выраженности и характера взаимосвязей. В этом отношении интерес представляет гештальт-подход, в рамках которого существенное значение придается осознанию, контакту с собой и окружающим миром, самоподдержке и принятию собственного опыта. Это позволяет предположить, что гештальт-опыт может быть связан не только с выраженностью отдельных психологических характеристик, но и с особенностями взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых.

Несмотря на возрастающее внимание к проблемам эмоционального интеллекта, самоотношения и креативности, исследований, в которых данные переменные рассматривались бы одновременно у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт, представлено недостаточно. Остается не вполне ясным, различаются ли у таких взрослых не только отдельные показатели, но и профиль взаимосвязей между ними. Это и определяет исследовательский интерес настоящей работы.

Целью настоящей статьи является выявление особенностей взаимосвязей креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт.

Теоретические основания исследования

В отечественной психологической традиции творчество и креативность осмыслялись в русле проблем мышления, деятельности и личностного развития. Уже в работах Л. С. Выготского подчеркивается, что человеческая деятельность связана со способностью мысленно выходить за пределы непосредственно данного, преобразовывать опыт и выстраивать действие в поле возможного, а не только наличного [1]. Творчество выступает не случайным актом, а особой формой активности, опирающейся на воображение, опосредование и смысловое переструктурирование реальности. Я. А. Пономарев определял психологию творчества как область знания, изучающую «созидание человеком нового, оригинального в различных сферах деятельности» [2, с. 3]. Такая трактовка позволяет рассматривать творчество не как частный эпизодический феномен, а как значимый способ преобразования действительности и опыта. В дальнейшем в отечественной психологии креативность начинает рассматриваться как относительно самостоятельный психологический феномен. Так, В. В. Петухов определяет ее как «комплексное образование, включающее как интеллектуальные способности, так и мотивационную, личностную направленность человека на открытие новых знаний, умений, способов действия» [3, с. 69]. В. Н. Дружинин связывает креативность со «способностью к преобразованию знаний» [4, с. 17] и подчеркивает, что она актуализируется не автоматически, а в зависимости от условий среды [4]. В такой трактовке креативность понимается не только как когнитивная характеристика, но и как ресурс, проявление которого зависит от более широкого личностного и жизненного контекста. М. М. Кашапов определяет креативность как «способность человека отказаться от стереотипных способов мышления или способность обнаруживать новые способы решения проблем или новые способы выражения» [5, с. 389–393]. Такой подход особенно значим для изучения взрослой личности, поскольку позволяет рассматривать креативность как внутренний ресурс, проявляющийся не только в специально организованной творческой деятельности, но и в профессиональной, коммуникативной и жизненной сферах. В зарубежной психологии креативность также трактуется как многомерный феномен, связанный не только с особенностями мышления, но и с личностной зрелостью, открытостью опыту и стремлением к самореализации. В гуманистической традиции К. Роджерс связывал творческое становление личности с большей внутренней свободой, доверием к собственному опыту и открытостью переживанию [6]. А. Маслоу рассматривал творчество как одно из естественных проявлений самоактуализирующейся личности, способной к более целостному и продуктивному способу бытия [7]. Э. Фромм связывал подлинно творческое отношение к жизни с внутренней свободой, продуктивной ориентацией и способностью человека выходить за пределы пассивного приспособления к миру [8]. Креативность рассматривается как значимая характеристика взрослой личности, проявляющаяся в познавательной, профессиональной и жизненной активности.

Существенный интерес в контексте исследования личностных ресурсов взрослого человека представляет эмоциональный интеллект. В отечественных и зарубежных подходах он в целом понимается как способность к распознаванию, пониманию и регуляции собственных и чужих эмоций. В отечественной психологии важный вклад в осмысление эмоционального интеллекта внесла Г. Г. Гарскова, определившая его как «способность понимать отношения личности, репрезентуемые в эмоциях, и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального анализа и синтеза» [9, с. 25]. Такая трактовка связывает эмоциональный интеллект не только с распознаванием эмоциональных состояний, но и с их осмыслением как

значимых для личности отношений и смыслов. В концепции Д. В. Люсина эмоциональный интеллект рассматривается как комплексное психологическое образование, включающее способности к пониманию и управлению эмоциями, а также личностные характеристики, влияющие на уровень и особенности его проявления [10]. Автор подчеркивает, что понимание эмоций предполагает распознавание эмоционального переживания, идентификацию эмоции, установление причин ее возникновения и возможные последствия, тогда как управление эмоциями связано с контролем их интенсивности и внешнего выражения, а также с возможностью их произвольного вызова при необходимости [10, с. 33]. В этом подходе эмоциональный интеллект предстает не как узкая когнитивная способность, а как ресурс эмоциональной саморегуляции и осмысленного отношения к переживаниям. И. Н. Андреева, обобщая отечественные и зарубежные подходы, определяет эмоциональный интеллект как «совокупность ментальных способностей к идентификации, пониманию и управлению эмоциями» [11, с. 50] и подчеркивает, что, в отличие от социального интеллекта, он включает глубинные эмоции, значимые прежде всего для личностного роста [11]. В ее работах эмоциональный интеллект рассматривается как интегративное образование, включающее как когнитивные, так и личностные компоненты психического функционирования [11; 12]. В зарубежной психологии одно из наиболее влиятельных определений эмоционального интеллекта принадлежит Дж. Д. Майеру и П. Сэловею, которые рассматривают его как особую группу ментальных способностей, обеспечивающих восприятие, использование, понимание и регуляцию эмоций [13]. В дальнейших работах Дж. Д. Майера, П. Сэловея и Д. Р. Карузо эмоциональный интеллект описывается как способность рассуждать об эмоциях и использовать эмоциональную информацию для улучшения мышления [14]. В таком понимании эмоциональный интеллект тесно связан с более точной переработкой эмоционально значимой информации и способностью принимать решения с учетом аффективного контекста. Более широкую модель предложил Р. Бар-Он, трактуя эмоциональный интеллект как совокупность некогнитивных умений, знаний и компетенций, обеспечивающих человеку успешную адаптацию к жизненным обстоятельствам [15; 16]. Д. Гоулман, в свою очередь, подчеркивал значение эмоционального интеллекта для саморегуляции, мотивации, эмпатии и социального функционирования [17]. Несмотря на различия в подходах, все эти концепции объединяет понимание эмоционального интеллекта как значимого психологического ресурса, обеспечивающего более зрелое и продуктивное взаимодействие человека с собой и окружающим миром. Эмоциональный интеллект рассматривается как многокомпонентное образование, связанное с пониманием, осмыслением и регуляцией эмоционального опыта, и в этом качестве может быть отнесен к важным характеристикам личностного функционирования взрослого человека.

Не менее значимым психологическим контекстом личностного функционирования взрослого человека является самоотношение. В отечественной психологии оно рассматривается как важный аспект самосознания, связанный с тем, как человек воспринимает, оценивает и переживает собственное «Я». Понятие «самоотношение» было введено в отечественную психологию Н. И. Сарджвеладзе, который рассматривал его как одну из структурных единиц личности [18]. В этом подходе самоотношение связано с пониманием самости как особого способа отношения человека к самому себе и трактуется не как частная эмоциональная реакция, а как значимый внутренний механизм организации личности. И. С. Кон связывает самоотношение с «удовлетворенностью собой, принятием себя, чувством собственного достоинства, положительным отношением к себе и согласованностью между реальным и идеальным Я» [19, с. 96]. Такое понимание подчеркивает, что отношение личности к себе включает не только эмоциональную оценку, но и более широкое переживание собственной целостности и внутренней приемлемости. В работах В. В. Столина самоотношение раскрывается как важный компонент самосознания, тесно связанный с категориями «смысл Я» и «личностный смысл» [20]. Автор показывает, что для характеристики самоотношения субъекта необходимы, по крайней мере, три типа отношений: отношение к себе, отношение к другому и ожидаемое

отношение от него [20, с. 150–151]. Тем самым самоотношение мыслится не как замкнутая внутренняя оценка, а как динамическая система, включенная в более широкий внутренний диалог личности. В этом контексте позитивное самоотношение связано с самопринятием, самоуважением и внутренней согласованностью, тогда как негативное — с самообвинением, внутренней конфликтностью и переживанием собственной недостаточности [20]. Существенный вклад в разработку проблемы самоотношения внес С. Р. Пантеев, рассматривавший его как эмоционально-оценочную систему отношения личности к самой себе.¹ В рамках данного подхода самоотношение понимается как внутренне дифференцированное образование, включающее как позитивные, так и негативные модальности, что позволяет анализировать его не только на уровне общего отношения к себе, но и на уровне более частных эмоционально-оценочных компонентов. В более современных обобщающих работах также подчеркивается многокомпонентный характер самоотношения. Так, Е. О. Ермолова и Н. В. Тютюникова, анализируя отечественные подходы, показывают, что самоотношение включает такие значимые аспекты, как самопринятие, самоуправление, самообвинение и самопонимание [21]. У. Джемс связывал самоуважение с соотношением успехов и притязаний, подчеркивая, что переживание удовлетворенности собой зависит не только от достигнутого, но и от тех требований, которые человек предъявляет к себе [22]. В гуманистической психологии К. Роджерс рассматривал позитивное отношение к себе как результат более целостного принятия собственного опыта и безусловного позитивного отношения со стороны значимых других [6; 23]. Р. Бернс описывал позитивную Я-концепцию через принятие себя, уважение к себе и чувство собственной ценности [24]. Аналогичным образом М. Розенберг и С. Куперсмит связывали отношение личности к себе с устойчивой самооценкой, чувством собственной значимости и восприятием себя как ценного и компетентного субъекта [25; 26]. Самоотношение рассматривается как значимое личностное образование, отражающее характер отношения человека к самому себе, степень самопринятия, внутренней согласованности и ценности собственного «Я». В этом качестве оно может быть отнесено к важным характеристикам личностного функционирования взрослого человека.

Накопленные к настоящему времени исследования позволяют говорить о наличии отдельных взаимосвязей между эмоциональным интеллектом, самоотношением и креативностью, хотя чаще всего эти переменные изучаются попарно, а не в их одновременном рассмотрении. Наиболее последовательно в литературе представлена связь эмоционального интеллекта и самоотношения. В отечественных исследованиях показано, что более высокий уровень эмоционального интеллекта сопряжен с более позитивным отношением личности к себе, большей самоуверенностью, самоуважением и внутренней согласованностью, а также с меньшей выраженностью негативных аспектов самоотношения. Так, в исследовании Р. К. Ильиной выявлена взаимосвязь показателей эмоционального интеллекта с характеристиками самоотношения у студентов [27], а в работе М. В. Ланских, Ю. Н. Гут и Д. Р. Гасановой продемонстрирована связь эмоционального интеллекта и самоотношения у представителей разных типов профессий [28]. Не менее значимым является вопрос о связи эмоционального интеллекта и креативности. Современные обзорные данные показывают, что между этими переменными в целом прослеживается положительная ассоциация, хотя характер и выраженность этой связи могут варьировать в зависимости от используемой модели эмоционального интеллекта, особенностей выборки и методов измерения креативности [29]. И. Н. Андреева, анализируя соотношение эмоционального интеллекта и эмоциональной креативности, подчеркивает, что оба феномена связаны с гибкостью, чувствительностью к внутреннему опыту и способностью к нестандартному эмоциональному реагированию [12].

¹ Пантеев С. Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1991. — 100 с.

В этом качестве эмоциональный интеллект может рассматриваться не только как средство адаптации, но и как психологическое условие более продуктивного и вариативного взаимодействия человека с собственным опытом. Отдельное направление исследований связано с анализом самоотношения и близких ему конструктов в связи с креативностью. В ряде работ подчеркивается, что креативность сопряжена не только с интеллектуальными и мотивационными особенностями, но и с тем, как человек воспринимает и оценивает самого себя. Так, Е. М. Павлова, рассматривая модель связей самооценки креативности, интеллекта, толерантности к неопределенности и креативности, показывает, что представления человека о собственных возможностях связаны с более широким кругом характеристик творческого функционирования [30].

В исследовании А. О. Голинец также анализируется взаимосвязь самооценки креативности и имплицитных теорий креативности, что подчеркивает значимость субъективного отношения личности к своим творческим возможностям [31]. Хотя самооценка креативности и самоотношение не являются тождественными понятиями, подобные данные позволяют предположить, что внутренний образ себя и характер отношения к себе могут быть связаны с проявлениями креативности. Существующие исследования позволяют выделить три относительно самостоятельных направления: изучение взаимосвязей эмоционального интеллекта и самоотношения, эмоционального интеллекта и креативности, а также самоотношения и характеристик, связанных с креативностью. Вместе с тем значительно реже эти переменные рассматриваются одновременно, особенно применительно ко взрослой выборке. Еще более ограниченно представлены исследования, в которых подобные взаимосвязи анализируются с учетом психотерапевтического опыта личности.

В этом контексте особый интерес представляет гештальт-подход, в рамках которого значительное внимание уделяется осознанию, контакту с собой и окружающим миром, самоподдержке и принятию собственного опыта [32; 33].² Это позволяет предположить, что гештальт-опыт может быть связан не только с выраженностью отдельных психологических характеристик, но и с особенностями взаимосвязей между ними. Иными словами, значение может иметь не только уровень эмоционального интеллекта, самоотношения и креативности, но и особенности взаимосвязей между данными характеристиками у взрослых с разным опытом включенности в гештальт-подход.

Исследования, выполненные в русле гештальт-подхода, также позволяют связывать гештальт-опыт с эмоциональным функционированием, самовосприятием и личностным благополучием. В ряде зарубежных работ показано, что участие в гештальт-ориентированных консультативных и развивающих программах сопряжено с повышением осознанности, эмоциональной устойчивости и психологического благополучия [34–36].

Хотя такие исследования не направлены непосредственно на анализ взаимосвязей эмоционального интеллекта, самоотношения и креативности, они подтверждают значимость гештальт-подхода как пространства личностных изменений. В ранее опубликованном исследовании были выявлены устойчивые взаимосвязи между эмоциональным интеллектом и самоотношением у взрослых, а также зафиксированы отдельные различия между респондентами с разным гештальт-опытом [37].

Эти данные позволяют рассматривать гештальт-опыт как потенциально значимую переменную, с учетом которой взаимосвязи креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых могут проявляться по-разному.

² Перлз Ф. С. Внутри и вне помойного ведра; Практикум по гештальт-терапии / Ф. С. Перлз, П. Гудмен, Р. Хефферлин; пер. с англ. — СПб.: Петербург — XXI век, 1995. — 448 с. — URL: https://zagorskaya.info/wp-content/uploads/2020/02/Vnutri_i_vne_pomoyного_vedra.pdf (дата обращения: 29.04.2026).

Материалы и методы

В исследовании приняли участие 126 человек в возрасте от 26 до 65 лет ($M = 39,8$), в том числе 101 женщина (80,2 %) и 25 мужчин (19,8 %). Все респонденты имели высшее или среднее профессиональное образование и постоянно проживали на территории Российской Федерации. Выборка была разделена на две равные группы по признаку наличия или отсутствия гештальт-опыта. В первую группу вошли 63 человека, имеющие такой опыт, включая прохождение базового уровня подготовки в Международном институте гештальт-анализа и супервизии (МИГАС). Вторую группу составили 63 человека, не проходившие обучение в рамках гештальт-подхода и не имеющие аналогичного опыта.

Для диагностики эмоционального интеллекта использовался опросник «ЭмИн» Д. В. Люсина [38]. Самоотношение изучалось с помощью методики исследования самоотношения (МИС) С. Р. Пантеева.¹ Для оценки характеристик, связанных с креативностью, применялся опросник способностей творческой личности О. А. Шляпниковой и М. М. Кашапова [39], который в настоящем исследовании рассматривался как инструмент изучения самоотчетных проявлений творческой личности.

Статистическая обработка данных включала методы описательной статистики, проверку нормальности распределения с использованием W-критерия Шапиро — Уилка, сравнительный анализ с применением U-критерия Манна — Уитни, корреляционный анализ с использованием коэффициента ранговой корреляции Спирмена и линейный регрессионный анализ. Полученные результаты показали отклонение значительной части показателей от нормального распределения, в связи с чем для последующего анализа были использованы преимущественно непараметрические методы.

Результаты исследования

На первом этапе был проведен сравнительный анализ показателей в группах взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт. Статистически значимые различия были выявлены только по двум шкалам методики исследования самоотношения — самопринятию и самообвинению. По шкалам эмоционального интеллекта, остальным показателям самоотношения, метафакторам МИС и показателю креативности значимых различий обнаружено не было. Результаты представлены в таблице 1.

Таблица 1

Статистически значимые различия по шкалам самопринятия и самообвинения у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт ($N = 126$)

Шкала МИС	Медиана по группе с гештальт-опытом ($N = 63$)	Медиана по группе без гештальт-опыта ($N = 63$)	U	p
Самопринятие	10	9	1 534	0,025
Самообвинение	3	4	1 565	0,039

U — U-критерий Манна–Уитни; p — уровень статистической значимости. Составлено автором

Как видно из таблицы 1, у взрослых с гештальт-опытом уровень самопринятия оказался выше ($Md = 10$ против $Md = 9$; $U = 1534$; $p = 0,025$), а уровень самообвинения — ниже ($Md = 3$ против $Md = 4$; $U = 1565$; $p = 0,039$), чем у взрослых без такого опыта. Эти данные позволяют предположить, что гештальт-опыт в рамках настоящего исследования в большей степени связан с отдельными характеристиками самоотношения, чем с различиями в эмоциональном интеллекте или креативности. На следующем этапе был проведен корреляционный анализ, направленный на выявление взаимосвязей креативности с показателями эмоционального интеллекта и самоотношения в обеих группах. В таблице 2 представлены статистически значимые коэффициенты корреляции.

Таблица 2. Статистически значимые коэффициенты корреляции креативности с показателями эмоционального интеллекта и самооотношения у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт

Показатели	Креативность (СТЛ)	
	группа с гештальт-опытом (N = 63)	группа без гештальт-опыта (N = 63)
<i>Показатели самооотношения (МИС)</i>		
Открытость	0,365**	0,249*
Самоуверенность	0,457***	0,572***
Саморуководство	0,301*	0,408***
Отраженное самооотношение	0,267*	0,342**
Самоценность	0,288*	0,407***
Самопринятие	0,388**	
Самопривязанность	0,258*	
Внутренняя конфликтность		-0,308*
Самоуважение	0,442***	0,586***
Аутосимпатия	0,408***	0,386**
Самоуничтожение		-0,283*
<i>Показатели эмоционального интеллекта (ЭМИн)</i>		
Межличностный эмоциональный интеллект	0,445***	0,499***
Внутриличностный эмоциональный интеллект	0,494***	0,450***
Понимание эмоций	0,426***	0,374**
Управление эмоциями	0,527***	0,609***
Понимание чужих эмоций		0,390**
Управление чужими эмоциями	0,531***	0,554***
Понимание своих эмоций	0,401**	0,288*
Управление своими эмоциями	0,548***	0,632***

* $p < 0,05$; ** $p < 0,01$; *** $p < 0,001$. Составлено автором

Корреляционный анализ показал, что в обеих группах креативность положительно связана с показателями эмоционального интеллекта и преимущественно позитивными аспектами самооотношения. В группе взрослых с гештальт-опытом, помимо взаимосвязей с самоуверенностью, саморуководством, самоценностью, самоуважением и аутосимпатией, были также выявлены положительные взаимосвязи креативности с самопринятием ($r = 0,388$; $p < 0,01$) и самопривязанностью ($r = 0,258$; $p < 0,05$). В группе взрослых без гештальт-опыта наряду с положительными взаимосвязями креативности с самоуверенностью, саморуководством, самоценностью, самоуважением и аутосимпатией были дополнительно обнаружены отрицательные взаимосвязи с внутренней конфликтностью ($r = -0,308$; $p < 0,05$) и самоуничтожением ($r = -0,283$; $p < 0,05$). В обеих группах наиболее устойчивые положительные взаимосвязи креативности с эмоциональным интеллектом были зафиксированы для управления эмоциями, управления своими эмоциями, управления чужими эмоциями и внутриличностного эмоционального интеллекта.

Для оценки вклада отдельных переменных в вариативность показателя креативности был проведен линейный регрессионный анализ. В качестве потенциальных предикторов были отобраны показатели, продемонстрировавшие на предыдущем этапе устойчивые и содержательно интерпретируемые взаимосвязи с креативностью, а также представлявшие теоретический интерес в контексте настоящего исследования. В общую модель были включены управление своими эмоциями, самоуважение, внутренняя конфликтность и переменная гештальт-опыта. Дополнительно регрессионные модели были построены отдельно в группе взрослых, имеющих гештальт-опыт, и в группе взрослых, не имеющих такого опыта. Для всех трех моделей была проведена проверка основных допущений линейной регрессии.

Во всех случаях не выявлено признаков критической мультиколлинеарности предикторов ($VIF = 1,01-1,87$; толерантность = $0,534-0,989$). Анализ расстояния Кука и расстояния Махаланобиса не показал наличия грубых влиятельных наблюдений.

Распределение остатков в целом было близким к нормальному, при умеренных отклонениях на концах распределения, а графический анализ остатков не выявил грубых нарушений линейности связи и гомоскедастичности. Результаты представлены в таблице 3.

Таблица 3

**Результаты линейного регрессионного анализа
предикторов креативности у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт**

Предикторы	Креативность				
	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	β
Общая регрессионная модель (N = 126)					
Управление своими эмоциями	0,768	0,198	3,88	< 0,001	0,315
Самоуважение	0,567	0,101	5,64	< 0,001	0,469
Внутренняя конфликтность	0,181	0,141	1,28	0,202	0,094
Гештальт-опыт (нет/да)	-2,084	1,007	-2,07	0,041	-0,276
Показатели модели: $R^2 = 0,465$; скорректированный $R^2 = 0,447$; $F = 26,3$; $p < 0,001$					
Регрессионная модель в группе взрослых, имеющих гештальт-опыт (N = 63)					
Управление своими эмоциями	1,165	0,359	3,25	0,002	0,338
Самоуважение	0,576	0,129	4,46	< 0,001	0,464
Показатели модели: $R^2 = 0,461$; скорректированный $R^2 = 0,443$; $F = 25,6$; $p < 0,001$					
Регрессионная модель в группе взрослых, не имеющих гештальт-опыт (N = 63)					
Управление своими эмоциями	0,654	0,257	2,55	0,013	0,326
Самоуважение	0,498	0,152	3,27	0,002	0,429
Внутренняя конфликтность	0,054	0,189	0,28	0,777	0,030
Показатели модели: $R^2 = 0,456$; скорректированный $R^2 = 0,429$; $F = 16,5$; $p < 0,001$					

B — нестандартизованный коэффициент регрессии; *SE* — стандартная ошибка; β — стандартизованный коэффициент регрессии; *t* — *t*-критерий Стьюдента; *p* — уровень статистической значимости; R^2 — коэффициент детерминации; *F* — критерий Фишера, отражающий общую значимость регрессионной модели. Для переменной «гештальт-опыт» опорной категорией являлась группа «да» (взрослые, имеющие гештальт-опыт). Составлено автором

В общей выборке регрессионная модель оказалась статистически значимой и объясняла 46,5 % вариативности показателя креативности ($R^2 = 0,465$; $p < 0,001$). Значимыми предикторами выступили управление своими эмоциями ($B = 0,768$; $\beta = 0,315$; $p < 0,001$) и самоуважение ($B = 0,567$; $\beta = 0,469$; $p < 0,001$), тогда как внутренняя конфликтность статистически значимого вклада в модель не внесла ($B = 0,181$; $p = 0,202$). Переменная гештальт-опыта также вошла в число значимых предикторов ($B = -2,084$; $\beta = -0,276$; $p = 0,041$). С учетом заданной опорной категории это указывает на более низкие значения креативности в группе без гештальт-опыта по сравнению с группой взрослых, имеющих такой опыт, при контроле эмоциональной регуляции и параметров самоотношения.

В группе взрослых, имеющих гештальт-опыт, регрессионная модель также оказалась статистически значимой и объясняла 46,1 % вариативности показателя креативности ($R^2 = 0,461$; $p < 0,001$). Значимыми положительными предикторами выступили управление своими эмоциями ($B = 1,165$; $\beta = 0,338$; $p = 0,002$) и самоуважение ($B = 0,576$; $\beta = 0,464$; $p < 0,001$). В группе взрослых, не имеющих гештальт-опыта, модель также была статистически значимой и объясняла 45,6 % вариативности показателя креативности ($R^2 = 0,456$; $p < 0,001$). Как и в первой группе, значимыми положительными предикторами выступили управление своими эмоциями ($B = 0,654$; $\beta = 0,326$; $p = 0,013$) и самоуважение ($B = 0,498$; $\beta = 0,429$; $p = 0,002$), тогда как внутренняя конфликтность статистически значимого вклада в модель не внесла ($B = 0,054$; $p = 0,777$).

Таким образом, в обеих группах наиболее устойчивыми предикторами показателя креативности выступили самоуважение и управление своими эмоциями. Это позволяет рассматривать данные показатели как значимые психологические характеристики, связанные с креативностью у взрослых независимо от наличия или отсутствия гештальт-опыта.

Обсуждение результатов

Полученные результаты позволяют рассматривать показатель креативности у взрослых в связи с характеристиками эмоциональной регуляции и самооотношения. При этом различия между взрослыми, имеющими и не имеющими гештальт-опыт, проявляются не столько в уровне большинства изучаемых показателей, сколько в характере выявленных взаимосвязей между ними.

Сравнительный анализ выявил статистически значимые различия между группами по двум параметрам самооотношения: у взрослых с гештальт-опытом выше самопринятие и ниже самообвинение. Это позволяет предположить, что гештальт-опыт в большей степени связан с отдельными характеристиками самооотношения, чем с общим повышением всех изучаемых показателей.

Результаты корреляционного анализа уточняют эту картину. В обеих группах показатель креативности оказался связан с эмоциональным интеллектом и преимущественно позитивными аспектами самооотношения. Вместе с тем в группе взрослых с гештальт-опытом были выявлены взаимосвязи креативности с самопринятием и самопривязанностью, тогда как в группе без такого опыта дополнительно обнаружены отрицательные взаимосвязи с внутренней конфликтностью и самоуничижением. Эти различия следует рассматривать как описательные особенности профиля значимых взаимосвязей, поскольку специальная статистическая проверка межгрупповых различий между коэффициентами корреляции в настоящем исследовании не проводилась.

Регрессионный анализ показал, что в обеих группах статистически значимыми положительными предикторами показателя креативности выступают самоуважение и управление своими эмоциями. Эти показатели можно рассматривать как значимые психологические характеристики, связанные с креативностью у взрослых независимо от наличия или отсутствия гештальт-опыта. В общей выборке переменная гештальт-опыта также внесла статистически значимый вклад в модель: при заданной опорной категории более низкие значения креативности были связаны с отсутствием гештальт-опыта. Вместе с тем данный результат следует интерпретировать с осторожностью, учитывая особенности операционализации этой переменной в настоящем исследовании.

Таким образом, полученные данные позволяют рассматривать гештальт-опыт не как фактор общего повышения всех изучаемых показателей, а как переменную, связанную с отдельными различиями в самооотношении и с особенностями профиля значимых взаимосвязей показателя креативности с эмоциональным интеллектом и самооотношением.

К ограничениям настоящего исследования можно отнести несбалансированность выборки по полу и обобщенный характер операционализации гештальт-опыта, который в данной работе рассматривался как бинарная переменная без учета его длительности, интенсивности и конкретных форм. Это определяет необходимость более детализированного изучения данной переменной в последующих исследованиях. Кроме того, используемый дизайн позволяет выявлять взаимосвязи между изучаемыми показателями, однако требует осторожности при интерпретации их направленности.

Заключение

Проведенное исследование позволило уточнить особенности взаимосвязей показателя креативности с эмоциональным интеллектом и самооотношением у взрослых, имеющих и не имеющих гештальт-опыт. Показано, что при сходстве значимых предикторов креативности в исследуемых группах обнаруживаются различия в профиле значимых взаимосвязей с

параметрами самоотношения. В группе взрослых с гештальт-опытом показатель креативности был связан с самопринятием и самопривязанностью, тогда как в группе без такого опыта дополнительно выявлены отрицательные взаимосвязи с внутренней конфликтностью и самоуничижением. В обеих группах статистически значимыми положительными предикторами показателя креативности выступили самоуважение и управление своими эмоциями. В общей выборке переменная гештальт-опыта также внесла статистически значимый вклад в регрессионную модель.

Научная новизна исследования состоит в одновременном рассмотрении показателя креативности, эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых с учетом наличия или отсутствия гештальт-опыта.

Практическая значимость результатов связана с возможностью учитывать самоуважение и управление своими эмоциями как значимые психологические характеристики, связанные с креативностью, а также принимать во внимание особенности самоотношения в консультативной, развивающей и психопросветительской работе со взрослыми. Перспективы дальнейших исследований связаны с расширением и большей сбалансированностью выборки, более дифференцированной операционализацией психотерапевтического опыта, а также с уточнением механизмов, через которые эмоциональный интеллект и самоотношение связаны с показателем креативности у взрослых.

ЛИТЕРАТУРА

1. Выготский Л. С. Психология развития человека. — М.: Смысл: Эксмо, 2005. — 1136 с. — URL: https://yanko.lib.ru/books/psycho/vygotsky=ps_pzv_cheloveka=ann.htm (дата обращения: 29.04.2026).
2. Пономарев Я. А. Психология творчества. — М.: Наука, 1976. — 303 с. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=23346384> (дата обращения: 29.04.2026).
3. Петухов В. В. Психология мышления. — М.: Изд-во МГУ, 1987. — 87, [3] с. — URL: https://rusneb.ru/catalog/005664_000048_RU_RGPU_BIBL_66235893/ (дата обращения: 29.04.2026).
4. Дружинин В. Н. Психология общих способностей. — 3-е изд. — СПб.: Питер, 2007. — 368 с. — URL: https://archive.org/details/2007_2025420529 (дата обращения: 29.04.2026).
5. Кашапов М. М. Акмеологические и психологические основы структурно-функциональной концепции творческого профессионального мышления // Ярославская психологическая школа: история, современность, перспективы: сборник материалов Всероссийской научной конференции, Ярославль, 08–20 октября 2020 года / отв. ред. А. В. Карпов. — Ярославль: Филигрань, 2020. — С. 389–393. — URL: <https://elibrary.ru/item.asp?id=44181020> (дата обращения: 29.04.2026).
6. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека / пер. с англ. М. М. Исениной; общ. ред. и предисл. Е. И. Исениной. — М.: Прогресс: Универс, 1994. — 480 с. — URL: <https://viewer.rsl.ru/ru/rsl01009545999> (дата обращения: 29.04.2026).
7. Маслоу А. Мотивация и личность. — 3-е изд. / пер. с англ. — СПб.: Питер, 2019. — 400 с. — URL: <https://enc-medica.ru/wp-content/uploads/A.Маслоу-Мотивация-и-личность.pdf> (дата обращения: 29.04.2026).
8. Фромм Э. Дзен-буддизм и психоанализ. — М.: АСТ: Neoclassic, 2011. — 99 с. — URL: <https://www.litres.ru/book/erih-fromm/dzen-buddizm-i-psihoanaliz-583265/chitat-onlayn/> (дата обращения: 29.04.2026).

9. Гарскова Г. Г. Введение понятия «эмоциональный интеллект» в психологическую теорию // Ананьевские чтения: тез. науч.-практ. конф. — СПб.: Изд-во СПб. ун-та, 1999. — С. 25–26. — URL: http://elib.old.gnpbu.ru/text/ananyevskie_chteniya_1999/go,22;fs,1/ (дата обращения: 29.04.2026).
10. Люсин Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. — М.: Ин-т психологии РАН, 2004. — С. 29–36. — URL: http://creativity.ipras.ru/texts/books/social_IQ/Social_IQ.pdf (дата обращения: 29.04.2026).
11. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект как феномен современной психологии. — Новополюк: ПГУ, 2011. — 388 с. — URL: <https://www.rulit.me/books/emocionalnyi-intellekt-kak-fenomen-sovremennoj-psihologii-download-548569.html> (дата обращения: 29.04.2026).
12. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект и эмоциональная креативность: специфика и взаимодействие. — Новополюк: Полоцкий государственный университет, 2020. — 356 с. — URL: https://andreeva.by/images/Андреева_2020.pdf (дата обращения: 29.04.2026).
13. Mayer J.D., Salovey P. The intelligence of emotional intelligence // Intelligence. — 1993. — Vol. 17, No. 4. — P. 433–442. URL: [https://doi.org/10.1016/0160-2896\(93\)90010-3](https://doi.org/10.1016/0160-2896(93)90010-3) (дата обращения: 29.04.2026).
14. Mayer J.D., Salovey P., Caruso D.R. Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) Users Manual. — Toronto, Ontario: Multi-Health Systems, 2002. — 110 p. — URL: https://scholars.unh.edu/personality_lab/27/ (дата обращения: 29.04.2026).
15. Bar-On R. Development of the Bar-On EQ-I: A Measure of Emotional Intelligence. — Paper presented at the 105th Annual Convention of the American Psychological Association. — Chicago, 1997. — URL: <https://alban.org/archive/emotional-intelligence-reading-list/> (дата обращения: 29.04.2026).
16. Bar-On R. Emotional Intelligence Inventory (EQ-i): Technical Manual. — Toronto, Canada: Multi-Health Systems, 1997. — URL: <https://cdn.mhs.com/mhsdocs/EQi20Manual/ref/references.html> (дата обращения: 29.04.2026).
17. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект: почему он может значить больше, чем IQ. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. — 560 с. — URL: <https://www.litres.ru/book/deniel-goulman/emocionalnyy-intellekt-pochemu-on-mozhet-znachit-bolshe-che-5024477/chitat-onlayn/> (дата обращения: 29.04.2026).
18. Сарджвеладзе Н. И. Личность и её взаимодействие с социальной средой. — Тбилиси: Мецниереба, 1989. — 135 с. — URL: http://lib.ysu.am/open_books/236530.pdf (дата обращения: 29.04.2026).
19. Кон И. С. Психология ранней юности. — М.: Просвещение, 1989. — 256 с. — URL: <http://elib.edurm.ru/lib/document/SVOD/05A31A39-0C39-4D7E-B76B-67D2D5209256/> (дата обращения: 29.04.2026).
20. Столин В. В. Самосознание личности. — М.: Изд-во Моск. ун-та, 1983. — 284 с. — URL: https://pedlib.ru/Books/1/0376/1_0376-1.shtml (дата обращения: 29.04.2026).
21. Ермолова Е. О., Тютюникова Н. В. Феномен самоотношения личности в отечественной и зарубежной психологии: системный анализ // СМАЛbТА. — 2022. — № 4. — С. 22–31. — URL: <https://doi.org/10.15293/2312-1580.2204.03> (дата обращения: 29.04.2026).

22. Джемс У. Психология / пер. с англ. — СПб.: Питер, 2017. — 352 с. — URL: <https://www.piter.com/product/psihologiya?ysclid=mok2jn40m8459093042> (дата обращения: 29.04.2026).
23. Роджерс К. Р. Клиентоцентрированный / человекоцентрированный подход в психотерапии // Консультативная психология и психотерапия. — 2002. — Т. 10, № 1. — С. 54–69. — URL: https://psyjournals.ru/journals/cpp/archive/2002_n1/Rodgers_podhod (дата обращения: 29.04.2026).
24. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / пер. с англ.; общ. ред. и вступ. ст. В. Я. Пилиповского. — М.: Прогресс, 1986. — 420 с. — URL: https://rusneb.ru/catalog/000200_000018_rc_590224/ (дата обращения: 29.04.2026).
25. Rosenberg M. Society and the Adolescent Self-Image. — Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. — 326 p. — URL: <https://doi.org/10.1515/9781400876136> (дата обращения: 29.04.2026).
26. Coopersmith S. The Antecedents of Self-Esteem. — Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press, Inc., 1967. — 283 p. — URL: https://openlibrary.org/books/OL5543113M/The_antecedents_of_self-esteem (дата обращения: 29.04.2026).
27. Ильина Р. К. Взаимосвязь показателей эмоционального интеллекта с показателями самоотношения студентов вуза // Научные дискуссии. — 2023. — Т. 3, № 4. — С. 36–40. — URL: <https://naukavak.ru/wp-content/uploads/2025/09/nauchnye-diskussii-No4-t3-2023.pdf> (дата обращения: 29.04.2026).
28. Ланских М. В., Гут Ю. Н., Гасанова Д. Р. Связь эмоционального интеллекта и самоотношения у представителей разных типов профессий // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. — 2024. — Вып. 6(58). — С. 93–102. — URL: <https://doi.org/10.23951/2307-6127-2024-6-93-102> (дата обращения: 29.04.2026).
29. Jalifi S.Y., Krumm G.L., Marchesini M.P., Filippetti V.A. Creativity and Emotional Intelligence in Adults: A Systematic Review and Recommendations for Future Research // Creativity. Theories — Research — Applications. — 2025. — Vol. 12, Issue 2. — P. 46–72. — URL: <https://doi.org/10.2478/ctra-2025-0011> (дата обращения: 29.04.2026).
30. Павлова Е. М. Модель связей самооценки креативности и интеллекта с толерантностью к неопределенности и креативностью // Психология. Журнал Высшей школы экономики. — 2018. — Т. 15, № 1. — С. 69–78. — URL: <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2018-1-69-78> (дата обращения: 29.04.2026).
31. Голинец А. О. Взаимосвязь самооценки креативности и имплицитных теорий креативности // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. — 2025. — Т. 48, № 4. — С. 109–126. — URL: <https://doi.org/10.11621/LPJ-25-43> (дата обращения: 29.04.2026).
32. Гештальт-терапия в клинической практике: от психопатологии к эстетике контакта / под ред. Дж. Франчесетти, М. Джечеле, Я. Рубала. — М.: Институт общегуманитарных исследований, 2017. — 688 с. — URL: <http://www.notabene.ru/book/loi/pic/book294-pdf.pdf> (дата обращения: 29.04.2026).
33. Francesetti G. Pain and beauty: from the psychopathology to the aesthetics of contact // British Gestalt Journal. — 2012. — Vol. 21, No. 2. — P. 4–18. — URL: <https://www.ipsig.it/wp-content/uploads/2020/03/Francesetti-Pain-and-Beauty.-from-Psychopathology-to-the-Aesthetics-of-Contact.pdf> (дата обращения: 29.04.2026).

34. Kyvelou A., Antonopoulou K., Kleftaras G., Verdis A., Tsitsas G. The Impact of a Mindfulness-Gestalt Based Counseling Group on Undergraduate College Students // Psychology. — 2023. — Vol. 14. — P. 1268–1287. — URL: <https://doi.org/10.4236/psych.2023.148070> (дата обращения: 29.04.2026).
35. Kyvelou A., Tsitsas G. Promoting Well-Being and Psychological Thriving in University Students: A Gestalt-Mindfulness-Based Personal Development Counseling Intervention // Creative Education. — 2023. — Vol. 14. — P. 2486–2502. — URL: <https://doi.org/10.4236/ce.2023.1412160> (дата обращения: 29.04.2026).
36. Öztürk A.G. Gestalt Group Practice for Increasing Awareness of University Students // International Journal of Psychology and Educational Studies. — 2019. — Vol. 6, No. 3. — P. 1–8. — URL: <https://doi.org/10.17220/ijpes.2019.03.001> (дата обращения: 29.04.2026).
37. Ермакова В. С. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и самоотношения у взрослых с учётом гештальт-опыта // Личность: ресурсы и потенциал. — 2025. — № 4(28). — С. 35–43. — URL: <https://journal.foir-gspm.ru/issues/2025/4/428202503.pdf> (дата обращения: 29.04.2026).
38. Люсин Д. В. Новая методика для измерения эмоционального интеллекта: опросник ЭМИн // Психологическая диагностика. — 2006. — № 4. — С. 3–22. — URL: https://lib.ipran.ru/upload/papers/paper_26114976.pdf (дата обращения: 29.04.2026).
39. Творческая деятельность профессионала в контексте когнитивного и метакогнитивного подходов: монография / под науч. ред. М. М. Кашапова, Ю. В. Пошехоновой. — Ярославль: ЯрГУ, 2012. — 384 с. — URL: <https://rucont.ru/efd/238184?ysclid=mok32ttjkg604751095> (дата обращения: 29.04.2026).

Ermakova Valentina Sergeevna

Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba, Moscow, Russia
E-mail: msermakovavalentina@gmail.com

Stepnova Lyudmila Anatolyevna

Peoples' Friendship University of Russia named after Patrice Lumumba, Moscow, Russia
Moscow Institute of Psychoanalysis, Moscow, Russia
E-mail: stepnova-la@rudn.ru
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2649-0349>
RSCI: https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=443331

Distinctive features of the relationships between creativity, emotional intelligence, and self-attitude in adults in the context of gestalt experience

Abstract. The article examines the relationships between creativity, emotional intelligence, and self-attitude in adults, taking into account the presence or absence of Gestalt experience. The aim of the study was to identify the specific features of the relationships between creativity, emotional intelligence, and self-attitude in adults with and without Gestalt experience. The study involved 126 adults aged 26 to 65, divided into two equal groups according to the presence or absence of Gestalt experience. The Emotional Intelligence Questionnaire (EmIn) by D.V. Lyusin, the Self-Attitude Research Method by S.R. Pantileev, and the Creative Personality Abilities Questionnaire by O.A. Shlyapnikova and M.M. Kashapov were used. Statistical analysis included descriptive statistics, the Mann — Whitney U test, Spearman's rank correlation analysis, and linear regression analysis. It was found that adults with Gestalt experience showed higher self-acceptance and lower self-blame. In both groups, creativity was associated with emotional intelligence and predominantly positive aspects of self-attitude. At the same time, in the group of respondents with Gestalt experience, creativity was associated with self-acceptance and self-attachment, whereas in the group without such experience additional negative associations were found with internal conflict and self-deprecation. In both groups, the statistically significant positive predictors of creativity were self-esteem and the management of one's own emotions. In the total sample, the Gestalt experience variable also made a statistically significant contribution to the regression model. The results may be applied in counseling, developmental, and psychoeducational work with adults.

Keywords: creativity; emotional intelligence; self-attitude; Gestalt experience; adulthood; self-esteem; self-acceptance; emotional self-regulation; internal conflict; Gestalt approach