Курсовая работа

Зависимость характеристик измененных состояний сознания от вида творческой деятельности

Введение

измененный психический сознание творческий

Актуальность проблемы:

Объектом, как практического, так и научного интереса во все времена являлось творчество. Состояние творца во время работы всегда было окружено каким-то мистическим ореолом, природа которого не была понятна. Многие философы, среди них, например, Платон и Ницше, уделяли внимание этому вопросу.

Изучение проблем психологии творчества занимает обширное место среди других тем в отечественной психологии. В рамках этой проблемы изучается скорее научное творчество и чаще всего на материале решения задач. В нашей работе мы предполагаем обратиться к художественному творчеству: музыкально-исполнительскому и дизайнерскому.

Отечественные авторы в рамках проблемы творчества рассматривают разные вопросы: вопрос о природе креативности, проблему творческих способностей и их диагностики, проблему мышления в творчестве и др. Однако, по нашему мнению, внимание к различным состояниям сознания не было отличительной чертой этой отрасли психологии.

Проблема психических состояний в форме функциональных состояний в деятельности изучалась в рамках психологии труда [26]. А те немногочисленные эксперименты, которые проходили в рамках исследования творческой деятельности лишь затрагивали эту проблему, но в целом были направлены на другой предмет [42, 36]. Мы же в своем исследовании ставим вопрос о психических состояниях именно в творческом процессе, т.е. предполагаем изучать то, что в житейском представлении называется «вдохновением», а именно состояние радостной, экстатической увлеченности творческим процессом, которое сопровождается улучшением продуктивности и часто приводит к выдающемуся результату.

В данной работе мы предполагаем рассматривать этот феномен через проблему измененных состояний сознания (далее ИСС). Под ИСС мы будем понимать такие состояния сознания, которые, с одной стороны, ощущаются субъектом как отличающиеся от обычного, а с другой стороны, обладают определенным набором признаков, по которым меняется психическое функционирование и параметров этого изменения [27]. Разработку проблематики ИСС можно считать скорее достижением западной психологии. Таким образом, мы ставим вопрос о принадлежности «вдохновения» к классу ИСС и решаем его в нашей работе положительно.

Это позволяет нам дать более содержательное, научное определение «вдохновению» через отнесенность к ИСС. В то же время, проведя глубокие беседы с творческими личностями, мы поняли, что, вероятно, под общим названием «вдохновение» они понимают группу достаточно разнородных ИСС. В связи с этим мы будем использовать термин творческие ИСС (ИСС-Т) - это такие ИСС, которые соответствуют творческой задаче, установке.

В западной психологии освещался вопрос об ИСС в творчестве, но именно о влиянии ИСС на творческий процесс через введение в гипнотический транс и употребление LSD [24]. Таким образом, проблема специфики ИСС, возникающих в творчестве, без дополнительных стимулов не получила отдельного и достаточного освещения.

Итак, доказав, что действительно существуют ИСС-Т, и, принимая во внимание особенности понимания этого термина, мы считаем правомерным выдвигать гипотезу о том, что в разных видах творческой деятельности ИСС-Т могут отличаться. Поставив вопрос о различии, опишем те параметры, по которым они могут различаться. Это, во-первых, структурные характеристики, которые отражают особенности изменений в психическом функционировании. Во-вторых, содержательные, отражающие содержание переживаний субъекта в ИCC, их предмет. И, в-третьих, «внешние» характеристики - это приемы и способы вхождения в ИСС, ситуации, в которых это происходит, внешняя форма переживания ИСС, виды переживаемых субъектом ИСС и представления субъекта о природе, структуре и функциях ИСС.

Поставив вопрос о различии, мы понимаем, что оно может быть обусловлено разными факторами, и рассматриваем в своей работе их: фактор устойчивых индивидуальных различий в стиле деятельности и в способе ментальной репрезентации, фактор установки, социокультурный фактор.

Таким образом:

объектом данной работы являются феномены творческих состояний.

предметом работы являются специфические структурные, содержательные, а также «внешние» характеристики ИСС-Т.

Целями данной работы являются

1. доказательство возможности отнесения состояний сознания, возникающих в творческой деятельности к классу ИСС

. исследование вопроса о наличии различий в характеристиках исс в различных видах творческой деятельности

2. разработка адекватных методик, не только для изучения специфики ИСС в разных видах творческой деятельности, но и для диагностики различий ИСС в разных видах творческой деятельности и апробирование их на практике

. исследование вопроса о соответствии различий в феноменологии ИСС в различных видах творческой деятельности устойчивым индивидуальных характеристикам.

Задачами данной работы являются

1. анализ психологической и непсихологической литературы, с целью составления списка феноменов, характерных для исс, возникающих в различных видах творческой деятельности - для создания методики

2. создание списка вопросов для структурированного интервью, приспособленного для извлечения информации о специфических «внешних» характеристиках исс в разных видах творческой деятельности

. адекватный подбор методик и адаптирование их к целям диагностики устойчивого индивидуального стиля кодирования информации

. выявление особенностей феноменологии исс в музыкально-исполнительской деятельности и в творческой деятельности дизайнера одежды по ходу глубокой индивидуальной беседы с представителями каждой из видов творческой деятельности

. выявление особенностей устойчивого индивидуального стиля кодирования информации в ходе глубокой индивидуальной беседы

Методики.

1. анкета-список феноменов для сбора информации о специфике феноменологии исс в разных видах творческой деятельности

2. структурированное интервью для выявления особенностей «внешних» характеристик исс в различных видах творческой деятельности

. методика «пиктограммы»

. трансформированный вариант методики Мелик-Пашаева [31] для определения художественной одаренности детей, представляющий собой методику для изучения присутствия цвета в системе репрезентации у взрослых испытуемых

Нам представляется, что научная новизна данной работы заключается, во-первых, в попытке изучить феноменологию творческих состояний в контексте ИСС. Во-вторых, в рамках нашего исследования мы применяем постулаты деятельностного подхода к этой области.

Теоретико-методологической основой работы является культурно-исторический подход, а, следовательно, работа находится в рамках деятельностного подхода, как не противоречащего, а основывающегося на культурно-историческом подходе, согласно некоторым точкам зрения. В нашей работе мы рассматриваем ИСС-Т как ВИСС, основываясь на гипотезе о существовании по аналогии с высшими психологическими функциями, высших и низших измененных состояний сознания, которая в настоящее время разрабатывается О.В. Гордеевой [16]. Для ВИСС характерно то, что это некоторый функциональный орган, который человек выстраивает исходя из своих мотивов, а цель является конституирующей данную систему.

С другой стороны, рассматривая творческий процесс как целенаправленную деятельность. [6]. Мы предполагаем в ней наличие в тех же структурных уровней, что и в любой другой деятельности, а именно: уровня действий и операций, которые соответствуют цели, и условиям. Изучая ИСС в деятельности, мы предполагаем, что идея рассмотрения деятельности «по единицам» даст нам дополнительные возможности для анализа феноменологии ИСС.

Глава 1. Теоретические представления об ИСС в разных видах творческой деятельности

1.1 Общие представления об ИСС

В отечественной психологии тема ИСС не получает достаточного освещения. В современной западной психологии нет однозначного взгляда на проблему ИСС, наблюдается плюрализм взглядов, поэтому нам необходимо задать основные ориентиры, на которые мы будем в дальнейшем опираться при разработке нашей темы.

Во-первых, надо пояснить, что термин «измененные состояния сознания» является переводом с английского термина «altered states of consciousness», который с учетом особенностей понимания термина «сознание» в западной психологии представляет собой, скорее «измененные состояния психики», т.е. имеется в виду изменение работы всей психики человека.

Как уже было указано, в западной психологии не имеется единой точки зрения по вопросу ИСС. Поэтому приходится пользоваться двумя определениями ИСС.

) Определение через изменение функционирования. Оно заключается в выделени набора признаков, по которым меняется психическое функционирование, т.е в выяснении, какие процессы меняются на первом этапе. На следующем этапе происходит качественное описание изменений в каждом процессе [17].

) «Субъективное» - через понимание обладателем состояния сознания того, что оно отличается от обычного. «Измененное состояние каждого индивида - это состояние, в котором он ясно чувствует характерные качественные изменения паттерна своего ментального функционирования, т.е. он чувствует не только количественные изменения (большая или меньшая бдительность, увеличение или уменьшение качества ментальных образов, больше четкости или размытости и т.д.), но также и то, что некоторые качества его ментального функционирования становятся другими» [41].

В нашей работе мы будем пользоваться как первым, так и вторым определениями.

В связи с введением этих двух определений, надо указать, что является «нормальным» считается обычное «бодрствующее» состояние сознания [12]. Нормальное состояние является продуктом существования субъекта об определенных психосоциальных условиях. Следовательно, это определение относительное, мы можем говорить о качественных или количественных отличиях «нормального» состояния в разных культурах[27].

В качестве признаков, необходимых для того, чтобы определить состояние как измененное А.Людвиг выделяет следующие [27]: изменения в мышлении, нарушение чувства времени, потеря контроля, изменения в эмоциональном выражении, изменение образа тела, искажение восприятия, изменения смысла и значения, чувства невыразимости, чувства возрождения, гипервнушаемость.

Подчеркнем особо, чтобы состояние можно было назвать измененным, необходимо не только сослаться на субъективное самочувствие, но и доказать, что происходят изменения в психическом функционировании. Если же происходит изменение функционирования по части из признаков, то такое состояние мы будем считать переходным к измененному [15].

В соответствии с указанными критериями, выделяют очень большое количество разных видов ИСС. Перечислим некоторые из них: сон, состояние грез, глубокой задумчивости, наркотическое и алкогольное изменение сознания, медитация, депривационные изменения сознания (посты, затворничество, долгое пребывание в одиночном заключении, дорожный гипноз, состояние крайней скуки, недосыпание, элементы обрядов посвящения в некоторых культурах), гипнотический транс, колдовская и демоническая одержимость, религиозная одержимость во многих культурах, шаманские трансы, трансовое состояние под влиянием усиленной внешней стимуляции (например дискотеки, греческие мистерии), мистические, трансцедентальные состояния, состояния откровения, необычные околосмертные переживания и т.д., и среди них упоминают состояния творческого вдохновения [12,47,19, 27].

Для индуцирования ИСС могут использоваться различные способы, однако их все можно сгруппировать в достаточно небольшое количество методов [27]: редукция экстероцептивной стимуляции или моторной активности, повышение экстероцептивной стимуляции и/или моторной активности и/или эмоций, повышение психической вовлеченности, сниженная алертность или психическая вовлеченность, влияние психосоматических факторов.

Можно выделить три группы функций, которые могут выполнять ИСС [27]: функции, связанные с получением нового опыта, психотерапевтические, социальные. Особенно значимы функции ИСС в традиционных обществах.

В нашей работе мы хотели бы использовать житейский термин «вдохновение». С нашей точки зрения, в процессе творчества субъект может испытывать достаточно обширную палитру разных состояний сознания, возможно даже разных видов состояний сознания, как переходных к измененным [15], так и измененных, не только «вдохновение» в его узком понимании, как стадию творческого процесса, предшествующую критической оценке [11]. Нам кажется, что многие ИСС, возникающие как в самом творческом процессе, так и за пределами его, можно считать творческими, если они соответствуют творческой задаче, установке (Более конкретно это положение мы обоснуем дальше).

В нашей работе мы используем термин характеристики ИСС. Развернем более конкретно его содержание. Мы разделяем характеристики исс на структурные, содержательные и «внешние». Структурные характеристики отражают особенности изменений в психическом функционировании, содержательные отражают содержание переживаний субъекта в ИСС, их предмет, внешние характеристики - это приемы и способы вхождения в ИСС, ситуации, в которых это происходит, внешняя форма переживания исс, виды переживаемых субъектом исс и представления субъекта о природе, структуре и функциях ИСС.

Очень важно для нашей дальнейшей теоретической работы указать, что творчество мы понимаем как целенаправленную деятельность [6].

Итак, как мы уже указывали, среди различных видов исс выделяют вдохновение. Однако нам кажется, что необходимо обосновать возможность отнесения этого состояния к классу ИСС. Для этого надо проанализировать феноменологию, возникающую во время переживания вдохновения, с точки зрения наличия в ней изменений в работе психических функций и описать параметры изменения по ним.

Выдвинем теоретическую гипотезу о том, что творческие состояния сознания можно отнести к классу ИСС.

Для доказательства нашей гипотезы обратимся к различным теоретическим воззрениям на природу «вдохновения» с целью извлечь из них информацию о феноменологии изменения психических процессов в этом состоянии

.2 Теоретические взгляды на природу творческих состояний сознания

.2.1 Подходы к пониманию творческих состояний в западной психологии

Две основные концепции, в рамках которых рассматривались переживания человека в творческой деятельности - это теория пиковых переживаний А.Маслоу и теория потока М. Чиксентмихайи.

1) А.Маслоу утверждает, что те переживания, которые человек испытывает во время творческого порыва, во многом по феноменологии схожи с пиковыми переживаниями. Особенно автор подчеркивает сходство по таким характеристикам как чувство растворения в ситуации, «полная поглощенность делом» [30]. Подчеркивается положительная, экстатическая, эйфорическая окраска переживаний. Во время пиковых переживаний человек испытывает моменты самоактуализации. Автор настаивает на том, что в процессе этих переживаний людям открывается особый взгляд на мир, который одновременно имеет и когнитивный и эмоционально-оценочный аспект. Категории, в которых люди описывали этот мир, совпадают, как выяснил Маслоу [30], с тем, что принято называть вечными ценностями и вечными истинами. Это, в свою очередь, дало ему повод говорить о том, что во время пиковых переживаний открываются действительно какие-то недоступные в обыденной жизни философские и даже научные знания. Обращение к идеям Маслоу дает нам информацию об обширной группе смысловых трансформаций, происходящих во время творческих переживаний.

2) Теория потока М. Чиксентмихайи. Опираясь на русскоязычную литературу сложно в полном объеме оценить концепцию, т.к. информацию о ней можно почерпнуть лишь из немногочисленных частичных переводов [10,20]. Однако даже они позволяют говорить о данном подходе в рамках феноменологии творческих состояний сознания.

В своих наблюдениях за работой представителей творческих профессий, М. Чиксентмихайи обнаружил удивительный факт: в процессе создания художественного произведения они были чрезвычайно увлечены процессом, устремляли на него все свои силы, а окружение теряло для них значение. Когда процесс был завершен, они не почти не интересовались его результатом. Отсюда был сделан вывод, что деятельность совершалась ради самого процесса.

Т.М. Буякас подчеркивает, что это явление можно понимать в терминах теории Деятельности как возможность отделения мотива от цели и перемещения на саму деятельность [10]. Таким образом, Чиксенмихайи исследовал ту деятельность, мотивы которой нацелены на процесс, а не на результат. Это в принципе соответствует нашему пониманию творческой деятельности, предполагающему, что мотив настоящего творца всегда совпадает с целью его деятельности [7].

Автор заключает, что движущей силой этого процесса является переживание аутотелического опыта, т.е. «совокупности переживаний, которые одновременно сопровождают и мотивируют деятельность, непрерывно подталкивая субъекта на ее возобновление и продолжение, независимо от внешних подкреплений» [20, с. 247]. Такой опыт в целом, со слов своих респондентов, Чиксентмихайи назвал «потоком».

Можно выделить феноменологию переживания потока: ощущение слияния деятельности и сознания, сосредоточение внимания на ограниченном поле стимулов, потеря эго или выход за его пределы, чувство власти и компетентности, ясные цели и быстрые обратные связи, аутотелическая природа [20].

Главным условием возникновения переживания «потока» является представления человека о согласовании требований ситуации со своими способностями. «Поток» случается в ситуациях, которые «понуждают субъекта к полному выявлению своих способностей, к полной мобилизации себя» [10]. Таким образом, мы понимаем, что это явление может возникать в любой деятельности и скорее зависит от индивидуальных умений человека находить «вызовы ситуации».

Существует мнение, что определяющую роль в образовании «потока» играет внимание [20].

.2.2 Подходы к пониманию творческих состояний сознания в отечественной психологии

Вдохновение как особое психическое состояние

Представители первой группы взглядов [26, 42, 14] просто описывают данное явление, его феноменологию, условия возникновения и функции.

В рамках этого подхода творческие переживания называются ВДОХНОВЕНИЕМ.

Вдохновение определяется как «состояние творческого подъема» [26] «состояние, когда с определенной мощью раскрываются все творческие способности» [14], «умение эмоционально погружаться в захватившее содержание и умение концентрировать на нем все свои душевные силы» [42].

Описание состояния дается через его объективные (поведенческие и физиологические) и субъективные характеристики. Объективно - это изменение внешнего вида, поведения и увеличение продуктивности [26]. Психофизиологические показатели - это изменение электропроводимости кожи, деятельности сердечно сосудистой и дыхательной систем. Но, основываясь только на объективных показателях нельзя уловить суть этого состояния, поэтому необходимо говорить о психологических признаках, т.е. субъективных феноменах. Поэтому авторы в неявном виде предлагают список признаков изменения психического функционирования и набор параметров, по которым оно меняется. Т.е. делается то же самое, что делалось в западной психологии для определения состояния как измененного.

Говоря об условиях возникновения этого состояния, авторы утверждают, что оно приходит абсолютно спонтанно и не поддается сознательной регуляции [26,14], и не требует выдающихся творческих способностей [14], однако чаще бывает в ситуации напряженного труда. Но вдохновение не является залогом выдающегося результата [14], даже если его приходу предшествовала серьезная работа.

Вдохновение как ИСС

Теоретические и практические исследования В.Л.Райкова сложно анализировать, из-за необычности языка изложения, недоопределенности, слабой операционализации понятий. Однако нам кажется, что в своей не совсем научной мысли он уловил много достаточно интересных аспектов изучаемого нами предмета.

Во-первых, В.Л.Райков был одним из немногих, кто изучал специфику вдохновения практически методом гипноза. Автор понимает гипноз, как «специфическое состояние активности психики», при котором возможно моделирование различного рода состояний, в том числе и создание «гиперболизированной модели творческого состояния» [36]. В.Л.Райков выражает свою точку зрения на творческое переживание, как на ИСС, на основании сходства его природы с природой гипноза: «Здесь наблюдается то же новое видение мира, мобилизация образной, ассоциативной, интуитивной и эмоциональной активности, та же фокусировка внимания, та же активизация сознательно-бессознательных процессов в нужном направлении и т.п.» [36]. Сходство природы гипнотического и творческого состояний определяет и сходство их функций как «резервной мобилизации», «резервного формы нормального бодрствующего сознания», «резервной системы потенциального управления психикой» [36], которая возникает в ответ на различные экстремальные условия для более эффективного задействования систем организма, для «более точной фокусировки в сфере направленности необходимого действия».

Он также вводит понятие невербального эмоционального сознания [35]. (Точного определения понятия не дается. Мы попытались проинтерпретировать его в терминах А.Н. Леонтьева). Невербальное эмоциональное сознание возникает на основе кумуляции в памяти всех пережитых аффектов, его можно понимать, как пласт личностных смыслов всех пережитых человеком эмоций и чувств. По его словам, это эмоциональное сознание выполняет связующую функцию по отношению к психическим функциям творящего человека, организует и направляет его деятельность, что субъективно, видимо, переживается, как «великий внутренний импульс, организующий гармонию чувства, мыслей и намерений, действий» творческого субъекта. Вдохновение мобилизует это эмоциональное сознание. Оно поднимает его из глубин бессознательного, чтоб оно проявить себя в акте творчества, запечатлеваясь в художественном произведении.

Вдохновение как целостно-личностная реакция

Вдохновенно-творческое видение мира, как утверждает Д. Ратнер-Кирнос, сходно с откровением, постижением божественной сущности мироздания. Вдохновение и откровение имеют одну психологическую природу и предполагают раскрытие и реализацию индивидуального своеобразия человека в его высшем духовном проявлении» [37, с. 5]. Заключение это делается на основании переживания неподконтрольности, малоосознанности обоих процессов.

Автор утверждает, что специфику вдохновения следует искать не в наличии отдельных психологических специфических компонентов, а в целостно-личностной реакции, на восприятие, воссоздание действительности. Природу вдохновения следует, по ее мнению объяснять через понятие установки.

Во-первых, следствием такого взгляда является попытка рассмотреть эмоциональность восприятия. Человек видит мир как бы через призму своей эмоции, вследствие чего он приобретает интегральность и обобщенность. Это составляет не только характерную черту мировосприятия во время творческого озарения, но и как вообще сопутствующую по жизни творчески активным субъектам. (Например, Бунину, Чехову, М. Шагалу).

А, во-вторых, автор рассматривает вдохновение как синтез когнитивных процессов - «результирующую» памяти, воображения, интуиции. Оно рассматривается через индивидуальность творца, которая объединяет различные процессы: волю, интуицию, память, внимание.

В связи с таким пониманием вдохновения, можно сказать, что оно является не первопричиной творческого процесса, а результатом сложного отношения художника с действительностью, определяемого направленностью личности.

# Творческая одаренность как способность к особому видению мира

Некоторые из теоретических взглядов Бабаевой Ю.Д. и ее коллег [3] оказываются весьма полезными для прояснения более точного понимания как самих феноменов творческих переживаний, так и их природы.

Ими рассматриваются особенности детского художественного творчества, детского восприятия мира и свойства произведений уже зрелых художников и особенности процесса их творчества. Делается основной вывод о том, что в детском восприятии мира заключена предпосылка художественного восприятия мира, художественного «отношения к жизни», а также проводится аналогия между состоянием художника во время вдохновения и детским взглядом на мир.

Это выражается в том, что «в моменты зарождения замыслов» художник «не чувствует себя ограниченным существом, отдельным от чуждого ему внешнего окружения, от других людей, от природы, от мира в целом. Наоборот, он чувствует, что глубочайшим образом сопричастен, одноприроден всему в мире. Предметы и явления воспринимаются не как безгласые вещи, не как объекты, из которых можно извлечь какую-то пользу, во всем он открывает (не выдумывает, а именно открывает) самоценную внутреннюю жизнь» [3, c. 193].

Таким образом, в моменты творческих состояний сознание художника имеет черты детского сознания, перечислим их: неразделенность субъекта и объекта, которая внутренне переживается как «сопричастность» и все с ней связанное, ориентация на внешние признаки предметов, анимизм, все со всем связано, вывод о свойствах предмета по эмоциональному первому впечатлению, синестезийность восприятия. Можно заметить, что в моменты творческого восприятия художник обладает некоторыми характеристиками детского сознания (мышления), по Пиаже [34]. Однако подчеркнем, что при этом не идет речь о регрессе мышления на более ранние ступени развития.

Во-вторых, авторы подмечают интересный феномен: часто ребенок бывает очень одарен к какому-нибудь виду искусств, но проходит детство и эта одаренность проходит. Т.е мы имеем некоторую возрастную талантливость. Утверждается, что она, как волна, накатывает почти на всех детей.

В статье О.В Гордеевой [16] приводится мысль Л.С. Выготского, о том, что на протяжении жизни от детства к взрослости у человека меняются системные основания сознания: «Он развивал идею различных центрообразующих факторов на каждом этапе онтогенеза, воплощенную в представление о существовании в разных возрастах своей доминирующей функции, вокруг которой выстраиваются и которой подчиняются все остальные» [16, c. 135] Опираясь также на мысль о том, что в каждом возрасте существует как бы свое состояние сознания, которое меняется так медленно, что мы этого не успеваем замечать, мы делаем вывод, что «волна талантливости» сопутствует как бы глобальному детскому состоянию сознания. Т.е. ее наличие и некоторые черты детского сознания идут неразрывно. Вместе с этим утверждается, что и состоявшиеся взрослые художники обладают чертами детского сознания в минуты вдохновения. Значит вдохновение, по крайней мере, у художников, мы можем расценивать как кратковременный приход детского, несвойственного взрослому, а значит измененного состояния сознания. Более того, эти черты детского состояния сознания позволяют создавать настоящие произведения искусства.

Следующей идеей авторов является утверждение о том, что многие успешные деятели в одном виде искусства достаточно успешны и в других видах. Это они объясняют тем, что: «на разных этапах творчества и в любом виде искусства художнику необходимы разные виды способностей, соответствующие фактически всем видам искусства. К примеру, «для того, чтоб вжиться в образ героя живописцу, писателю и композитору, необходимы актерские способности...» [ 3, с. 262].

Таким образом, делается вывод, что существует общее основание способностей к разным видам искусства - «феномен одаренности к искусствам». При этом есть и симптомы: «характерные действия и умения, в которых как бы запечатлены, через которые выявлены глубинные основы одаренности к искусствам». Симптомы непосредственно не выводятся из феноменов, они скорее определяются формальными характеристиками вида данного искусства, включают в себя специальные навыки, умения.

Этот феномен опирается на 3 основания. Это три особенности свойственны сознанию как у людей уже заявивших о себе в искусстве, так и сознанию детей.

1) чувство целого может проявляться как «возвышенное умонастроение, как владение сутью мировой тайны» у поэтов, «неизъяснимое словами предощущение будущей работы» у художников.

Психологически, это чувство целого переживается как особого рода творческое состояние. В воображении и памяти его работа проявляется не только как способность схватывать целое раньше его частей, но также как способность домысливать в деталях то смысловое целое, частью которого она является. (Тут мы как бы имеем помимо феноменологии мышления еще и очень интересные изменения в области смысла). В принципе каждому человеку это свойственно в той или иной мере, т.к. хотя бы наше восприятие имеет целостный характер. Однако тут имеется в виду нечто другое, а именно - «опережающее интегрирование». Оно имеет, видимо, общий корень с интуицией: «заставляет предвидеть движение событий, направления едва отчетливых изменений, ощущать смысловую неслучайность всего происходящего».

) феномен аконстантности переживается как неповторимость мира в каждый момент времени. Людям искусства, также как и детям удается замечать и фиксировать эти нюансы. З счет этого они достигают свежести восприятия. «Обычный» человек более ориентируется на существенные, независимые от ситуации признаки (например, снег всегда белый) и за счет этого его картина мира более постоянна и одновременно более ригидна. Аконстантность питает и стимулирует творческое воображение.

3) идеомоторный феномен понимается как непроизвольный переход представления в движение. Именно этот механизм лежит в основе выразительности искусства. Т.е. у художника мысль, слово, чувство мгновенно находят свое выражение в движении руки с кистью, например. Однако существуют связи и в обратном направлении: чувствительность к смыслу, скрытому в каждом выразительном движении. Возможно, от этого зависит тяга к художественному самовыражению: не может у творческой натуры смысл и чувство оставаться без движения.

Сделаем вывод: способность к разным видам творчества рассматривается как способность переживать в творческой деятельности (а может и по жизни в целом) такие состояния, которые обладают характеристиками детского сознания. Эти характеристики сознания будут одинаковыми в различных видах творческой деятельности. Но при этом будут и такие черты, которые будут специфическими для разных видов творческой деятельности.

Итак, мы рассмотрели различные идеи о природе изучаемой нами реальности в направлениях, которые не разрабатывались в рамках проблемы исс. Однако, обращаясь к ним, мы получили информацию о множестве различных феноменов, характерных для творческих состояний сознания. Основываясь на этой информации, мы продолжили поиск феноменов, с целью проверить гипотезу о возможности включения творческих переживаний в разряд ИСС. Результатом этого поиска, проходившего на материале психологической и непсихологической литературы, явился большой список феноменов, затрагивающих изменения в работе многих психических функций.

Он представляет собой классификацию признаков изменения психических процессов в творческом состоянии сознания. Конкретизация изменений по каждому признаку представлена в виде конкретных феноменов.

1.3 Список феноменов «вдохновения» как ИСС

I. изменения в мышлении

*A.* сложности при попытке контролировать процесс мышления, (невозможность не думать о своем творческом проекте, даже если необходимо заниматься другими делами)

*B.* изменение субъект-объектных отношений (возникновение ощущений, что идеи появляются в голове сами собой, ощущение наблюдения со стороны за своими мыслями и т.д.)

*C.* легкость мышления, отсутствие усилий [26]

*D.* Часто неосознаваемое или не полностью осознаваемое течение мыслей [50, 53]( переживается как частичное или полное неосознавание цели мышления)

*E.* Частое неосознавание операциональной стороны мышления при ее сохранности [26]

*F.* Частое неосознавание целей мыслительной деятельности, при сохранности целеполагания [36]

*G.* Ускорение темпа мыслительной деятельности или ощущение такого ускорения [26, 42]

*H.* (дубль в восприятии) повышение живости, яркости, устойчивости образов, которые переходят границу реальности, но при этом находятся не во внешнем для индивида пространстве, а во внутреннем: впечатление “кино в голове», возникновение замысла в виде вспышки, навязчивость, неконтролируемость образов и др.) [28, 14, 36)

*I.* Применение актуализированного опыта в творческой деятельности, независимо от его формы (все можно связать со всем) [28]. Идет объединение на основе подобия смысловой и эмоциональной стороны впечатлений: появляется способность черпать новые идеи откуда.

*J.* Наряду с этим встречается отрешенность от всего жизненного опыта, когнитивные процессы проходят без опоры на категории, созданные прошлым опытом [30, 43] также неиспользование прошлого опыта применительно к данной ситуации как показатель истинно творческого мышления(по мнению гештальт психологов)

*K.* Усиление взаимосвязи образного и вербального мышления [14]

*L.* Очень высокий уровень творческого мышления [14, 17]

1. Повышается беглость (получается придумать много идей)

2. Повышается гибкость (получается придумать множество разных подходов к решению)

. Меняется стиль

*M.* Повышение проницательности мышления [26, 14, 36, 53]

*N.* Феноменология инсайта (14, 38, 53]

*O.* Феномен «janusian thinking» [55]: представляет собой способность одновременно осмысливать предмет с противоположных точек зрения (возможно, частично пересекается с феноменами инсайта)

*P.* Феномен «Homospatial thinking» [55]: умение держать мысленным взором одновременно то, что мысль в обычном состоянии схватывает только при последовательном предъявлении)

II. Изменения в работе памяти

*A.* Увеличение подвижности образов и представлений памяти (легкость перехода из ДП в КП) (14, 36)

*B.* Иногда актуализация из памяти таких глубоко запрятанных в бессознательном навыков и информации, что субъект даже не признает их своими [14, 36]

*C.* Непроизвольная актуализация образов памяти [14, 36]

*D.* Навязчивое воспроизведение специфических образов памяти, поддающееся или неподдающееся контролю [38]

*E.* амнезия на свои мысли, действия, поступки, в состоянии вдохновения, а также на действия других людей и окружающую обстановку и др. [39]

III. изменения в работе внимания

*A.* симптом поглощенности [26, 36, 29, 28,]

1. сужение поля внимания на объекте творческой деятельности [20,26]

2. Актуализация постпроизвольного внимания [29, 36]

. острое усиление концентрации внимания на объекте творческой деятельности [26,42]

. выпадение из поля внимания всего, не относящегося к творческой деятельности (отрешенность) [26, 42]

*B.* невероятная устойчивость внимания, понижение отвлекаемости [42, 10]

*C.* точный выбор направления фокусировки внимания [36]

1. феномен «пустоты»[38].( Чтоб пришло вдохновение, надо некоторое время ощутить некую «пустоту в своем сознании»

IV. Изменения в восприятии

A. восприятие одновременно целостно и конкретно (полнота восприятия) [3, 29]( предмет (мелодия, слово, жест) кажется прекрасным в своей конкретности и одновременно является частью чего-то более общего, более целостного, более высокого)

B. часто встречается “чистое восприятие объекта”, безотносительно к категориям прошлого опыта, эмоциональной нагрузки, в отделении от личностного смысла и социального значения [ 43,29](вещи воспринимаются, как будто видятся впервые без всякого мнения о них или отношения к ним, ощущение будто предмет творчества один во вселенной и кроме него ничего не существует и т.д.)

C. возможно предвосхищение наступления ИСС-в. Появление галлюцинаций, соответствующих по тематике предмету творческой деятельности, при общем истощении организма [14.38]

V. нарушение в ощущениях (гиперестезия/ гипоэстезия, синестезии ) [38]

VI. изменения в эмоциональной сфере

A. повышение эмоциональной возбудимости и повышение интенсивности переживаемых эмоций

*A.* нарушение произвольного управления эмоциями[26]

*B.* уплощенный эмоциональный тон[26]

*C.* Уменьшение тревожности, снятие переживания фрустрированности [14, 30,36, 53]

*D.* эмоциональный подъем, увеличение количества положительных, особенно эйфорических эмоций (радость, счастье, космическое блаженство, восторг и т.д.)[26, 42, 36, 10, 38, 53]

*E.* ощущение возникновения необычных эмоций [28, 53] (глубоких н

*F.* Активное сопровождение мыслительной деятельности интеллектуальными эмоциями[55, 26, 42, 36].(радость открытия, в процессе творчества начинают чаще удивляться)

*G.* Яркое эмоциональное предвосхищение результата, эмоциональное определение области поисков [44, 36] (ощущение правильного пути)

*H.* Повышенная эмоциональная погруженность и вовлеченность в содержание творческого процесса[42, 36, 28]

*I.* Иногда испуг от неожиданности и внезапности переживаний [29]

*J.* Ощущение переживания слишком сильных эмоций [26, 42, 29, 38]

VII. Воля утрата ощущения волнения [36]

VIII. Способности :

A. субъективное ощущение актуализации всех способностей человеческого организма [14,36]

B. увеличение трудоспособности

С. Ощущение появления у себя новых, необычных способностей, новых способностей, паранормальных способностей (дубль к изменению в самосознании) [10,14,38] (ощущение сверхконтроля над ситуацией, ощущение появления у себя способностей к ясновидению и др.

IX. продукт деятельности иногда не признается своим [14,36]

Х. мотивационный компонент творческой деятельности резкое усиление власти мотива над человеком [26, 36] (ощущение особой готовности к творчеству, неспособность заниматься чем-либо, кроме него)

ХI. повышение энергетического уровня

A. ощущение резкого усиления энергетической подпитки всех психических функций [14]

B. потеря сна [42](сложности с засыпанием, способность подолгу обходиться без сна)

XI (a) Ощущение легкости творчества [26], (иногда субъект в последствии не понимает, как такая тяжелая работа давалась с такой легкостью)

XII. Трансформация смыслов

A. Специфическое отношение к самой творческой деятельности [36,29,26,3]

1. ощущение, что в этот момент не может быть ничего важнее творческой работы дела

. отношение к своей работе, как к своему ребенку

3. смысл всего мироздания видится через призму творческой деятельности

4. человек испытывает большую потребность многим рассказать о своей идее и делает это вне зависимости от их желания слушать

5. работа начинает казаться настолько важной, что человек никому о ней не рассказывает, чтоб «не сорвалось»

В. особое отношение к миру[36,28,38,3,53]

1. начинается ощущение ценности мира самого по себе, просто оттого, что он есть

. появляется стремление максимально «полно» принять реальность

3. восприятие мира как в какой-то степени наделенного сознанием

4. уходит потребность как-то изменить мир, сделать его лучше

5. ощущение будто весь мир стал другим

. возникновение чувства обновления всего мира

. острое ощущение непрерывной изменчивости мира в каждый момент времени

C. особое отношение к объекту творчества и к продукту[30,10,3]

1. сильно повышается ценность того, над чем работает человек

2. восприятие предмета своей работы как в какой-то степени наделенного сознанием

. ощущение, того, что продукт творчества начинает жить своей собственной отдельной жизнью

4. ощущение, что смысл всего мироздания отражается в объекте творчества

D. Специфическое отношение к самому творческому переживанию[29,53]:

1. такие переживания являются очень ценными

2. ощущение что приходящее вдохновение больше и сильнее самого субъекта, благоговение, восхищение им

. ощущение, что в моменты озарения открывается некая истина, которая непознаваема для «обычного человека»

E. возникает особое отношение к тому, что с творческой деятельностью не связано [30, 20]

1. все кроме творческого процесса теряет значение в философском плане

2. человек долгое время забывает есть, пить и отдыхать

. человек забывает о многих мелких делах: позвонить, купить что-нибудь, заехать куда-то

F. Ощущение «правильного пути» (дубль в эмоции и мышление)[38]

Когда я был увлечен творческой работой, я не мог еще ничего определенного сказать о том, что получится, но как-то чувствовал, что все делаю отлично, правильно, идеально и лучше просто невозможно

XIII. изменения самосознания

A. изменение образа я [38, 14, 53, 36] ( появление новой идентичности человека-творца)( ощущение, что становишься совсем другим)

A. Переживание появления новых способностей [38,14,53,36] (В дубль к способностям) (ощущение своей гениальности, всесильности, обладания особой властью)

B. симптомы деперсонализации [10, 38, 53]( ощущение слияния с деятельностью, потеря самоосознавания на высшей точке творческого процесса, ощущения слияния с группой . Ощущения интегративности [14,10,53]

1. ощущение близости с природой, чувствую слитность с ней

2. ощущение сопричастности, одноприроден всему в мире

. ощущение гармонии со всем происходящим

4. ощущение продукта творчества, частью себя

. ощущение себя частью большого целого

6. ощущение себя представителем какого-то более общего мирового сознания

7. ощущение единения со всеми людьми

D. ощущение раздвоения себя: один делает, а другой наблюдает изнутри за всем [38]

E. понижение способности к рефлексии [10]

F. Повышения уровня притязаний [14]

G. Отчуждение части себя и персонализация ее в виде какой-то силы, которая вселилась [26,42,38]. Ощущение того, что человек проникает в свою сущность и познает себя намного лучше, чем в какие-либо другие моменты[10]

I. Идеомоторный феномен [3]

J. Повышается самооценка, более позитивное отношение к себе [29,30,14]. Содержательное изменение Я-концепции в соответствии с содержанием предмета творческой деятельности [38]

1. Ощущение, что предмет творческой работы начинает влиять на настроение, ход мыслей, поступки, образ жизни

L. При воспоминании о моментах творческого влета субъект видит себя со стороны

XIV. Нарушения сознания

A. четкое понимание наступившего сознания как измененного [42,38]. возможность четкого определения момента изменения сознания, изменение сознания в ответ на какой-нибудь внешний знак [38]

C. Симптомы дереализации (моментами субъект перестает понимать, где он находится, все окружающее как бы погружается в туман, мир становится для меня как бы менее реальным и др.). «оглушенность сознания»(человек плохо реагирует на окружающих, до него сложно достучаться)[20]. Ощущение пребывания в 2х мирах. Ощущение обостренности сознания (ощущение более ясного восприятия мира, более осознанного отношения к действительности). Ощущения сверхвосприимчивости, сверхчувствительности [38,26]

XV. Нарушения восприятия времени [42,14,26,36,10,29] (потеря ориентации во времени, снижение способности к оценке временных промежутков, изменения в ощущениях течения времени(нечувствительность к ходу времени, ощущение себя вне времени)

XVII. XVI. Трудности перенесения опыта ИСС в ОСС [14, 39, 53] (трудность в вербальном описании опыта; попытка вспомнить детально момент творческого озарения очень похожа на попытку вспомнить сон; трудностями в попытках выстроить свои переживания и ощущения в логическую последовательность; при попытке рассказать кому-нибудь об этом опыте будет возникать чувство парадоксальности и невыразимости)

Таким образом мы выполнили задачу, необходимую для доказательства отнесенности творческих состояний к измененным. Теперь мы можем утверждать, что существуют творческие ИСС (ИСС-Т).

В соответствии с этим мы можем уверенно применять те знания, которые были получены для ИСС в рамках подходов психологии к ИСС-Т. Поэтому, нам представляется необходимым рассмотреть некоторые из них и выбрать тот, который наиболее удовлетворяет целям нашего исследования. Т.е. выбранная нами концепция должна позволять сравнивать между собой различные ИСС.

.4 Специфика понимания творческих ИСС в разных моделях ИСС

Существующие в западной психологии модели ИСС можно разделить на 3 группы: [25] - континуальные, дискретные и дискретно-континуальные в соответствии с особенностями понимания изменения сознания

1.4.1 ИСС-Т в континуальных моделях

В соответствии с континуальными моделями предполагается, что не существует качественных различий между разными ИСС, всех их, так или иначе, можно расположить по континууму. Рассмотрим некоторые из континуальных моделей.

А. Дейкман. Бимодальное сознание[19]

В его понимании состояние - это состояние всего «человека», всего организма, в котором существуют как психологические, так и физиологические переменные. Такое состояние формируется под «цель». «Цель» эта может пониматься на разных уровнях. Оно представляет собой систему, компоненты которой, как физиологические, так и психологические находятся во взаимосвязи друг с другом, но не являются причиной друг друга. Так что изменяя один из компонентов, можно изменить и состояние, но только в определенных пределах, т.к. состояния обладают устойчивостью в соответствии с балансом мотивационных сил.

Можно выделить 2 противоположных способа (модуса) таких состояний в соответствии с разными «задачами».

«Модус действия - это состояние, организованное, чтоб управлять окружающей средой», «состояние стремлений и энергичных усилий, направленных на достижение личных целей», «создание этого». Его психологические проявления: фокальное внимание, объективная логика, усиление восприятия границ и преобладание формальных характеристик над сенсорными, формы и значения предпочитаются цветам и текстурам.

«Рецептивный модус - состояние, организованное вокруг принятия(восприятия) окружающей среды», «позволение этому быть» Его психологические проявления: рассеянное внимание, паралогические мыслительные процессы, ослабление восприятия границ и преобладание сенсорного над формальным. Дейкман расценивает его как познавательное перцептивное состояние. В его понимании не идет речь о регрессе.

Эти модусы не являются эквивалентами активности/пассивности или первичного/вторичного процессов.

Состояние сознания содержит обычно и тот и другой модус, но его характеристики зависят от преобладания одного из них. В тексте Дейкмана об этом явно не говорится, но мы будем понимать обычное состояние как преобладание модуса действия, измененное как преобладание перцептивного.

По мнению автора на разных стадиях творческого процесса преобладают разные модусы. Первичная и завершающая (критически) стадии - это модус действия. После первой стадии идет отдых, происходит отказ от целенаправленных действий, и в результате наступает инсайт, озарение - переживание, сопровождающееся рецептивным модусом.

Таким образом, мы можем сделать вывод, что вдохновение, как стадия творчества - это состояние сознания, имеющее характеристики, соответствующие второму модусу.

В связи с нашим пониманием творческих ИСС, тут можно рассмотреть еще одно перцептивное состояние, вызванное медитативной «де-автоматизацией». Оно подчинено установке на распредмечивание и пассивное принятие объекта наблюдения. Дейкман определяет его как «уничтожение обычных способов мышления, специальными способами, в которых задействовано внимание». Такая установка зачастую может оказаться средством достижения результата в творческой деятельности, особенно, в художественном творчестве. Это состояние обладает следующими характеристиками: усиление живости и богатства перцепта, представление об объекте, как о живом, ослабление чувства отдельности от предмета, слияние и изменение способов обычного восприятия (синестезийность), чувственные признаки объекта, не имеющие обычно большого значения усиливаются и приобретают тенденцию к доминированию.

Концепция Э. Фромм

В соответствии с ее подходом состояния сознания также располагаются по континууму от первичных процессов ко вторичным. Первичный процесс характерен для бессознательного, ему соответствуют невербальное образное мышление, двусмысленность, нечувствительность к логическим противоречиям, стремление к незамедлительному удовлетворению побуждений, большую изменчивость чувства, которое стремится к разрядке. Вторичный процесс ориентирован на реальность, ему соответствует логическое словесное мышление.

Э. Фромм считает, что может быть много континуумов, по которым могут быть расположены состояния сознания.

На континууме от вторичных к первичным процессам находятся различные состояния сознания в следующем порядке: нормальное бодрствование, зачарованное бодрствование, свободные ассоциации, фантазии и мечты, легкий гипноз, вдохновение как фаза творчества, состояние при приеме легких психоделиков, средний гипноз, глубокий гипноз, состояния при приеме тяжелых психоделиков, ночные сновидения, психоз. Чем ближе состояние к концу континуума, тем больше в нем преобладают первичные процессы и тем более измененным оно является.

В соответствии с нашим пониманием ИСС в творчестве, «зачарованное» бодрствование и мечтание, в таком виде, как они описаны у Э. Фромм можно тоже отнести к творческим ИСС. Опишем кратко характеристики этих состояний.

«Зачарованное» бодрствование (например, увлеченное прослушивание музыки) характеризуется очень высокой концентрацией внимания на предмете деятельности, выпадением из поля внимания того, что к этой деятельности не относится, исчезновением для субъекта четкой границы между реальностью и нереальностью, фантазией. Это состояние полностью подчинено законам вторичного процесса, первичный только начинает появляться.

Мечтание: нет ориентации на реальность, происходит неузнавание привычных объектов, воображение находится в форме визуальных образов. Мечтание может частично управляться мечтающим, тогда оно будет более подчинено законам вторичных процессов, чем первичных.

Вдохновение как фаза творчества: возрастает настороженность (бдительность, готовность) и усиливается способность работать скорее с предсознательными и бессознательными процессами. Но в этом состоянии первичный процесс не является доминирующим.

Фишер. Картография внутреннего пространства[12]

В основе состояний сознания, по мнению Фишера, стоит мозговая активность, измеряемая частотой и амплитудой волн.

Его континуальная модель имеет форму незавершенной снизу окружности. На самой верхней ее части находится Обычное бодрствование. С этой вершины можно «скатываться» в исс, т.е. погружаться в глубинное «свое», по 2м направлениям. Одно из них представляет собой континуум «расслабление - медитация» и находится под контролем парасимпатической нервной системы, другое - «восприятие - галлюцинация», идет в сторону активации и контролируется симпатической нервной системой.

Первому склону соответствуют различные состояния медитации, в которых состояние меняется от плавающего к отрешенному. Второму в порядке усиления активации: творчество, тревога, острое шизофреническое состояние, кататония, мистический экстаз, которым соответствует изменение состояния от бодрствующего к сверх бодрствующему до экстатического.

Творческое ИСС возникает в результате увеличения активности мозга за счет появления творческой задачи или вызывается эстетическим восприятием пейзажа, музыки, цвета и т.л. Предполагается, что в таком состоянии очень легко происходит выход необходимой информации из подсознания в сознание.

Состояние мистического экстаза, как нам кажется, тоже может возникать в процессе творчества или даже возникать результате творческого процесса. Особенно мы укрепились в этом мнении, после проведения экспериментальной части нашей работы. В таком состоянии «сознание обращено внутрь, неподвижно и находится вне времени, направляемое просьбой или молитвой к одному центру», «это состояние абсолютной уверенности, отвергающей всякую проверку» [12,с.158]

С.Mc Laughlin[53] предлагает нечто вроде концепции, объясняющей феноменологию, используя представления о мерности пространства.

В основу своей концепции автор кладет идею ХХ века о том, что мы живем в четырех мерном пространстве, четвертым измерением которого является время. Он утверждает, что трехмерность и четырехмерность - это не 2 разных способа существования реальности - это 2 разных аспекта одного и того же существования. И тот, который выходит на 1 план, зависит от способа восприятия наблюдателя, а не от свойств самой реальности. Под разными способами восприятия реальности Mc Laughlin понимает состояния сознания, расположенные на континууме Р.Фишера [12], где высшая его точка соответствует «нормальному» восприятию или по словам автора «переходному к четырехмерному». Чем дальше мы двигаемся по континууму, тем более «четырехмерным» становится наше восприятие

Чтобы попасть на уровень четвертого измерения, необходимо, чтобы временной промежуток, который мы субъективно оцениваем как 1 момент и длящийся примерно 0,1 сек. увеличился в бесконечное количество раз. Такое изменение восприятия влечет за собой изменение картины мира: он выглядит унитарным, в нем нет ни конца, ни начала, в нем нет ничего, что могло бы начаться и завершиться, следовательно, нет ничего отдельного.

Понимание творческих состояний сознания с точки зрения изменения восприятия по шкале мерности дает возможность объяснить некоторые его феноменологические характеристики. Но здесь мы просто перечислим их: всепроникающее чувство недифференцированного единства, чувство «более реальной» реальности, трансцеденция времени и пространства, экстремальные позитивные и негативные эмоции, чувство сакральности, восприятие и переживание парадокса, чувство невыразимости.

Обобщая, можно сказать, что во всех этих моделях творческие состояния сознания представляются лишь количественно отличными от других состояний сознания. В этом случае определяющими их характеристикой может лишь быть положение на континууме относительно других состояний. Нам кажется, что такой подход, возможно, теряет самую важную информацию о творческих ИСС, а именно их качественное отличие от остальных. Концепция К. Мартиндеила лишь известна нам, как континуальная из работы Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Россохина А.В.[25]

## 1.4.2 Дискретная модель ИСС

В этом случае предполагается, что при переходе к ИСС совершается качественный скачок, поэтому новое состояние сознания нельзя определить по отношению к предыдущему только как количественно отличающееся. При переходе на другой уровень совершается базовая перестройка всех психических процессов.

Сюда относится системный подход Ч. Тарта[40] Мы предлагаем достаточно подробное изложение этой модели, т.к. будем опираться на преставления автора в обосновании нашей гипотезы и при осуждении результатов исследования. К тому же его подход позволяет нам говорить не только о количественных, но и о качественных различиях не только между видами исс, но и в пределах одного вида, что как раз соответствует целям нашей курсовой работы.

По функциям сознание представляет собой орудие, предназначенное для взаимодействия с внешним миром. Функции его могут быть дифференцированы, одни могут хорошо срабатывать в одних ситуация и быть бесполезными и даже вредными в других ситуациях.

По структуре сознание представляет собой систему элементов (психических функций). Система может быть разобрана на составные элементы, однако в собранном виде эти системы работают, как единое целое.

Чтоб разобраться в системной конструкции Тарт предлагает рассмотреть следующие пункты.

Существует базисное осознание, которое может управляться произвольным образом - «внимание-осознание»

Существуют относительно устойчивые и непрерывные структуры психической деятельности, (очень похожие на описание высших психических функций у Л.С. Выготского) работающие для получения и преобразования информации различного рода.

Каждая психологическая структура обладает своими неповторимыми особенностями, которыми определяются и ограничиваются способы взаимодействия структур. Значит, если мы перегружаем и выводим из строя, качественно изменяем одну структуру, то за ней должна разрушиться и вся система. Но этого не происходит, т.к. существуют сдерживающие силы.

Психологические структуры и способы их взаимодействия, насаждаются и воспитываются культурой и обществом, что в определенной степени ограничивает варианты взаимодействия различных структур и элиминирует развитие других, в обществе не задействованных.

Состояние сознания Тарт определяет, как «содержание чьей-нибудь психики в ограниченный промежуток времени». Далее он вводит еще 2 понятия

«Дискретное состояние сознания» (ДСС) - «уникальная динамическая структура или совокупность психических структур, определенная активная система, элементами которой также являются психические подсистемы».

«Дискретные измененные состояния сознания» (ДИСС) - (ДСС), которое отличается от обычного базисного состояния (БСС). ДИСС - это новая по отношению к базисному состоянию система, обладающая, присущими только ей характеристиками; это определенное изменение прежней структуры сознания».

4 типа процессов стабилизируют ДИСС (чем больше их разрушится, тем больше вероятность смены ДСС):

энергия внимания-осознания, отвечающая за активизацию системы поддерживается на уровне требованиями задачи

негативная обратная связь, чтоб структуры не отклонялись от нормы

позитивная обратная связь

стабилизация ограничения - ограничивается работа тех структур, которые могут разрушить данную

Структуры ДИСС обладают индивидуальными различиями, при исследовании необходимо обращать на это внимание. То, что может разрушить систему одного, не сможет разрушить систему другого.

Существуют разрушительные силы, нарушающие стабилизацию старого ДСС, и формирующие силы, отвечающие за сборку новой системы - это психологические и физиологические воздействия. (Отметим: это означает прямую зависимость качества ДИСС от метода индукции и от личностного отношения субъекта к этому процессу)

В каких ситуациях ДСС склонно к разрушению?

Структура системы не соответствует требованиям ситуации

Ситуация слишком стабильна, нет надобности сохранять структуру. Она разрушается

Как разрушающие силы воздействуют на систему?

Разрушают стабилизирующие силы

Доводят психическую функцию до предела и расстраивают ее.

Ступени наведения ДИСС

Устойчивое состояние данного вида БСС, четкое отделение от психологических функций, а значит и возможностей, которые недостижимы в данном состоянии сознания (предположим, что они в бессознательной сфере)

Действуют большие разрушающие силы, они доводят до пределов функционирования старую структуру психических функций. В это время в подсознании начинают интегрироваться незадействованные функции

Грань между двумя видами функций разрушена, формирующие воздействия сильнее разрушающих

Новая, качественно отличная структура уже сложилась, неиспользованные функции вновь за гранью. (Здесь Тарт упоминает, что об изменениях системы можно судить по тому, на сколько изменения затрагивают ее глубину, увеличивают или уменьшают ее) (количественная характеристика).

Далее по Тарту, если мы рассматриваем ДИСС, как специфическое структурное объединение психических функций, то, мы можем рассмотреть множество разных факторов, обеспечивающих всегда немного разную сборку:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Долговременные факторы | Непосредственно воздействующие факторы |  Факторы данной ситуации |
| Индивидуальные физиологические и психологические различия | Настроение | Обстановка |
| Личность человека | Ожидания | События социального плана |
| Навыки обращения к данному состоянию сознания | Желания | Неявные требования ситуации  |

Эта модель позволяет рассматривать ИСС-Т, как состояния, возникновение которых обеспечивается определенной задачей, в нашем случае творческой. Характеристики этого исс определяются достаточно большим количеством параметров, что дает возможность говорить о невозможности возникновения одинаковых ИСС. Такой подход дает нам возможность ставить проблему о зависимости характеристик ИСС-Т от видов творческой деятельности, поскольку мы предполагаем, что в разных видах творческой деятельности действуют несколько отличающиеся долговременные, и обстановочные факторы, которые и будут определять различия в ИСС-Т.

Дискретно-континуальная модель А. Диттриха является чем-то средним между этими двумя моделями. Подробнее см. [25]

Подведем итоги по всему разделу. Существуют разные группы концепций исс. Нами были подробно рассмотрены 2 из них. Взяв за основу континуальный подход, мы бы смогли говорить о единственной характеристики ИСС-Т - его глубине или оценить по положению на континууме относительно других видов ИСС. В связи с этим, принятие континуального подхода, налагает на нас требования количественного изучения ИСС-Т, который представляется нам слишком «бедным» для изучения различий.

Основываясь на позициях, дискретной модели Тарта, которая говорит о качественной неповторимости каждого исс, мы получаем широкие возможности для сравнительных и описательных задач. Т.е. для выявления особенностей феноменологии ИСС-Т в музыкально-исполнительской деятельности и в творческой деятельности дизайнера и для сравнения этих двух ИСС-Т.

Второй момент, который определяет нашу теоретическую позицию - это утверждение о возникновении ИСС в соответствии с задачей. Возможность соотнесения специфики ИСС-Т позволяет нам непротиворечиво опираться на положения двух теорий: теории деятельности А.Н. Леонтьева и системный подход Ч. Тарта[40]. Особенно это важно в связи с тем, что мы изучаем ИСС именно в деятельности, в творческой деятельности.

Третий момент - это мысль Тарта о структуре, системе исс, которая созвучна пониманию строения сознания Л.С.Выготским, культурно-исторический подход которого также является основой нашей работы

.5 Теоретические представления о причинах различия характеристик ИСС в разных видах творческой деятельности

.5.1 Социо-культурные факторы и специфика ИСС-Т

В этом разделе изложение материала будет носить более свободный характер в виде рассуждения и выдвижения гипотетических предположений. Рассмотрение нашей темы с точки зрения социо-культурного подхода, предполагает умение перейти с достаточно абстрактных положений культурной антропологии к более конкретным психологическим.

Логика при рассмотрении этого вопроса должна предполагать переход от проблемы изучения исс в социо-культурном аспекте, к проблеме социо-культурного аспекта исс в творчестве и еще уже к проблеме социо-культурного аспекта исс в разных видах творчества. В основном, придерживаясь ее, позволим себе несколько вольный, рассуждающий стиль изложения.

В рамках культурной антропологии к изучению исс пришли через проблему нормы и патологии в разных культурах. Этот вопрос возникал на уровне индивидуальном как вопрос о психических заболеваниях, так и на общественном уровне как вопрос о нормах и ценностях, принятых в обществе [5] При анализе многих полевых исследований выяснился такой факт: в различных этнических обществах их представители периодически попадали в специфические патологические (с точки зрения нашей культуры) состояния, сравнимые, например, с истерическим психозом. Одновременно с этим такие состояния нельзя было назвать патологическими, т.к. они несли позитивную функцию для членов общества, например, предсказание будущего, психотерапевтическую функцию. «Как показывают исследования антропологов, подобные состояния встречаются в религиозном контексте в 90 % обществ из 488, а у американских индейцев в 97» [5, с. 233]. Получается то, что в рамках одной культуры считается патологией, в рамках другой - норма. Не будучи приверженцами релятивистского подхода и учитывая масштабы распространенности присоединимся к мысли автора о том, что, конечно, такие состояния патологией считать нельзя. Их стали называть «измененными», «альтернативными», «пограничными».

Впадение в эти состояния часто происходило намеренно, целенаправленно и под контролем культурных норм и ценностей, а именно в форме ритуала, который задавал не только внешнюю форму всего процесса, но и определял структурные и функциональные характеристики исс. Таким образом, эти ИСС можно было назвать культурно структурированными.

Во-первых, культурой фиксировалось содержание исс. Приведем в пример эксперименты Уолласа [32]. Он сравнивал воздействие пейотля на белых и индейцев. У последних пережитые видения соответствовали культурной концепции их общества, были у всех более менее одинаковымы. У белых не было какого-либо общего содержания исс, они переживали бессистемную смену эйфории и депрессии, т.к. они не принадлежали к культуре индейцев, и не разделяли их верования.

Культурой определяется сама структура исс. Т.е. в переживаниях индейцев она была, их поведение в таком состоянии соответствовало нормам культуры. У белых структуры исс не было и в поведении замечалось снятие социальных запретов культуры.

У белых не было возможности обратиться к какой-либо культуре переживания ИСС, т.к. ее просто не существует в современном обществе в таком виде, как она представлена в обществе индейцев.

Существует «ритуальная» форма протекания ИСС, она обладает следующими чертами [5]: отличием от «рациональной» практической активности, стереотипность, повторяемость, воспроизводимость.

Культура определяет функции ИСС. [5, 16, 27]

1) психотерапевтическая: улучшение здоровья, самочувствия, излечение заболеваний(и психических в том числе), контроль боли.

2) Получение нового опыта и новых знаний о себе, о взаимоотношении с миром, другими людьми, источник вдохновения, усиление эстетического описания, приобщение к культуре через усвоение социального опыта

) Социальные функции: обеспечивают групповую сплоченность, включаются в ритуалы инициации, которые обеспечивают идентификацию с определенными социальными и возрастными группами при вхождении в них, снимают конфликты между требованиями социума и желаниями отдельного человека и облегчение идентификации с определенной профессиональной ролью [27]

Поскольку в разных культурах существуют разные ритуалы, которые оформляют переживание исс, то в разных культурах мы можем видеть разные по форме, содержанию и функциям виды исс. Этой проблемой занималась Э.Бургиньон. Она выделила 2 типа транса [9]: транс одержимости и транс-путешествие. В первый из них входят только женщины, он переживается так, как будто телом овладел какой-то дух, и проявляет себя через него, при этом полностью теряется контроль над собой и теряется память о происходящем. Другой вид переживается как путешествие в другой мир, человек в это время пассивен, но психические процессы проходят на сознательном уровне, он себя контролирует, а память о пережитом всегда сохраняется. Подробнее об этом cм [9]

Культура также задает и параметры по которым одно состояние отличается от другого, а в частности «измененное» от «обычного» [16], например в некоторых культурах не предполагается как такового отличия сна от бодрствования.

Итак, подведем итоги, повторим еще раз: в социальной культуре традиционных обществ надындивидуально зафиксированы характеристики исс в их самом широком понимании.

Итак, в традиционных культурах существует множественно надындивидуально фиксированных внешних и внутренних способов овладения своими психическими функциями, например завязывания узелков на память. В случае исс мы видим такое же стремление овладеть исс с помощью культурных средств, которые в частности выражаются в форме ритуала [16]. Это явление вносит вклад в гипотезу Гордееовй О.В. о существовании, по аналогии с высшими психическими функциями двух видов ИСС, высших ИСС (ВИСС) и низших ИСС (НИСС). ВИСС представляют собой определенные способы организации душевной жизни, в которых структурирующим и конституирующим их началом у отдельного человека выступает социальный опыт, а также установки и ожидания (но о них позже) ВИСС, как и ВПФ социальны по происхождению, опосредованы по строению, произвольно вызываемые, управляемые и должны быть «сознаваемы». «Осознанность» в исс приходит с опытом, во многих культурах существуют даже специальное обучение этому.

Мы видим, что для управления исс используются различные «стимулы-средства», но в то же время исс само в какой-то мере сознательно используется как «стимул-средство» для определенных целей, например, для облегчения вхождения в определенную социальную роль. Мы предполагаем, что таким же образом ИСС-Т можно считать как бы вспомогательным средством для достижения творческих результатов. Даже предположим, что многие исс, если они сознательно или неосознанно используются как средство достижения творческого результата или как средство оптимизации творческой деятельности являются тем, что в обществе называется вдохновением. Это предположение возникло в результате бесед с испытуемыми, оказалось, что они могут массу разнообразных исс, будь то бред при высокой температуре или состояние нервного срыва, использовать в творческих целях.

Как указывает Белик [4,5] в современных обществах тоже существуют исс. В современном обществе есть потребность в исс. В соответствии с ней происходит распространение в западном обществе восточных религий, различных медитативных практик, появляются коллективные формы, даже иногда ритуалы, вхождения в исс, например, в той форме, в которой проходят рок концерты.

ИСС выполняют функцию восполнения недостатка в проявлениях эмоций и общении в современном обществе, а также раскрепощают поведение, давая человеку возможность на маленький бунт против моральных предписаний и ценностей, зафиксированных в культуре.

В отношении современных обществ, как нам кажется, мы можем говорить о существовании субкультур, которые характеризуются использованием исс в креативных целях, чаще всего это творческие субкультуры.

В качестве примера мы можем говорить о субкультуре писателей и поэтов эпохи Романтизма. Как известно, у многих из них была зависимость от опиума. В то время он использовался как успокаивающее средство, его даже давали маленьким детям, он был крайне дешев и распространен. Многие в этой ситуации были наркоманами не по своей воле, но только английские писатели и поэты стали использовать ИСС, вызываемое опиумом в творческих целях. Помимо наркотиков, как способ создания творческих исс ими использовался сон. Это слово понималось в таком значении, что было синонимом вдохновению. П. Шелли заговорил о «буйном очаровании ужаса» и, потянувшись за ним, поэты и писатели стали совершенно намерено вызывать у себя ночные кошмары, как способствующие творческому состоянию ума. У.Колридж достиг совершенства в использовании как одного, так и другого исс для усиления эстетического чувства. Он считал, что вдохновение это способ объединения его «day-self» и «night-self». Таким образом, мы можем видеть, что и творческая субкультура может задавать образцы специфических приемов «вызова вдохновения», ситуации его возникновения, возможные его виды, представления о его природе функциях и структуре, даже форму протекания. В случае Колриджа, эти образцы интериоризируются и образуется индивидуальная культура ИСС. [52]

Нам представляется, что, по крайней мере, в пределах нашей западной культуры, мы можем говорить как об использовании исс в креативных целях, так и использовании творчества для создания исс. Это такие субкультуры искусства, которые объединяют творца и его публику, например музыканта-исполнителя и зрителей, которые ходят на его концерты; художника, который пишет картины и тех, кто ходит на его выставки; дизайнера, который создает коллекцию и тех кто ходит на показы и в результате носит эту одежду.

Какое место в этих творческих субкультурах занимает ИСС? Попробуем пока интуитивно это объяснить. Искусство в нашем обществе во многом по форме выражения, по функциям, по включенности в социокультурный аспект, в некоторых своих проявлениях занимает то же место, что и культура исс в традиционных обществах. Искусство - это та же культура ИСС, но только на другом уровне. Однако в ней все же можно найти признаки ритуала. Возьмем сценическое искусство, например, театральное: собрались зрители, приготовился актер-«шаман» и все время, пока идет представление, они все вместе погружаются в ИСС. Причем, главное, чтобы образ и смысл, который пытается передать актер, в основных чертах перешел к зрителю. Возможно, стоит обобщить, ИСС актера переходит в исс зрителя. Видимо, происходит это по типу социального заражения. Надо отметить, что сюжет представления, его форма, способы поведения, а также что и как там надо чувствовать - все воспитывается культурой столетиями и с самого детства. Зачастую зрители даже досконально знают сам текст, произносимый со сцены. Все это напоминает ритуализированное действо. А в несценическом искусстве, возьмем фотографию, например процесс заражения ИСС разделен пространством и временем, т.к. процесс создания произведения искусства и его восприятие разделены во времени и пространстве.

Таким образом, подведем итоги. Социально-общественная культура во многом задает форму, структуру и содержание исс. В современном обществе тоже может существовать культура ИСС. В нашем случае мы говорим о субкультурах, воспитываемых на причастности к творчеству и искусству. Разные виды творчества через воспитание разных субкультур влияют на специфику переживания исс.

В современном обществе нет необходимости задавать внешние способы управления психикой, они уже давно интериоризированы. Поэтому, в соответствии с мыслью О.В. Гордеевой, для нашего общества более характерны индивидуализированные ВИСС, в которых форма, структура и содержание также определяются культурой, но индивидуальной, подчинены целям, но индивидуальным. Образцы субкультуры исс могут быть интериоризированы, но при этом могут вступать в противоречие с личной культурой. В этом случае характеристики переживания ИСС в пределах какого-то одного сообщества будут настолько похожи, насколько они приняты самой личностью. Соответственно, даже в пределах одной творческой субкультуры характеристики переживаемых исс будут на каком-то уровне различаться от человека к человеку. Это отличие будет определяться, различием индивидуальных культур.

Оговорив это, выдвинем гипотезу.

Гипотеза №2

Существование различных для каждого вида творческой деятельности «внешних» характеристик исс: приемов и способов вхождения в исс, ситуаций, в которых это происходит, внешней форме протекания исс, видов переживаемых исс, представлений о природе, структуре и функциях этих состояний.

Итак, нами была освещены факторы, которые могут определять «внешние» характеристики ИСС-Т. Теперь перейдем к проблеме факторов, которые могут определять специфику структурных и содержательных характеристик ИСС-Т.

.5.2 Фактор установки и характеристики ИСС-Т

Нам представляется возможным рассмотреть установку как один из возможных факторов, определяющих различия феноменологии разных ИСС-Т в соответствии с гипотезой о существовании ВИСС и НИСС [16], уже упоминавшейся нами ранее. «Низшие ИСС(НИСС) представляют собой нецеленаправленное случайное изменение состояния сознания, наступающее в результате дезорганизации «обычного» состояния сознания и характеризующееся хаосом, отсутствием структуры психической жизни»[16, c 136]. «ВИСС представляют собой определенные способы организации душевной жизни, кроме социального опыта структурирующим и конституирующим их началом у отдельного человека выступают установки и ожидания»[16, c. 143]. Они обеспечивают достаточную стабильность ВИСС по сравнению с НИСС.

Приведем ряд примеров влияния установок на структуру и содержание висс.[16] Во-первых, это влияние положительных или отрицательных эмоций на знак переживаемого состояния. Известно, что при приеме наркотиков можно пережить, как достаточно эйфорические состояния, так и «bad trip». Также были получены данные, что в условиях сенсорной депривации, которая обычно производит достаточно негативное влияние на состояние человека, были такие личности, которые даже не хотели покидать камеру, потому что испытывали приятные переживания. Это были те, кто был способен расслабиться отдаться ситуации. На формирование установки влияет предшествующий опыт. Гордеева О.В. приводит мысль Mogar’а о том, что в состоянии исс определяющими для него становятся не ситуативные переменные, а «целостный психосоциальный контекст», его «связь с личностными, в первую очередь, установочными переменными»[цит. по 16]. Т.е. само, возможно не осознаваемое желание, изменить как-то свое состояния сознания, и в частности цели такого изменения могут влиять на структуру и содержание исс в творчестве.

Итак в ВИСС существует определенная организация психического функционирования, направленная на решение задачи [40,16],в то время как в НИСС наблюдается отсутствие структуры, хаос, распад деятельности. Для дальнейшего хода мысли необходимо рассмотреть эксперименты Тихомирова, Райкова и Березанской по изучению детерминант мыслительной деятельности.[43] В этих экспериментах с помощью гипноза испытуемому внушался образ «активной творческой личности», известных музыкантов, художников, шахматистов и наблюдалось серьезное улучшение мыслительной деятельности, более креативный творческий подход. Таким образом, мы имеем улучшение продуктивности мышления в исс. В то же время во многих западных исследованиях наблюдалось ухудшение мыслительной деятельности, ее регресс на более ранние этапы, неспособность к критическому мышлению, хотя, конечно, даже при этом не исключалась возможность творческих открытий. Почему же были получены противоречивые результаты? Видимо причиной послужило то, что не во всех случаях испытуемые обладали творческой установкой, не всегда их исс организовывалось в соответствии с творческой задачей. Во время продуктивной творческой деятельности все системы функционирования выстраиваются в соответствии с мотивацией, характерной для творческой личности, с намерением получить новый и ценный результат. Это происходит потому, что ИСС в творческой деятельности является, несомненно, ВИСС.

Значит, нам надо обосновать существование в творческой деятельности установок. Попробуем сделать это.

Рассмотрим понятие «задача творческой деятельности» с точки зрения О.К. Тихомирова [44] на задачу мыслительной деятельности. Вероятно, в творческой деятельности задача может и не всегда осознаваться, но присутствует всегда[6].

Разворачивание творческой деятельности может наступить только в том случае, если творческая задача будет принята, т.е встроится в актуализированную в данный момент мотивационную структуру субъекта. Таким образом, в соответствии с нашим пониманием творческих ИСС, они не могут возникнуть, пока задача не будет принята. Как пишет автор: «Реальное решение задачи - это всегда взаимодействие субъекта и объекта, в ходе которого преобразуется не только задача, но и сам субъект».

Эта мысль о том что деятельность - это способ «объединить» субъект и объект, заставляет вспомнить широко распространенное в отечественной психологии мнение о том, что введение категории деятельности - это способ преодоления «постулата непосредственности», идеи о «непосредственном» воздействии окружающего мира на поведение человека. Эту задачу ставил перед собой Узнадзе. Способ преодоления он назвал установкой. Она представляет собой готовность субъекта к совершению определенного действия или к реагированию в определенном направлении (Узнадзе)[45]

А.Г. Асмолов в своей книге «По ту сторону бессознательного...»[2] ставит перед собой задачу с позиций теории деятельности найти ответ на вопрос о месте и функции установки в деятельности и решает ее. Он выделяет объективные факторы, обуславливающие одновременно существование единиц деятельности (действие, операция) и единиц сознания (смысл и значение). Этими факторами являются мотив, цель и условия осуществления деятельности. Эти же факторы вызывают в структурных компонентах деятельности установки, т.е. тенденции к сохранению направленности этих структурных моментов, на факторы их создающие. Таким образом, мы можем выделить разные структурные уровни установки, которые будут соответствовать разным структурным уровням деятельности, возникать в них. Видимо, мы можем говорить о возникновении в творческой деятельности разного уровня установок (смысловых, целевых и операциональных).

В разных творческих деятельностях, хотя бы на каком-то уровне, задачи (в данном месте непсихологическое понятие) точно будут различаться. А, значит, что и на каком-то уровне установок будут найдены различия. А установки, в соответствии с мыслью Гордеевой О.В. определяют специфику исс. Соответственно в разных видах творческой деятельности различная специфика исс будет определяться различием в установках. На каком уровне будут эти различия, пока не ясно.

Таким образом, в нашей работе мы лишь указываем на существование проблемы зависимости характеристик исс от вида творческой деятельности и в некоторой степени освещаем возможные пути ее решения. Наша работа носит поисковый характер, поэтому на данном уровне мы не будем ставить гипотезу о зависимости различий в ИСС-Т от фактора установки. Ограничимся гипотезой №1 о различии феноменов исс в разных видах творческой деятельности.

Однако в дальнейшем мы хотели бы развивать данную проблему. Поэтому, в случае подтверждения гипотезы, было бы неплохо хотя бы на интуитивном уровне проинтерпретировать результаты, т.е. постараться глядя на них объяснить, чем в творческой деятельности, в творческой задаче, это могло бы быть обусловлено. Чтобы это было возможно, охарактеризуем кратко характер творческих и технических задач, возникающих в рассматриваемых нами видах творческой деятельности

Задача пианиста-исполнителя. [13]

Перед пианистом-исполнителем в первую очередь стоит задача вчувствоваться и погрузиться в неповторимую музыкальную ткань, исполняемого им произведения, т.е требуется глубокое эстетическое восприятие. Для хорошего исполнения надо полностью «вживаться» в произведение. Но этого недостаточно, необходимо уметь передать слушателям то, что почувствовал сам исполнитель. Он должен раскрыть внутреннее содержание, эмоциональную настроенность произведения и ту форму, в которую это содержание и настроенность включены. Пианист должен постигнуть и раскрыть тот образ, который заключен в музыкальном произведении. В этом образе важно не забыть личность автора, не пытаться выразить именно себя.

Работа над музыкальным произведением ставит перед исполнителем много задач, которые в какой степени технические, в такой степени и творческие.

При разучивании произведения, необходимо всегда держать в голове его целостный образ и соотносить с ним получаемое звучание. Более технической задачей является обеспечение гармоничного соотношения главной темы и аккомпанемента, а также умение передать объемно звучание каждого голоса и при этом не потерять основную направленность мелодии в полифонии. Чтобы уметь передать слушателям смысл, который в произведение заложил автор, надо уметь ощущать границы какой-то отдельной фразы и мотива и вместе с тем выстраивать их в одну мелодическую линию. Надо уметь держать в себе ритм произведения. Немаловажным является умение извлечь нужный звук из инструмента, поэтому должно быть соответствие между звуковым образом и движениями и ощущениями рук и всего тела играющего. В обеспечениивсех этих задач, по нашему мнению играет внимание, т.е. исполнитель не может позволить себе расслабиться, т.к. не может отелючиться от техники исполнения, без владения которой невозможно передать музыкальный образ.

Задача дизайнера-модельера. [23]

Существует мнение, что дизайн одежды является одним из самых «быстрых» видов искусства в наше время. Мода отражает стиль жизни и влияет на него. На протяжении ХХ века и то и другое получило тенденцию быстро меняться. Поэтому, основной задачей дизайнера является прогнозирование ближайших изменений в моде. Для этого необходимо уметь улавливать атмосферу изменений в социальных процессах.

В то же время хдизайнер одежды работает с конкретными людьми. Поэтому он должен уметь выполнять 2 несовместимые вещи : хранить индивидуальность клиента, делая одежду оригинальной, при этом держаться направления модных тенденций.

В качестве технических, но в то же время творческих задач можно назвать выполнение эскиза будущей модели и подбор ткани для ее пошива.

Мы сформулировали 2 основные гипотезы о различии феноменов исс в творческой деятельности и о различии внешних характеристик исс в творческой деятельности. За этими гипотезами стоит наше понимание того, от чего зависят характеристики исс. В соответствии с пониманием ИСС как ВИСС, структурирующим началом которых выступает как социальный опыт (1), так и установки и ожидания( 2), различие в феноменологии может объясняться не только спецификой творческой задачи, но и интериоризированными положениями субкультуры. Точно так же внешние характеристики могут объясняться не только интериоризированными положениями субкультуры, особенностями индивидуальной культуры, но и спецификой творческой задачи.

.5.3 Индивидуальные различия и характеристики ИСС-Т

В начале работы нами была обоснована необходимость принять во внимание системный подход Ч.Тарта[40] для изучения особенностей ИСС-Т в разных видах творческой деятельности. В соответствии с этим подходом личностные характеристики тоже могут являться фактором, обуславливающим специфику ИСС. Во многом характеристики творческой деятельности и особенности творческой личности оказывают взаимное влияние друг на друга, изменяют и развивают друг друга. Таким образом, нельзя отделить личностные факторы от деятельностных. По крайней мере, максимально поверхностно и обобщенно можно сказать, что 1) личностные характеристики могут опосредовано через выбор определенного вида творческой деятельности влиять на специфику исс; 2) творческая деятельность как «оформляющая» личностные особенности, может влиять на специфику исс.

Нам представляется необходимым рассмотреть индивидуальный стиль деятельности (ИСД) [21] в качестве определяющего характеристики ИСС-Т, т.к. понятие ИСД заключает в себе идею о взаимовлиянии этих факторов.

Е.А. Климов определяет ИСД - это устойчивую систему приемов и способов, обусловленных определенными личностными качествами, необходимыми для приспособления к объективным требованиям задачи. Другими словами, это набор способов, который помогает наилучшим образом управлять деятельностью. Такими способами могут быть и гностические, ориентировочные действия, и смена функциональных состояний, если они выступают как средство достижения цели - ИСД это «целая система психологических средств, к которым сознательно или стихийно прибегает человек в целях наилучшего уравновешивания своей (типологически обусловленной) индивидуальности с предметными, внешними условиями деятельности» [21]

Становится понятно, что данный вопрос требует умения разбираться в проблемах психологии личности, таких как, например, движущие силы развития личности, одаренность, способности, индивидуальные характеристики, социум и культура в формировании специфических особенностей личности и т.д. В виду сложности этого вопроса мы остановимся на данном этапе его понимания, т.к. не ставим в своей работе цель обосновать зависимость характеристик ИСС-Т от каких-либо факторов, а ставим вопрос о различии характеристик ИСС-Т в разных видах творческой деятельности.

Обозначив свое понимание существования проблемы обусловленности характеристик ИСС-Т не только деятельностными, но и личностными факторами, приведем пример одного из наиболее современных исследований в рамках этой проблемы.[54] В этом исследовании ставился вопрос о том, могут ли предпочтения (не способности) в выборе определенного вида творческой деятельности влиять на склонность переживать паранормальные явления и ИСС. Авторами исследования был получен интересный результат. Основным фактором, определяющим склонность человека часто впадать в ИСС, было обладание таким качеством как «intrapersonal awareness». Т.е .частота переживаемых ИСС зависит от умения осознавать, что происходит во внутреннем мире. Остальные показатели, полученные в исследовании говорили о том, что нельзя делать выводы о связи приверженности к одному из видов творческой деятельности и выраженностью в ИСС особого вида феноменов, например галлюцинаций или гиперчувствительности

Напомним, что в соответствии с теоретическими воззрениями Ч.С. Тарта[40] специфика исс может зависеть от индивидуальных характеристик. Мы в нашем экспериментальном исследовании хотели бы изучить то как изменяются характеристики образной сферы при вхождении в творческие ИСС.

Под индивидуальными характеристиками образной сферы мы понимаем устойчивый индивидуальный стиль кодирования информации, преобладающий способ ментальной репрезентации (вербализация/визуализации).[ 48].

Ментальная репрезентация понимается как актуальный умственный образ того или иного события (субъективная форма «видения» происходящего), «умственная» картина события.[49]

Обоснуем выбор именно этой индивидуальной характеристики. В психологии есть представление о том, что «субъект видит(замечает, выделяет, помнит и припоминает)в мире то, что во многом обусловлено его профессиональной принадлежностью» [22, c. 18) Однако, не понятно что является причиной чего: не исключено, что профессия порождает образ мыслей и мировоззрение, но в то же время, выбирая какую-то профессию, человек выбирает то, что соответствует его складу мысли. Но оставим этот вопрос за скобками.

Сближая понятия «образ мира профессионала» и «преобладающий способ ментальной репрезентации», можно сказать, что в соответствии с мыслью Климова преобладающий способ репрезентации профессионала может соответствовать задачам его деятельности.

Мы в нашем случае мы не определяем строго и конкретно задачи творческой деятельности для каждой группы. Но мы можем интуитивно ожидать, что в наших видах творческой деятельности (модельеры и музыканты) осуществляется запрос скорее на образный, чем на словесный способ кодирования информации. Однако, образный - это значит не только визуальный. Уже следующий вопрос - это вопрос о модальности образа[18].. Можно, конечно представить себе, что у музыкантов будет преобладать аудиальная система репрезентации, а у модельеров визуальная Но мы не знаем, так ли это.

Итак, преобладающий способ кодирования информации (визуализация в образности /вербализация) - это устойчивая индивидуальная характеристика. Специфика феноменов исс, в том числе и творческих исс, зависит от индивидуальных характеристик[40]. Хотелось бы сделать вывод о зависимости характеристик творческих исс от преобладающего способа кодирования информации (визуализация/вербализация). Выдвинем гипотезу №3 о зависимости. Остановимся на гипотезе о соответствии различий в творческих ИСС, различиям в индивидуальном стиле кодирования информации.

Завершая теоретическую часть работы, укажем на то, что проблема специфики исс в творческих состояниях требует не только глубоких знаний по проблеме исс, но также широких познаний в других областях, например, в психологии творческой деятельности, в психологии сознания, психологи личности, психологии мышления и восприятия и умения конвергировать эти знания.

Перейдем к эмпирической части работы.

Глава 2: Экспериментальное исследование характеристик ИСС-Т

.1 Гипотезы

№1 Существует различие специфических феноменов исс в разных видах творческой деятельности.

№2 Существование различных для каждого вида творческой деятельности внешних характеристик исс: приемов и способов вхождения в исс, ситуаций, в которых это происходит, внешней форме протекания исс, видов переживаемых исс, представлений о природе, структуре и функциях этих состояний.

№3 Различия в феноменологии образной сферы соответствуют различиям в индивидуальных системах репрезентации.

.2 Методики

.2.1 Методика структурированного интервью №1

Методика для проверки гипотезы №1о различии специфических феноменов исс в разных видах творческой деятельности.

При создании и подборе методик мы руководствовались мнением о том, что для эмпирического изучения нашей проблемы больше подходят глубокие качественные методы, которые скорее направлены на изучение отдельного случая, а не на получение статистических результатов.

Достаточно распространенным методом сбора информации о феноменологии ИСС является метод самоотчета. В нашем же случае использование метода самоотчета предполагает умение испытуемых анализировать свои творческие переживания, причем не только за какой-то небольшой промежуток времени, а за весь творческий путь. От них требовалось не только умение вспомнить, что происходило, но и попытаться облечь свои переживания в словесную форму.

Для облегчения задачи была разработана анкета-сборник феноменов исс в творческой деятельности. Она создавалась на основе литературы, как научного, так художественного характера (мемуаров, воспоминаний). Тексты были проанализированы на предмет наличия в них информации о признаках и параметрах изменения психической деятельности в исс в различных видах творческой деятельности: у актеров, художников, скульпторов, композиторов, писателей и т.д. Далее этот список был адаптирован для понимания непсихологами и представлялся испытуемым в виде анкеты (см. приложение №1). Предполагалось, что для оценки выраженности каждого феномена будет введена трехбалльная шкала. Выраженность феноменов будет измеряться в баллах.

В процессе разработки данной методики мы столкнулись со следующей проблемой: чтобы выделять различия между двумя группами, сама анкета должна быть построена по дивергентному принципу, т.е. предполагать заведомо больше феноменов, которые может отметить представитель конкретного вида творчества и не отметить представитель - другого. Такой способ больше подходит для выявления качественных отличий в феноменологии. В нашем же случае сам способ создания анкеты изначально противоречил предполагаемым целям, т.е. обширное количество феноменов исс, характерных для совершенно разных творческих профессий (не только для музыкантов и дизайнеров) были сконвергированы в категории более общего порядка. Понятно, что в этом случае набор максимального количества баллов подтверждал бы несколько иную гипотезу, о том, что существует некая базовая основа творческих исс, которая является общей для разных видов творческой деятельности. Однако, вовремя заметив противоречие, мы переделали анкету в структурированное интервью. Это дало нам возможность выявить информацию о более тонких различиях в переживаемых ИСС-Т.

Учитывая замеченные недостатки и сложность вербального представления информации о переживании исс, мы создали следующую инструкцию, которая делает нашу методику более похожей на структурированное интервью.

«Цель нашего исследования - выяснить специфику творческих переживаний. Перед вами список утверждений. Они описывают подробности состояний, которые могут возникать в процессе творчества. Я буду читать вам каждое утверждение, а вы, если заметите в них что-то, что бывает у вас, постарайтесь пояснить мне эти переживания на примере.

Если какое-то переживание для вас достаточно характерно, ставьте напротив пункта«+», если оно бывает нечасто или выражено не так сильно, ставьте «+-», если вы с таким не встречались, ставьте «-».

Этот список находится на стадии разработки, поэтому, если что-то непонятно или кажется глупым, неверным, сразу высказывайте мне свои мысли по этому поводу."

Такая инструкция, во-первых, предполагает извлечение информации о специфике переживания каждого феномена, что позволит потом исследовать качественно переживания исс, а во-вторых, позволяет сразу заметить, различия в интерпретации пункта исследователем и испытуемым (!Сложность вербализации), в-третьих, она учитывает особенности испытуемых. Обычно люди творческих профессий негативно относятся к «каким-то бумажкам» или «тестированиям».

Эту методику мы будем называть структурированным интервью №1.

.2.2 Методика структурированного интервью №2

Методика для проверки гипотезы №2 о существовании различных для каждого вида творческой деятельности внешних приемов и способов вхождения в исс, ситуаций, в которых это происходит, внешней форме протекания ИСС, видов переживаемых ИСС, представлений о природе, структуре и функциях этих состояний (См. Приложение №2)

Для выяснения этой информации для каждого вида творческой деятельности наилучшей нам представляется позиция еmic-подхода, т.е. необходимо взглянуть на явление изнутри самой культуры, т.е глазами самой творческой личности. Поэтому нами была выбрана методика структурированного интервью. Начальным этапом создания методики была проработка статьи Бургиньон [9] о типах трансов. Также как Бургиньон описывает переживание транса, его функции и какие-то культурные теории, мифы с которыми связано его существование как феномена, так же и нам надо поступить в изучении и анализе творческих исс. Мы воспользовались тем планом, в соответствии с которым она описывает разные типы как «культурно структурированные исс». В соответствии с этим планом анализа явления как культурного феномена нами были составлены вопросы для структурированного интервью №2 (см. Приложение № 2). Полученные вопросы направлены на выявление информации о приемах и способах вхождения в ИСС, видах ИСС, условиях вхождения в ИСС, индивидуальных представлений о природе, функциях, структуре ИСС-Т. Также был добавлен вопрос: «Приходилось ли вам хоть раз видеть, как кто-то изображал вдохновение, сам при этом его не испытывая?». Нам представляется хорошим способом узнать о включенности ИСС в социокультурный контекст, через возможность узнать, в какой ситуации и с какими целями оно «симулируется». Наличие самого факта и потребности в «разыгрывании» прихода вдохновения, говорит о том, что обсуждаеиое нами явление имеет социальное значение, ведь игра без зрителей не бывает, а актер формально соответствует их ожиданиям. Когда внутреннего эффекта не происходит, остается лишь соблюдение неких культурных условностей, тогда мы и видим пустую культурную форму.

2.2.3 Методики для проверки гипотезы №3

Для диагностики способа репрезентации нами было использовано 2 методики.

1) Пиктограммы, как способ выявления преобладающей системы репрезентации. Методика была взята по совету М.А. Холодной. Нам представляется, что с помощью пиктограмм можно исследовать не только конкретно образное мышление, в том числе и абстрактно-образное [1] в отличие от абстрактно-логического, но и визуальный способ репрезентации в отличии от вербального. Предполагается, что методика дает задание не только на перевод словесного понятия в образ. Но образ надо еще и нарисовать, т.е. визуализировать. Логика такова: сначала надо перевести понятие в образ (кому-то надо будет делать это специально, у кого-то получится легко), потом надо перевести свой образ (он может идти и на основе запаха, например) в визуальный (кому-то надо будет переводить образ из другой модальности в зрительную, кому-то нет). Все это должно отразиться на динамике исполнения задания, качестве рисунков и качестве воспроизведения.

Давался стандартный список из 14 слов: веселый праздник, тяжелая работа, развитие, вкусный ужин, смелый поступок, болезнь, счастье, разлука, ядовитый вопрос, дружба, темная ночь, печаль, справедливость, теплый ветер.

Инструкция: «Это задание на запоминание, на память. Я назову 14 слов и словосочетаний. Вы должны их как следует запомнить. Для того чтобы легче было запоминать, для каждого слова нарисуйте что-нибудь себе на память. На каждом листочке отдельно. Рисуйте что-нибудь такое, что помогло бы вам вспомнить слово, записывать ничего нельзя».

Предполагалось, что легче всего будут слова запоминаться через образ той модальности, которая преобладает в системе репрезентации. При ярко выраженной визуальной репрезентации абстрактные понятия будут так же, как и конкретные представляться в виде зрительных образов [1].

Если преобладает словесная система, то испытуемому будет сложно перевести информацию в образ, соответственно, мы получим достаточно бедные, однообразные рисунки и бедное воспроизведение.

2) Пиктограммы не передают цвет. Вторая методика представляет собой преобразованный вариант методики Мелик-Пашаева для исследования художественной одаренности детей [31], в которой ребенка просили раскрасить сад доброго или злого сказочного героя. Художественная одаренность здесь понималась как умение в художественной форме выражать содержание, т.е. «неповторимый комплекс идей и чувств, образующий отношение художника к явлению». В частности, методика исследует способность «подчинить цветовое решение задаче выражения содержания». Мы не беремся исследовать творческие способности, но непосредственная задача, которая ставится перед ребенком - это именно то, что нам нужно. Т.е. мы предполагаем, что выражать свои эмоции, мысли, чувства в цвете будут лучше те испытуемые, у которых не просто визуальная система репрезентации, а еще и преобладающим в ней является цвет. Сама форма проведения методики - это представление испытуемому творческой задачи. Т.е. можно сказать, что с помощью нее мы исследуем проявление преобладающей системы репрезентации в творческой задаче.

Однако, наши испытуемые не дети, поэтому опишем преобразованный вид методики.

Испытуемому предлагали читать 2 отрывка текста, один из «Мастера и Маргариты» М. Булгакова, а другой из «Анны Карениной» Л.Н. Толстого (см. приложение № 4). В каждом из них было описано душевное состояние героя, который находился на фоне закатного неба. После прочтения первого отрывка, испытуемому выдавали лист бумаги, кисточки и краски (всем участникам исследования одинаковые) и просили нарисовать небо, на фоне которого происходили переживания. То же самое происходило и со вторым отрывком.

В этой экспериментальной методике сохраняются требования Мелик-Пашаева [31].

) она показывает, обусловлен ли выбор цвета в работе испытуемого задачей выражения содержания, т.к. текст выбранных произведений, как нам кажется, должен находить у испытуемых эмоциональный отклик.

) тексты можно противопоставить друг другу по эмоциональному содержанию: в одном безысходность и яростное отчаяние, в другом на первый взгляд покой и безмятежность, но несколько «подпорченные» невозможностью принять участие в общем веселье.

)задания даны в такой форме, что свое эмоциональное переживание, вызванное текстом, можно отобразить только в цвете. Для этого и были специально выбраны отрывки, где действие происходило на фоне неба. Чтоб нарисовать его не требуется каких-то особых навыков. А это очень важно для нашего исследования, т.к. одна из групп испытуемых - это дизайнеры одежды, которые на достаточно высоком уровне владеют живописью.

) надо придумать способ, который не позволит испытуемому отказаться от использования цвета, потому что «в жизни так не бывает». В нашем случае, именно небо на закате, потому, что там бывают самые невероятные цвета.

Мы не пользуемся способом численной оценки результатов, предложенной автором. Для наших целей достаточно «визуальной» оценки.

.3 Испытуемые

В нашем исследовании принимали участие студенты(пианисты-исполнители) Московской Государственной Консерватории им. П.И. Чайковского, 1курс, и студенты(дизайнеры одежды) МГТУ им. А.Н. Косыгина, 3 курс.

Выбор испытуемых обусловлен их принадлежностью к достаточно различающимся видам творческой деятельности: музыкальной и художественной. Что могло бы нам в дальнейшем упростить поиск различий в специфике исс.

Во-вторых, предполагалось, что студенты этих вузов, пройдя вступительные экзамены, доказали наличие высоких способностей к своему виду деятельности.

В - третьих, наши испытуемые обладали достаточно большим опытом в своем виде искусства: рисовать или играть на музыкальном инструменте они начинали с самого детства.

В - четвертых, нам были необходимы испытуемые из высших учебных заведений, потому что выполнение экспериментального задания требовало от них умений владеть соей речью и точно выражать в ней свои мысли, также понимание некоторых пунктов методик могло быть затруднительным у испытуемых с более низким уровнем образования.

Возраст испытуемых колебался от 18ти до 23х лет. Студенты 1 курса консерватории были ровесниками студентов-дизайнеров, т.к. поступление в консерваторию обычно происходит после 2х летнего обучения в училище при ней.

Всего испытуемых было 9 человек, 4 пианиста (из них 2юноши), это испытуемые №1-№4 и 5 дизайнеров (все девушки). Для уравнивания групп, мы взяли в исследование только 4 из них - это испытуемые №5-№8.

Все участвовали в исследовании по собственному желанию.

.4 Процедура эмпирического исследования

Исследование с каждым испытуемым проводилось отдельно, за один прием. Вся процедура длилась примерно 3-4 часа. Ввиду трудоемкости методик, было бы целесообразно разделить все на 2 приема, чтобы испытуемый не утомлялся и оставался заинтересованным. Но из-за ограничений во времени этого сделано не было.

Сначала испытуемому предъявляли слова для запоминания, дальше следовало структурированное интервью №1 (см. приложение №1). Затем примерно через час делался перерыв на проверку воспроизведения в пиктограммах, затем следовало продолжение структурированного интервью №1, переходящее в структурированное интервью №2 (см. приложение №. 2), примерно через час делался перерыв на выполнение рисуночного задания на «выразительность цвета» и завершалось интервью №2. Таким образом, мы постарались разбить «разговорные» методики рисуночными, чтобы снизить утомление.

Весь процесс исследования записывался на диктофон.

.5 Обработка результатов

1) По методике структурированного интервью №1 производился количественный анализ феноменологии в каждом отдельном случае и создавалась сборная таблица для оценки выраженности феноменов в ИСС-Т( Приложение № 6.)В случае, если была замечена тенденция количественная и нам казалась достаточно обоснованной, мы пытались качественно ее описать

2) по методике структурированного интервью №2, которая ставит перед собой описательные цели, мы группировали ответы по изучаемым нами темам и пытались найти в них отличия для каждой группы испытуемых

) пиктограммы. Рисунки визуально оценивались и классифицировались

) методика на «выразительность цвета» - проходила визуальная оценка изображения

.6 Результаты и их обсуждение

Пример полного протокола исследования см приложение №3

.6.1 Количественный анализ и качественное обсуждение результатов структурированного интервью №1

Для ознакомления с результатами количественного подсчета феноменов см приложние №6.

Выводы о пригодности методики.

Наши испытуемые не только набирали достаточно много баллов, но и представители различных групп набирали удивительно одинаковое количество балов по большинству признаков (данные по группам соответственно музыкантов, художников и максимальное число баллов: 536/584/824). Однако данные результаты в принципе не противоречат нашей гипотезе о зависимости характеристик исс и вида творческой деятельности.

Во-первых, эта методика позволяет определить количественно различие в феноменологии по данному признаку. Если бы величина выборки давала возможность проводить статистическую обработку, вероятно, они бы были обозначены. В нашем случае, позволим себе делать выводы лишь о тенденциях в различии феноменологии, основываясь на «визуальном» анализе баллов.

Во-вторых, методика хоть и на уровне, достаточно поверхностном для нашей проблемы, позволяет выделять и качественные различия. Они настолько грубы, насколько мало дифференцированы наши категории. Осознавая эти ошибки, мы в процессе беседы, задавая испытуемым вопросы более конкретного характера, пытались выявить более тонкие отличия в переживании феноменов.

Характерные особенности ИСС-Т дизайнеров и музыкантов

|  |  |
| --- | --- |
| Дизайнеры одежды | Музыканты |
| Усиление дивергентного мышления | Усиление конвергентного мышления |
| Ненаправленное внимание, выпадение из поля внимания того, что с творческой деятельностью не связано | Ясное, точное, сконцентрированное внимание |
|  | Ощущение актуализации всех способностей |
| Ощущение замутненности сознания | Ощущение обостренности сознания |
| Испуг при резком наступлении исс-в |  |
| Достаточно сильные нарушения в восприятии времени |  |
| Я-концепция меняется в соответствии с содержанием творческой деятельности |  |
| Тенденция не признавать продукт творческой деятельности своим |  |
| Утрата ощущения волнения |  |
| Холодное спокойствие | Яркое эмоциональное сопровождение |
|  | Ощущение власти, всемогущества |
| Специфическое отношение к миру во время исс-в, созерцательное принятие | Специфическое отношение к творческой деятельности |
|  | Ощущение слитности с миром |

Обсуждение результатов

Составим примерную картину различий феноменологии исс-в в разных группах.

В группе музыкантов наблюдалась меньшая выраженность феноменологии исс-в по сравнению с группой дизайнеров

Представим картину феноменов по разным группам

По этим параметрам отличий обнаружено не было:

1. изменения в работе, мотивационной сферы, энергетической подпитке

2. изменения в представлениях о собственных способностях

. трудности перенесения опыта исс в осс

Первое отличие в феноменологии мышления. Как ни странно по показателю повышения уровня творческого мышления музыканты сильно отстают от дизайнеров: 5/11/12. Такое отличие можно объяснить тем, что в данной анкете мы опираемся на дивергентный («гилфордовский») подход к определению креативности [6], который соответствует пониманию креативности у дизайнеров, в то время как музыканты понимают ее скорее в конвергентном «гештальтистском» стиле[6] «...ты понимаешь так и никак иначе... потому, что вот, когда ты слушаешь музыку, особенно гениальную, там вот видишь, что все это так, потому что никак иначе оно быть не могло», «Я считаю, что что, наоборот, надо идти к единственному, неповторимому и правильному варианту», «в такие моменты ты можешь услышать именно твой вариант». Собственно от понимания креативности зависят и ожидания от опыта исс-в, которые и обуславливают его специфику. С другой стороны, данное различие можно объяснить различием самой творческой задачи в разных группах: дизайнерам необходимо порождать множество разных, как шаблонных, так и нестандартных образов (не бывает коллекции из одного платья). Задача музыкантов состоит в поиске одной максимально творческой интерпретации образа, созданного композитором (хорошо бы воткнуть книжку про музыкальное исполнительство).

Также у художников в 2 раза чаще появляется феномен существования одновременно нескольких точек зрения на предмет : «коллекция приходит вся сразу и на подиуме, и туфли, и прическа и лицо, главное потом быстрее все зарисовать». С одной стороны, вроде бы понятно, почему дизайнерам проще это сделать: продукт их деятельности не подчинен временным законам, в то время как музыкальное произведение - это процесс разворачивающийся во времени. И даже единственный случай такого феномена в группе музыкантов не предполагал наложение временных промежутков, а предполагал одновременное восприятие нескольких музыкальных тем.

Феноменология памяти. У художников образы памяти более подвижны, возможно поэтому у них больше информации, хранящейся в бессознательном выходит на поверхность «Это память предков всплывает»; музыканты при воспоминании чаще видят происходящее в процессе творчества со стороны. Обычно - это «какая-то картинка в целом», «какой-то взгляд сверху, со стороны». Интересно, что такой феномен имеет место быть только в связи с концертной деятельностью.

Феноменология внимания. Пожалуй, в этой области больше всего различий между двумя группами. Во-первых, у дизайнеров вообще наблюдается больше феноменов, связанных с работой внимания (24.5/33/36). Во-вторых, для дизайнеров более характерно «концентрированное, но ненаправленное внимание» и «выпадение из поля внимания всего, е относящегося к творческой деятельности». Возможно, что это связано с тем, что музыкальное исполнительство ставит перед человеком достаточно сложную техническую задачу, возможно, более сложную, чем у дизайнеров. Может быть, у студентов первого курса консерватории техника исполнения еще не дошла до автоматизма, поэтому требует постоянного внимания.

Феноменология восприятия. У художников встречается больше случаев повышения яркости визуальных образов и их перехода за границы реальности: галлюцинации и псевдогаллюцинации («тебе надо сшить платье, ты его рисуешь и уже видишь как оно стоит на стене напротив на манекене»). Возникновение феномена можно объяснить влиянием установки на содержание ИСС-Т, потому, что видится в основном «развеска» или будущая коллекция. У музыкантов если и возникает псевогаллюцинации, то слуховые: «Постоянно в голове звучит музыка, это у меня постоянно так: то, что звучит, является самым главным. Это даже очень интересно накладывается на шум улиц. Шум улиц оттеняет музыку. Такой фон получается, а на него наслаиваешь музыку».

Следует сказать, что большинство испытуемых говорят о том, что перестают мыслить словами в этот момент («я не думаю в это время словами, когда, думая, говорю - это все уходит», «там слова сложно найти, там наступают именно звуки», «начинаешь думать ощущениями, нельзя сказать, что ты не думаешь").

В процессе вдохновения обостряется восприятие, и активизируются образы той модальности, в которой происходит творческий процесс: «просто ты слышишь, как все происходит немножко по-другому...». Но в то же время это может не всегда происходить только в той модальности, в которой происходит творческий процесс . Чаще всего эти образы играют вспомогательную роль, они дают возможность лучше понять, прочувствовать объект творчества, т.е. помогают решить творческую задачу: «... у Шопена есть такой этюд, называется 23тий. У него еще такой название совершенно банальное, как мне кажется, «Снежная буря»... Ужасное название, мне кажется, что произведение гораздо глубже, чем метель какая-то... Но, при этом как бы от него отталкиваешься, представив себе снежную бурю, ну как это... находясь между сном и бодрствованием, то можно там найти как-то интонацию в образе»

Вот пример из группы дизайнеров. «Звуки тишины вдохновляют. Можно вечером услышать дыхание мегаполиса, можно услышать отдельный шорох, можно услышать свой собственный ритм и составить отдельную музыку», «музыка в иногда таком состоянии сочиняется, даже страшновато - это такая роскошь», «слышишь, как кто-то чешет нос на другом конце вагона метро».

В то же время у музыкантов помимо обострения всего, что связано со слуховым восприятием, наблюдаются очень яркие, активные зрительные образы. Например: «Вот если представить это себе: душа в лепестках белоснежных лилий, то от этого можно просто умереть», «Я играла вещь, называлось «Чайки над морем». Слушаешь нечто настолько гениальное, что видишь чаек над морем и понимаешь, - это непреходящее течение времени», «картины на музыку рисуются - это картины-состояния, детали рассмотреть невозможно, ты их не знаешь, но они несут в себе энергетический заряд».

Может еще быть такой вариант: обостряется восприятие и активизируются образы в той модальности, в которой непосредственно должен быть творческий продукт. При этом происходит падение чувствительности и снижение образности в других модальностях, соответственно: у художников - в слуховой, у музыкантов - в зрительной («уши превращаются в наиважнейший орган, идет отключение зрительное и от всего прочего», «образы остаются вспышками, а звуки вообще не помню, потому что от них отключаюсь»).

Отдельно стоит обсудить случай испытуемого №4. С приходом вдохновения у него уходит на задний план не только словесно-логическое мышление, но и образное. «Специально пытаешься вызвать видеоряд в голове, надеясь, что поможет, но чаще всего это бесполезно». Можно сказать, что для этого него свойственно абстрактное понимание музыки [8]. Это соответствует характерному для него абстрактному стилю мышления (см приложение №5). Это единственный испытуемый из всей выборки с преобладанием данного стиля мышления, у остальных, не важно музыкантов или художников, присутствует более или менее яркое образное, в том числе и визуальное мышление. Таким образом, мы можем сделать вывод, что, скорее всего, в исс-в происходит переход к стилю мышления, наиболее характерного для индивида, этот стиль проявляется еще ярче.

Изменения в ощущениях. Проявления гиперэстезии оказались более характерными для выборки музыкантов, в то время как синестезии оказались более характерными для группы дизайнеров.

1) цвето-звуковые, в частности, можно даже сказать «картинно-музыкальные» синестезии наблюдаются и у той и у той группы.

У музыкантов чаще всего сочетаются не просто цвет и звук, а мелодия и картина: «Какую-то абстрактную картину я вижу, которая передает состояние», «некоторые тональности я вижу в определенном цвете, иногда просто по состоянию», «... иногда, когда играешь музыку, ты понимаешь, что вот да, вот в этом месте здесь все зелено». Еще некоторые отмечают у себя «звуко-эмоциональные» синестезии, которые описываются соединением звука (мелодии). (Авторы данной работы не владеют музыкальной грамотой, поэтому извлечение информации о более тонких типах синестезий, например, тембро-эмоциональных или, высотно-цветовых, оказалось невозможным. Хотя не исключается, как их существование, так и значимые различия в выборках по ним).

У дизайнеров основным в этой синестезии является цвет: «цвет как состояние - это и есть сама музыка», еще они отмечают «ритмо-графические» синестезии, которых в выборке музыкантов замечено не было.

в обеих группах наблюдались звуко-тактильные синестезии или «звуко-кинетические» но в них были некоторые различия. Во - первых, у музыкантов эти ощущения связаны именно с процессом исполнения, а во-вторых, у них они могут быть боле дифференцированными, т.е. тактильные ощущения могут накладываться не на мелодию в целом, а даже на отдельные ноты, отдельные звуки. Такой особенности у дизайнеров зафиксировано не было: «...скорей не музыку, а звуки, расстояние между нотами. Я ощущаю ноты, ноты становятся живыми, клавиши - живыми. Это потрясающее ощущение. Ты чувствуешь расстояние между звуками, их можно потрогать» (слуховые ощущения сочетаются с чувством мышечного напряжения в кисти), «...можно телом чувствовать, как звуки тебя облепливают, что музыка в воздухе».

Пример синестезий данного вида у дизайнера: «музыка идет, а на тебя будто что-то дует, становится горячо, чувствуешь, как она на тебя влияет, она как живая».

У дизайнеров в этом типе синестезий тоже выделилась своя особенность: наложение музыки происходит на ощущение текстуры, т.е. тактильные ощущения в данном случае первичны. «Можно что-то потрогать и понять, на какую песню это похоже». Это объяснимо тем, что -работа с материалом, его текстурой занимает важное место в их творческой работе

2) синестезии более специфические, для каждой группы свои.

Для музыкантов это наложение ощущений вкуса, запаха и музыки: «Иногда музыка бывает пряной, иногда острой это не так ярко, но это лезет в голову тысячами», «Иногда что-то играешь такое весеннее и прямо запах весенний»

Для дизайнеров это наложение ощущений запаха и цвета: « хороший парфюм можно разложить на цвета, в каждом запахе, есть какие-то нотки, которые соответствуют цветам»

Изменения в эмоциональной сфере. Для музыкантов по сравнению с дизайнерами больше свойственно усиление проявления эмоций и соответственно менее свойственна холодная сосредоточенность, иными словами уплощенный эмоциональный тон. У дизайнеров чаще встречается испуг от неожиданного прихода исс-в.

Для дизайнеров более характерна потеря ощущения волнения и у них чаще продукт деятельности не признается своим

Музыканты чаще испытывают субъективное ощущение актуализации всех способностей организма.

Трансформации смыслов. Для музыкантов более характерно специфическое отношение к самому творческому переживанию, т.е. они к нему относятся с большим благоговением, восхищением. Возможно, присутствует более сакральное отношение к «этой силе». Для дизайнеров более характерно испытывать особое отношение к окружающему миру в момент творческого переживания. Это значит, что они пытаются максимально полно принять реальность, вжиться в происходящее, у них более созерцательное отношение к миру, более остро ощущают его переменчивость в каждый момент времени, больше ощущают изменений в мире во время наступления исс-в. Причем эти различия, пожалуй одни из самых ярких по всей методике: 11/20.5/28.

Изменение самосознания. Для музыкантов более характерно ощущение слитности себя с миром, ощущение сопричастности, одноприродности с ним, ощущение нахождения в гармонии со всем происходящим. Одновременно с этим им больше чем дизайнерам присуще ощущение, что они обладают огромной властью во время исс-в. Это, вероятно связано с ощущением владения публикой, залом во время концертного выступления.

Для дизайнеров более характерно содержательное изменение я-концепции в соответствии с содержанием предмета творческой деятельности. (5.5/11.5/16) При создании анкеты данный феномен был заимствован из переживания исс-в у актеров, которым необходимо вживаться в роль во время игры. Большую выраженность данного феномена у дизайнеров можно объяснить спецификой их творческой деятельности: они шьют вещи, которые будут носить определенные люди, поэтому, видимо, в процессе работы необходима некоторая идентификация с образом будущего владельца вещи.

Изменения сознания. Четкое понимание наступившего состояния сознания как измененного более характерно для дизайнеров. Видимо, это связано с тем, что в обыденное представление об исс -это скорее представление о более замутненном, чем о более ясном сознании. А у дизайнеров как раз наблюдается такая тенденция в исс-в.

Для музыкантов, наоборот, характерно более четкое, ясное, чем в обычном состоянии сознание: ощущение обостренности сознания (7.5/2/12).

Нарушения восприятия времени более характерны для дизайнеров (11.5/17.5/20).

Подведя итоги, скажем, что при количественном анализе даже на таком малом количестве испытуемых можно заметить непротиворечивое единство феноменов внутри каждой группы и их разнонаправленность при сравнении групп. Позволим себе такой вывод: в творческом процессе пианистов-исполнителей имеется тенденция изменения сознания к более ясному, концентрированному, обостренному, а у художников - наоборот, к более смутному.

2.6.2 Качественный анализ результатов структурированного интервью №2

Обсуждение результатов структурированного интервью №2

Конечно же, было названо невероятное количество приемов, способов, которыми человек пытается привести себя к такому состоянию.

Какие-то методы использовали так или иначе все испытуемые. Однако из них кто-то делал это бессознательно. Но были и такие, кто в совершенстве овладел искусством вызывания творческих состояний. Были и те, кто превратил это для себя в своеобразную науку, и увлекались экспериментами. Значительно большую часть списка составляют способы, используемые дизайнерами. Мы разделили все способы на 3 группы. Охарактеризуем их.

Способы вхождения в творческие исс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Встречаются только у музыкантов | Встречаются только у дизайнеров | Встречаются в обеих группах  |
| · определяются сценическим видом деятельности, имеют целью подготовить себя к выходу на сцену · определяются предметом деятельности, предполагают максимальное эмоциональное и мысленное погружение в музыку · постижение философских истин (у тех, кто не обладает образным мышлением) | · Имеют целью создать комфорт: физический, психологический и внешний (обстановку) · Связанные с депривацией сна · Связанные с изменением внешнего и внутреннего облика(представить себя другим человеком) · Связанные с созданием красоты на себе и вокруг себя · Связанные с собственным поведением (совершать неадекватные поступки) · «Заражение вдохновением» от другого творца · Использовать музыку, внешнюю и внутреннюю · Связанные с созданием определенного настроя в душе, не связанного с предметом деятельности · Внешние стимулы-средства  | · Достижение состояния «пустоты» в голове · Отрешение от мирских забот · одиночество · Вспоминание предыдущего вдохновения · Долгая и усердная работа · Изображение прихода вдохновения |

Весь этот список можно разделить на 3 части по другим критериям: способы, действительно создающие измененное сознание (не спать ночью, пить спиртные напитки, пустота в голове); способы, которые создают определенное эмоциональное состояние (все, что связано с комфортом, слушать музыку, создавать трагическое состояние); способы, которые являются по сути использованием внешнего стимула-средства (например, купить себе мороженое, накрасить ногти, стоять на одной ноге).

Таким образом, способы действительно различаются. Возможно, это происходит за счет специфических требований деятельности, например, создание красоты вокруг себя у дизайнеров. Ситуации, или состояния, которые приводят к возникновению творческих состояний сознания.

Ситуации вхождения в творческие исс

|  |  |
| --- | --- |
| Ситуации, в которых различия наблюдались | Ситуации, в которых различия не наблюдались |
|  | м | д |  |
| алкогольное опьянение | -- | - | состояние необычной пустоты сознания |
| полусонное состояние | - | + | наличие сильных переживаний |
| состояние, возникающее при длительной депривации сна | - | + | созерцание природы |
| состояния сильного нервного возбуждения | +- | - | спонтанная импровизация |
| восприятие произведений искусства | + | +- |  |
| философско-созерцательное состояние души | + | +- |  |
| просто созерцательное состояние | + | +- |  |

Опишем ситуации, в которых наблюдались различия

Оказалось, что алкогольное опьянение никак не способствует приходу вдохновения. Причем, музыканты больше, чем художники обращают внимание на то, что в этом состоянии отключается контроль, и начинается ухудшение концентрации внимания. Именно это необходимо им для исполнения произведений, возможно даже больше, чем художникам, т.к. специфика их деятельности такова, что она больше ориентирована на процесс, а не на результат. Хотя, конечно, они отмечают положительное влияние этого состояния на убедительность и яркость образов, воплощаемых ими в музыке.

Полусонное состояние способствует больше приходу вдохновения у художников, чем у музыкантов, т.к. опять таки, служит причиной ухудшения внимания и координации, отчего страдает исполнительское мастерство. У музыкантов творческий процесс именно «исполнительский», т.е. основной задачей является максимально тонкое воплощение образа, а не его порождение, т.е. не порождение смысла, а его выражение. Понятно, что для достижения такой цели полусонное состояние не годится. Зато все испытуемые используют это состояние и в особенности «гипнагогические образы», которые для него характерны, в своих творческих целях.

Состояние, возникающее при длительной депривации сна музыкантами вообще в принципе не расценивается, как как-либо относящееся к творческому, в то время как дизайнеры единогласно заявляют, что это состояние одно из самых оптимальных, для творческого процесса. Многие из них рисуют именно по ночам, иногда по несколько суток сразу. Особенно часто такое состояние наступает перед «развеской» - оценкой результатов труда за полгода. Скорее всего, в этом случае мы имеем дело с проявляющимся в висс мотивационным фактором.

Другими словами, дизайнеры используют исс, возникающие при депривации сна, для творческих экспериментов. Хотя это делается в большинстве случаев бессознательно, однако, видимо, этот вид ИСС по своим характеристикам подходит для их творческого процесса, поэтому приводит к результатам, отличающимся новизной и своеобразием.

Состояние сильного нервного возбуждения, если оно переводится «хорошее волнение», более способствует творческому настрою перед выходом на сцену у музыкантов[33] Дизайнерам не надо выходить на сцену.

Восприятие произведений искусства способствует приходу вдохновения у всех музыкантов, но не у всех художников. Испытуемые читают стихи, смотрят кино, ходят по музеям. Для многих - то является привычкой, устоявшимся способом погружения в творческие состояния. При этом тематика произведений искусства должна совпадать с предметом творчества, даже, можно сказать, должна обладать с ним эмоционально-смысловым единством (Для испытуемого №1 Блок оказался поэтическим двойником Скрябина, а Мицкевич Шопена). Созданные произведением искусства эмоции, настроения - выражаются потом непосредственно в творческой работе.

Кроме предложенных нами ситуаций, ситуаций самими испытуемыми были предложены еще некоторые. В этом списке мы тоже смогли найти различия. Например, только дизайнерами были названы такие состояния как: философско-созерцательное состояние души, просто созерцательное состояние, это может объясняться как спецификой задачи дизайнера: иметь воплотить атмосферу, настроение, состояние в стиль модели, так и особенностями субкультуры, пока не понятно какими. Только музыкантами было названо «соревновательное состояние». Это может объясняться особенностями субкультуры, где, по словам одного испытуемого: «пианист пианисту есть самый, что ни на есть ближайший конкурент».

Опишем кратко ситуации, способствующие вхождению в исс, в которых различий не наблюдалось:

Состояние необычной «пустоты» сознания. Во-первых, следует отметить, что только несколько человек умеют в себе его вызывать специально и сознательно им пользуются непосредственно перед началом творческого процесса (№7: «надо быть, как белый лист, все мозги отключить, перезагрузка в голове такая») Один испытуемый отмечает, что это состояние не помогает, если пытаешься его вызвать искусственно. Предположим, что данный человек просто пока не овладел способом его вызывания. Т.к. некоторые испытуемые утверждают, что умение достигать состояния, когда «голова дистиллированная должна быть»(№2), зависит от опыта и от воли. Примерно у трети испытуемых такое состояние наступает спонтанно в процессе творчества, точнее, на начальном его этапе.

«Состояние пустоты» - это, пожалуй, одно из самых распространенных исс, связанных с творчеством. В принципе, его появление, не только объясняемо с помощью теории и ИСС Ч.Тарта, но и оправданно. Им пользуются не только представители творческих профессий, но и спортсмены, и ученые.

Вопрос заключается в том, какие функции несет это состояние? Это способ очистить сознание от лишних мыслей, создать чистую ненаправленную концентрацию внимания, которая, в конечном счете, приведет к концентрации сил всего организма или же в это время может идти идет скрытый от сознания мыслительный поиск при решении какой-то задачи.

Наличие сильных переживаний, как горя, так и радости, иногда сильное нервное потрясение, (стресс) способствует приходу творческого состояния не у всех испытуемых, многим это мешает настроиться. Но если все же помогает, то это счет того, что, во-первых, такие переживания сопровождаются актуализацией некоего смысла, который человек потом привносит в свое произведение, а, во-вторых, состояние сильного аффекта - является измененным само по себе, что приводит к возникновению исс. Если человек умеет управлять своим исс, как висс, то многие исс он сможет перевести в творческие, подчинив их творческой задаче .

По одному представителю из каждой группой высказали мнение, что состояние непосредственно после переживания сильного аффекта помогает творить (№1:«когда после горя или радости может наступить следующий момент, появляется пустота какая-то и, наоборот, ясность, вот скорей тогда». №7: сознание после психической нестабильности - «трезвое, как утро алкоголика, ясно видишь что есть что и кто есть кто. Это помогает творить, но это очень тяжело»).

Созерцание природы практически единогласно относится к состояниям, способствующим приходу вдохновения, т.к. видимо, с одной стороны, настраивает на определенный эмоциональный лад, вызывает эстетическое чувство, желание «быть таким же потрясающим» (№7), а с другой стороны, приводит к медитативно созерцательному состоянию сознания. Появляется ощущение гармонии, слитности с природой, т.е. изменение самосознания и, скорее всего, сознания.

Спонтанная импровизация. Мнения по этому пункту разделились. Одним помогает, т.к. в это время «ты не готовишься, не напрягаешься, волнения нет, есть свобода в голове и в руках». Т.е. получается, что не сложилось еще состояние, препятствующее выходу творческого порыва. С другой стороны, спонтанная импровизация - это творчество с не созданным специально под него состоянием, но с уже разрушенным предыдущим [40]. Т.е, может быть, в процессе творчества создается более удачная структура, чем, если бы она была создана предварительно сознательно.

С дугой стороны, в 2х случаях, когда спонтанная импровизация не помогает, она мешает, как раз именно потому, что не успеваешь создать специальный настрой, «получается как-то буднично, обыденно»(№1). У другой испытуемой, проблема заключается в том, что она не усевает подчинить контролю, построить ситуацию соответственно своим ожиданиям, не успевает сформироваться установка. В результате состояние начинает напоминать низшее ИСС, которые «нецеленаправленное случайное изменение состояния сознания, наступающее в результате дезорганизации «обычного» состояния сознания и характеризующееся хаосом, отсутствием структуры психической жизни»[16]. №7:«Сумбур какой-то, ничего не понятно, такая гадость агрессивная получается». Причем эту испытуемой больше всего не нравилось то, что получалось по настроению совсем не то, что для нее свойственно, не то, что она обычно ждет от результата.

Возможные виды творческих исс

Виды творческих исс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Отмечаются только у музыкантов | Отмечаются только у художников | Отмечаются и у тех и у других |
| «Концертное»/ «репетиционное» | «Эгоистическое»/ «альтруистическое» | Возникающее непосредственно в процессе деятельности, возникающее в образном плане |
|  | «Экстравертированное»/ «интравертированное» | Вдохновение, в котором невозможно творить |
|  | «Искусственное»/ «природное» | «Для жизни» / «для творчества» |
|  | «Свежее»/ «протухшее» |  |

Наблюдаются только у музыкантов:

1)Вдохновение «праздничное», «концертное», «сценическое», связанное непосредственное выступлением перед публикой и «бытовое», «домашнее».

Концертное характеризуется синтезом контроля и спонтанности, достаточно сильными изменениями в перцептивной сфере и в сфере памяти, неспособностью к оценке результата: «Чувствуешь ответственность, необыкновенное соединение контроля и чувственного порыва, свободы, не боишься, что что-то пойдет по-другому, т.к. знаешь, что все будет хорошо», «ну, просто внутри как-то все начинает по-другому работать», «как будто ты в другой плоскости находишься», «ты сыграл и ничего не понял, что произошло», «если ты на сцене играешь не долго, то потом очень плохо помнишь, что происходило», « когда работаешь - этапы твоей работы - главные герои. На концерте это на заднем плане, там у тебя - эмоции, ощущения, состояния, а это все едет багажом сзади»

При домашних занятиях характеризуется сильным уменьшением контроля, большей измененностью сознания, больше проявляются симптомы дереализации, меньше изменений в перцептивной сфере, меньше изменений в памяти, способностью адекватно оценивать результат работы, большим количеством феноменов в смысловой сфере: «получаешь дикий кайф от игры, отдаешься полностью, не контролируя себя», «иная реальность, она скорее даже больше присутствует не на сцене, а когда ты дома работаешь», «Вот эти вот какие-то совершеннейшие «уходы», они мне кажутся возможными именно дома», « когда ты дома, ты более-менее адекватно все это воспринимаешь. А там есть некий такой момент, что тебе казалось, что ты сыграл неважно, а оказывается лучше»

Интересно, в этом плане заметить, что форму протекания исс-в задает не столько обстановка, сколько мотив: играешь ради людей или для себя. Одна испытуемая не указала четких отличий сценического состояния от домашнего, т.к. никогда не играет для себя, она всегда представляет слушателей, их реакцию.

Упоминавшиеся дизайнерами, но не упоминавшиеся музыкантами:

) «эгоистическое (а) и альтруистическое(б)». Является неким аналогом «концертного» и «репетиционного» у музыкантов, но в нем отсутствует фактор сценической обстановки, и есть другие более тонкие отличия: (б) - аутистичное по своей природе («пишешь, не желая, чтоб тебя кто-то понял»); (а) - мотивация направлена во вне: «посвящение», «на заказ», «на благо», появляется новая тематика образов: представляется в ярко и конкретно будущий владелец вещи, даже как мифический персонаж

2) «экстравертировнное (а) и интровертированное» (б). Здесь надо отметить, что среди дизайнеров существует страх (наблюдался у всех четверых испытуемых), рано или поздно уйти в постоянное исс, страх, что они не смогут взаимодействовать с социальным окружением. Соответственно, выбирается и критерий разделения типов - способность взаимодействовать с окружением во время вдохновения. (а) - контакты с людьми удаются, они являются источником творческих идей, открываются новые смыслы, относимые к окружающему миру. (б) - контакты с людьми не происходят вообще или крайне затруднены, оно направлено в 1ю очередь на самоанализ в процессе него открываются новые смыслы относительно себя самого, «устанавливаешь новые связки в своем мире».

) «искусственное (а) и природное (б)» было выделено испытуемой, наиболее продвинутой в регуляции ИСС-Т. Похоже, что «искусственное» - это использованное в творческих целях любое ИСС, возможно, даже специально для этого созданное, например какое-то психопатологическое состояние. Во время него «шедевр не создашь, но творить можно». «Природное» - это спонтанно пришедшее исс-в, «такое, что если его не используешь, то оно уйдет» - т.е. плохо поддающееся контролю. Интересно заметить, что эта испытуемая, обладая способностью вызывать «сны на заказ», даже это исс использовала в творческих целях (зависит, скорее не от характеристик творческой деятельности, а от психологических характеристик личности).

) «свежее» - только что появившееся, несущее достаточно свежие образы и новые смыслы и «протухшее», когда переживание исс уже на столько долго длится, что вызывает психическое и физическое истощение» (скорее всего, не зависит от типа творческой деятельности)

виды, схожие у дизайнеров и музыкантов

При работе за инструментом (больше проявляет себя идеомоторный аспект и фактор контроля), работа с произведением в образном плане (чаще приходят идеи о том, каким произведение должно быть в общем, можно слышать произведение все сразу («4 голоса к 1»), целиком одновременно, больше образов, они активнее, можно тоньше прочувствовать какую-то интонацию, больше смысловых открытий.

«непосредственно в работе (а), в образном плане(б)» по аналогии с выделенным у пианистов, но фактор контроля в принципе не играет роли. Совпадая по форме, эти виды отличаются по содержанию, которое определяется задачей выполняемой работы. Возникающие в случае (б) образы посвящены либо «развеске», либо будущей коллекции, либо конкретной модели) и смысловые трансформации, происходят относительно предмета планируемой работы.

Отдельно выделяется такой тип вдохновения, при котором не только творить, но и вообще что-либо делать невозможно («Иногда бывает на столько сильное состояние, что ты его даже передать никуда не можешь, сидишь, как на электрическом стуле и даже играть не можешь и ничего не можешь»). Скорее всего, это примеры каких-то низших исс, которые не были направлены в творческое русло.

«вдохновение для музыки и не для музыки, для жизни»

«Вдохновение для рисования и для жизни»

Индивидуальные представления о природе творческих исс. Каких-то различий между группами выявлено не было, скорее всего, характеристика творческих исс определяется индивидуально. У каждого она своя. Но в то же время, можно говорить о более мене одинаковых ответах в том смысле, что они отражают общее представление в культуре об творческих исс: это что-то потустороннее, божественное, отличное от нашего мира.

№1 «Мы все медиумы...» (полушутя), «на нас сверху насылают проклятия», «ну, ты просто понимаешь, что оно вот, вот... ну, как будто шарик от пинг-понга... Ну, это, когда ты его видишь издалека, тебе кажется, что это круг. А, когда ты его держишь на руке, тебе кажется, что это шар»

№3 «как будто тебе сверху в голову посылают луч, он делает мысли чистыми и ясными и отчищает голову от всего ненужного, настраивает на нужный лад. Если контакт полный, все получится»

№4 «это не совсем обычное явление, но обожествлять его нельзя, нельзя считать, что оно с небес приходит, но это и не мирское».

№5 «это приятное состояние души, в корни человечества это уходит», имеется в виду, что в этом состоянии открывается память предков, информация, накопленная в поколениях

№7 «это как будто тебя вихрь какой-то поднял, закружил, закружил и на землю опустил», «в этом состоянии открывается дверь, но нужно уметь зайти и выйти», «в это время открывается сознание, ты можешь больше видеть» - имеется в виду, что в мире есть потусторонние силы и их действительно (галлюцинации) видно в момент вдохновения. «у каждого есть свой запас вдохновения, но надо научиться его использовать, творческие люди - это те, которые умеют»

Приведем примеры 2х индивидуальных образов вдохновения, которые, описывают динамику процесса и принадлежат к разным группам испытуемых, но, тем не менее, имеют много общего:

№1: «Ну, вдохновение я представляю себе такой абсолютно единородной массой, которая похожа на морскую волну. Вот, слава богу, именно на волну, не то, что какие-то там мелкие гребешки набежали. Я надеюсь, что все-таки не бывает так, что вдохновение, оно как-то тебя так по пятке захлестнуло»

№7: «Вдохновение - это как распускающийся цветок, сначала это - бутон, потом он раскрывается все больше и больше, ты в это время на пике - можешь творить обалденные вещи, а потом он засыхает, и ты в какой-то момент чувствуешь, что твое вдохновение протухло»

Вопрос о каких-то особых названиях для состояний ИСС-в не выявил различий между дизайнерами и музыкантами. В этой ситуации индивидуальные различия более важны.

Большинство испытуемых не использует каких-то особых слов для названия этих состояний. Однако, удалось найти примеры. Встречаются такие выражения, как 1)«дистиллированная голова» (состояние «пустоты» сознания), «мыслепад» (состояние маниакальной скачки идей), «ловить»(состояние вживаемости в объект творчества, максимальное понимание его изнутри), «мимикрия»(результат ловки), «разгоняться» (мгновенное понимание смысла и улавливание сути всех вещей, когда все становится просто и ясно, мир превращается в некий гештальт)

)меня «понесло», «потащило», вдохновение - это «уход туда» (наверх), «творческие люди все там, высоко, высоко» (скорее общекультурные выражения)

Вопрос об индивидуальном представлении о функциях творческих исс каких-то различий не выявил. Обсудим, какие функции они выполняют.

1. уход от повседневного мира в более интересную реальность. Об использовании ИСС-Т в таких целях говорили все, кроме одной испытуемой, которая вполне допускает это для остальных, но для себя придерживается правила: никогда так не поступать.

2. Единогласно все заявляют об использовании исс-в для получения нового опыта

. Три четверти испытуемых, чувствуют себя более психически и физически здоровыми в таких состояниях, а оставшиеся 2е представителей разных групп ощущают наоборот себя более нездоровыми не только физически, но и психически, так что терапевтическая функция исс-в не всегда имеет место быть

. Такие состояния заставляют пересматривать себя и свое отношение к жизни по-новому, появляется новое понимание: «Хочется жить быстрее куда-то поехать, что-то сделать, познакомиться с новыми друзьями, в чем-то еще себя попробовать», «я на этом учусь, как жить, единственное, на чем можно учиться жить», «хочется у всех просить прощения». Это происходит как раз у тех, кто признавал для себя психотерапевтическую функцию. Те, для кого она таково не являлась, наоборот, чувствовали выжатость, усталость, опустошение, а главное какой-то смысловой вакуум: «Во время него была такая концентрированность, что после него и непонятно, как жить первое время, такая опустошенность. Это неприятно и как-то непонятно. Если концерт вечером, то пока не заснешь, это не проходит»

. Утверждение и поддержание идентичности настоящего творца как функция ИСС-Т принимается почти единогласно. Многие говорили, что если их покинет вдохновение, - это будет тяжелейшая психическая травма, которая, видимо, заставит их не только распрощаться со своей творческой деятельностью, но и вообще изменит представление о самих себе («это буду уже не я», «я, наверное, не только творить не смогу, но и вообще ничего не смогу»)

. Существование такой функции вдохновения, как поддержание профессионального статуса, подтвердили многие, но не все.

Ко всему прочему были еще выделены функции самопознания, решения собственных проблем. Для некоторых переживание исс-в играет роль исповеди, после этого на душе становится легче, будто тебе отпустило какие-то проступки.

V. Результаты попыток получить информацию о социо-культурной форме переживания исс-в через вопросы о «способе изображения» вдохновения.

Во-первых, в кругу музыкантов каждый сталкивался с подобным феноменом. Это обусловлено в первую очередь, спецификой концертной деятельности. Т.е. музыкант в некотором роде еще и является артистом, причем изображает он, на сцене ни что иное, как приход вдохновения, проникновенную игру. Т.е. ему необходимо представить вдохновение в форме, понятной для зрителей, т.е. соответствующей социальным ожиданиям «... вот если человек выступает на публике, он обязан воздействовать на слушателя не только музыкой, но и внешне. И действительно очень разное впечатление от игры, если ты сидишь как Квазимодо какой-то или король за роялем. Король за роялем это немножко так в более старшем возрасте происходит. А в нашем возрасте, что значит надо делать. Надо кивать головой и трястись на табурете всяческим образом», совершать патетические жесты, «будто молния пронзила какая-то», «смотреть в зал диким взглядом». Тут мы можем сделать вывод о том, что в обществе, музыкантов и ценителей этого искусства, есть некоторые критерии того, как в каком возрасте пианист должен переживать исс-в, определяющие форму выражения этого переживания.

«И есть люди, которые вот это совершенно серьезно отрабатывают. И в этом нет ничего зазорного. Они отрабатывают музыкальное впечатление, так и зрительное». В субкультуре студентов консерватории есть даже понятие о «фишках», специальных жестах, которые должны говорить зрителю о наличии вдохновения. Они берутся из личного опыта переживания ИСС-Т музыканта.

Однако следует заметить, что форма, в которой приходит вдохновение в личном опыте, часто совсем не соответствует тому, в какой форме оно преподносится для зрителя. Есть даже выражение «играть как в четырех стенах», «игра как исповедь» - которые говорят о том, что человек не заботится о необходимой внешней форме выражения вдохновения, о том, что у него нет цели разделить свое состояние со зрителем. Это осуждается.

За пределами концертной деятельности музыканты не сталкиваются с «изображением» вдохновения.

Дизайнеры тоже встречались с таким явлением, но оно у них не обусловлено формой деятельности и несет несколько иные функции: привлечение внимания к своей персоне, стремление сохранить или поднять свой профессиональный статус («не ударить в грязь лицом»), подтвердить свою принадлежность к группе талантливых и тонко чувствующих натур, вызвать таким образом вдохновение. Представители этой группы испытуемых посещают дополнительные занятия: «рисование обнаженной натуры», на котором ко всем, по их словам приходит вдохновение, но, даже если оно не пришло, его все равно пытаются изобразить, чтоб не «отстать от группы».

Также существует некоторая, социально определяемая форма выражения творческих исс: «взъерошенный человек с бегающими глазами стирает карандаш и пальцы в кровь», «всю ночь сидит работает, не спит” , также необходимы экзальтированные жесты, заламывание рук и эффектные позы. Т.е. здесь основным является необходимость показать, что состояние сознания действительно измененное.

VI. Результаты, позволяющие проверить идею о существовании различий в переживании типов вдохновения, «вдохновения - одержимости» и «вдохновения -путешествия» по аналогии с выделенными трансом одержимости (то) и трансом (т) у Бургиньон[9].

Большинство испытуемых и дизайнеры, и музыканты отметили у себя обе формы. Некоторые замечали, что одна из форм у них встречается чаще. Например:

ВО - «это очень приятное ощущение, оно мне больше нравится, не надо ни о чем думать, просто отключаешься, твои руки сами за тебя все делают», или «когда инструмента рядом нет, бывает, захватывает волна вдохновения и тебе на столько необходимо себя куда-то воплотить, что можешь начать смеяться безудержно, можешь начать танцевать. Нечто неостановимое такое начинается», «это тебя может захватить в совершенно неожиданный момент, когда ты в ванной или когда сидишь за столом в новогоднюю ночь», «рука рисует, душа требует, но ты знаешь, что ты не такой», «идет борьба внутри рука делает одно, а ты на самом деле хотел другое», «тело уплывает куда-то для меня это насильственное состояние», «когда оно уходит чувствуешь себя изнасилованной», «т.е. тобой что-то движет, и совершенно в безвыходной ситуации ты находишься... получается так, что ты как бы уже не совсем в своей власти в понимании произведения».

ВП о нем все говорят как об «уходе туда» (жест пальцем в небо): «А просто в какой-то момент ты ощущаешь, что ты в какой-то иной реальности», «не нужно эту «иную реальность» «ретранслировать» на сидение в буфете или общение на футболе», «оно как-то, как будто ты в другой плоскости находишься», «точка сборки меняется», «из себя выходишь и работаешь, а потом вошел и пошел дальше», «надо уметь открывать дверь в другой мир, но стоять в проходе», «мне страшно гулять в том мире».

VII. Вопрос о научении (возможно даже социального) поведению в исс.

Во-первых, у некоторых с нарастанием творческого опыта творческие исс стали возникать чаще, и входить в них стало проще.

Что необходимо учиться контролировать?

) надо уметь для начала отличать его от обычного, уметь «ловить пока оно не ушло»(утверждают испытуемые в обоих группах)

)надо уметь не только вызывать его по желанию, но и из него выходить по желанию, что часто намного сложнее (более характерно для художников).

)надо уметь привносить в это состояние холодность рассудка и активное внимание, соединять с технической стороной исполнения (особенно у музыкантов)

Как этому учатся? (не было замечено различий) На собственном опыте: анализируют предыдущие исс-в вырабатывают ожидания для следующих, пытаются запомнить максимально прошлое исс-в, чтоб вызвав в памяти его, вызвать заодно и ИСС-в ( вспомнить случай с девушкой ирен), далее - см. список способов и ситуаций вхождения в исс-в

Чаще всего нет не только непосредственного учителя, но и даже того, с кого можно косвенно брать пример. Многие говорят, что тут словесное обучение бесполезно лучше просто находиться рядом и наблюдать.

Нами были выявлены различия в приемах и способах вхождения в творческие исс, ситуациях, в которых это происходит, формах выражения и в том, чему необходимо больше учиться при переживании исс.

.6.3 Качественный анализ результатов по методике «пиктограммы»

Примеры рисунков см приложение №5

Был проведен сравнительный анализ пиктограмм и разбиение рисунков на 3 группы

1) Группа конкретных понятий, типа: вкусный ужин, темная ночь, теплый ветер, тяжелая работа зафиксированы в ярких, живых рисунках, отображающие предметы и эмоционально насыщенные ситуации из реальной жизни.

Абстрактные понятия, типа: развитие, смелый поступок, счастье, справедливость представлены в не менее ярких и живых рисунках, которые, по-видимому, и являются воплощением визуальных понятий по Арнхейму[1]. В эту группу мы отнесем испытуемых №5, №6, все из группы дизайнеров. Также, с небольшой натяжкой в эту групп отнесем дизайнера №8 и испытуемую №2 из группы пианистов. У них лишь по одному абстрактному рисунку на весь ряд. Он совпадает с абстрактным понятием. Все остальные яркие, и живописные.

Таблица

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | развитие | Смелый поступок | Счастье | справедливость |
| №5 | Ветка растения | Маленький человек на носу огромного парохода | Мама, обнимающая ребенка | весы |
| №6 | Человек, бегущий в гору | Человек, который собирается прыгать с крыши с парашютом | Танцующий человек с плеером | Один человек дает другому деньги |
| №8 | Ветка растения | остро отточенный карандаш | Цветочек | Вертикальная палка |
| №2 | стрелочка | Срез дерева с возрастными кольцами | Салют | Весы |

Воспроизведение было хорошим от 11 до 14 слов.

Делаем выводы, что у представителей данной группы преобладающей является образная система репрезентации. Она настолько развита, что даже абстрактные понятия легко переводятся в образы.

Заметим, что для членов этой группы было характерно изображать образы разной модальности. Например, лимон на ядовитый вопрос или недифференцированное пятно изображающее состояние во время болезни («это когда голова такая чугунная»).

2) Во вторую группу вошел один человек из группы музыкантов - испытуемый №4. У него всего лишь несколько более-менее живых рисунков (дружба - бутылка, болезнь - грустная мордочка, вкусный ужин - радостная мордочка) - все оставшиеся рисунки представляют собой черточки, стрелочки, квадратики и пятна. Воспроизведение было самым худшим из всех (около половины).

Делаем вывод. У данного представителя очень плохо развита образная система репрезентацию

3) В третью группу попали все остальные: один дизайнер(№7) и 2 пианиста (№1, №3). В ней редко встречались абстрактные рисунки и соответствовали они абстрактным понятиям.

4) Воспроизведение везде было хорошим. Будем говорить о средне развитой образной репрезентации.

1.6.4 Качественный анализ результатов по методике «выразительность цвета»

Тексты к методике см приложение №4.

Достаточно сказать, что только один испытуемый №4, который попал в группу с плохой образной репрезентацией, справился с заданием на низком уровне. К тексту из Булгакова («Я знаю, что там потом была гроза») он закрасил лист бумаги голубым, а к тексту толстого красным («А тут, типа, радость»).

Все остальные очень творчески и с энтузиазмом подошли к заданию, в своих рисунках они активно пользовались цветом для передачи эмоции, настроения, причем в совершенно разных вариантах. Были случаи изображения неба к тексту №1 багряно красным, чуть ли не с «кровоподтеками». Некоторым казалось такое решение слишком банальным, и они изображали небо, которому «было все равно». Другие рисовали его зелено-серым с желтоватыми пятнами, болезненным, злым и холодным.

К тексту №2 изображали либо спокойное, безмятежное небо в голубых, зеленоватых тонах, либо изображали яркими красками «всеобщее веселье», либо отношение главного героя к этому веселью.

Таким образом, сделаем вывод о том, что у испытуемого №4 не развита образная система репрезентации, у остальных развита.

Соотнесем эти показатели с самоотчетами испытуемых. Как у музыкантов, так и у модельеров в творческих исс появляются синестезии, причем не только цвето-звуковые. Не только дизайнеры, но и пианисты активно в творческом процессе используют зрительные образы.

Единственный испытуемый, у кого они не появляются - это испытуемый №4. Он также сам утверждает, что образы для понимания музыки ему приходится вызывать специально, да и то они не помогают.

Таким образом, наша гипотеза оправдалась. Различия были выявлены не только в образной сфере мышления, но и в сфере восприятия.

1. В нашей работе получила свою дальнейшую разработку гипотеза о существовании особого вида ИСС, названных по аналогии с высшими психическими функциями, высшими ИСС, а значит социо-культурных по происхождению, опосредованных и произвольных. Для ее проверки было проведено практическое исследование висс в разных видах творческой деятельности дизайнерской и музыкальной

2. Нами были разработаны методики структурированного интервью для сбора информации о феноменах творческих исс. Она была апробирована на двух группах студентов пианистах-исполнителях и дизайнерах одежды с целью диагностики различий в феноменологии исс в разных видах творческой деятельности.

Нами были выявлены различия в феноменологии исс возникающих в разных видах творческой деятельности, а именно выявлено преобладание различий в изменениях

мышления: становится более конвергентным у музыкантов и более дивергентным у дизайнеров;

внимания: становится более ненаправленным и расплывчатым у дизайнеров и более сконцентрированным у пианистов, также художники более склонны не замечать окружение в творческом процессе;

самосознания: у дизайнеров несколько меняется я-концепция,

сознания: дизайнеры скорее ощущают помутнение сознания, музыканты, наоборот, прояснение,

ощущения времени: нарушаются больше у музыкантов,

изменение смысла у музыкантов происходит скорее по отношению к своей творческой деятельности, а у дизайнеров мир начинает приобретать новые смысловые оттенки и др.

3. Нами были выявлены и качественно описаны различия в приемах и способах вхождения в творческие исс, ситуациях, в которых это происходит, форме выражения, характерные для разных видов творческой деятельности. Способы, обеспечивающие комфорт и спокойствие более характерны для дизайнеров, а способы, характерные для музыкантов определяются формой концертной деятельности; виды, которые выделяют музыканты, связаны с разделением деятельности на концертную и репетиционную часть, виды, которые выделяют дизайнеры скорее можно описать по их направленности во вне или на себя, дизайнеры чаще входят в ИСС-Т в расслабляющих ситуациях, музыкантам, наоборот, нужна активация.

4. Также было показано и описано различие в феноменологии исс в творческой деятельности в соответствии с различиями в способе ментальной репрезентации конкретно: различия не только в количестве, яркости и активности ментальных образов, но и различия в синестезийности ощущений зависят от выраженности образной системы репрезентации.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В данной работе совершены лишь первые шаги на пути разработки проблемы зависимости характеристик исс в разных видах творческой деятельности. По сильнее сказать В ней мы ставим проблему зависимости характеристик исс от индивидуального стиля деятельности, установки и социо-культурных факторов. В дальнейшем, мы планируем продолжать научный поиск в этой области. Чтобы глубже понять и суметь объяснить сам факт зависимости, нанеобходимо обратиться к следующим проблемам.

Во-первых, рассматривая феноменологию исс в творческих состояниях, мы основывались на способе, предложенном в западной психологии для определения сознания как измененного. Он предполагает совершение 2х шагов: 1)опрелеление того, какие психические функции начинают работать по-другому, 2) описание феноменов, возникающих при этом изменение. Нам кажется, что необходимым введение третьего шага: описание того, как конкретно переживается тот или иной феномен. Это позволит нам более качественно и тонко осуществлять диагностику различий в исс в разных видах творческой деятельности.

Во-вторых, необходимо в дальнейшем при сравнении различных исс-т, контролировать фактор установки. Но также и необходимо изучить пролему зависимости исс-т от различных видов установок. Для этого необходимо провести анализ феноменологии исс в творческой деятельности в соответствии с различными уровнями установок, возникающих в этой деятельности.

В-третих, необходимо проводить дальнейшую разработку методики для описания феноменологии в творческих состояниях сознания. Мы бы хотели создать на ее основе опросник, для более тонкой диагностики специфических характеристик ИСС-Т.

Также, нам кажется необходимым провести анализ зависимости выраженности феноменологии творческих исс от опыта вхождения в исс. Это тоже один из факторов,через которые вид творческой деятельности может влиять на характеристику исс.

Для дальнейшего рассмотрения нам представляется необходимым поставить проблему зависимости характеристик исс от творческих способностей. Причем в этом ключе не обязательно исследовать исс именно в творческую деятельность.

Также может быть поставлена и исследована проблема разных видов ИСД в творческой деятельности. Это позволит увидеть, что же в характеристиках исс зависит именно от индивидуальных характеристик, а что от самой творческой задачи.

ЛИТЕРАТУРА

Арнхейм Р. Визуальное мышление. - В кн.: Хрестоматия по общей психологии мышления/ Под ред.Гиппенрейтер Ю.Б., Петухова В.В. - М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1981

Асмолов А.Г. По ту сторону сознания: методологические проблемы неклассической психологии. - М.: Смысл, 2002

Бабаева Ю.Д. и др. Психология одаренности детей и подростков: Учеб.пособие для студ.высш. и сред. пед.учеб. заведений/ Под ред. Н.С.Лейтес. - М.: Академия, 2000

Белик А.А. Измененные состояния сознания как междисциплинарная область исследований - В кн.: Личность, культура, этнос: современная психологическая антропология/ под ред. А.А.Белика. М.: Смысл, 2001

Белик А.А.Культра и личность: Психологическая антропология. Психология религии: Учебное пособие. - М.: Изд-во Рос.гос.гуманитарного университета. - 2001

Богоявленская Д.Б. Психология творческих способностей. - М.:Академия. - 2002

Богоявленская Д.Б. «Суъект деятельности» в проблематике творчества // Вопросы психологии . - 1999 - №2

Бочкарев Л.Л. Психологические аспекты публичного выступления музыкантов-исполнителей// Вопросы психологии. - 1975 - №1

Бургиньон Э. Измененные состояния сознания.- - В кн.: Личность, культура, этнос: современная психологическая антропология/ под ред. А.А.Белика. М.: Смысл, 2001

Буякас Т.М. О феномене наслаждения процессом деятельности и условиях его возникновения (По работам М. Чиксентмихайи) // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. - 1995 - №2

Вудвортс Р. Этапы творческого мышления. - В кн.: Хрестоматия по общей психологии мышления/ Под ред.Гиппенрейтер Ю.Б., Петухова В.В. - М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1981

Годфруа Ж. Что такое психология. - М.: Мир. - 1972

Гольденвейзер А.О музыкальном исполнительстве- В кн.: Вопросы музыкально-исполнительского искусства/ Под ред. Л.Гинсбург и А. Соловцова. - М.: Государственное Музыкальное здательство. - 1958

Гончаренко Н.В. Вдохновение и интуиция. В кн.: «Психические состояния». -Питер.: Спб. - 2001

Гордеева О.В. Измененные состояния сознания при мсенсорной депривации. - Вестник МГУ, Сер. 14, Психология.-2004, №1-2

Гордеева О.В. Культурно-историческая теория Л.С. Выготского как методологическая основа изучения измененных состояний сознания (ИСС). // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ. Вып.1. - М., 2002

Гордеева О.В. Трансформация мыслительной деятельности как критерий измененного состояния сознания. В кн. «Творческое наследие А.В. Брушлинского и О.К. Тихомирова и современная психология мышления (к 70-летию со дня рождения)». - М.: Изд-во Институт психологии РАН, 2003

Гриндер Д., Бэндлер Р. Структура магии - У.: Изд-во Альян, 2001

Дейкман А. Бимодальное сознсние (В переводе Гордеевой О.В.) В кн.:- “Arch Gen Psychiatry”. - 1971, Vol. 25, December. - P.p. 481-489.

Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. - М.: Тривола, 1999

Климов Е.А. Индивидуальный стиль деятельности. // Психология индивидуальных различий. Тексты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, В.Я.Романова. М.: Изд-во МГУ, 1982

Климов Е.А. Образ мира в разнотипных профессиях: Учеб. пособие. - М.: Изд-во МГУ, 1995

Козлова Т.В., Ильичева Е.В. Стиль в костюме ХХ века. Учебное пособие для ВУЗов. - М.: МГТУ им. А.Н.Косыгина, 2003

Криппнер С. Психоделическое состояние, гипнотический транс и творческий акт. - В кн.: Тарт Ч. Измененные состояния сознания. - М.: Эксмо, 2003

Кучеренко В.В., Петренко В.Ф., Россохин А.В. Измененные состояния сознания: психологический анализ // Вопросы психологии. - 1998 - №3

Левитов Н.Д. Состояние вдохновения. В кн.: «Психические состояния». - Спб.: Питер, 2001

Людвиг А. Измененные состояния сознания . - в.кн.: Тарт Ч. Измененные состояния сознания. - М.: Эксмо, 2003

Македонов А.В. К методологии изучения творческой лаборатории писателя. В кн. «Психология процессов художественного творчества (сборник)». Отв. Ред. Мейлах Б.С., Хренов Н.А. - Л., 1980

Маслоу А. Психология бытия http://isbndb.com/d/book/creativity\_a11/library/71.html

Маслоу А.Дальние рубежи человеческой психики. - Спб.: Евразия, 1999

Мелик-Пашаев А.А.. - Выразительная функция цвета в изобразительной деятельности детей. - Вопросы психологии.- №4.-1975

Мордвинцева Л.П. «Измененные состояния сознания: современные исследования. Научно - аналитический обзор». М.: ИНИОН РАН, 1995

Мясищев В.Н., Готсдинер А.Л. Влияние музыки на человека по данным электроэнцефалографических и психологических показателей //Вопросы психологии - 1975- №1

Пиаже Ж. Речь и мышление ребенка. - Педагогика-Пресс. - М. - 1994

Райков В.Л. Искусство и сознание. - М.: Зеркало Вселенной. - 2000

Райков В.Л. Роль гипноза в стимуляции психологических условий творчества. // Психологический журнал - 1983 - Том 4, №1

Ратнер-Кирнос. «Вдохновение и откровение». - М.: Интор, 1995

Силантьева И.И., Клименко Ю.Г. «Актер и его Alter Ego». - М.: «Грааль», 2000

Тараканов М.Е. Замысел композитора и пути его воплощения. В кн. «Психология процессов художественного творчества (сборник)». Отв. Ред. Мейлах Б.С., Хренов Н.А. Л.: 1980

Тарт Ч. Состояния сознания // В.Кн.: «Магический кристалл: магия глазами ученых и чародеев». М.: Республика,1995

Тарт Ч.Введение. -. - В кн.: Тарт Ч. Измененные состояния сознания. - М.: Эксмо, 2003

Теплов Б.М. Психология музыкальных способностей. В кн.: «Психические состояния». - Спб.: «Питер», 2001

Тихомиров О.К. Психологические исследования творческой деятельности. - М.: 1975

Тихомиров О.К. Психология мышления: учебное пособие. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984

Узнадзе Д. Н. Общее учение об установке. - В кн.: Хрестоматия по курсу «Введение в психологию»/ Под ред. Соколовой Е. Е. - М.: «Российское психологическое общество». - 1999.

Фортунатов Н.М. Творческий процесс Л.Н. Толстого как «опыт в лаборатории. В кн. «Психология процессов художественного творчества (сборник)». Отв. Ред. Мейлах Б.С., Хренов Н.А. Л.: 1980

Фромм Э. Первичный и вторичный процессы в бодрствующем и в измененных состояниях сознания (В переводе О.В. Гордеевой). - Primary and secondary process in waking and in altered states of consciousness. - “Journal of altered states of consciousness”. - 1978-1979. - Vol. 4(2). - p. 115-128.

Холодная М.А. Когнитивные стили: О природе индивидуального ума. Учебное пособие. - М.: ПЕР СЭ, 2002

Холодная М.А. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. - СПб.: Питер, 2002

Хренов Н.А. Творческий процесс в кино как объект изучения. В кн. «Психология процессов художественного творчества (сборник)». Отв. Ред. Мейлах Б.С., Хренов Н.А. Л.: 1980

Чехов М.А. «Путь актера». М.: Издательство АСТ, 2003

Alvarez A. Drugs and inspiration. - Social Research. Fall 2001. - <http://www>. Findarticles.com/p/articles/mim2267

Clarke Mc Laughlin S. The relation between physical dimensions and higher consciousness. - J. Altered states of consciousness, Vol. 5(1). 1979-80. - p.65-81.

Nicola J. Holt, Deborah L., Delanoy & Chris A.Roe. Crativity, subjective parnormal experiences and altered states of consciousness http://parapsych.org/papers/47.pdf

Rothenberg A. Translogical secondary process cognition in creativity. J. Altered states of consciousness, Vol. 5()

ПРИЛОЖЕНИЯ

изменения в мышлении:

иногда я не могу не думать о своем творческом проекте, даже если необходимо заниматься другими делами

Во время вдохновения у меня иногда возникают ощущения

что идеи возникают в моей голове сами собой

будто кто-то вкладывает идеи в мою голову

что я со стороны наблюдаю за своими мыслями

что я не могу прекратить мысли, связанные с творческой работой, даже если захочу

В состоянии вдохновения новые идеи возникают у меня в голове с удивительной легкостью

В состоянии вдохновения

я плохо понимаю, что происходит у меня в голове

часто бывает так: я только хотел что-то придумать, а оно уже вот само и появилось в голове

Я иногда не понимаю, как в процессе творчества прихожу к тому или иному результату

Если кто-нибудь спросит меня, как я думал, как я пришел к результату, я не смог бы объяснить

я могу работать, не поставив перед собой конкретную цель

Когда приходит вдохновение, кажется, что мысли бегут настолько быстро, что я еле успеваю их поймать

Во время вдохновения

я так увлекаюсь образами, что могу не видеть того, на что смотрю

новые замыслы появляются у меня в голове, как ряд вспышек, озарений

во время вдохновения я могу иногда видеть то, чего нет на самом деле, но есть у меня в голове

Иногда я вижу свои картины наяву и меня это немного пугет, т.к. я понимаю,что этого не может быть

Иногда мне кажется, что музыка по-настоящему где-то играет

Часто после концерта (занятий, посещения выставки)

у меня в голове еще долго звучит музыка (возможно, даже против моего желания)

У меня в голове возникают яркие образы, даже целые картины (иногда даже против моего желания)

Когда приходит вдохновение

мне становится все равно откуда черпать идеи, могу из музыки, могу из живописи, могу еще откуда-нибудь

каждая ситуация в которую я попадаю, любое событие, да все что угодно, начинают «дарить мне идею за идеей»

В состоянии творческого озарения я начинаю придумывать нечто действительно для себя новое, т.к. перестаю искать подсказки в каком-то своем прошлом или в том, что люди думают по этому поводу

В сотоянии вдохновения мое мышление меняется:

мне легко выразить словами замысел, которые я пытаюсь передать.

появляется много образов, и я легко могу переходить от логики к образному представлению

Вдохновение дает мне возможность

Без труда придумать удивительно много вариантов развития идеи

выдумывать много качественно разных идеи

видеть мою «тему» как бы с необычных сторон и мне удается находить качественно разные подходы к ее воплощению

Когда приходит вдохновение я сразу начинаю как-то по-другому мыслить, как будто это вовсе и не я думаю, а другой человек

Если я нахожусь в творческом состоянии

я сразу начинаю как-то лучше схватывать суть вещей

мне удается прекрасно и точно выражать главную мысль, делать именно то, что я задумал

Во время творческой работы у меня бывает

чувство полной внезапности результата

ощущение неожиданной и спонтанной находки

Ощущение того, что открытие приходит, как гром среди ясного неба

Если у меня появилась достаточно яркая идея будущего проекта, то часто она содержит в себе некое противоречие(напряжение), развитие которого и двигает потом весь процесс

Когда я сочиняю, образы будущего произведения являются ко мне как бы все сразу, а не разворачиваются последовательно

Изменения в работе памяти

Когда я в состоянии вдохновения

мне легко вспоминается все, что необходимо для творческой работы

в памяти всплывает такое, чего я, казалось, и не мог бы знать

всплывает такое, о чем я забыл и никогда раньше не вспоминал

кажется, что образы моего давно забытого опыта всплывают без моих усилий, будто сами собой

По прошествии работы, сопровождавшейся творческим озарением

я достаточно долго вспоминаю о ней, прокручиваю в голове каждый момент часто у меня в голове вспоминается и вспоминается, как я это делал, иногда даже, если я этого по какой-то причине не хочу

Восстановить в памяти то, как шел творческий процесс, -задача для меня трудно выполнимая

Часто я узнаю, каков я был в состоянии вдохновения только по рассказам «очевидцев», т.к. сам не помню этого

Когда работа была уже проделана я плохо помнил или не мог вспомнить действия других людей, окружающую обстановку

В таких случаях я плохо помню:

изменения в работе внимания

в состоянии, оптимальном для творческой работы

я могу сосредотачиваться на мельчайших деталях своей работы

a) мне приходится подчиняться своему вниманию, оно меня ведет

б) мне сложно сказать на что направлено внимание, но его концентрацию я безусловно чувствую

я ощущаю себя невероятно сконцентрированным, будто направляю на это все свои душевные силы

я могу стать таким рассеянным, что не замечаю ничего вокруг, например:

в состоянии, оптимальном для творческой работы

1. я могу очень долго быть сосредоточенным на чем-то, намного дольше, чем в обычном состоянии

. если что-то отвлечет меня, я немедленно возвращаюсь к своему делу я бываю поражен тому, насколько точно мое внимание находит именно то, что наиболее необходимо в данный момент

D. Чтоб пришло вдохновение мне надо некоторое время ощутить некую «пустоту в своем сознании»

Часто перед приходом вдохновения бывают моменты, когда у меня в голове пусто, я не думаю не о чем

Когда мне нужно настроиться, я испытываю некое состояние внутренней пустоты, но при этом сосредоточенности

Изменения в восприятии

E. В моменты творческого озарения

1. мое восприятие одновременно целостно и конкретно

2. предмет (мелодия, слово, жест) кажется прекрасным в своей конкретности и одновременно яляется частью чего-то более общего, более целостного, более высокого

F.

1. Я воспринимаю вещи, как будто вижу их впервые, без всякого мнения о них или отношения к ним

2. Я воспринимаю объект своего творчества, будто он один во вселенной и кроме него для меня ничего не существует

. мне кажется, что я воспринимаю мир, как новорожденный ребенок

G. У меня перед приходом вдохновения бывает предчувствие, что что-то должно произойти

1. Если я очень увлечен работой и физические и духовные силы мои на исходе, я могу начать видеть или слышать совершенно реально то, чему посвящена моя работа

2. Иногда перед сном, если я очень утомился или не спал больше суток , у меня могут появляться зрительные или слуховые видения, связанные с предметом моего творчества

нарушение в ощущениях

A. В моменты вдохновения

3. мне кажется, что я будто без кожи, я все чувствую, вижу, ощущаю намного острее

4. я становлюсь слабо чувствительным ко всякого роды воздействиям, не относящимся к творчеству: я могу подолгу не ощущать неудобной позы, боли, холода, жары и т.д и т.п.

H. Во время вдохновения

1. :я могу видеть цвет музыки

2. могу чувствовать музыку наощупь

. что-то еще подобное

изменения в эмоциональной сфере

H. В состоянии творческого подъема

меня очень легко вывести из себя

если меня начинет кто-то отвлекать, это очень сильно раздражает, я могу быть непредсказуем в выражении своих эмоций в этот момент

мои чувства и эмоции как-то ярче проявляются

Радость открытиия бывает иногда столь сильна, что я перестаю понимать, что делаю в этот момент.

я могу полностью находиться во власти эмоций

я становлюсь спокойным и сосредоточенным кому-то или чему-то очень сложно вывести меня из себя

я вообще перестаю чего-либо бояться, даже если есть опасность

я часто я не задумываюсь о последствиях

мне не страшно быть самим собой

уходит нерешительность, сомнения, боязнь неудач

Пожалуйста, опишите свои чувства во время вдохновения.

Чувствуешь себя над всем

Чувство свободы, победы, необыкновенного подъема

Начинается какая-то одухотворенность, внутренняя готовность лететь

Состояние какой-то сверхгармонии, сочетание покоя и света

состояние эйфории

дополните список, если необходимо

Когда я работаю с вдохновением

у меня возникают иногда глубокие непонятные эмоции, мало похожие на то, что я испытывал в жизни

у меня появляется ощущение, что я могу испытывать сразу несколько эмоций

я могу испытывать и положительные и отрицательные эмоции одновременно

я испытываю удивительную радость, когда моя мысль, пройдя долгий путь, начинает приобретать все более точную и лаконичную форму

я чувствую напряжение и конфликт в разарбатываемых мной идеях и образах

я больше способен удивляться чему-то в процессе творческой работы

меня ведет к результату скорее чувство, а не разум

я даже не чувстствую, как я думаю, я только чувствую, как чувствую

ко мне может прийти ощущение, что я делаю именно то, что надо, и как надо

я живу мыслями и эмоциями, настроением того, что является творимым в данный момент

Иногда сила или внезапность озарения могут вызвать у меня испуг

Иногда во время творческого подъема у меня появлялись состояние необъяснимого трепета

очень сильные ощущения, казалось что они были на грани моих возможностей

чувство, что еще чуть-чуть и я сойду с ума

VII. Воля

Часто во время творческих состояний у меня возникает ощущение, что все происходит помимо моей воли, что все происходит само собой, а я как бы ни при чем

IX. Способности :

C. В моменты особого творческого подъема

1. у меня возникает ощущение, что все мои способности задействованы самым полным образом

2. у меня появлялось ощущение, что я действую на грани возможного

D.

1. я забываю о том, что нужно есть, что нужно спать, я могу сутками посвящать себя своему делу

2. я могу быть очень уставшим и при этом быть очень продуктивным

3. у меня появляется невероятная трудоспособность

С.

1. Кажется, что я становлюсь «сверх-собой», вдруг открываются новые способности, появляются новые силы

2. я действительно могу на голову больше и лучше, чем в обычной жизни

. кажется, что я настолько контролирую и чувствую ституацию, что способен предвидеть, что произойдет в следующий момент

4. я ощущаю себя ясновидящим. продукт деятельности иногда не признается своим

1. Результат моего труда иногда бывал настолько невероятен, что я не мог поверить, что это сделал я

Х. мотивационный компонент творческой деятельности

С приходом вдохновения я

1. я чувствовал особую готовность к творчеству, особый настрой.

2. понимал, что максимально настроен на творческий процесс и ничем кроме него не только не хотел, но и не мог бы заниматься.

. испытывал настолько сильное желание творить, что, казалось, ничто в мире не смогло бы помешать мне

ХI. повышение энергетического уровня

G. когда появляется вдохновение,

1. кажется, будто вообще сил стало больше

2. кажется, что творческой энергии стало больше

. у меня возникают новые идеи, даже если мне до этого казалось, что я полностью творчески истощен

H. Когда я нахожусь в состоянии сильнейшего творческого подъема

1. мне очень тяжело заснуть

2. я могу очень долго обходиться без сна, например . . . . . .часов

XI(a)

2. Несмотря на то, что мне приходилось тратить много усилий на творческую работу, я не чувствовал, что это мне в тягость.

3. Когда я работаю с вдохновением, я не чувствую усталости в процессе работы.

. Когда в последствии я оценивал проделанную работу, я не мог поверить,что эти сложные, трудные вещи давались мне с такой легкостью.

XII. Трансформация смыслов

B. Когда я работаю с вдохновением, возникает особое отношение к творческой деятельности. Например:

1. для меня не не может быть ничего важнее моего дела

. я отношусь к своей работе с любовью, как мать относится к своему ребенку

3. Иногда, в особые моменты творчества, смысл всего мироздания видится мне через призму моей творческой деятельности

4. я испытываю большую потребность многим рассказать о моей идее и делаю это вне зависимости от их желания слушать

5. моя работа настолько важна для меня, что я не допускал, чтоб хоть кто-нибудь узнал о моих планах относительно ее, потому что боялся, что они сорвутся

В. особое отношение к миру:

8. начинаешь ощущать ценность мира самого по себе, просто от того, что он есть

. стараешься максимально «полно» принять реальность, тогда в голове родится что-то новое

10. начинаешь воспринимать мир как в какой-то степени наделенный сознанием

11. уходит потебность как-то изменить мир, сделать его лучше

12. кажется, будто весь мир стал другим

13. возникает чувство обновления всего мира

14. остро ощущаешь непререрывную изменчивость мира в каждый момент времени

I. особое отношение к объекту творчества и к продукту:

1. то над чем я работаю становится очень ценным для меня

2. я начинаю воспринимать предмет своей работы как в какой-то степени наделенный сознанием

. когда я закончил работу, кажется, что продукт моего творчества начинает жить своей собственной отдельной жизнью

4. смысл всего мироздания отражается в объекте творчества

J. Когда я работаю с вдохновением, возникает особое отношение к самому творческому переживанию, например:

1. такие переживания являются очень ценными для меня

2. приходящее вдохновение настолько больше и сильнее меня, что я его принимаю с благоговением, восхищением.

. переживаемые мной ощущения настолько велики и захватывающи, что я чувствую себя ничтожным по отношению к этой силе

. я считаю, что в моменты озарения открывается некая истина, которая непознаваема для «обычного человека»

K. Когда я работаю с вдохновением возникает особое отношение к тому, что с творческой деятельностью не связано. Например:

1. когда я занимаюсь творчеством, все кроме него теряет для меня значение

2. иногда я вдруг чувствую себя совершенно обессиленным, видимо, от того, что долгое время забывал есть, пить и отдыхать

. я забываю о многих мелких делах: позвонить, купить что-нибудь, заехать куда-то и т.д.

L. Когда я был увлечен творческой работой, я не мог еще ничего определенного сказать о том, что получится, но как-то чувствовал, что все делаю отлично, правильно, идеально и лучше просто невозможно

XIII. изменения самосознания

B. Когда я нахожусь во власти вдохновения

1. я чувствую, что становлюсь совсем другим.

. я чувствую себя великим, могучим и всесильным

2. я чувствую себя гением

3. мне кажется, что я обладаю огромной властью

. я чувствую, что мне позволено все

5. дополните список, если это необходимо

N.

1. я настолько увлекаюсь, что мне уже сложно почувствовать себя отдельно от того, что я делаю

2. я исчезаю, есть только музыка, танец, моя творческая работа

. Если мне приходится работать в группе, я часто перестаю ощущать себя отдельно от нее, мы в месте - одно целое

O.

1. я чувствую, что становлюсь намного ближе к природе, чувствую слитность с ней

2. я чувствую, что я сопричастен, одноприроден всему в мире

. я чувствую гармонию со всем происходящим

4. я чувствую, что то, что я сотворил является частью меня

. я иногда чувствую себя частью большого целого

6. иногда кажется, что я представитель какого-то более общего мирового сознания

. я ощущаю единение со всеми людьми, будто мы часть одного целого

P. я могу что-то делать, а сам в это время, будто со стороны за собой наблюдаю

Q. я бываю настолько поглощен делом, что не могу взглянуть на себя со стороны. у меня появляется чувство, что я могу достигнуть всего, чего пожелаю. Кажется, будто некая сила движет тобой, тянет куда-то, и тебе остается лишь повиноваться . Кажется, будто с меня слетают все маски, я становлюсь предельно честен с собой и с миром. Мое состояние, мысль, чувство, слово незамедлительно находят свое выражение в движении («мысль на кончике пера» или кисти, или кончиков пальцев). Во время таких переживаний я понимаю, что я стал как-то чище, лучше. Иногда я настолько увлекаюсь работой над каким-нибудь творческим проектом, что

1. это начинает влиять на мое настроение, ход мыслей, поступки.

2. это начинает оказывать влияние на мой образ жизни в целом

. ощущаю, как придуманные мной образы и персонажи начинают сами влиять на меня

. мне не приходится слышать от своих друзей и знакомых, что я изменялся, как человек

X. Когда я вспоминаю о моментах подъема в процессе творчества, я почему-то вижу себя со стороны

XIV. Нарушения сознания

A. Когда я очень увлечен творческим процессом

. у меня иногда появляется ощущение, что я стал немного сумасшедшим

2. я точно могу сказать, что я нахожусь в каком-то необычном состоянии, сравимым, например, с алкогольным опьянением

. иногда находит какое-то очумение, я перестаю понимать, что со мной происходит

B.

. Во многих случаях я могу четко указать на момент, с которого наступило вдохновение

2. Когда приходит вдохновение, я будто перехожу какой-то порог, за которым все становится другим

C. Иногда я бываю настолько поглощен творческим озарением, что

1. моментами перестаю понимать, где я нахожусь

2. все окружающее как бы погружается в туман и престает для меня существовать

. мир становится для меня как бы менее реальным

. наш мир кажется мне менее реальным, чем мир моей фантазии

D.

. люди часто говорят, что до меня в таком состоянии сложно «достучаться»

2. я могу вообще никак не реагировать на человека, который подошел ко мне с каким-то вопросом

. часто как-то заторможенно реагирую на окружающих, медленно отвечаю на вопросы

E. Во время творческой работы, я как бы нахожусь в двух мирах, беру что-то из одного и воплощаю в другом

F. Когда приодит вдохновение

1. мне кажется, что я более ясно начинаю осознавать и видеть окружающий меня мир

2. я более осознанно отношусь к происходящему

. у меня появляется более адекватный для моей работы, более полный способ восприятия действительности (уточнить, если возможно)

G. Когда я нахожусь во власти вдохновения у меня могут возникнуть:

1. ощущение сверхчувствительности,

2. сверхвосприимчивости,

. оголенности собственной души,

. оголенности нервов,

. будто сняли кожу.

6. Что из этого у вас бывает? Чувствуете ли вы еще что-то похожее?

XV. Нарушения восприятия времени

A. Когда я очень увлечен творческой работой) я иногда могу ошибиться во времени суток

b) я совсем не замечаю, как утро сменяется днем, а день вечером) бывает так: я думаю, что на улице должно быть еще светло, а на самом деле уже почти ночь

2. не могу определить, сколько прошло времени, мне не раз приходилось ошибаться

B. Когда я очень увлечен творческой работой

1. я перестаю чувствовать, как идет время, ощущение будто оно остановилось и движется с огромной скоростью одновременно

2. минута может переживаться, как целый час и наоборот

3. появляется ощущение пребывания вне времени . Трудности перенесения опыта ИСС в ОСС

1. Мне всегда сложно описывать словами то, что со мной происходило во время вдохновения

2. Попытка вспомнить детально момент творческого озарения очень похожа на попытку вспомнить сон

. Когда я пытаюсь вспомнить, как я себя ощущал в момент ворческого озарения я иногда вижу себя со стороны

. Когда я пытаюсь кому-то передать свое состояние творческого озарения, я часто сталкиваюсь с трудностями, пытаясь выстроить свои переживания и ощущения в логическую последовательность

. При попытке рассказать кому-нибудь об этом опыте будет возникать чувсво парадоксальности и невыразимости

Список примерных вопросов для структурированного интервью №2

1. Условия и способы вхождения в ИСС-в.

1. Приходится ли вам специально приводить себя в состояние, самое благоприятное для творчества?

2. На сколько часто вам приходится его искусственно создавать?

. Какие приемы и способы вы для этого используете?

. Бывают ли какие-то состояния или ситуации, в которых появление творческого состояния более вероятно?

. Пожалуйста, отметьте те состояния или ситуации, которые способствовали появлению вдохновения в вашем опыте.

· алкогольное (наркотическое) опьянение

· полусонное состояние

· состояние возникающее при длительной депривации сна

· состояние необычной пустоты сознания

· наличие сильных переживаний, как горя так и радости, иногда сильное нервное потрясение (стресс)

· состояние нервного возбуждения

· восприятие произведения искусства

· спонтанная импровизация

Можно ли что-то еще добавить к этому списку?

2. Аспекты, переживания ИСС-В, которые позволят нам говорить, что это процесс социально культурно обусловлен. Другими словами, позволит уверждать, что есть культура ИСС-В

· придумываются всякие названия тому, что происходит во время ИСС

1. Есть ли у вас какие-то особые названия для тех особых состояний, которые как-то связаны с процессом творчества?

2. Это только «ваши личные названия» или же вы активно пользуетесь этими терминами при общении с друзьями, коллегами?

· в творческих сообществах существуют какие-то свои обыденные представления о природе, функциях, структуре исс-в

1. Существует ли у вас какая-то идея о том откуда берется вдохновение, как оно протекает? Пытаетесь ли вы как-то объяснить для себя его природу?

2. Можете ли вы выделить какие-то разные типы «вдохновения»?

. От чего зависит возникновение того или иного типа?

. Обсуждаете ли вы эти идеи с вашими творческими коллегами? Находите ли вы нечто общее между их и вашими идеями?

· культура определяет содержание исс

1. Что вы ждете от состояния вдохновения?

2. На сколько хорошо вы можете представить себе то, что вас ожидает в состоянии вдохновения?

. Можно ли сказать, что оно всегда проходит по какому-то более или менее стандартному сценарию?

. Если да, то в чем конкретно это выражалось? Каким способом вы научились им управлять?

. На сколько часто вам приходится испытывать такие состояния на данном этапе вашего творческого пути?

· Существует научение поведению в ИСС-в и экспертиза

1. Можно ли сказать, что с нарастанием творчекого опыта у вас чаще стали возникать подобные состояния?

2. Можно ли утверждать, что вам приходилось когда-либо использовать чей-то опыт, чей-то совет о том, как обращаться с творческими состояниями, как их вызывать, как их испоьзовать?

3. Можно ли сказать, что с нарастанием творчекого опыта у вас чаще стали возникать подобные состояния?

· Культура определяет функции ИСС-в

1. Как вы думаете каково отношение к вдохновению в культуре?

2. Как вы думаете, что дает вам лично переживание вдохновения?(возможно, помимо достижения высокого качества творческого продукта)

Как варианты можно предложить:

§ побег от повседневного мира в более интересную реальность

§ мне интересно получить новый опыт

§ я начинаю себя лучше чувствовать, поднимается настроение, я чувствую себя более здоровым духовно и физически

§ в такие моменты я лучше понимаю как мне жить и действовать в этом мире, или же эти переживания во многом заставлют меня пересмотреть как-то свое поведение, свое отношение к жизни, себя самого

§ В такие моменты я действительно чувствую себя настоящим творцом (художником, танцором, музыкантом)(установление и подтверждение идентичности)

§ Благодаря тому, что я чаще других испытываю вдохновение, я могу считать, что я более одарен и талантлив (поднятие и подтверждение профессионального статуса)

3. Встречались ли вам хоть раз случаи, когда кто-то изображал вдохновение?

4. В какой ситуации это происходило?

. Как вы думаете, зачем это было сделано?

4. Вопросы на проверку гипотезы о некотором сходстве Исс-в и ТО и Т(по Бургиньон)

Каждый раз выбирайте какое положение для вас более характерно:

1. Во время вдохновения мне кажется будто на меня снизосходит некая сила, иногда даже «дух». Он творит моими руками. Я при этом остаюсь пассивной рецептивной стороной.

2. Я считаю, что вдохновение - это открытие дверей в иной мир, где они уже могут продолжать свои творческие поиски на другом уровне.

Если один из этих пунктов выбран, то спрашивается, нет ли зависимости между присутствием или отсутствием зрителей и способом переживания вдохновения.

1. я часто не помню ничего из того, что со мной происходило во время вдохновения

2. Я прекрасно помнил свои переживания во время вдохновения, они очень важная как для дальнейшего творческого процесса, так и лично для меня

1. Когда ко мне приходит вдохновение я начинаю много и быстро работать, становлюсь очень активен, приходится соображать прямо на ходу

2. Для меня скорее свойственно долго и до мелочей все придумывать и продумывать в голове, а потом уже собственно «творить руками»

Испытуемый №1 (пианист). 3й курс консерватории, 22 года

Считаешь ли ты, что для так называемого творческого процесса нужно особенное состояние?

Да

И в чем оно выражается? Так, если можно, в нескольких словах.

Я не знаю? как это описать, какими словами. Ну, оно не я вляется тем, что можно вызвать искуственно. Но смысл его в том, что в процессе него ты часто... (но я не сторонник идеи того, что творческие люди - это медиумы). Но в принципе, действительно бывает так, что ты идешь, т.е. тобой что-то движет, и совершенно в безвыходной ситуации ты находишься, т.е... Со мной по крайней мере это происходит так... Т.е. ты, например, играешь музыкальное произведение и тут начинаешь в нем что-то понимать. Ты понимаешь, что это ты понимаешь так и никак иначе... Вот особенно, мне кажется, такой процесс у композиторов должен был быть. Потому, что вот, когда ты слушаешь музыку, особенно гениальную, там вот видишь, что все это так, потому что никак иначе оно быть не могло. И даже такое удивительное происходит. Вот когда, например, слушаешь романсы 2х разных авторов на одно и то же стихотворение. Ну, я там не знаю: Даргомыжского и Рахманинова. Музыка следует за словом, вот каждая интонация за словом. Но она движется в разных направлениях и при этом, слушая Д., ты понимаешь, что иначе написать романс было совершенно невозможно. Я вот не знаю, как это называется и как это происходит, но тем не менее, но получается так, что ты как бы уже не совсем в своей власти в понимании произведения.

А можно еще такой вопрос? А в чем заключается творчество в исполнительстве?

Ну, если ты играешь произведение, в котором 1118 нот. На рояле еще нужно попасть в эту ноту. В скрипке и этого нет.....1118 нот можно сыграть еще не меньшим количеством способов. Ну, некоторые элементы тебе композитор подсказал, где там с ударом нажать, где еще как-то. Но все равно, даже и это можно сыграть по-разному. Вот творчество собственно в том, чтоб все эти 1118 нот собрать воедино, и чтоб они слышались не как 1118 нот, а как 1.

А что это за идея такая, что творческие люди - это медиумы? Откуда пошла?

Ну, говорили об этом многие. Очень уважал эту идею Чайковский, который говорил во всех своих письмах об этом. Вот он писал, значит, что должен был написать какую-то симфонию. 3 месяца не мог начать писать. А потом ему «настучали», и он за 2 дня ее закончил. Ну, в принципе, распространенная теория. Началась она с эпохи романтизма. Когда... Ну раньше композиторы, они как бы балы обслуживали (...) А с эпохи романтизма они почувствовали себя свободными художниками, почувствовали, как их музыка влияла на людей и эта теория стала очень популярна.

Значит, ты говорил, что искусственно вдохновение вызвать невозможно..... Нет, я не говорил, что это невозможно, я просто не знаю, как это делается.

Понятно. А можно сказать, что вот один раз играешь как обычно, а второй раз ну вообще прям супер.

Нет, так сказать нельзя. Я бы различил 2 вида вдохновения. Одно - при занятиях, а другое при исполнении.

Т.е. концерт и репетиции?

Да. Т.е. то вдохновение, которое приходит, когда ты играешь на концерте, имеет другой вид, потому что на сцене ну все совершенно по-другому, чем когда ты играешь дома для себя, на занятиях или даже для педагога. А...и дело здесь не в том, сколько народу сидит в зале и где ты играешь, просто вот внутри как-то ...ну, просто какие-то, просто внутри как-то все начинает по-другому работать. Не то что какие-то другие.., не слышать как-то по-другому ты начинаешь по-другому...... нет, нет слышать ты начинаешь по-другому.... сейчас, сейчас, я объясню. Дело не в том, что все изменяется, да, а в том, что у тебя все внутри работать по-другому начинает.

Да, да, да.

Ну не то чтоб со сбоем, а просто ты слышишь, как все происходит немножко по-другому.... И, и вот если приходит вдохновение, оно как-то, как будто ты в другой плоскости находишься.

А вот домашние занятия. Вдохновение происходит чаще всего, когда ты играешь уже подряд невероятное количество времени, вот вдруг чувствуешь, как количество переходит в качество... ну, если ты не просто балду пинаешь за пианино. А в какой-то момент ты вдруг понимаешь, что «АГА!» Но часто бывает, что ты можешь заниматься 3 недели без перерыва, и ничего такого не происходит.

Но в основе этого «АГА!» все равно лежит мыслительный процесс. Ты думаешь «как?», ищешь, можешь перепробовать нереальное количество вариантов и только потом придет вот это «АГА!»

Я бы вот еще что хотела спросить. Нет ли у тебя способов привести себя в творческое состояние, когда совсем ничего не хочется, а работать то надо, надо себя как-то подготовить....(привожу пример с художниками). Может, есть какие-то ситуации, которые способствуют приходу вдохновения? Может, например, погулять надо сходить? Есть у тебя что-нибудь такое?

Да, есть. Часто, вот, когда играешь что-нибудь не наяву, а в голове. Ну, часто можешь вдруг что-то заметить.

Ну, да.

Ну, например, что там нота какая-то есть. Т.е раньше ты ее кидал как-то, знал, что ты что-то нажимаешь. А тут обратил внимание, что она вот отсюда и она что-то значит.

Неужели можно так точно понять, что она значит?

Нет, вот я к тому, что, например, она вот была здесь... Ну, вот, например, играешь ты сонату в 4х частях. И вдруг в 3й части появляется мотив, который до этого был в 1й. Т.е. это не значит, что ты вот точно знаешь, например, что вот здесь вот кого-то убили.....

Ага.

Но, явно можно понять, что ЭТО ЧЕГО-ТО ЗНАЧИТ. А до этого я их воспринимал просто как 3 ноты какие-то.

Да, да, все понятно.

А, хотя бывают произведения, где совершенно четко понятно, что это значит. Вот есть такая симфоническая увертюра, называется «Ромео и Джульета». Кроме названия в ней ничего нет, нет никакой программы, т.е. нет пересказа Шекспира, но там можно точно показать ноту, где Ромео умирает. Но, конечно, у Чайковского есть такая манера писать очень все понятно. Но тут не тупой такой лапидарный пересказ. Но там точно можно показать ноту, потому что там сначала все грохочет, а потом весь оркестр играет одну и ту же ноту. Ну, тут прямо понятно, что, ну просто какой-то катаклизм произошел......

Скажи, а бывает так, что образы на музыку накладываются?

Ну, ну как это накладываются? Может я не совсем понимаю... Но иногда бывает так, что можно двигаясь от какого-то совсем шаблонного образа, можно, даже его не переосмысляя, как бы найти какую-то индивидуальность в нем. А... вот, например, у Шопена есть такой этюд, называется 23тий. Очень весь такой бравурный, яркий....правая рука там просто наяривает так, что можно с ума сойти как сложно, черным черно в нотах. У него еще такой название совершенно банальное, как мне кажется, «Снежная буря»... Ужасное название, мне кажется, что произведение гораздо глубже, чем метель какая-то...

Ага, ага.

Но, при этом как бы от него отталкиваешься, представив себе снежную бурю, ну как это... находясь между сном и бодрствованием, то можно там найти как-то интонацию в образе.

Ага, я бы все-таки хотела вернуться к тому, откуда мы начали. Мы говорили о способе, который помогает войти в творческое состояние.

А, ну, вот я люблю накануне перед выступлением за один или 2 вечера выходить погулять, пропевая про себя музыку, при этом что-то думаю. И я достаточно себя не контролирую, наверное, произвожу впечатление какого-то наркомана, вот, потому что я там руками делаю пассы какие-то. Вот.

А что, тебе кто-то сказал, что ты выглядишь, как наркоман?

Нет, я просто шел как-то раз вот тут вот недалеко, вот так вот руками что-то махал, а мне там такой голос из кустов: «Мужик, что ты делаешь?». Я сказал, что я фантазирую(...)Ну вот, в обычной подготовке какой-то технологический момент сильно присутствует, да, а вот если проживать это внутри себя, то состояние какое-то подходящее наступает, ты как-то можешь включиться быстрее....

Ага, понятно. А бывают какие-то такие ситуации, в которых оно чаще приходит? Вот это вот состояние?...

У меня эти ситуации называются после 11 вечера.

После 11 вечера.... Это, когда спать охота?

Нет, ну не когда спать охота, а как-то вот почему-то вечером.. .Я вообще хорошо занимаюсь почему-то утром, когда вот полон сил и есть вот четкость какая-то.

Ага.

А вечером четкости уже нет, но иногда бывает такое состояние, что просто невозможно оторваться.

А вот теперь я тебе буду называть ситуации, которые кому-то как-то помогают или могли бы вызывать это состояние. Если тебе это помогает, для тебя это подходит, ты говори.

Значит, некоторым помогает алкогольное опьянение. Не пробовал ли ты играть в нетрезвом состоянии?

Пробовал, совершенно не помогает. Какая-то слабость, в общем чувствуешь себя дураком каким-то.

Так, полусонное состояние, когда хочется спать?

Нет.

А вот то, что ты мне рассказывал про образы в голове?

А это про состояние между сном и бодрствованием, когда ты вроде бы и не спишь, но образы как-то приходят?

Вот да, я сейчас спрашиваю не про техническую часть.

Нет. Так нельзя. Вот, например, у тебя возник образ. Но мало того, что он у тебя возник, тебе его еще и воплотить надо. А как его воплотить - это вопрос технический. Вот так или не так, вот так, или не так. А если ты будешь в полусонном состоянии «вот так, или не так», ты ничего не поймешь, тебе, наверное все «так».

Ага.

Т.е. тут нет такого разделения образа и технологии... Ну вот, художник, он что-то придумал, ему же надо нарисовать, да?

Да.

Так и нам надо это как-то издавать звуками. Вот и это очень большой концентрации требует.

А может быть, что в состоянии плохой концентрации, ты вот не стремился к чему-то не надеялся, а оно само не нарочно получилось?

Ну, так тогда ты это не сможешь закрепить. В трезвом состоянии у тебя уже ничего не получится, в нетрезвом состоянии человек же себя не очень хорошо контролирует.

А у тебя бывает такое состояние, когда, например, сутки не спал и спать не хочется, что -то наподобие «адреналинчика внутри».

Ага.

Вот это вот может ли способствовать приходу вдохновения?

Ну, э-э-э. Честно говоря, я сомневаюсь, хотя может быть.

Есть мнение, что в этом состоянии отключается критика, и это способствует выходу большого количества идей.

А я вовсе и не считаю, что вдохновение - это отсутствие критики. Наоборот... ты придирчив... Потому что на совершенстве технологическим ты вот уже можешь грань, эту тонкую грань найти.

Понятно.

А вот если у тебя нет этого совершенства технологического... Внутри ты можешь переживать как угодно ярко там, горячо, образы у тебя там будут суперубедительными. Как вот говорит наш шеф: «Сам ты вот все очень хорошо объясняешь, а ты вот сыграй» Мне не кажется, что, если отключается критика, то это помогает вдохновению.

Дальше. Наличие каких-то сильных переживаний, например, там горя, радости или когда сильные нервные потрясения? Это помогает?

Нет. Вот следующий момент. Когда после горя или радости может наступить следующий момент, появляется пустота какая-то. И наоборот ясность, вот скорей тогда.

Дальше. Состояние нервного возбуждения, например, нервозность перед концертом.

Ну, в последнее время меньше. Т.е. такое волнение...

Хорошее?

Да, вот оно такое волнение. Это просто, наверное, приходит с опытом.

Вот волнение оно как, может бросить в крайность. Т.е. ты можешь играть как Кисин молодой, но и в другую крайность, когда все, что не выучено, пролезет и все, что выучено тоже почему-то не получится. Вот это волнение какое-то адреналинистое и неуправляемое. Последнее время больше удается с ним справляться. Ну вот, мне кажется, что оно последнее время во мне какое-то адекватное стало.

Спонтанная импровизация.

Ну и что здесь надо сказать?

Способствует ли она появлению вдохновения?

Я не очень понимаю, что такое спонтанная импровизация.

А вот это как раньше плавать учили: бросят посреди речки и плыви. Вот представь себе, что это может быть, как-то без серьезной подготовки играть что ли

Ну, мне сложно это себе представить. У меня как-то так все размеренно в жизни происходит, как у бюргеров.

Т.е. тебе не приходилось как-то играть вдруг неподготовленным.

Нет, что ты? Неподготовленным играть. Нет, ну когда-то приходилось, конечно. Но я не думаю, что это могло бы как-то способствовать. Скорее больше получается как-то обыденно играть.

Ну, может, есть такие профессии, где надо импровизировать. Как Бетховен говорил, что такое импровизация - «это структура из нескольких заранее согласованных элементов». А у нас все-таки надо как-то играть то, что написано. Э-э-э. Бывает такое, что тебе на экзамен примерно через час надо идти, а тебе уже сейчас играть надо.

Да, да, да.

Вот, ну в принципе, экзамен, он как. Обычно начинаешь волноваться за сутки до того, как тебе играть надо. Но вот если брать ситуацию, что тебе вот так надо оп-па и на сцену, то как будто не перестроился. Вот так немного «обыденно получается»

А-а-а. Понятно. Вот некоторых природа, искусство вдохновляет. Тебе что-нибудь из этого близко?

Да.

И что же?

Природа - это однозначно. Другие произведения искусства - это однозначно.

Что-то еще?

В последнее время очень помогает стихи читать. Как бы. Но их еще надо подобрать, т.е. не просто поиграть Шопена и к нему почитать стихи Мицкевича, например. Вот. Там нужно как-то так для себя просто найти такую звенящую струну, которая как вопрос к тебе, то, что ты не понимаешь и потом это искать в произведении. А стихотворение - это же не рассказ, это не событийный како-то ряд. А так, если небольшое какое-то взять, то это состояние. Вот и собственно ищи, где оно есть. И часто... Я вот заметил, например, что если играешь Скрябина, то Блока читать просто идеально. И Блока читаешь и у Скрябина чувствуешь, что вот это вот там ну не одно и то же, а вот, ну ягоды с одной поляны. Например, вот если я играю Чайковского, вот неожиданно, я даже удивился, вот Тютчев оказался. Там было именно к этому произведению это стихотворение. У меня есть такое ощущение, что: ... да вот, собственно, вот строчки....

Но, не знаю, может быть, я не то кино смотрю.

Картины иногда очень помогают. Но картины в каком-то таком специфическом ракурсе немножко. Мне даже сложно это объяснить. Там вот я даже вообще не пойму с кем, кто ассоциируется. ...

Тут, мне кажется, вот какая штука совпадает. Все произведения искусства, в общем- то передают какой-то смысл, какую-то эмоцию, переживание. Оно, наверное, и совпадает?...

Да, да, наверное, так можно сказать. Но, это сложно объяснить... Ну, вот в стихотворении бывает так, что с музыкой (ну потому, что я владею немножко русским языком) Что ты понимаешь, что в эти 2 строчки они прям вот сюда вот, по крайней мере, в твою идею, что «вот иначе быть не может», они в нее попадают. А в живописи я не могу сказать, что вот я посмотрел на ногу чью-то и понял, что вот оно. Но как-то иногда вот бывает, что вот посмотришь и ....

Может быть, это сочетание цветов, линий, более абстрактные куски какие-то должны быть.

Да, может быть.

Так, переходим к следующему, вопрос такой. Какими словами тебе приходится это вдохновение называть?

Ну, э-э-э, я не знаю, ни какими словами какими-то не пользуюсь...

(я объясняю, что значит «ловить» из лексикона художников, для примера)

Ну, тогда можно вот что сказать. Иногда бывает приходит что-то много образов, ну как-то или состояний, вот состояния надо ловить. Да, надо ловить состояния. Э-а-а. Ну, не просто состояния, это сложно как-то одним словом объяснить, например «грустно». И вот его интонации можно ловить, да. Ну это собственно такая душевная работа, т.е ты сидишь, как дурак, и ловишь, и думаешь, насколько грустно, как бы так или не так, вот слишком грустно.

Вот теперь такой вопрос. Приходилось ли... Вообще, обсуждаются ли такие темы у музыкантов, ну, например, в твоем кругу?

Да, конечно. По большому счету только об этом и говорим.

Очень интересно. А какими словами в таких обсуждениях описывает сам процесс, вдохновение...?

.....Ну, нет, я что-то каких-то слов таких особых не вспоминаю.

Ну, тогда следующий вопрос. Существует ли у тебя какая-то личная идея, о том, что такое вдохновение, откуда оно берется? Как протекает? В общем, что это за сила такая? Не приходилось задумываться.

(очень тихо) Нет, ну понятно, что мы все медиумы, да? На нас насылаются сверху «всякие проклятия». Э-э-э-э, ну, на самом деле я не знаю, откуда оно берется.

А ты не пытался попробовать себе это объяснить?? Нет, а зачем? Это же все условные вещи. Зачем что-то объяснять, если это можно почувствовать.

Т.е. отдаешь предпочтение чувствам.

Нет не то, чтобы я отдавал предпочтение чувствам. Просто есть вещи, которые словами будут выражены менее точно, чем ты как бы можешь ощутить.

Понятно.

А зачем тогда их портить словами.

Понятно, но, к сожалению, я никак не могу получить от тебя информацию, если не выражать ее словами.

Ну ладно. Т.е. я говорю, если брать процесс. То чаще всего это происходит в процессе э-э-э ну не надо думать, что технологическое совершенствование - это простое выбивание нот, но в процессе технологического совершенствования вдруг ты понимаешь, что технология она иногда, ну вот, прям переходит. Т.е. какой-то штрих является совершенно необходимым здесь с точки зрения идеи, мысли, вот как бы наполненности музыки, а не просто как-то здесь чередовать нотки

Вот, а еще. Помнишь, мы говорили, что существуют разные типы вдохновения. Ну, на концертах и в работе.

Нет, я такого не говорил. Я говорил, что в работе, которая тебя движет вперед - это одно вдохновение. А на концерте, которое тебе как бы помогает тебе это все представить как законченное явление. Это немножко другое явление. Вот это как охват целиком. Вот у Моцарта есть такое знаменитое письмо, там, где он пишет, что слышит свою симфонию одновременно целиком. Ну, в общем, я могу сказать, что я не хуже Моцарта. У меня тоже такое как-то раз было.

Вот, вот, вот. Очень хорошо, что ты это вспомнил.

Да, я слышал один раз произведение все сразу, целиком.

Ага. А как это в голове уместилось? Что при этом чувствовалось?

Ну, ты просто понимаешь, что оно вот, вот... ну, как будто шарик от пинг-понга.

Это как?

Ну, это, когда ты его видишь издалека, тебе кажется, что это круг. А, когда ты его держишь на руке, тебе кажется, что это шар. Ну, т.е. одновременно ты слышишь и ... Ну это было мое самое лучшее выступление в жизни, я играл фугу Баха. Фуга - то такое очень сложное произведение... там 4 голоса, у каждого своя мелодия и все это одновременно.

А голова не пухнет?

Пухнет совершенно. При этом один голос может нагонять эмоцию, а другой - совсем уйти. Т.е один голос сам по себе дико интересен. А их там целых 4 и вообще не понятно, как это играть. Вот, а был один момент, когда я шел и слышал их все 4 как 1, когда один уходит, другой приходит. Я это слышал все целиком. Но это было один раз, к сожалению.

Как ты думаешь, сколько секунд или минут это длилось?

Нет, когда я поймал это все - не было никакой проблемы это удержать.

Так теперь будет еще вопрос. Небольшой такой уход в сторону. Можно ли сказать, что в начале творческого пути вдохновение - это несколько такой сумбурный процесс, а с опытом он становится более контролируемым и управляемым? Вот ты говорил, что с опытом получается справляться с плохим волнением. А можно ли сказать, что таким же образом вдохновением управлять получается?

.. Ну, состояние да, да, пожалуй. Если музыка не таит в себе каких-то невероятных технических проблем, то сейчас с первого раза, в каком-то обобщенном виде, образ ее воспринимается сразу.

Понятно. А есть ли у тебя некое обобщенное представление о том, как, проходит вдохновение. Его сценарий что ли? Представляешь ли ты себе форму, в которой оно проходит?

Ну, вдохновение я представляю себе такой абсолютно единородной массой, которая похожа на морскую волну. Вот, слава богу, именно на волну, не то, что какие-то там мелкие гребешки набежали. Я надеюсь, что все- таки не бывает так, что вдохновение, оно как-то тебя так по пятке захлестнуло. Я надеюсь, что так не бывает.

Ну, иногда бывает, что в эти моменты ты ведешь себя как-то неадекватно.(....)

Я вот ездил в Японию в этот раз и там занимался. У меня все дни проходили за роялем. (Рассказ про «невменяемый кусок посреди сонаты Брамса»). Ну, там не было, как с фугой Баха. Но я вдруг понял, что как это и всегда бывает, если такое происходит, это счастье. Тебе вдруг открываются эти ворота. И ты понимаешь, что этот темп, он не случаен, что вот эта музыка, в которой ничего не происходит и вообще не понятно, как ее можно слушать и не зевать при этом, она не случайна. Вдруг ты понимаешь, что это там какое-то мистическое место и все в этом духе. И как-то ты понимаешь, что ради чего, к чему и, видя этот свет, как-то начинаешь к нему стремиться и совершенно забываешь о происходящем. Вот моя профессор, которая там была, она сказала, что она зашла, посмотрела на меня с такого расстояния, с которого ты сейчас на меня смотришь, а я ее не заметил, ну с такого расстояния нельзя не заметить. А я ей потом рассказывал о том, что в Японии в тот день было землетрясение. Оказывается, что его не было. Т.е. это только меня так «тряхануло». Т.е. оно вот так волной нахлынывает, т.е. я не знаю, какая структура у волны. Наверное, она как-то разгоняется. Сначала да? Т.е. до меня она доходит уже как совершенно единородная масса.

Я правильно понимаю, что, чем больше ты испытываешь вдохновение, тем точнее у тебя представление о нем?? Ну, да, наверное.

А вдохновение, оно одинаковое, или всегда по-разному?

Ну настолько же одинаковое, насколько волна каждый раз одинаковая.

Хорошо, понятно.

Такой вопрос. Можно ли научить человека вдохновению?

Я таких попыток не предпринимал. .....Технология такая: По мере технологического совершенствования, ну если у тебя в мозгах что-то есть. Если ты играешь не ради того, чтоб все было как у автора написано. А вот если ты это делаешь с поиском, то в какой-то момент, могут какие-то творческие штуки открываться, т.е. можно научить человека вдохновению примерно также, как можно научить человека думать.

А тебе самому приходилось каким-то образом этому учиться у кого-то или, может быть, наблюдать за тем, как кто-то работает?

Может быть, это происходило подсознательно. Может, мне кто-то давал такие «задачки», которые должны развивать мышление, но я их просто не заметил.

А вот на сколько часто такие приходы бывает у тебя?

Ну, для поддержания своего имиджа я должен сказать, что оно у меня постоянно случается.

Никит, я ничего не понимаю в том, как талант зависит от вдохновения. Я, поэтому, совершенно никаких выводов об этом сделать не могу.

Ну, что тут можно сказать(...) Все связано с технологическим моментом. Вот летом, например, я должен сказать, что в июле-августе очень сложно испытать вдохновение. Ну, потому, что там технологически вообще ничего не происходит. А чем ближе к экзаменам, вдохновение, оно как-то дозревает. Ну, вот как, например, происходит со мной. Вот образ еще как-то можно словить с первого раза, да. А вот в верхних уже частях, интонации какие-то тонкие, они уже приходят, когда с техникой проблем нет.

Все понятно. А теперь такой вопрос. Что для тебя несет творческое переживание, помимо того, что оно как бы улучшает качество исполнения?

Да. Я становлюсь лучше, так сказать.

В каком плане?

Ну-у-у-у, э-э-э-э в плане души. Есть просто на мой взгляд, ну самое гениальное произведение во всей истории. Есть цикл Шумана, называется.., там 9 пьес. Там есть такие, которые слушать просто невозможно. Можно слушать, не знаю 10 раз подряд и вот я, например, плачу каждый раз. Т.е. я этого не выдерживаю. Там есть место совершенно фантастическое, которое он написал чуть ли не в год своей женитьбы. Там вот есть места, где как бы, где состояние любви поэта, такой вот чистой и вот совершенно. Ну, невероятная там какая-то музыка... Ты, когда это играешь там, ты после этого идешь и твоя душа вот там, как будто без скорлупы. Она какая-то вот обнаженная вся. И вот в этот момент, пока кто-нибудь не выйдет из машины и тебя там не обматерит, что ты переходишь на красный свет, ты настолько... Ну а как объяснить, что человек становится лучше душой, ну я не знаю.

Можно использовать вдохновение как способ побега от окружающего мира, от его обыденности?

Я думаю, что можно, но это смотря как воспринимать окружающую среду(...). Я это как побег не использую, уход да но, я не бегу от действительности. Да, это уход в другую реальность, в другое измерение, мне просто слово «побег» здесь не нравится.

Все понятно. Так, дальше. Заставляют ли какие-то особые переживания потом как-то пересматривать свою жизнь? Менять взгляд на мир?

Как это?

Ну, вот, например, пережил что-то там очень интересное, например, эту «любовь поэта», а потом думаешь, что может как-то и жить начать по-другому?

Да, да. Я всегда так думаю. И я очень успешно с этим борюсь.

А получается потом жить по-другому?

Нет, вот я говорю, что я с этим борюсь, т.е. до дела тут никогда не доходит.

Ну, вот там есть у Шумана несколько песен. Их невозможно слушать. Их просто было невозможно написать. Ну, вот там, в одном месте есть слова. Лепестками белоснежных лилий укрою я душу твою. Вот если представить это себе: душа в лепестках белоснежных лилий, то от этого можно просто умереть. И когда ты слушаешь, ты понимаешь как бы что душа - это действительно нечто такое вот удивительное, удивительное нечто такое чистое и бесконечно прекрасное. И при этом совершенно не нужно, например, когда ты идешь по улице показывать всем, какая у тебя в этот момент чистая и прекрасная душа. Нужно понимать, что вот уход в иную реальность... совершенно не нужно эту «иную реальность» «ретранслировать» на сидение в буфете или общение на футболе.... Будет странно, если вратарь будет кричать на все поле: «Ребят! У меня душа вся из белоснежных лилий!» Ну, просто «иная реальность» она и есть иная, ее не надо ретранслировать куда-то еще, потому, что это уже сумасшествие какое-то начинается. Если я правильно понимаю, какая-то болезнь. Ну, я вот думаю, что если у тебя такое есть, то не долго тебе по этой реальности ходить. Надеюсь, что у меня эта реальность не принимает формы прогрессирующей шизофрении...

......()...

А вот можно сказать, что настоящий музыкант - это тот, к кому приходит вдохновение? А если к кому-то это не приходит, то он не настоящий музыкант.

Ну, конечно.

Т.е. если ты перестаешь это испытывать, то ты перестаешь быть настоящим музыкантом?

Да, а кем же тогда я буду? Я буду тогда исполнитель технической задачи, я буду каким-то ремесленником. Т.е. я тут ничего плохого о ремесле сказать не хочу. Оно каждому нужно, без него никак, это необходимая часть нашей работы. Ну, при этом, если человек не вкладывает свои мысли и чувства в музыку, то какой же он музыкант - он просто исполнитель технологической версии.

Сейчас будет веселый вопрос. Приходилось ли тебе встречать такое, что человек намеренно пытается изображать, что к нему пришло вдохновение?

Конечно!

И как это выглядит?

Ну, как. Если это делать талантливо, это выглядит убедительно.

Но ты в этот момент все равно, наверное, понимаешь, что оно не пришло?

Нет, конечно, далеко не всегда. .... () Но вот если человек выступает на публике, он обязан воздействовать на слушателя не только музыкой, но и внешне. И действительно очень разное впечатление от игры, если ты сидишь как Квазимодо какой-то или король за роялем. Король за роялем это немножко так в более старшем возрасте происходит. А в нашем возрасте, что значит надо делать. Надо кивать головой и трястись на табурете всяческим образом (показывает как). И есть люди, которые вот это совершенно серьезно отрабатывают. И в этом нет ничего зазорного. Они отрабатывают музыкальное впечатление, так и зрительное.

Другое дело, действительно иногда бывает ужасно, там человек делает какие-то..... и главное не к месту.

А что делают то?

..показывает. Будто его пронзила молния какая-то при этом в музыке полная лажа. Это ужасно. А если у человека есть как бы все, то... Есть люди, которые воспринимают музыку как исповедь, это все совершенно прекрасно, но не совсем соответствует действительности. Все-таки музыкальное исполнение, особенно вживую, оно все-таки ближе к театру. Не в плохом смысле, что там всякая театральность и все такое. А театр потому, что. Вот, например, когда ты исповедуешься, тебя мало заботит, что о тебе думают там другие. Ну, тебя мало очень заботит, насколько у тебя там мысль верно выражена. А в театре это необходимая часть, т.к. тебе нужно донести смысл произведение до слушателей и вот опять же такой момент, когда ты сам с собой о чем-то размышляешь, ты можешь в этих полусредних тонах находиться какое-то бесконечное количество времени и тебе интересно, то если ты будешь а зрителях играть какую-то баламуть. Вот я не могу так, я сразу же ухожу. Если вам интересно, вы оставайтесь, а я пожалуй, пойду куда-нибудь...()...

В любой музыке есть как бы «слово», как бы «обращение к».

Люди некоторые воспринимают игру как исповедь и они абсолютно неправы и главное, что они не понимают, что они неправы. Они, исходя из благой предпосылки, что музыка не есть ублажение масс, но главное при этой благой предпосылке не уйти туда слишком далеко (показывает пальцем наверх). Просто есть вот такое выражение. Играть как в 4х стенах, да? Здесь имеется в виду, что музыкант играет настолько для себя, что не интересуется спецэффектами какими-то, ничем не интересуется кроме игры. Но даже в этом есть такая тонкая очень граница. Если ты играешь для себя и играешь с максимальной концентрацией и энергией, да. То вся эта энергетика представления, она вот действует. Вот как есть энергетика слова, так и есть энергетика в музыке, и тогда ты играешь для себя, и все чувствуют, что ты как бы играешь и для каждого. Вот каждый человек чувствует, что ты играешь и для него лично. А вот если ты играешь в 4х стенах, то у тебя и нет как бы и никакого посыла. Т.е. эти люди, они в какой-то момент этого не поняли. И их в этом переубедить как-то совершенно невозможно(...). Да они идут из правильной предпосылки, но уходит не туда и оттуда их уже нельзя вернуть.

Есть такое, что моменты вдохновленной игры на сцене вспоминаются хуже, чем если бы ты занимался дома, или где-то еще? Есть такое дело, или это неправда?

Нет, я бы не сказал, что это неправда. Все, что ты играл на сцене на самом деле воспринимается немножко не так, как слышится в зрительном зале. Когда ты дома, ты более-менее адекватно все это воспринимаешь. А там есть некий такой момент, что тебе казалось, что ты сыграл неважно, а оказывается лучше. Или, наоборот, там, бывает. И это дело не потому, что ты не помнишь, а потому что как-то вот меняется ракурс восприятия. Дело не в том, что у тебя проблемы с памятью какие-то.

Добавления к заполнению основного опросника

I.I.1.«совсем не все равно откуда их черпать, есть принципиальная разница.....»

I.I.2. « - Вот иду я, например, в каком-то творческом «улете» а меня в это время какой-то водила начинает материться, что я не так перехожу дорогу. И что он в это время будет «дарить мне идею за идеей»?

Тут имеется в виду то, что если ты находишься в обычном состоянии, то ты, как бы очень много всего пропускаешь мимо, много информации не видишь.

Нет, ну, может быть, меня просто очень раздражает, что кто-то выводит меня из этого прекрасного состояния. И фраза тут эта «идею за идеей» совершенно не подходит. Если меня кто-то выводит из этого состояния, я могу раздражаться больше, чем обычно. Ну, я не скажу, что при этом мои действия какие-то неадекватные будут. Ну, просто это, это действует на меня, как будильник, т.е раздражает.»

I.Е.1. «- Необходимо ли ставить перед собой цель?

Конечно, нужно. Нужно видеть, к чему ты идешь. Но в принципе. Есть 2 пути. Один: ты стоишь у подножья горы и видишь ее вершину и не знаешь, как дойти. Второй путь, ты стоишь у подножья горы и вершину не видишь, но есть дорога. Ты по ней идешь и ищешь(...)Мне лучше, когда вершину все-таки видишь. А бывает совсем по-другому. Бывает мелодия муть-баламуть какая-то, ничего не понятно. Но ты делаешь какие-то вещи, которые делать обязан профессионал, ну, т.е. чтоб у тебя forte был не резким, мелодия была громче, чем аккомпанемент. А потом как-то, как- то приходит к тебе, и ты вдруг понимаешь, как тут надо»

I.Е.2. «- Ну, я как бы в такие моменты понимаю, что сейчас я до чего-то дошел, какие-то новые моменты для себя открыл. Я не нахожусь в таком состоянии, что не понимаю, что происходит»

II.A.1. «Не понятно, что надо вспоминать музыканту. Это что, значит, что я вспомнил, где у меня ноты лежат, во время вдохновения?»

III.A.1. «Мельчайшая деталь моей работы - это э-э-э самая вещь, которая. Вот самая маленькая деталь, это очень близко к работе ювелира. Вот эту самую - самую тонкую грань. На ней на самом деле очень сложно сосредоточиться, если нет вот какого-то творческого момента, а если есть, то легко и ты понимаешь на самом деле, что значит эта нота.»

Ш.А.4. « Нет, я могу, конечно, ходить, руками размахивать, но людей я все-таки замечаю, под машины не попадаю»

I.L.1. «Я считаю, что, наоборот, надо идти к единственному, неповторимому и правильному варианту»

I.L.3. «Ну, здесь я как бы начинаю чувствовать немножко. Вот можно грубоватый пример. Если представить, что в произведении есть герой. И у него идет какое-то проявление чувств, оно вроде и не твое, но ты за него понимаешь. Ну, или вот ты какбы играешь, играешь, играешь и тут какая-то вспышка. Я вот могу уйти, например, вот как у композитора: вот тут занудно-занудно было, а вот тут он шарахнул. Вот тут как бы было место тихое и бездейственное, и ты понимаешь, что здесь все сказано было, а здесь взорвалось. Ну, как бы понимаешь за него. Ну, как бы, с одной стороны я да, а с другой за него.»

I.O. «- Ну, вот бывает так, что ты слушаешь всю музыку одновременно. Но, вот, как у Баха, например. Т.е. музыка, она не выражала развитие состояния. Она целым сгустком выражала некий определенный аффект, чувство, гнев, радость. Есть композиторы, что у некоторых там, если уж радость, так радость, без всяких там.... ну, может быть там пару миноров... Ну, вот ты сразу как бы ощущаешь, что вот «веселый праздник» и ничего больше. А здесь. Вот приведу тот же самый пример с сонатой Брамса. Там вот она очень фрагментарно построена. Есть вот главная тема, и есть темы побочные. Иногда понимаешь, что ты вроде до чего-то дошел, что-то понял, но при этом все остальное. Этот фрагмент, или не этот фрагмент, иногда даже между музыкальными фразами. Вот ясно, что они сцеплены, что их что-то держит вместе. А вот третий, ну никак к ним не подходит. Ну, вот ты хоть убей, но он никак к ним не подходит. И вот этот момент, это противоречие, оно как бы держит весь процесс. Т.е. пытаешься понять, почему не состыковка. И если понял, почему это так, то все потом начинаешь по-другому играть. Но иногда вот эти противоречия вот как возникают. Иногда ты думал, что ты все понял, а оказывается ты 10 фрагментов понял, а 11- нет. И приходится назад все разворачивать, столько работы заново. Это как паззл получается. Думал, что ты все сложил, а оказывается 11й не туда пристроил, и все сначала.

В основе произведения искусства часто бывает заложен какой-то конфликт. И вот в состоянии вдохновения этот конфликт начинаешь острее чувствовать. Есть такое дело?

Ну, можно в принципе так сказать. Во время вдохновения как-то все ярче проявляется, конфликты острее. Т.е. там, где раньше была ода ступенька, теперь горы или море....Ну может у тех, кто сочиняет противоречие и есть, а у исполнителей.....Это может ввести меня в заблуждение.

III.D. «У меня все это происходит немного иным способом. Т.е. я начинаю играть и постепенно, постепенно, все лишнее, не нужное остается за скобками.»

V.B.1. « Ну есть такое понятие как цветной слух. Мне кажется, что это на самом деле полный бред и мистификация. Ну-у-у-у, конечно, искусство сакрально, но я против того, чтоб представлять людей творческих профессий, как не от мира сего..... Вот некоторые говорят, что они, например ми-моль-мажор слышат синим и при этом он может и громыхать и звучать тишайшим образом и все равно он синий..... Но иногда, когда играешь музыку, ты понимаешь, что вот да, вот в этом месте здесь все зелено. Ну, я думаю, что просто какое-то ощущение возникло, которое с другой стороны ассоциируется с зеленым цветом.»

V.B.2. «Ну, вот, это, когда кажется, что нотку можно прямо из воздуха схватить. Вот так, это как будто она вокруг так летает. Ну вот это когда кажется, что вот они нотки такие, вот они (показывает). Ну знаешь, когда в мультиках вот музыка и нотки такие летают.

VIII. C.3. «Ну вот, если вспомнить этот момент, что музыка как слово, да. То, важно не просто произносить слово, а как бы видеть фразу целиком. И в момент вдохновения ты эту фразу действительно видишь целиком: куда она идет, зачем это все говорится. И это говорится здесь не просто так, а необходимо для некоторого подъема или для спуска и необходимо для достижения вот этой вершины»

XI.A.3. вызвало непонимание, как так может быть, «творчески истощен»

«Ведь не бывает же такого, что вот я увидел все и не мог бы уже ничего изменить, сколько бы не занимался. Ему, все равно есть всегда к чему стремиться»

ХII.А.3. «Реальность начинает как-то по-другому восприниматься.»

XII.B.2. «Начинаешь ощущать себя частью играемого произведения. Вот знаешь такое, что об искусстве надо судить по законам им самим установленным. Вот, если ты отдашься ему целиком, то ты в определенный момент поймешь, что по-другому нельзя. Вот в обычном состоянии, ты можешь сказать, что там автор-дурак, но сейчас, вот сейчас по-другому нельзя.»

XII.B.7. « Ну, это, немножко я так пафосно. Я имел в виду то, что вот как бы вот музыка есть - некоторое отражение мира и ты чувствуешь, как она в каждый момент времени меняется. Вот музыка у Шуберта, у Шумана, она, так сказать, со многими повторяющимися мотивами. Ты их играешь, но чувствуешь, что каждый раз - это другое.»

ХII.C.2. «Когда ты начинаешь понимать и верить в музыку. Ты понимаешь, что это свой мир»

ХIII.C.3. «Ну, это, когда играешь в трио или ансамблях каких-то. Вот можно почувствовать, что человек сделает в следующий момент»

ХIII.J. «Да, образ может быть яркий, вершину ты можешь увидеть ярко, но как ты можешь знать дорогу, если ты еще не прошел по ней. Не обязательно сразу у тебя все в этот же момент и получилось»

«..... Ну вот здесь все вопросы про какой-то полный уход туда. У меня, это, конечно, до такой степени не доходит. Да, я во власти эмоций, но голова то при этом остается. Ну, вот часто так людей искусства представляют: что они чекнутые, что они такие ходят, что с ними невозможно разговаривать, они там брызжут пеной... Ну, есть такое дело, что для искусства далеко не всегда хорошо, если ты в нем абсолютно весь. Иногда бывают такие концерты, после которых выходишь, и тебя как будто выжали. И ошибочно думать, что контроль он лишний, наоборот, он нужен, чтоб как-то лучше донести все до зрителей. Я надеюсь, конечно, что я не дохожу до истеричного состояния, когда я ничего не вижу, ничего не понимаю »

ХIII.L.2. «...Ну вот, когда ты понимаешь, что образ прекрасен, гениален и чист, хочется у всех просить прощения. Хочется сказать, ну извините меня. Правда этот опыт достаточно быстро проходит.»

ХIII.М. «...Не в плане, что вот видишь, что такой экзальтированный чувак сидит за пианино, а взгляд какой-то более общий, как-то сверху. Не еще раз это же переживаешь момент за моментом, а такая картинка «в общем»»

XIV. B.2. «... Ну, не надо думать, что вот я стою и перешагнул. А просто в какой-то момент ты ощущаешь, что ты в какой-то иной реальности. Вот мне, кстати, кажется, что эта иная реальность, она даже больше присутствует не на сцене, а когда ты дома работаешь. Вот эти вот какие-то совершеннейшие «уходы», они мне кажутся возможными именно дома. На сцене тоже возможно, но там уже этого рациума уже больше присутствует...... Хотя, бывает, бывает, конечно, что и на цене - улучшение открытий»

XIV.D.2 «...Я на него не реагирую, не потому, что его не вижу, а потому, что не хочу на него реагировать.»

XIV. F. «...Ну, я явно не более ясно отношусь к происходящему.... А вот эти границы некоторые, ощущение границ. Какие-то вот переходы, они становятся для тебя яснее»

«Музыка заставляет тебя смотреть на себя и видеть таким, каким ты есть»

XV. «...Бывает убыстрение времени. Замедление - очень редко»

Что можно дополнить еще такого важного, нужного?

Ну, думаю, никто не будет спорить, что вдохновение - это такой некий аналог наркотического состояния. И в том смысле, что именно поэтому многие люди искусства и занимаются этим профессионально. Они без этого просто не могут.

Тексты для методики «выразительность цвета»

. Когда истек четвертый час казни, мучения Левия достигли наивысшей степени, и он впал в ярость. Поднявшись с камня, он швырнул на землю бесполезно, как он теперь думал, украденный нож, раздавил флягу ногою, лишив себя воды, сбросил с головы кефи, вцепился в свои жидкие волосы и стал проклинать себя. Он проклинал себя, выкликая бессмысленные слова, рычал и плевался, поносил своего отца и мать, породивших на свет глупца. Видя, что клятвы и брань не действуют и ничего от этого на солнцепеке не меняется, он сжал сухие кулаки, зажмурившись, вознес их к небу, к солнцу, которое сползало все ниже, удлиняя тени и уходя, чтобы упасть в Средиземное море, и потребовал у бога немедленного чуда. Он требовал, чтобы бог тотчас же послал Иешуа смерть.

Открыв глаза, он убедился в том, что на холме все без изменений, за исключением того, что пылавшие на груди кентуриона пятна потухли. Солнце посылало лучи в спины казнимых, обращенных лицами к Ершалаиму. Тогда Левий закричал:

- Проклинаю тебя, бог!

Осипшим голосом он кричал о том, что убедился в несправедливости бога и верить ему более не намерен.

- Ты глух! -- рычал Левий, -- если б ты не был глухим, ты услышал бы меня и убил его тут же.

. Бабы с песнью приближались к Левину, и ему казалось, что туча с громом веселья надвигалась на него. Туча надвинулась, захватила его, и копна, на которой он лежал, и другие копны и воза и весь луг с дальним полем - все заходило и заколыхалось под размеры этой дикой развеселой песни с вскриками, присвистами и ьканьями. Левину завидно стало за это здоровое веселье, хотелось принять участие в выражении этой радости жизни. Но он ничего не мог сделать и должен был лежать и смотреть и слушать. Некоторые из тех самых мужиков, которые больше всех с ним спорили за сено, те, которых он обидел, или те, которые хотели обмануть его, эти самые мужики весело кланялись ему и, очевидно, не имели и не могли иметь к нему никакого зла или никакого не только раскаяния, но и воспоминания о том, что они хотели обмануть его. Все это потонуло в море веселого общего труда. Бог дал день, бог дал силы. И день и силы посвящены труду, и в нем самом награда. А для кого труд? Какие будут плоды труда? Это соображения посторонние и ничтожные. Левин взглянул на небо....