Введение

"Кризис в природе человечества, и если бы его не было, то искусство бы закончилось. Для писателя, художника, композитора всегда существует "кризис". Эренбург И.Г. (Российский писатель, публицист, общественный деятель).

Творчество - безусловно, одно из наиболее ярких проявлений деятельности человеческого разума.

В наши дни творческий труд является одним из важнейших условий роста человеческой личности, условием ее осмысленной и полноценной жизни. Однако, как и любое психологическое явление, творчество не является чем-то однородным, раз и навсегда данным. Творческая деятельность неизбежно сопровождается взлетами и падениями, победами и поражениями, мучительными исканиями и ослепительными откровениями. Более того, именно творческий склад личности часто и обусловливает подобную контрастность состояний. Посредственность неизменна или, во всяком случае, стремится к покою. Творец же никогда не стоит на месте.

Как справедливо замечал певец- музыкант Атлантов Владимир Андреевич: "Внутренняя жизнь артиста состоит из сплошных перепадов: вере-безверие, надежда-сомнение, удовлетворённость-разочарование… И, наверное, это в порядке вещей. Когда воцаряется на длительное время какое- то единое, застойное душевное состояние- это нехорошо. Ненормально, если хотите. Всё в человеке должно быть в движении, в процессе".

Нередко, в связи с творческим процессом говорят о вдохновении, о полете фантазии, о нечеловеческих состояниях и невероятном притоке энергии. Мы поговорим о вещах прямо противоположных: о муках творчества, о страшных разочарованиях, о полном упадке сил не позволяющем человеку вести не только творческую, но порой и самую обыкновенную жизнь. Одним словом мы будем говорить обо всем том, что принято именовать словосочетанием "Творческий кризис".

В каждом природном процессе наблюдается цикличность. Прилив чередуется с отливом, шторм сменяется штилем. Творческий процесс не является исключением.

Совершенно ясно, что творческий кризис не есть нечто простое и однородное. Фактически это целый комплекс различных психологических (и не только психологических) явлений, обусловленных самыми разнообразными причинами. Причины эти могут быть как внешними, связанными с условиями жизни творца (историческая, социальная обстановка, здоровье, личная жизнь и т.д.), так и внутренними, связанными с конкретными особенностями его личности (характер, привычки, убеждения, манера реагировать на окружающий мир и т.д.).

Во-первых, это есть обыкновенный отдых. Однообразная деятельность, даже самая что ни на есть благородная не может продолжаться бесконечно.

Во-вторых, период молчания есть период обдумывания, вынашивания, накопления. Здесь он даже благотворен, т.к. чреват рождением чего-то нового, интересного.

В-третьих, данный период благоприятен для размышления и самооценки, пусть даже нелицеприятной. Это необходимо для общего панорамного взгляда на свою работу и, как правило, способствует росту личности творца.

В-четвертых, порой необходимо время для чисто технического совершенствования.

Однако даже эти периоды вполне объяснимой "бездеятельности" могут вызвать сильнейшее беспокойство у людей с неустойчивой нервной системой. Не творить для художника не нормально. Каковы бы ни были мотивы бездействия, они никогда вполне его не оправдывают. Творец в период бездействия наиболее уязвим, поскольку именно в это время его энергопотенциал минимален.

И здесь самое основное спасение большинство художников находят в самой работе. "Если ты не расположен писать нечто серьезное, пиши багатели (пустяки)", - говорил Бетховен.

Проблема кризиса в творчестве, проблема вынужденного молчания является "рабочим моментом". Это даже не проблема, а часть творческой "кухни" художника, ее неотъемлемый атрибут.

1. Пути преодоления творческих кризисов

Какие бы причины не приводили к исчадиям умственных тупиков, всегда есть несколько способов расставить все по местам, их мы далее и рассмотрим.

.1 Хороший отдых

Один из самых безобидных способов преодолеть творческий кризис - это хорошенько отдохнуть, наполнить свою жизнь развлечениями и заниматься тем, что доставляет Вам удовольствие. Если проснется совесть, то пусть отдыхает вместе с Вами. Железная "отмазка": отдых нужен любому человеку, каким бы трудоголиком он ни был.

.2 Мозговой штурм

Если творческий кризис приводит к тому, что мысли упорно не хотят приходить к Вам в голову или тянутся еле-еле одна за другой, теряясь по пути к Вашему сознанию, можно их ускорить. Делается это с помощью, так называемого, мозгового штурма.

Суть метода состоит в том, что вы переключаетесь в режим генерации идей (и только генерации). На данном этапе Вы не задумываетесь, хорошая идея или плохая. Вы можете генерировать полный бред, главное - все мысли фиксируйте.

Затем просмотрите, что у Вас вышло. Полученный результат выведет Вас на новые мысли и идеи, и работа начнет кипеть. В любом случае, разбирая плоды генерации Вашего разума, Вы немного отвлечетесь, а если повезет, то и развлечетесь, так что напрасным это уж точно не будет.

1.3 Доработка и переделывание

Если творческий кризис упорно не пускает к Вам новые идеи и мысли, можно задействовать альтернативные варианты подхода к работе. Один из таких вариантов - доработка или переделывание уже существующих идей.

Всегда создавать что-то новое чисто физически невозможно. Чем бы Вы ни занимались, всегда найдутся люди, которые либо уже что-то сделали в этой сфере, либо делают в данный момент. А раз так, что нет никаких причин, мешающих Вам взять чужую идею и реализовать ее по-своему, сделать ее лучше и доработать.

В таком случае, Вы:

1. Во-первых, избавляетесь от творческого кризиса

2. Во-вторых, развиваете направление

. В- третьих, экономите массу времени

Заключение

"В истории человечества никогда не наблюдалось движения от худшего к лучшему. Но, если бы не было надежд на улучшение, не было бы самой жизни". А. Шнитке.

Творческие кризисы постигают всех. Им подвержены далеко не только представители так называемых творческих профессий. Любой человек, чем бы он ни занимался, в какой-то момент жизни начинает понимать что дальше "так жить нельзя", что нет иного выхода как что-то изменить в окружающем мире, а, скорее всего, в себе самом. И, что самое замечательное, в большинстве случаев выход из тупика находится. Жизнь побеждает в очередной раз. Трудно сказать, существуют ли какие-нибудь универсальные рецепты для преодоления кризисных ситуаций.

Как правило, сами творцы следуют одному неписаному правилу: Твори всегда, твори через силу, твори даже если тебя уже тошнит от собственного творчества. Время все расставит на свои места. У тебя его очень мало. Некогда огорчаться. Надо работать. Не пытайся, во что бы то ни стало найти объяснение всей своей жизни. Так у тебя никогда не дойдут руки до нее самой. Не пытайся спасти человечество. Спаси хотя бы тех, кого любишь. Да, похоже, что творчество есть некая "вещь в себе". В том числе и творчество в области искусства. И хотя здесь можно обнаружить массу необъяснимых противоречий, созидательное начало в человеке требует: Твори, не пытаясь ответить на вопросы Зачем? и Ради чего? и, не смотря на то, что говорящих мало кто слушает, а из тех, кто слушает, еще меньше кто понимает. Несмотря на то, что слова мудрости редко находят последователей. Несмотря даже на то, что талантливый человек в наше время (как впрочем и всегда) - лишний человек в обществе приземленных идеалов. Даже не смотря на все это еще рождаются почему-то люди готовые творить ради самого творчества. Это похоже на инстинкт. Инстинкт роста и жизни. Тот инстинкт, что гонит рыбу в верховья рек, а птиц с континента на континент, тянет к солнцу ветви деревьев и тогда, когда тело покрыто смертельными ранами. И вряд ли нам удастся объяснить, почему так происходит. Вряд ли нам удастся "головным" путем ответить на все те вопросы, что ставят перед нами кризисные ситуации.

Творить надо, потому что творить надо всегда. И это без объяснений.

Литература

творческий кризис отдых инстинкт

1. Г.М. Цыпина "Музыкальная педагогика и исполнительство". (Москва 2011).