

Импровизация. Акт творчества

В самую точку

На пару минут расслабьтесь, отдохните.

Пусть ваше внимание свободно блуждает, скользя по поверхности вещей.

Когда ваш ум успокоится и вы почувствуете, что готовы, сотворите что-нибудь.

Итак, вперед.

Прямо сейчас.

Процесс творчества

Творческое мышление - это просто понимание того факта, что нет ничего особенно хорошего в том, чтобы делать вещи так, как их всегда все делали.

Роджер фон Эйх, консультант по развитию творческих способностей

Творческие способности являются сердцевинной интеллекта. И все же попытка дать определение творчеству подобна попытке взять и удержать пальцами каплю ртути. Как только вам покажется, что вы наконец-то схватили ее, она рассыпается на множество мелких капель, и они разбегаются в разных направлениях.

Должна ли идея быть совершенно новой, чтобы считаться творческой? Является ли артистизм или эстетическое наслаждение необходимым условием творчества? Может ли творчество стать результатом детальной методичной работы? Всегда ли творчество сопровождается вдохновением, искрой озарения, ощущением, что идея пришла внезапно, неизвестно откуда?

Многие психологи считают, что творчество есть всего лишь новаторский подход к решению задачи. С этой точки зрения в творческом мышлении нет ничего экстраординарного. Оно реализуется как следствие методических размышлений. Другие психологи полагают, что творчество - процесс необузданный, неуправляемый, сопровождающийся внезапными вспышками озарения. С этой точки зрения творчество таинственно и непредсказуемо. Оба подхода содержат долю правды.

Творчество подразумевает, что вы сами создаете некую идею, а не заимствуете ее у кого-то. Вы сами наблюдаете процесс рождения идеи в вашем мозге. Это может произойти в результате настойчивых попыток решить задачу, например, как следствие применения последовательности хорошо обдуманых шагов при работе над проектом, или это может произойти как по волшебству, когда вдохновение неожиданно находит вас без всякого видимого усилия с вашей стороны.

В предложенном выше упражнении вы могли бы сделать все что угодно - встать на голову, издать клич Тарзана, спеть песню, выбить ритм пальцами, подумать о квантовой физике. Цель этого упражнения состояла не в том, чтобы вы бросились в творческий

прорыв, скорее, оно должно было заставить подумать о том, что же означает для вас творчество.

Творческий подход может проявиться где угодно: в решении проблемы, в новой идее, в удовлетворении функциональной потребности. Однако акт творчества может вовсе и не служить практическим целям, а восполнять эмоциональные или эстетические потребности. В чем бы ни проявлялось творчество - в проектировании моста, создании нового рецепта, расписывании потолка Сикстинской капеллы, составлении автобиографии, - для создания нового произведения требуется прилежание и мастерство. Как сказал психолог Абрахам Маслоу: "Первоклассный суп - более творческое произведение, чем посредственная живопись".

Творческий процесс можно разделить на две фазы: исследовательскую и прикладную. В исследовательской фазе вы генерируете новые идеи и манипулируете ими. Вы соединяете несвязанные до сей поры материи, создаете новые отношения, ищете необычные образы. Вы пускаете в ход воображение, обыгрываете неожиданные варианты, нарушаете правила, давая возможность идеям откладываться в глубине вашего сознания.

В прикладной фазе вы оцениваете и внедряете свои идеи. Вы смотрите, насколько идея применима, отвечает ли она вашим требованиям. А затем вы воплощаете идею в действие, переводя ее из плоскости "что если" в плоскость "что есть". Обе фазы дополняют друг друга. В фазе генерации вы мыслите широко, в прикладной - более узко.

В творческом мышлении, как и в прыжках в высоту, очень важна синхронизация. Если в фазе исследований вы будете практичным, холодным и логичным, то скорее всего вы сосредоточитесь на ограничениях, а не на возможностях. И наоборот, если вы станете свободно импровизировать в прикладной фазе, то вам вряд ли удастся воплотить свою идею в жизнь. А может случиться, что вы так и не увидите подстерегающих вас ловушек до тех пор, пока не станет слишком поздно. Помните, в каких случаях нужно концентрировать все свое внимание, а когда можно чувствовать себя и посвободнее.

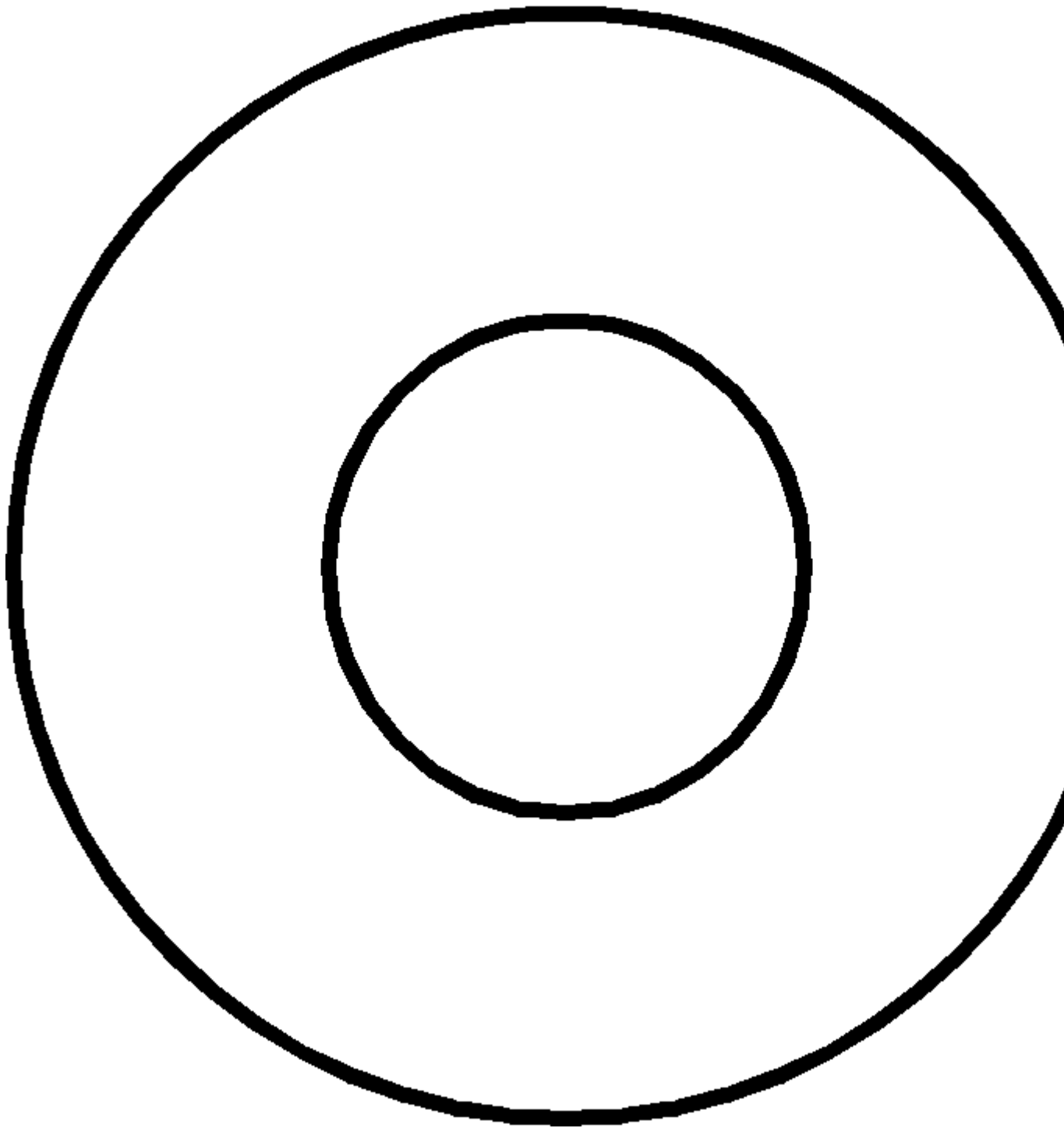
*Творчество - это десять процентов вдохновения и девяносто процентов потения.
Томас Эдисон, изобретатель*

Взгляните чуть подалее первого правильного ответа

*Лучший способ создать хорошую идею - иметь много идей.
Лайнус Полинг, физик, нобелевский лауреат*

УПРАЖНЕНИЕ.

Что это такое?



В большинстве случаев наши размышления направлены на то, чтобы получить единственный правильный ответ. При таком подходе (“единственно правильное решение”), который внедряется в нас экзаменами, тестами и викторинами, мы привыкаем мыслить блоками: “да-нет”, “черное-белое”, “правильно-неправильно”.

Следствием подобного стиля мышления является то, что при поиске новых идей мы нередко останавливаемся на первом же ответе, удовлетворяющем условию, и не пытаемся двинуться дальше. Первое решение, даже если оно и не является лучшим, часто блокирует наше стремление продолжить поиск. Мы теряем возможность найти лучшее решение.

Например, глядя на рисунок, вы можете сказать, что это две окружности, и на том остановиться. А можно еще подумать и представить, что это - яичница, рулон туалетной бумаги (вид сверху), сомбреро (вид снизу), глаз альбиноса, орбиты Меркурия и Венеры, цоколь лампочки и так далее.

Так что, если вы решили что-нибудь сотворить, не прекращайте поиск. Не исключено, конечно, что девятнадцать из двадцати придуманных вами идей можно будет спокойно отправить на свалку, но помните о том, что Томас Эдисон нашел более двух тысяч способов изготовления лампы накаливания. Если вы продолжите поиск, может быть, вы найдете лучшее решение.

СОВЕТ.

Не останавливайтесь на первой же идее. Продолжайте искать.

Установление связей

Способность устанавливать связи и соотношения, иногда странные и даже шокирующие, лежит в основе любого творческого ума - в независимости от области или дисциплины.

Джордж Дж. Зайдель, писатель

УПРАЖНЕНИЕ.

Что получится, если соединить лампочку с ручкой?

Многие творческие озарения приходят именно тогда, когда человек пытается соединить две очевидно разнородные идеи и на их основе образовать нечто радикально новое. Иоганн Гутенберг объединил идеи прессов для винограда и для чеканки монет и создал переносной печатный станок. Вильям Гарвей нашел аналогию между насосом и сердцем человека и разработал современную теорию кровообращения. Братья Райт установили связь между крылом птицы, велосипедом и двигателем внутреннего сгорания и первыми насладились управляемым полетом.

В предложенном вам упражнении можно найти несколько связей. Например, подумать о ручке со встроенным источником света для писания в темноте или представить себе специальную ручку, которая пишет на стекле лампы так, чтобы можно было проецировать разнообразные красивые узоры. Можно представить себе ручку, которая ввинчивается в цоколь для заправки. Какие еще связи вы сумеете найти?

Очень интересно наблюдать за процессом установления этих связей в вашем сознании. Вот вы еще ищете, а в следующий момент - уже нашли идею. Что же произошло между этими двумя событиями? Вы пережили момент "Ага!". Это "Ага!", которое вы испытываете, найдя новую идею, подобно тому "Ого!", которое вы переживаете, обнаружив что-то занятное. И то, и другое происходит спонтанно.

СОВЕТ.

Ищите то, что может быть связано с вашей идеей.

Слова-триггеры

Представьте себе, что ваш мозг - это огромная библиотека, а ваши воспоминания, опыты, идеи являются романами, повестями, бульварным "читивом", фантастикой, научными монографиями, пьесами, которые разложены по полкам. Многие работы затерялись в плохо освещенных коридорах. Идеи в принципе доступны, но до них трудно докопаться.

Существует несколько способов облегчить доступ к библиотеке вашего опыта. Один из них - это так называемые слова-триггеры, или слова, которые вызывают свежие ассоциации. Просмотрите орфографический или толковый словарь в поисках слов, которые ассоциируются у вас с той идеей, над которой вы сейчас работаете.

Вы можете либо искать до тех пор, пока некое слово не вспыхнет перед вами как озарение, либо открыть книгу наугад, ткнуть пальцем в любую строку и принудительно создать ассоциацию между вашей идеей и тем словом, на которое попал ваш палец.

Допустим, вы разрабатываете новую настольную игру и попали на слово

ЭНЗИМ

Что это может означать для вас? Энзим - вещество белковой природы, которое регулирует биохимические процессы. Это слово может напомнить вам о клетках и микробах. В связи с этим вы начинаете воображать игру, в которой одни игроки являются "микробами", которые должны заразить некие клетки, а другие игроки должны защитить эти клетки. Это слово может навести вас на мысль об одной большой клетке или о целом организме. Поскольку энзимы способствуют осуществлению химических реакций, но не используются в них, вы можете вообразить себе игру, в которой положение игрока не меняется, а меняются только внешние условия. Другой путь: вы можете решить, что слово "энзим" созвучно слову "разим", и представить себе какую-нибудь военную игру.

Какую игру вы придумаете, чтобы связать следующие слова: коридор, принц, лампа, тележка, шишка?

Метафоры и сравнения

Необходимо величайшее умение, чтобы быть мастером метафор.

Аристотель, философ

УПРАЖНЕНИЕ.

Изучите приведенные ниже сравнения и объясните, почему они правомочны.

- Творчество подобно приготовлению торта.
- Творчество подобно падению в грязь.
- Творчество подобно любви.
- Творчество подобно починке протекающего крана.
- Творчество подобно заточке топора.

Еще один хороший способ создания связей заключается в умелом применении сравнений и метафор. Сравнения и метафоры объединяют вещи между собой, устанавливают их похожесть. Сравнения распознаются более легко, потому что они содержат ключевые слова “как” или “подобно”. Тем не менее наш язык начинен метафорами. У стульев и кресел есть ножки и ручки, у пилы есть зубы, у загадок - ключи, мысли бывают ясными, компьютерные программы - дружественными.

Метафоры и сравнения могут повести вашу мысль в новом направлении. Если вы подумаете о творчестве как о приготовлении торта, то, возможно, вам в голову придет мысль, что идеи нужно смешивать в определенных пропорциях, что следует дать им время отстояться и подняться, и о том, что выпекать их необходимо при фиксированной температуре.

Делайте в уме заметку всякий раз, когда наталкиваетесь на метафору или сравнение. Выискивайте их в беседах, телевизионных программах, фильмах, книгах и статьях. Спросите себя, есть ли в них смысл. Задевают ли они ум, сердце, чувства? Когда в следующий раз вам потребуется выработать новый подход, попробуйте представить свою идею метафорически.

Разделение и соединение

Есть еще один хороший способ генерирования идей. Он называется "анализ атрибутов". При анализе атрибутов создается список свойств, характеристик и параметров той идеи, над которой вы работаете. Затем, в целях создания новой идеи, вы начинаете менять по одному или сразу же по нескольку свойств.

Например, представьте себе, что вы работаете над дизайном новой чашки. В списке свойств чашки числится, что она должна быть круглой, иметь ручку, что она должна быть сделана из достаточно твердого материала, чтобы у нее было устойчивое дно и чтобы она не меняла вкус напитка.

Теперь вы готовы подумать в новых направлениях. Нацельтесь на один из атрибутов и меняйте его тем или иным образом. Например, пусть у вашей чашки будет не одна ручка, а две, чтобы ее можно было держать с двух сторон. Если вы установите ручку внутри чашки, то уже никогда не обожжетесь, потому что невозможно хлебнуть из такой чашки, не попробовав сначала пальцем. Можно сделать ручку размером с саму чашку - для тех, кто пьет прямо в хоккейных перчатках.

Можно поменять другие параметры, чтобы чашка служила определенным целям. Пусть у нее будет заостренное донышко, чтобы она не опрокидывалась, воткнутая в песок на пляже. А можно сделать донышко клейким и мягким, чтобы чашка не падала от качки во время морских путешествий. Для тех, кто пьет слишком много кофе, можно сделать чашку с дыркой на середине высоты - чашка всегда будет наполовину пустой. Для тех, кто любит сладкое, можно, воспользовавшись какой-нибудь химической технологией, покрыть внутреннюю поверхность чашки сахаром. А можно покрыть ободок чашки четырьмя веществами с различным вкусом - сладким, горьким, соленым и кислым, - так, чтобы можно было выбирать вкус, поворачивая чашку.

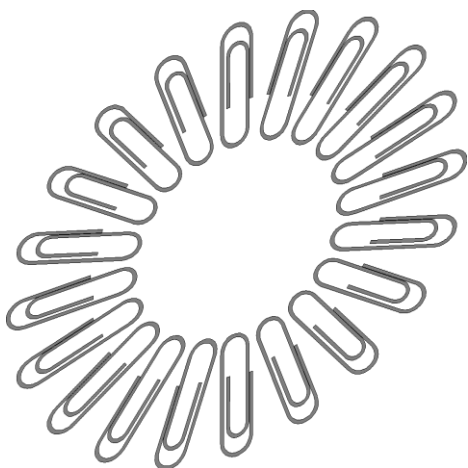
СОВЕТ.

Попробуйте менять один за другим атрибуты какой-нибудь идеи.

Изменение контекста

УПРАЖНЕНИЕ.

Придумайте двадцать способов применения скрепки.



Вещи приобретают значение в зависимости от своего окружения. Например, в офисе скрепки используются для того, чтобы держать вместе письма, договоры и другие документы. В лаборатории та же железка может оказаться частью проводки, которая соединит два кабеля. Вы можете использовать скрепку, чтобы наспех починить разбитые очки, а вор с ее помощью взламывает замок.

Изменившиеся обстоятельства могут вынудить вас исследовать новые возможности применения известных вещей. Когда вы путешествуете, полотенце становится подушкой, тентом от солнца, маской для защиты от песка, юбкой, сумкой для переноски кинокамеры, корзиной для белья, "чесалкой" для спины.

Возьмите за правило всегда оглядываться в поисках новых интересных идей, которые уже успешно используются другими.

Ваша идея должна быть оригинальна только в смысле

ее конкретного применения к проблеме, над которой вы работаете.
Томас Эдисон, изобретатель

Призыв к открытости

*Невозможно вызвать процесс творчества по своей воле,
невозможно умолить его снизойти на вас, даже давая обеты.*

*На самом деле он придет к вам скорее, когда ваш разум отдыхает,
а воображение свободно блуждает.*

Моррис Кляйн, математик

В греческой мифологии говорится, что девять дочерей Зевса - девять Муз - вдыхали творческие идеи в избранных художников и музыкантов. И в самом деле, слово "вдохновение" созвучно слову "дыхание".

Помимо собственно мышления, наш разум вовлечен в сложный процесс расчетов, поиска, сортировки и размещения информации, в процесс установления связей.

Когда вы напряженно работаете над проектом и вам требуется приток свежей умственной энергии, сделайте перерыв. Займитесь совершенно иным делом. Отправьтесь на прогулку, послушайте музыку, почитайте журнал, покопайтесь в книгах. Отвлечитесь на полчаса, не тревожьтесь, позднее вы вернетесь к своей работе. Такое переключение даст вашему подсознанию возможность поработать над задачей, а сознанию - отдых, необходимый для дальнейшего развития идеи.

Иногда, когда наше подсознание свободно - например, во сне, - оно создает связи намного более интересные, чем те, что мы вырабатываем сознательно. Намеренные целенаправленные размышления часто оказываются в плену повторяющихся шаблонов, отчего теряется свежесть и непосредственность мысли. Для того чтобы исследовать один из способов высвобождения подсознания в творческом процессе, попробуйте выполнить следующее упражнение.

Творческое размышление

Сядьте спокойно и примите удобную позу.

Отбросьте все суетные мысли, постарайтесь стать как можно восприимчивее.

В течение нескольких минут интенсивно думайте о том, как повысить свою привлекательность.

Пусть этот вопрос занимает ваш ум в течение целых пяти минут, но вы не должны приходить ни к какому определенному решению.

Если вы начнете думать об ответе, гоните эти мысли прочь.

Вы захотите добиться какого-то результата - но не делайте этого.

Думайте над вопросом, но не ищите обычных ответов, откажитесь от привычного.

Будьте безжалостны.

Сосредоточьтесь исключительно на процессе задавания вопросов.

Сначала это покажется вам трудным.

Но, отвергая все приходящие ответы и размышляя столь необычным образом, вы заставляете себя найти что-то действительно новое.

Вы вовлечете в процесс размышления те резервы своего разума, которые используете нечасто.

Помните, что природа не терпит вакуума.

Упражнения на импровизацию

Разминка

- Какая последняя творческая идея вас посетила?
- Когда вы последний раз воплотили свою творческую идею в жизнь?
- Назовите пять наиболее творческих вещей, которые вы сделали. Вспомните свое детство.
- Когда вы в последний раз творчески рискнули? И что произошло? Что плохого могло произойти? И что хорошего?

Проверка гибкости ума

- У вас есть свечка, коробок спичек и коробочка гвоздей. Вы должны прикрепить свечку к деревянной двери так, чтобы свечка хорошо горела и давала достаточно света для чтения. Обратите внимание на то, как оформляются ваши идеи по мере размышлений.
Перечислите все возможные способы измерить высоту здания с помощью барометра.
- Вы претендуете на должность руководителя рекламной компании. Утром в день собеседования вы решили поместить некую рекламу в такое место, где президент мог бы увидеть ее по дороге на работу. Что это будет за реклама? Каково должно быть внешнее оформление рекламы, чтобы президент наверняка обратил на нее внимание?
- Вы знаете, что вам предложат тестовую задачу: как достать теннисный мячик из длинного узкого цилиндра, привинченного к полу. Стандартное решение - налить воды, чтобы мячик всплыл. Но вы узнали о содержании задачи и заранее подготовили дополнительные варианты ответа. Какие именно? Как вы собираетесь достать мячик?

Практика творчества

Выберите любое рутинное занятие, которое вы выполняете регулярно - проготовление пищи, проведение презентации, подготовка месячного отчета, - и придумайте способ сделать это занятие более творческим.

Развитие метафорического мышления

Заполните пробелы в сравнениях и метафорах.

- Вода для корабля то же, что ... для бизнеса.
- Цветок вызывает радость, так же как ... гнев.
- Кран для ... то же, что ... для свободы.
- Мой дом - это ...
- Моя работа - это ...
- Мой супруг - это ...
- Беспокойство - это ...
- Правда - это ...
- Любовь - это ...
- Власть - это ...
- Идеалы - это ...
- Успех - это ...
- Размышление - это ...
- Счастье - это ...
- Жизнь - это ...

Займитесь синтезом

Интересный способ ввести себя в состояние творчества заключается в том, чтобы вообразить смешение различных видов восприятия, то есть представить себе способность ощущать вкус звуков, слышать цвета, обонять ощущения. Попробуйте проделать что-то в таком роде.

- Чем пахнет слово “участвовать”?
- Каково на ощупь число семь?
- Какой вкус у голубого цвета?
- Как выглядит идея свободы?
- Какая форма у среды?
- Каков вкус радости?

Каким образом вы

- Создадите командную игру с двумя мячами?
- Переконструируете человеческое тело?
- Переконструируете человеческое лицо?
- Создадите проект дома, не имеющего прямых стен?

Повседневное творчество

- Каждый день принимайте в постели такую позу, какой вы еще никогда не принимали.
- Каждый день изобретайте новое слово и придумывайте для него значение.
- Каждый день выдумывайте новую мысль.
- Каждый день делайте умственную гимнастику.
- В течение месяца каждый день придумывайте новый способ чистить зубы.

Спонтанная иллюстрация

Возьмите ручку и нарисуйте что-нибудь, не задумываясь. Не имея никакого представления о том, что вы собираетесь сотворить, прижмите кончик карандаша к бумаге и дайте ему свободно двигаться. Не думайте о том, что получится - что выйдет, то и выйдет. Сделайте хотя бы пятнадцать рисунков. Что сотворил ваш карандаш?

Программирование снов

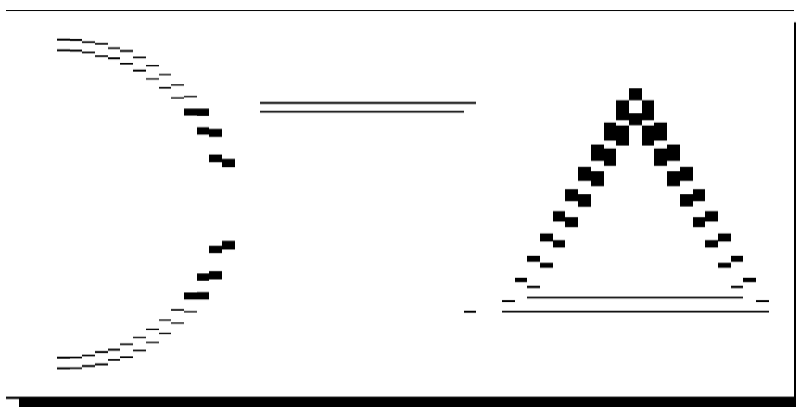
Сон часто является источником творческих озарений. Если вы хотите обдумать что-либо во сне, то, засыпая, держите в уме эту мысль. Вместо того чтобы держать мысленный образ прямо перед собой, дайте ему повернуться то одним боком, то другим - чтобы, когда вы заснете, мысленная картина предстала перед вами во всем многообразии. Когда вы проснетесь утром, вспомните, о чем вы думали, засыпая накануне, и постарайтесь записать. Выплесните мысли на лист бумаги, не вставая с кровати.

Две минуты на творчество

Очень часто наше творческое кровообращение осуществляется намного интенсивнее, когда мы попадаем в безвыходное положение и нам ничего не остается, как только проявить изобретательность.

Выполните следующие упражнения.

- За две минуты придайте своей правой руке максимальное количество новых положений. А теперь за две минуты произнесите слова "сегодня вечером" с наибольшим количеством различных интонаций.
- На рисунке три фрагмента. За две минуты составьте как можно больше узоров с использованием только этих трех фрагментов.



Полезные советы

Творчество - это замечательное качество, которое делает нас новаторами и мыслителями. Оно - конечная цель для того художника, который заключен в каждом из нас.

СОВЕТ 1.

Не останавливайтесь на первом же правильном решении. Возьмите себе за правило заглядывать чуть-чуть дальше и копать чуть-чуть глубже.

СОВЕТ 2.

Устанавливайте взаимосвязи. Используйте метафоры, сравнения и аналогии для генерирования новых идей. Ищите материалы вне сферы своих обычных интересов.

СОВЕТ 3.

Творя - рискуйте. Если вы собираетесь выдвинуть оригинальную идею - оригинальную для вас, - нужно сделать что-то совершенно отличное от того, что вы обычно делаете. Это означает, что нужно вторгаться в неизведанные области и предпринимать попытки сделать что-то новое. Не бойтесь облачить свой ум в охотничий костюм.

СОВЕТ 4.

Прозрения, порывы вдохновения и творческие скачки воображения могут произойти в любое время и в любом месте - в ванне, за обедом, в момент пробуждения. К сожалению, очень часто они развеиваются так же быстро, как и появляются. Будьте готовы зафиксировать их, как только они появились: набросать рисунок или сделать заметки.

Если вы не ожидаете неожиданного, то и не найдете его.

Гераклит, философ