**Психологические аспекты процесса**

**художественного творчества**

Дополнительные наблюдения и объяснения процессов творческого акта предлагает современная естественнонаучная психология, те эксперимантальные разработки и исследования, которые ведутся в сфере нейродинамики творческой деятельности. Этот подход к изучению творческой деятельности имеет достаточно давнюю биографию. Ученых интересует, что происходит в структурах мозга в момент творческой деятельности, что побуждает человека к выбору профессии художника, музыканта, писателя. Имеются ли физиологические основы, позволяющие говорить о предрасположенности человека к занятиям искусством? Ряд исследователей отвечают на этот вопрос отрицательно. В других работах (Ауэрбаха, Тандлера) можно встретить наблюдения о некоторых особенностях строения мозга музыкантов и писателей (значительное развитие височных извилин мозга, поперечной извилины, в некоторых случаях - лобных долей мозга).

Исследования нейродинамических процессов показали, что одни и те же звучания вызывают более сильные реакции у музыкантов, чем у обычного человека. Как известно, все процессы высшей нервной деятельности основываются на механизмах возбуждения и торможения. Разная конфигурированность механизмов возбуждения и торможения обусловливает разные типы темпераментов, которые были выявлены еще Гиппократом. Сангвиника в этом отношении отличает сильный, подвижный, уравновешенный тип высшей нервной деятельности. Холерик - сильный, подвижный, неуравновешенный. Флегматик - сильный, уравновешенный, спокойный. Меланхолик - это слабый тип.

Механизмы возбуждения и торможения лежат в основе формирования и завязывания рефлекторных связей, выступающих, фактически, инструментом профессиональных умений, навыков, приемов творческой деятельности. Соотношение сил возбуждения и торможения определяет успешность осуществления творческого акта. Их дисбаланс даже у одного человека в разное время приводит к тому, что творческий акт осуществляется в разных темпах, с разной интенсивностью и т.д. Завязывание рефлекторных связей между клетками слухового и зрительного анализатора осуществляется не при всяком уровне возбуждения. Если этот уровень будет минимальным, то возбуждение не сможет преодолеть инертности среды и разлиться в должной мере по тканям мозга, следовательно, не сможет создать новые условно-рефлекторные замыкания. Такое состояние во время творчества субъективно оценивается как неудовлетворительное. В одном из писем Н.Ф. фон Мекк П.И. Чайковский повествует о близком состоянии: "заниматься здесь очень удобно, но до сих пор я еще не мог войти в тот фазис душевного состояния, когда пишется само собой, когда не нужно делать никаких усилий над собой, а повиноваться внутреннему побуждению писать".

Если в момент творчества возбуждение будет слишком сильным, то волны раздражительного процесса разольются свободно, предоставляя полную возможность для осуществления нервных замыканий. В результате такой "рефлекторной свободы" реставрация звуковых, музыкальных, изобразительных следов осуществится хаотично, не приведя к созданию законченного художественного произведения. музыкальных произведений. Обуздание возбуждения, отсекание всего лишнего, ненужного, случайного осуществляется с помощью механизма торможения. Поэтому с одной стороны, продуктивность творческого процесса зависит от умения достигать сильного возбуждения, ведущего к быстрому образованию рефлекторных связей, новых "нервных узоров"; с другой - от упорядоченного действия механизмов торможения, закрепляющих складывающуюся канву, позволяющих соразмерять часть и целое, создавать завершенный фрагмент или сразу все произведение. Частая беда холерического темперамента, когда действие механизмов возбуждения превышает механизмы торможения - неструктурированная творческая деятельность, по существу - бесконечная. Холерический темперамент более других присущ графоманам в литературе, музыке, изобразительном искусстве. Мысли путаются и скачут, чувства обуревают и затопляют художника, но он не владеет ими, не может поставить себя в необходимые для этого рамки. Такое сверхперевозбуждение действует отрицательно на достижение творческого эффекта.   
    Оптимальное условие для творчества - когда и возбуждение, и торможение выступают как равнозначные величины. В данном случае, это прерогатива сангвиника - сильного типа. Субъективно такое состояние оценивается как наилучшее для творческой деятельности, появляется возможность сосредоточиться на главном, возможность отстранить ненужные мысли и ненужные ощущения. Творческое возбуждение может быть и достаточно мимолетным - в сознании музыканта, писателя, художника мелькают какие-то мотивы, стилистические приемы, но в целом они не укладываются в единую художественную ткань. Для того, чтобы состоялось рождение произведения, необходима длительная поддержка возбуждения, то есть наличие так называемой творческой доминанты. Доминанта - это специфическое понятие психологии творчества. Физиологическая доминанта выступает как очаг стационарного возбуждения. С существованием у людей разных доминант мы постоянно сталкиваемся в жизни. У всякого фанатика, энтузиаста, преданного определенной идее, имеются свои выраженные пристрастия; затевая разговор в обществе, он всегда садится на своего "конька". Доминанта есть результат наличия в структурах мозга прочных, образовавшихся в течении жизни связей, которые, находясь обычно в притушенном состоянии, ярко вспыхивают при определенных условиях.   
    По мере формирования профессионально-художественных доминант, человек начинает замечать такие стороны природного и художественного мира, которые до этого были ему недоступны. Каждый художник знает как нелегко бывает разогреть творческую доминанту и добиться состояния, когда творческий процесс идет сам собой. "Иногда я с любопытством наблюдаю за той непрерывной работой, которая сама собой, независимо от предмета разговора, который я веду, от людей, с которыми я нахожусь, происходит в той области головы моей, которая отдана музыке, - пишет Чайковский. Иногда это бывает какая-то подготовительная работа, то есть отделываются подробности голосоведения какого-нибудь перед тем проектированного кусочка, а в другой раз является совершенно новая, самостоятельная музыкальная мысль, и стараешься удержать ее в памяти". Все эти самонаблюдения подтверждают взгляд на творческий процесс, который не является выгороженной сферой. В моменты бодрствования и сна, прогулок и разговоров в художнике подспудно действует уже запущенный творческий процесс.  
    Некоторые типы художнического темперамента приводят к столь сильному процессу возбуждения, что художник часто даже не в состоянии успевать фиксировать на бумаге возникающие мысли и идеи. Так, например, было с Генделем, темпы работы которого требовали стенографии. Работая над большими хоровыми произведениями, он вначале записывал эскизы всех партий, затем постепенно терял их, приходя к финишу лишь с одной.   
    Энергия постоянно воспроизводимой доминанты поддерживает творческий тонус. Вот почему систематическая творческая работа, даже начатая с большим усилием, может привести в деятельное состояние весь творческий аппарат. "Вдохновение - это такая гостья, которая не любит посещать ленивых" - этой известной максиме художников находится тем самым экспериментальное подтверждение. При систематической работе, когда постоянно завязываются, обновляются и тренируются рефлекторные связи, исходный толчок к творчеству может быть незначительным. Самого слабого воздействия иногда бывает достаточно, чтобы пустить в ход весь сложнейший творческий аппарат. И наоборот, при длительном бездействии сдвинуть с мертвой точки его "заржавевшие" детали оказывается гораздо труднее. В случае если были большие перерывы, требуется значительный толчок извне, т.к. укрепившееся торможение внутри мозга не сразу дает побороть себя возбуждению.

Особенности высшей нервной деятельности - степень её силы, подвижности, уравновешенности - лежат в основе разных требований к окружающей обстановке. Так, авторы со слабым возбуждением и торможением, трудно образующие физиологические доминанты, крайне требовательны к условиям творческого труда, нуждаются в "оранжерейных" условиях. Благоприятная обстановка во время творчества приобретает у них исключительное значение, активизируя протекающие в данный момент нервные процессы. Художники другого типа, к примеру М.Булгаков, на своем опыте отмечали, что "лучшие произведения пишутся на краешке кухонного стола".

Особая проблема психологии творчества - проблема изношенности и истощенности психики как результат продолжительных творческих усилий. От её разработки зависит эффективность профилактики творческого труда, имеющей значение как для художника, так и для ученого. Главное состоит в умении рассчитывать свои силы и дозировать напряжение. Одни стремятся в момент интенсивного творчества делать периоды между одиночеством и общением, другие чередуют творческий процесс с прогулками на природе, для третьих очень важен режим труда, четвертые могут сочинять только в определенные периоды года и т.п. Некоторые художники, отдавая себе отчет в характере своего темперамента, в особенностях индивидуальной психологии, предпринимали даже некоторые профилактические меры, направленные на охрану творческого процесса. Моцарт, к примеру, в письме отцу просит: "не пишите мне печальных писем, мне необходимо сохранять спокойствие, ясность, свободу мысли, и расположение к работе. Каждое грустное известие лишает меня всего этого". И в другой раз: "моя жизнь здесь полна забот и огорчений, жалобных и слезливых писем я не стану читать" . Процесс завязывания прочных рефлекторных связей пролагает знакомые пути, которые проявляются в почти автоматическом владении некоторыми приемами художественного письма. Со временем эти приемы окостеневают. У каждого художника можно обнаружить такого рода стилистические обороты, только ему присущие лейтмотивы, которые со временем могут превратиться в языковые штампы. На физиологическом уровне это означает, что рефлекторные связи превращаются в "задолбленные стереотипы". Здесь важно, чтобы сила новых творческих атак была такова, чтобы она позволяла постоянно разрушать и менять эти стереотипы, предохранять их от превращения в штамп. Ломка фонового стереотипа успешнее всего осуществляется у холериков, которые более других способны творить, систематически меняя исходную основу. Художник-холерик отмечен экстравагантными порывами в творчестве; освоив один жанр, он стремится испытать себя в незнакомых и т.д.

Таким образом, разработки в области прикладной (естественнонаучной) психологии помогают детализировать и объяснить ряд наблюдений, накопленных общетеоретической психологией творчества. Взаимодополнительность этих научных сфер очевидна, она позволяет пролить свет на труднообъяснимые процессы рождения, вынашивания претворения художественного замысла.

Структура художественного творчества очень многообразна и сложна. Но так же, как и в научном творчестве, в нем можно вычленить наиболее общие закономерности, без которых немыслимо художественное освоение мира, немыслимо возникновение такой неповторимо специфической формы духовной культуры, как искусство.

Истинное назначение художника заключается в том, чтобы, создавая произведение искусства, способствовать духовному, а следовательно, и социальному прогрессу общества.

Художник способен выразить «состояние мира» и мир человека; он немыслим без эмоционального отношения к ним, но он немыслим и без высокой интеллектуальной культуры, без способности подчинить свои иррациональные озарения рациональному углублению в предмет своего творчества.

Только в этом сплаве рождается истинное художественно произведение, только такое единство рождает подлинное вдохновение в его творчестве. Но прежде чем художника «посетит» вдохновение, он должен пройти путь терний, сомнений и исканий, накопить тот черновой материал в повседневном изнурительном труде, без которого не возникает творческое вдохновенное горение.

Многое можно объяснить и понять в художнике. И все же его личность несет в себе некую тайну, которая манит и зовет его, побуждает к поискам в самих себе тех скрытых сил, которые делают человека творцом новых ценностей, культуры и бытия.

ЛИТЕРАТУРА

1. Борев Ю.Б. Эстетика. – М., 1988.

2. Выготский Л. С. Психология искусства. — М., 1968.

3.  Галин А.Л. Личность и творчество. – М.,1989.

1. Кривчун А.А. Эстетика: Учебник для студентов ВУЗов.  – М., 1998
2. Пономарев Я.А. Психология творчества. – М., 1990.
3. Яковлев Е.Г. Эстетика: Учебное пособие для студентов ВУЗов. – М., 2000.