

Импровизация. Что это?



Импровизация (фр. improvisation, итал. improvvisazione, от лат. improvisus — неожиданный, внезапный, импульсивный)

Произведение искусства, которое создаётся во время процесса исполнения, либо собственно процесс его создания.

Импровизация и творчество

Творчество - способ деятельности и мышления, обеспечивающий выход личности за пределы традиционного, привычного, заданного бытия.



Некоторые ученые считают творчество высшей формой мышления и деятельности, основой мастерства, признаком таланта человека.

Оно может проявляться в любом виде деятельности человека. Через творчество человек реализует себя как личность, в нем он проявляет свое Божественное начало, как Творца

Этапы творчества

- Мысль
- Идея
- Желание



- Процесс мышления, создания, воплощения — **это импровизация**



Уникальный продукт

- **Материальный**
- **Духовный**
- **Ментальный**

Свойственный только данному индивидууму

Импровизация с научной точки зрения



Чарльз Лимб.

**Нейробиолог из университета
Джона Хопкинса.**

**Изучал психологический процесс,
лежащий в основе импровизации.**

Он провел эксперимент.

**С помощью аппарата МРТ происходило сканирование
головного мозга во время музыкальной импровизации.**

Было выявлено, что во время импровизации происходит:



Всплеск активности в части головного мозга, которая отвечает за доверие, соединение, контакт, схожесть в контексте «Я и люди, которые похожи на меня».

В активной фазе способствует самовыражению, спонтанности, мечтаниям, дружелюбному общению с людьми, сочувствию и попытке их понять, творчеству.

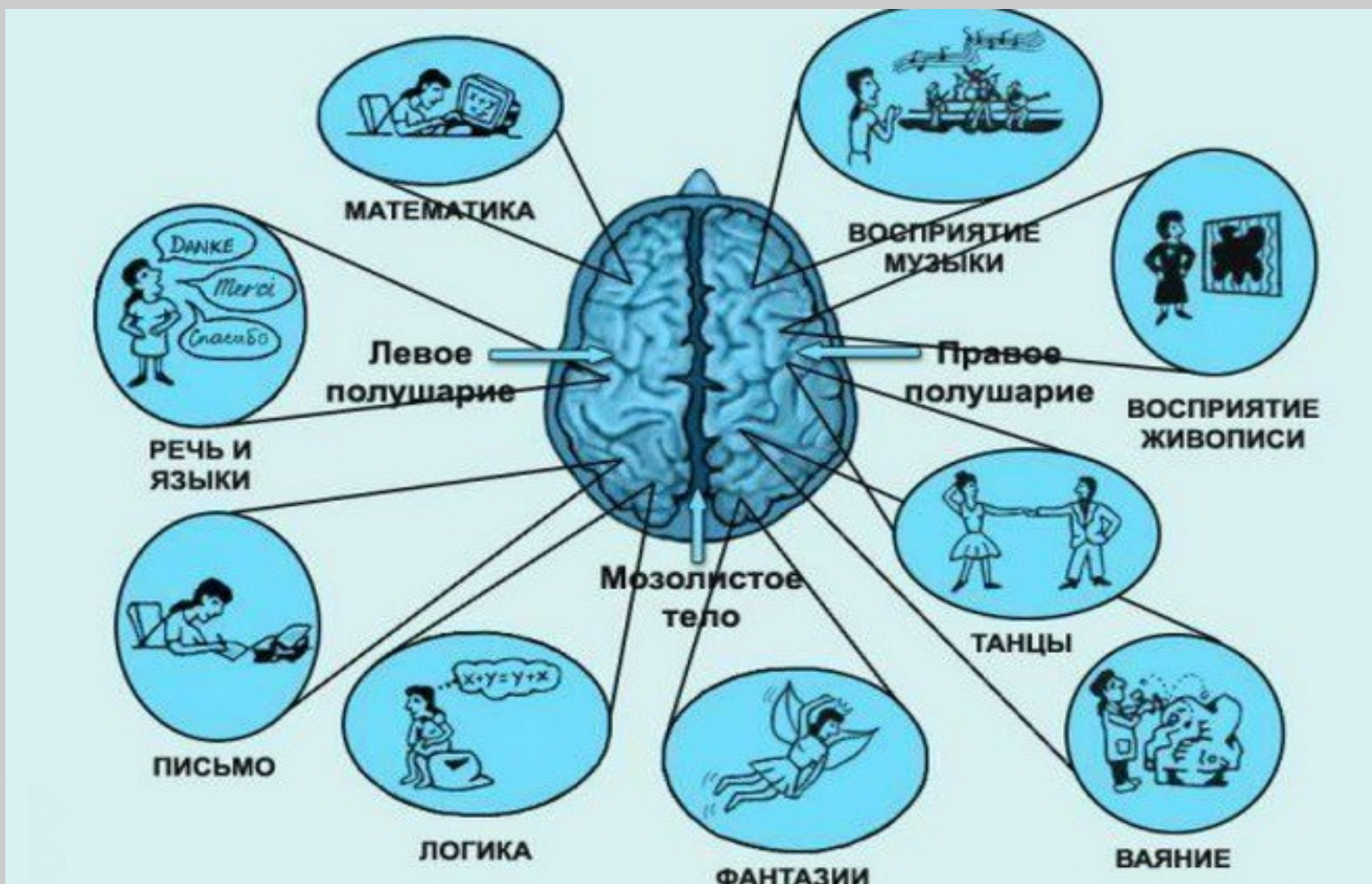


Приглушение активности в части головного мозга, которая отвечает за контроль, самоконтроль, планирование, в контексте «Я и люди, отличные от меня».

В активной фазе провоцирует недоверие и контроль над импульсами, чтобы избегать неловких ситуаций.

А также мешает спонтанному выражению себя, творчеству, открытому контакту.

Работа левого и правого полушария



Во время импровизации и спонтанного
творчества, происходит



Ослабление самоконтроля
который обычно мешает свободному творчеству.

Психологическое значение импровизации

Импровизация



- **Способствует принятию уникальности и неповторимости каждой личности и ее права на самовыражение.**
- **Помогает открытому и дружелюбному контакту между людьми.**
- **Погружает в состояние полного присутствия в моменте («здесь и сейчас»), приводящее к ясности, спокойствию, пониманию ситуации и верному решению.**

Мартынова М. А. Контактная импровизация в контексте психологической практики [Текст] // Актуальные вопросы современной психологии: материалы II Междунар. науч. конф. (г. Челябинск, февраль 2013 г.). — Челябинск: Два комсомольца, 2013. — С. 22-25.