

Интересно!

А.П. Кашкаров

КАК ПРЕОДОЛЕТЬ ТВОРЧЕСКИЙ КРИЗИС?



Андрей Петрович Кашкаров
Как преодолеть творческий кризис?
Серия «Интересно!»

Текст предоставлен правообладателем
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=11838473
Как преодолеть творческий кризис? / А. П. Кашкаров.: Феникс; Ростов н/Д; 2014
ISBN 978-5-222-23442-6

Аннотация

Любой человек, работа или хобби которого связаны с творчеством, в определенные моменты жизни сталкивается с творческим кризисом, который так или иначе останавливает всю деятельность. Начальство или вы сами требуете от себя «идей-идей-идей», но ваше креативное начало находится в ступоре. Между тем кризис в творчестве – это нормальное явление. Только тот, кто не работает, не совершает ошибок, и вы – не исключение! Вопрос в том, как сдвинуться с мертвой точки и вновь «поймать» вдохновение.

Эта книга поможет найти ключик к вашему креативному «Я», пробудить его от спячки. В книге рассмотрены способы борьбы с творческим кризисом, которые помогут сконцентрироваться в нужную минуту; варианты того, как правильно собирать информацию, необходимую для творческого процесса, и, конечно же, примеры преодоления такого кризиса известными людьми.

Книга обращена ко всем творческим людям, не желающим терять вдохновение.

Содержание

Вступление от автора. О чем эта книга	4
Глава 1	6
1.1. Мифы о творчестве и творческом кризисе	6
1.1.1. Результаты аналитических исследований на тему кризисных явлений	7
1.1.2. Мифы, разрушающие сознание	9
1.2. Факторы, мешающие творческому мышлению	10
1.2.1. Источники вдохновения для пишущего человека	10
1.2.2. Критика – помеха творческому кризису	11
1.2.3. Литературный зуд	12
1.2.4. Длительная и продолжительная работа	13
1.2.5. Здоровье и самовнушение	13
1.2.6. Испуг – помеха литератору	14
1.3. Неприятные открытия про писателей	15
1.3.1. Непунктуальность	15
1.3.2. Нытье, что не оценили	16
1.3.3. Зависимость от социальных сетей	16
1.4. Предвестники творческого кризиса	18
1.5. Не давайте кризису развиваться	19
1.5.1. Создайте свою историю	19
1.5.2. Необходимый сервис собственных мыслей и представлений	20
1.5.3. Идите и учитесь!	20
1.6. Как избежать информационной перегрузки, или Четыре вопроса к писателю	21
1.6.1. Вопрос первый: что такое информационная перегрузка в литературном процессе?	21
1.6.2. Вопрос второй: как и когда психологические проблемы, связанные с творческим кризисом, наиболее пагубно влияют на литератора?	22
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Андрей Кашкаров

Как преодолеть творческий кризис?

Вступление от автора. О чем эта книга



Творческая эволюция – философская категория, введенная в научный оборот французским философом А. Бергсоном. Любой творческий процесс как эволюция бытия всегда содержит в себе некий рационально необъяснимый, неожиданный, таинственный момент. Отсюда появляется флер тайны над явлениями и элементами кризиса у людей творческих профессий и (или) занятий. Объяснение явлений творческого кризиса еще долго будет неподвластно рациональным шаблонным схемам человеческого сознания.

Разумеется, у каждого человека свой подход к преодолению творческого кризиса, поэтому советы в книге, которую вы держите в руках, противоречат друг другу: один советует прекратить пытаться создавать что-то, другой рекомендует продолжать, кто-то рекомендует прибратся, а другой замечает, что надо бы создать беспорядок... И вам как читателю придется экспериментировать, примерять «на себя» советы из сокровищницы мировой мудрости и личного опыта. Таким образом, в предваряющей книгу статье подчеркиваю, что единственно верного или универсального рецепта не существует.

Но именно эта книга поможет вам найти путь из тупика, потому что в ней поднимаются вопросы, на которые каждый из вас ответит по-своему, выработает свою систему действий для выхода из творческого кризиса.

При этом каждый из вас станет владельцем набора готовых решений.

За последние несколько лет профессионалы в области культуры и искусств в силу экономических причин столкнулись со значительными переменами, касающимися своей профессии, моделей и стиля организации собственной работы. Поэтому выход из творческого кризиса в XXI веке, когда общество ориентировано на удовольствия и потребление, имеет свои четко выраженные особенности, и разрешать сложные ситуации инструментарием двадцатилетней давности уже не получается. Приведенные в книге приемы и методики наиболее соответствуют злободневным проблемам и задачам, с которыми сталкиваются люди, занимающиеся творчеством.

Я предложил бы два основных варианта их решения.

Первый: кризисные явления в среде творческих работников имеют свои особенности. Второй: деятели культуры и искусства вообще не подвержены кризисным явлениям, а творческий кризис – это просто устойчивое заблуждение.

На самом деле мы должны понимать, что института «душеведения» в мире нет и наши знания о природе тех или иных поступков довольно приблизительны. Это характерно и для «большой науки», и для наших обыденных представлений.

К примеру, когда я ставлю перед своими детьми посильную задачу, мне как отцу и воспитателю не столь важно найти «контрольный» ответ, сколь смоделировать настоящую исследовательскую деятельность, поиск гипотезы в непонятной ситуации и таким образом привить способности к самостоятельному мышлению. По той же аналогии работает наука, да и в производстве, и в реальной жизни достаточно таких ситуаций.

Прежде чем найти плодотворную гипотезу, ученые перелопачивают груды идей... такова идея и данной книги: анализ и систематизация знаний о творческом кризисе на примере литературных сообществ.

В книге приводятся разные точки зрения на литературный процесс. На основании опыта литераторов, в том числе и на основании собственного опыта, мне удалось вывести действенные практические рекомендации, с которыми сегодня может ознакомиться каждый.

В совокупности упомянутые факторы способны привести к решению сложных «кризисных» ситуаций, поэтому их стоит рассмотреть в отдельности.

Прочитав книгу, вы научитесь создавать информацию, которая будет полезна потенциальному кругу ваших читателей. Мы освоим несколько трюков, которые сделают скучное интересным, а обыденное – уникальным. Рассмотрим, как найти своего читателя и получать удовольствие от сотворчества с ним.

В отдельной главе книги приведены мнения состоявшихся литераторов.

Как я их отбирал? Очень просто: выбрал те ответы, которые никогда ранее не звучали при рассмотрении интересующего нас вопроса.

Являясь автором и соавтором более сотни книг, изданных на гонорарной основе в первом десятилетии XXI века, я писал эту книгу для конкретных людей, для тех, кто часто ощущает отсутствие вдохновения, и старался сделать так, чтобы данное издание принесло пользу.

Пользуйтесь и процветайте!

***Председатель секции, технической литературы – заместитель председателя
правления Российского межрегионального союза писателей***

Кашкаров Андрей Петрович

Глава 1

Генезис кризиса

1.1. Мифы о творчестве и творческом кризисе



подавляющая часть текстовых произведений построена на символических, образных значениях. Но набор смысловых интерпретаций символов является весьма скудным для всестороннего анализа, что затрудняет понимание и восприятие художественных литературных текстов.

По одной из версий слово «символ» произошло от греческого «составляю», «соединяю». Эта версия основана на предании о том, что в Древней Греции существовал обычай: когда друзья расставались, они брали какой-нибудь предмет (глиняную лампадку, статуэтку или навощенную дощечку с надписью) и разламывали его пополам. По прошествии многих лет эти друзья узнавали друг друга по сохранившимся у них половинкам, убеждаясь, что обе части соединяются и образуют единое целое. Нечто подобное было перенято впоследствии как идентификационный пароль для встреч (опознавания) законспирированных лиц.

И сегодня можно убедиться в том, что буквально на наших глазах появляются новые символы, а прежние обогащаются новыми значениями. Наблюдая за этими изменениями, возникает мысль, что символ в тексте является не только практическим способом смысловой интерпретации слова, но и еще одним языком человечества, который необходимо изучать, если мы хотим глубже понимать отечественную и мировую культуру.

Символом может быть не только элемент текста, но и рисунок, изображение, штрих, где различаются основные (несущие главный смысл) и дополняющие элементы.

К примеру, изображение «куриной лапы», направленной вниз, к земле, на наличниках имеет вполне определенное значение. Для тех, кто сумеет дешифровать его, это оберег для дома. Выпуклые треугольники и пирамидки, вырезанные на деревянных наличниках, являются элементами, усиливающими значение основного символа. Поскольку информация записывалась символами, все это в совокупности составляло ключ к пониманию текстовой информации.

Если фольклор – это искусство бесписьменного народа, а язык – продукт коллективной деятельности, то мифология – коллективная «предрелигия» древности.

Интересно, что известный философ А.Ф. Лосев, на которого ссылается в своих трудах философ Ю.Д. Кашкаров (главный редактор «Нового журнала» США в период 1979–1983 гг.), определял миф «от обратного» – чем он не является, подчеркивая не только свойственный мифу синкретизм, но и его универсализм. По Лосеву, «миф – не вымысел, не бытие

идеального, не примитивно научное построение, не метафизический конструкт, не аллегория».

Для нас, живущих в XXI веке, миф о творчестве интересен прежде всего тем, что выполняет функции моделирования социального бытия, его феноменов и процессов: истории, культуры и политики, настоящего, прошлого и будущего, размывая и стирая при этом границы между реальным и виртуальным. Миф является действенным средством социально-ментального конструирования, а значит, средством манипулирования сознанием людей, выступает как неотъемлемый элемент культуры, в частности литературного творчества, его идей и технологий.

Исследователь мифов Г.Г. Почепцов выделяет параметры, характеризующие современные мифы: они непроверяемы (как и сказания о чудесах, святых и т. п.), их принципиально нельзя опровергать, можно только подтверждать новыми примерами. Так, тексты в книгах, периодических изданиях СМИ, на телевидении также во многих случаях являются непроверяемыми, поскольку они созданы в самых разных точках земного шара и в разное время, и мы не можем проверить лично, удачно ли разрешились роды в Зимбабве или нет, мы вынуждены верить публикациям в печатной или электронной форме.

Вот почему литераторы во все времена оказывают огромное влияние на массы (именно поэтому прессу называют «четвертой властью»), а известные писатели обладают широким инструментарием для своих действий.

Вне зависимости от того, верить в цикличность творческого кризиса или нет, у каждой творческой личности есть периоды спада, которые необходимо взять под контроль.

1.1.1. Результаты аналитических исследований на тему кризисных явлений

Уместно констатировать, что наступила эпоха «самиздата», когда издательские дома утратили роль посредников между авторами и читателями.

Всех пишущих авторов, которые так или иначе подвержены творческому кризису, можно условно разделить на четыре группы:

- 1) начинающие авторы, которые только собираются публиковать свои первые произведения («новички»);
- 2) авторы, которые издают свои книги в сотрудничестве с издательскими домами («консерваторы»);
- 3) авторы, которые предпочитают издавать книги за свой счет («независимые»);
- 4) авторы, которые прибегают к последним двум способам в зависимости от различных факторов («универсальные»),

У авторов есть традиционные вопросы-опасения и темы для сопереживания: продвижение имени в масс-медиа, выплата справедливого авторского вознаграждения за копирование, проблемы, связанные с авторским правом, некорректным цитированием, плагиатом, компиляциями, «пиратством», ценообразование на печатные и электронные книги, легальность оцифровки в библиотеках и др. Несколько в стороне звучит вопрос: заинтересованы ли авторы в издании своей следующей книги за счет издательства?

Издательства традиционно создают дополнительную ценность книжного продукта, являясь неотъемлемым звеном цепи производства интеллектуального продукта,

Но есть результаты исследований, подтверждающих, что $\frac{1}{3}$ «консерваторов» и $\frac{2}{3}$ «универсальных» авторов собираются издавать следующую книгу за свой счет. Объяснения звучат так:

«Дело в «раскрученности» бренда. Как только автор становится популярным, он больше не нуждается в услугах издательства»,

«Даже самую оригинальную авторскую идею зарубят на корню, если она не соответствует общей концепции традиционного издательства»,

«Издатели удерживают слишком большой процент прибыли, не применяя при этом новых технологий»,

«Новички» (среди которых вполне могут оказаться авторы завтрашних бестселлеров) склонны публиковаться традиционным способом,

Но давайте определимся, что же такое кризисные явления вообще и творческий кризис в частности,

Мне, как дипломированному психологу, нравится определение кризиса из Большой психологической энциклопедии, где сказано, что кризис – это состояние, вызванное столкновением личности с препятствиями на пути удовлетворения важных жизненных целей (фрустрацией основных ценностных установок), при этом препятствия не могут быть преодолены обычными способами. Другие определения кризиса так или иначе подтверждают рассмотренное. К примеру, в Современной энциклопедии кризис (от гр. *krisis* – решение, поворотный пункт, исход) – резкий, крутой перелом в чем-либо, тяжелое переходное состояние; острый недостаток, нехватка чего-либо, тяжелое положение. А в Толковом словаре Даля дается определение кризиса как перелома, переворота, переходного состояния. Все эти определения справедливы для кризиса, который возникает у литераторов, поэтому мы называем его творческим кризисом.

Творчество – «процесс деятельности, создающий качественно новые материальные и духовные ценности или итог создания объективно нового. Основным критерий, отличающий творчество от изготовления (производства), – уникальность его результата». Отсюда результат творчества невозможно прямо вывести из начальных условий.

Более того, бытует мнение, что никто, кроме автора, не может получить в точности такой же результат, даже если создать для него ту же исходную ситуацию («когда двое делают одно и то же, получается не одно и то же»). Таким образом, в процессе творчества автор вкладывает в материал некие несводимые к трудовым операциям или логическому выводу возможности, выражает в конечном результате какие-то аспекты своей личности. Именно это придает продуктам творчества дополнительную ценность в сравнении с продуктами производства. Так объясняется генезис творчества в нескольких энциклопедиях и в свободно наполняемой энциклопедии «Википедия».

Итак, творчество – это деятельность, порождающая нечто качественно новое, никогда ранее не существовавшее, либо создание чего-то нового, ценного не только для данного человека, но и для других; творчество – процесс создания субъективных ценностей.

Отраслью знания, изучающей творчество, является эвристика.

Творчество нужно рассматривать не только как процесс создания чего-то нового, но и как процесс, протекающий при взаимодействии личности (или внутреннего мира человека) и действительности. При этом изменения происходят не только в действительности, но и в личности.

В действительности проблема преодоления творческого кризиса заключается в его «нешаблонности», индивидуальных особенностях литератора, поэтому необходимо разобратся в причинах этого явления. Творческий кризис может вариативно быть длительным и краткосрочным, а по окончании привести к еще большей результативности автора относительно его докризисных успехов.

Отсюда дадим определение творческому кризису: **это временная потеря способности к созданию объективно новых материальных, культурных и духовных ценностей, сопровождающаяся негативными переживаниями и (или) душевным дискомфортом.**

Задайтесь вопросом: почему возникает кризис в творчестве? Проанализировав причины возникновения застоя в творческом мышлении, мы можем познакомиться с опытом других людей по преодолению творческого кризиса.

1.1.2. Мифы, разрушающие сознание

Среди множества мифов о творчестве самый опасный – об «одиноким гении». Якобы он обладает сверхчеловеческими способностями и напрямую связан с непредсказуемой музой. Впрочем, такая точка зрения имеет право на существование хотя бы потому, что нам известны мнения великих и признанных деятелей литературы прошлого времени (классиков). Осталось, как всегда, спросить совета у А.С. Пушкина. А он сказал в стихотворении «Поэту»: «Ты *царь: живи один*».

Артур Шопенгауэр вторил ему: «*Одиночество есть жребий всех выдающихся умов*».

Когда к «гению» приходит вдохновение, оно поражает его, словно молния. Остаток времени он проводит вдали от мирской суеты, где превращает идею в шедевр.

Иногда можно услышать банальную фразу: «Найдите сами свой голос». Я не советую его искать с фонарем в черной комнате. Голос – внутри нас. Будьте естественны, пишите, говорите о том, что любите, и ваш голос будет с вами. Более того, его идентифицируют и признают окружающие.

По сути, любой автор мог бы написать что-то гениальное, потому что про заурядных авторов тоже можно написать вполне талантливо и тем самым сослужить им службу – хорошую или плохую.

На память приходит байка о прекрасной принцессе, которая не скрывала свою естественность, но у которой некоторые оппоненты пытались отнять радость творчества.

Внимание, пример!

«Однажды прекрасная принцесса поместила в Фейсбуке похабную частушку собственного сочинения. Вся королевская конница и вся королевская рать возмущались и писали гневные отзывы. Принцы и принцессы из сопредельных государств куртуазно выражали свое неудовольствие. Но прекрасная принцесса не видела этого и совершенно не расстроилась. Потому что никто из них не был у нее в друзьях».

В принципе, почти никто не лишен возможности открыто высказаться, показать себя, но в силу разных причин многие ее не используют. Если вы хотите, чтобы люди знали о вас и о том, что для вас важно, вы должны этим, безусловно, поделиться. Не забывайте и об обратной стороне медали: «О чем бы человек ни говорил, он говорит о себе» (Ларошфуко), а также о том, что публичная деятельность человека накладывает на его жизнь не только некоторые ограничения, но и неудобства. Об этом вам расскажет любой известный и популярный человек.

Причем и в части известности – по понятным причинам – не все однозначно. Мир полон историй, связанных со знаменитыми бандитами, политиками, маньяками, сквернословыми и подлецами... Здесь я, конечно же, не имею в виду высказывание земского врача и литератора Антона Павловича Чехова: «Каждый человек за 40 лет – отъявленный негодяй». Иначе мне пришлось бы иметь в виду себя самого.

Поэтому если вы, дорогой читатель, несмотря ни на какие трудности и лишения, увлечены в своем желании, благом и непринужденном, стать публичной личностью, то вам необходимо воспитать в себе самокритичность, умение реагировать (слышать) критику со стороны, приобрести навыки и компетенции самосовершенствования и подавить гордыню. Мы обоснованно и на примерах разберем вопросы саморазвития в других разделах этой книги.

1.2. Факторы, мешающие творческому мышлению

Факторы, мешающие творческому мышлению, уже установлены. Это некритичное принятие чужого мнения (конформизм, соглашательство), внешняя и внутренняя цензура, ригидность (в том числе передача шаблонов, алгоритмов в решении задач), желание найти ответ немедленно и, конечно же, банальная лень или русская хандра – сплин, воспетая в том числе А.С. Пушкиным в поэме «Евгений Онегин».

1.2.1. Источники вдохновения для пишущего человека

Писатель-фантаст Теодор Старджон однажды сказал, что 90 процентов всего в мире – полная чепуха. То же самое можно сказать и о нашей литературной работе. Ведь редко кто признается окружающим, что даже мы, врачеватели душ человеческих, бывает, не в силах отличить хорошее от плохого. Поэтому публичной личности важно показывать свою работу другим людям и наблюдать за их реакцией.

Внимание, совет!

Раз в день, когда вы закончили работу, вернитесь к тому, что вы зафиксировали, и отыщите небольшой фрагмент, которым вы можете поделиться.

Где вы находите то, что именно вас вдохновляет? Чем вы заполняете свою голову? Что вы читаете? Какие сайты вы посещаете? Какую музыку слушаете? Чьи работы обожаете? Чьи идеи заимствуете? У вас есть кумиры? За чьим творчеством следите в Интернете? Кто служит для вас примером в интересной именно вам сфере деятельности?

Все это источники вдохновения, достойные того, чтобы о них поговорить, ибо такие сведения обладают полезной информативностью – помогают понять, кто вы и что вы делаете, иногда даже лучше, чем собственно сами ваши работы.

Если хотите, чтобы у вас были поклонники, в первую очередь вы сами должны быть поклонником. Имею в виду, будьте хорошим читателем для того, чтобы стать хорошим писателем. Это как тренировка сознания.

Если хотите быть принятым обществом, нужно стать достойным членом этого общества. По сути, все это прописные истины, но как часто мы о них забываем.

Думая и говоря только о себе, вы, безусловно, совершаете большую ошибку, если, конечно, ситуация не такова, что при прочих равных условиях угрожает вашей жизни. Стиль поведения «чтобы не думать о людях плохо, лучше о них не думать совсем» только отчасти помогает делу, и то в строго определенных индивидуальных ситуациях, когда вред от иных более агрессивных действий может быть большим, чем от «безобидного» бездумного времяпрепровождения.

В идеальных отношениях, если предполагать, что в этом мире вообще есть идеал, вы должны быть связующим звеном между информацией и ее потребителем – читателем.

К примеру, писатель Блейк Батлер называет это «быть открытым узлом Сети».

Стало быть, если хотите получать, вы должны отдавать. Если хотите, чтобы вас узнавали, узнавайте сами. Помолчите и послушайте. Будьте внимательными, участливыми. Не превращайтесь в ходячую рекламу, это других только раздражает. Люди больше всего любят, когда их... любят.

1.2.2. Критика – помеха творческому кризису

Важно не отвечать на вызовы мира по принципу адекватности «зло на зло». Ибо искусство не должно опускаться до уровня народа. Искусство должно тянуть вверх.

Писатель должен любить людей, именно должен, ибо если он не любит людей, им его книги не понравятся.

Сегодня важнейшее значение в мире имеет коммуникация. И это неспроста, потому что она позволяет обмениваться опытом.

Когда человек с деньгами встречается человека с опытом, человек с опытом уходит с деньгами, а человек с деньгами уходит с опытом.

Когда вы показываете свою работу всему миру, то должны быть готовы к «хорошему, плохому и злему». Чем больше людей увидят ваши работы, тем больше критики на вас обрушится. Относитесь к этому, пожалуйста, спокойно: все публичные личности, так или иначе знаменитые, ощущали это воздействие явно или косвенно. Существует даже гипотеза о пропорциональности в этом вопросе: чем известнее человек, тем более о нем говорят (разное).

Внимание, важно!

Не теряйте гармонии и равновесия. Помните, что ваша работа – это то, что вы делаете, а не то, чем вы являетесь.

Разумеется, многие литераторы, спокон веков зная теоретически возможности стрел, отправленных в их адрес критически настроенным рецензентом, заранее сочиняют себе псевдонимы, уместно полагая, что таким образом смогут избежать нападков на свое доброе имя.

Но вопрос о псевдонимах не такой простой, как кажется на первый взгляд, и к купированию творческого кризиса прямо не относится.

Другое дело – критика. Вернемся назад на несколько страниц; обратите внимание на раздел «Факторы, мешающие творческому мышлению». Это очень важный момент для понимания взаимосвязей кризисных явлений, спровоцированных критикой.

Если некритичное принятие чужого мнения (конформизм, соглашательство) превалирует у конкретного автора, то это, наверное, хороший тон. Но по той же логике яростная критика, при условии ее объективного восприятия автором, есть скорее «добро» для его творчества, чем «зло». Дело в том, что в подавляющем большинстве творческая личность стремится к еще большей популярности, к еще большему успеху. Поэтому самосовершенствоваться – не только ее основная задекларированная задача, но и потребность, хоть и мало проговариваемая (транслируемая) в обществе. Особенно в русском обществе такая ситуация часто имеет место быть в связи с нашей ментальностью.

Мы часто готовы признать собственные ошибки добровольно, легко и безобидно, но чертовски сильно сопротивляемся, когда кто-то пытается против нашей воли «всунуть нам в пищевод неудобоваримый факт».

Наверное, поэтому еще так актуальны слова, авторство которых приписывают Конфуцию, вполне подходящие по теме реагирования на критику: если тебе плюют в спину, значит, ты движешься в верном направлении (переиначено: впереди всех).

Особое мнение на этот счет имеет председатель правления Российского межрегионального союза писателей Е.П. Раевский, который, соглашаясь с Конфуцием и заодно с Дейлом Карнеги, говорит, что «никто никогда не бьет мертвую собаку». Если на вас нападают, значит, вы делаете нечто такое, что другим не под силу. И Раевский прав. По крайней мере, прав исходя из своего собственного многостороннего опыта сочинения поэтических стихотворений и общения в разномасштабной писательской среде.

Разумеется, на этот счет могут быть и иные мнения; сколько литераторов – столько и мнений. И каждое мнение обосновывается собственным мировоззрением его обладателя, опытом и морально-ценностной шкалой принципов гармоничной личности.

Внимание, совет!

Даже если критика одолевает вас, все забывается, это временное явление, паллиатив. Ситуацию надо использовать для самосовершенствования, проанализировать ошибки и не останавливаться на достигнутом. По сути, критике и критикам надо говорить «спасибо». Если не явно, то хотя бы с помощью авторского стиля в любой творческой деятельности. Потому что критика, безусловно, дает творчеству новый импульс и уж никак не запрещает его. Если, конечно, речь идет именно о безусловном творчестве в соответствии с его определением, данным выше.

Для себя выработайте стойкое убеждение о том, что «не ошибается только тот, кто ничего не делает» и «не стыдно не знать, а стыдно не учиться».

В дополнение ко всему будьте амбициозны. Не сидите без дела, ведите дневники, пишите по несколько страниц в день. Определите время на это важное для себя занятие в ежедневном плане.

Наилучшим, на мой взгляд, примером в данной части могут служить барон Карл Иероним Фридрих фон Мюнхгаузен и его реплики из мастерски поставленного Г. Гориним художественного фильма «Тот самый Мюнхгаузен». Он ежедневно определял время на «подвиг» и «переписывался с Софоклом». Отсюда новый и важный совет.

Внимание, совет!

Мыслите шире. Увеличивайте свою аудиторию. Не ограничивайте себя из-за того, что вы должны «быть собой» или «не продавать себя».

Разумеется, поддержка семьи и ближнего круга авторитетных личностей очень важна для писателя. Держитесь поближе к семье, друзьям и тем, кто любит вас за то, что вы есть, а не только за вашу работу. Взаимодействие в профессиональной среде еще более важно для совершенствования творчества.

К примеру, Пушкин и Жуковский (оба писали сказки) никогда не конфликтовали. В дружеском литературном соревновании Пушкин написал «Сказку о царе Салтане», а Жуковский – «Сказку о царе Берендее» и еще «Войну мышей и лягушек». Александр Сергеевич любил повторять в ближнем литературном кругу: *«Мне кажется, что если все мы будем в кучке, то литература не может не согреться и чего-нибудь да не произвести».*

1.2.3. Литературный зуд

Многие считают, что творческий кризис – это обычная лень, которой нашли хорошее оправдание. Но, тем не менее, фактически ясно, что именно с творческим, а не каким-то иным кризисом в силу профессиональной деятельности сталкиваются люди творческих профессий. И даже копирайтер здесь не исключение. Но творческий кризис у копирайтера приводит к тому, что его доходы резко сокращаются. Поэтому так важно как можно быстрее преодолеть этот творческий кризис. То есть здесь уместно говорить о некоей заказной литературной деятельности, осуществляемой сугубо для пополнения бюджета семьи или собственного кармана. Литератор как в прошлых веках, так и в новейшей истории России пишет потому, что не может не писать, это своеобразный литературный зуд, и уже второстепенно (третьестепенно и т. д.) встает вопрос о том, какой гонорар и где он за свое сочинение получит.

Копирайтер работает с заказными произведениями, и разница между ним и литератором очевидна. Но сие пояснение привожу именно для того, чтобы продемонстрировать, во-первых, что и у копирайтера, и у технического писателя (а также всех тех, кто выполняет производственные задания, осуществляет технические задания) нередко бывает творческий кризис, как у людей, подпадающих под основное определение создателей новой вещи. И, во-вторых, затем, чтобы показать, что для технических специалистов и копирайтеров (рерайтеров, компиляторов и др.) не менее важно максимально скоро локализовать творческий кризис с тем, чтобы зарабатывать деньги.

1.2.4. Длительная и продолжительная работа

Еще одной из причин творческого кризиса может стать интенсивная работа в течение продолжительного времени. Возможно, вы просто «перегорели» на работе, уделяя ей слишком много времени. Если нет рабочего графика, работать можно в течение суток. Если творческий кризис вызван этой причиной, то стоит снизить темп или дать себе отдых.

После небольшого отпуска вновь появится непреодолимое желание творить (писать).

Творческий кризис могут вызвать и проблемы в семье или другие жизненные неприятности, которых лишь по собственному желанию не избежать. Но это не страшно, ведь людям с опытом известно: одни события в жизни окрыляют, а другие, наоборот, порождают творческий кризис.

1.2.5. Здоровье и самовнушение

Замечено, что творческие кризисы чаще всего случаются в весенний или осенний периоды. Поэтому укрепляйте иммунитет в эти периоды года витаминами, чтобы авитаминоз не сказался «теткой с косой» в вашем непредсказуемом творчестве.

Перед работой займитесь самовнушением. Скажите себе, что сегодня сможете «свернуть горы» и справитесь с работой (ее частью) на любую тему.

Кроме того, не забывайте об ежедневных физических упражнениях – они помогут вам переключиться, насладиться жизнью и получить дополнительный заряд бодрости. Не стоит работать в ущерб общению с друзьями и родными – ведь общение с близкими людьми придаст вам новые силы. Периодически архиважно ставить перед собой новые цели.

Внимание, совет!

Пробуйте новое. Если появляется возможность, которая позволит больше времени заниматься тем, что по душе, говорите «да». Если появляется возможность, которая сулит больше денег, но меньше работы, которую вы хотите делать, говорите «нет».

Рассматриваемый генезис кризисных явлений на примере информации, донесенной до сего дня предками и литераторами, творившими в прошлых веках, позволяет установить, что кризис творчества может возникнуть не столько во время яростных на вас нападков (критиков или иных), сколько во время безмятежное, время самоуспокоения, спорного «почивания на лаврах» и купания в лучах славы.

Тут же на память приходит образ охотника из «Обыкновенного чуда» талантливейшего Евгения Шварца. Персонаж давно уже не занимается охотой, но «борется за свою славу» – пишет статьи и книги об охоте. Теоретизирует. И очень устает. «Что может быть утомительнее, чем бороться за свою славу?»

Вот именно такой тип людей, самоуспокоенных с определенного времени, наиболее подвержен кризису. Поэтому важно никогда не останавливаться и никогда не сдаваться.

Что касается нападок, то уместно не падать раньше выстрела и важно пережить самый пик критики, затем она – по естественным причинам – ослабевает. Люди, как известно, склонны «зацикливаться» на себе. И в скором времени им уже не до вас.

Внимание, совет!

Если вы чувствуете, что вполне овладели навыками, необходимыми для выполнения работы, стоит сменить курс и найти что-нибудь новое, что вы могли бы изучить, чтобы двигаться дальше. Нельзя быть довольным уровнем своего мастерства; заставляйте себя становиться учеником снова и снова. Писатель Ален де Боттон сказал: «Если вам не стыдно за то, кем вы были в прошлом году, вы плохо учились».

Работать без остановки – это замечательно, но может наступить момент, когда ваши силы иссякнут и вам нужно будет восполнить растрченную энергию. Лучший способ подзарядиться – взять отпуск или переменить занятия. Такой «ход конем» не будет являться самоуспокоением, а лишь позволит набраться впечатлений от мира и людей, которые сослужат в будущем новую «литературную службу» в вашем непредсказуемом творчестве.

1.2.6. Испуг – помеха литератору

Оказывается, большинство из нас довольно не уверенные в себе люди. Мы боимся своих амбиций и не реализовываем себя на 100 %. Из-за чего многие литераторы чувствуют себя несчастными. Именно им мне хотелось бы рассказать одну историю.

По окончании лицея молодой, но уже подающий надежды Александр Пушкин был определен на службу в Коллегию иностранных дел. Там довелось ему как-то встретиться со старым чиновником, долгие годы прослужившим в Коллегии, который рассказал молодому поэту удивительную историю, с ним приключившуюся.

В первые дни марта 1801 года чиновник дежурил ночью в Коллегии. Вдруг объявили, что идет государь, и в комнату вошел взволнованный Павел I. Он начал быстро и нервно диктовать чиновнику указ. Чиновник дрожащей рукой вывел: «Указ Его Императорского Величества». Неожиданно с его пера слетела клякса и капнула прямо на лист. Испуганный чиновник схватил новый лист и начал писать заново, а Павел продолжал быстро диктовать, не замечая заминки.

Чиновник до того растерялся, что прекратил писать вовсе и молча сидел, окончательно оробев. Наконец, император кончил диктовать и потребовал указ на подпись. Ни жив ни мертв, чиновник протянул царю лист с одним только заголовком.

– И что же государь? – в нетерпении спросил Пушкин.

Как выяснилось – ничего. Только «изволили ударить в рожу».

О чем же был этот указ, срочный, безотлагательный, продиктованный ночью, за несколько дней до смерти, спешно и взволнованно? Какой сюжет! Увы, сюжет получился не пушкинский, а гоголевский: чиновник не смог припомнить ни одного слова, до того был напуган.

Поэтому испуг в любой деятельности, особенно применительно к литературной, испуг соревнования, испуг от конкуренции, испуг от критики, испуг от возможного посещения творческого кризиса – все сии испуги от лукавого.

1.3. Неприятные открытия про писателей

Общение в литературном сообществе порой становится проверкой отношений на прочность, а в самых печальных случаях, увы, – и причиной прекращения сотрудничества. Какие неприятные открытия о своих коллегах можно сделать и как свести конфликт к минимуму, вы узнаете в этом разделе.

1.3.1. Непунктуальность

Неприятное открытие, сделанное мною за два года руководства секцией в Российском межрегиональном союзе писателей, насчитывающем, к слову, более 600 членов: литераторы, бывает, расслабляются по полной программе и затем либо отрицают любые представления о времени, мотивируя это сакральным «куда торопиться?», либо сами постоянно поторапливают, сверяются с хронометром, неприятно суетятся и с упреком поминутно восклицают: «Но мы же из-за тебя опаздываем в библиотеку! Скорее! Чего стоим?! Некогда отдыхать!»

Как с этим бороться? Если компания большая, есть смысл разделить на тех, кто хочет неспешных действий, и тех, кто стремится «везде и все успеть», и взаимодействовать с группой единомышленников, договариваясь о встрече в определенный час в определенном месте. Если же вы собираетесь малой компанией, стоит завести разговор о том, что неплохо было бы найти золотую середину и взять за привычку планировать и утверждать темп работы, например, согласовывая его каждую неделю.

Неприятное открытие: с виду приличные «работники пера» на деле могут оказаться совершенно невозможными. Вы согласовываете редактуру в установленные сроки и обнаруживаете ошибки или отсутствие материала, коллега виновато прячет глаза и говорит: «Я забыл...»

Беспечность тормозит и серьезно нарушает общие планы.

Как бороться? Во-первых, своевременно проверять наличие всех текстов, правок, соблюдение обязательств по договорам (устным и письменным), зачитывая список вслух; во-вторых, заранее правильно расставлять задачи и выяснять, кто и за что отвечает, и напоминать об этом при каждом удобном случае. По сути, я говорю об азах управления как малым коллективом из трех человек, так и писательским полком.

Не менее раздражает обратная ситуация: литератор – педантичный приверженец асептики, идеального порядка и раскладывания «всего по своим полочкам» как в быту, так и в мыслях. Казалось бы, об этом можно только мечтать. Ан нет. Такой «коллега» опасен с другой стороны: он требует немедленно исправить собственные оплошности, вытравить все ошибки и страшно ругается, если кто-то не поддерживает его явно не своевременной инициативы.

Неприятное открытие связано с потреблением алкоголя: положительные отцы, примерные матери, обладатели малых и престижных премий, общественных наград, вырвавшись «на волю», вдруг начинают расслабляться «с запасом», «чтобы наверняка» и «за весь год». В итоге их приходится отговаривать от идеи забраться на самую высокую пальму, останавливать от ночных заплывов голышом, будить, чтобы не опоздали на конференцию.

Как бороться? Если уследить за пьющим не получилось – проявите сострадание. Бутылка воды и тюбик «Энтеросгеля» быстрее приведут перебравшего в чувство, а вас избавят от непрерывных жалоб на чудовищное похмелье. Если уследить чудом удалось, стоит мягко объяснить, что, пожалуй, восьмая рюмка на полупустой желудок – не лучшее решение и как минимум нужно закусывать колбаской, а как максимум – заканчивать с возлияниями

и отправляться на прогулку – может, и вдохновение, задержавшись где-то по соседству, зайдет, наконец, к нему в душу.

1.3.2. Нытье, что не оценили

Нередки ситуации, когда литератор, привыкший щебетать и порхать с вечеринки на вечеринку, с пленэра на пленэр, в одночасье вдруг обнаруживает в себе неспособность самостоятельно что-то сделать, ведь за него до этого все решали другие и предлагали уже сформированные, готовые идеи.

И вот он предлагает прогуляться, подышать свежим воздухом и, никого не слушая, начинает рассказывать свои истории, которые всем уже порядком поднадоели, ныть, что его недооценивают, хочет, чтобы ему одолжили «жилетку» и утешили, а еще лучше – похвалили. Объясняется это психологией личности. Писатель любит, когда о нем говорят, а более всего – хвалят. Редкий писатель способен круто развернуться против лести. Все понимая, он остается в ее власти.

Как бороться? Увы, побороть нытика невозможно. Терпение и утешение – лучшие друзья оказавшегося в компании «плакальщика». В конце концов именно это ему и нужно.

Внимание, важно!

В общем же смысле всегда уместно помнить, что не у всего и не у всех в этом мире есть цена. А значит, и оценить так или иначе могут только с большой долей неточности. Ведь цена – не достоинство, а критерий потребительской оценки в соотношении с другими качествами.

Используя такой подход и аргументацию, с большой долей вероятности удастся «победить» кризис непризнания.

«Нытье о том, что недооценили», если это уже явно заметно, (вошло в привычку), прямо связано с завышенной самооценкой и сомнением о собственной значительности и, как следствие, неординарности. Что такое неординарность применительно к писательскому труду?

Неординарность – один из факторов, делающих нас теми, кто мы есть. Но часто то, что мы знаем о себе, – это то, кем мы не являемся. Мы обозначаем себя как «не то» или «не это».

Но самоидентификация на этом не заканчивается. Писательскую карьеру нельзя построить на том, чего мы не хотим. Нужно перейти от ощущения того, кем мы не являемся, к ощущению того, кто мы есть. Но для этого нужна решительность. Быть против чего-то – это просто. Но в чем ваше «за»? Задумывайтесь над этим почаще.

Наша главная проблема – это осознание того, что, пытаясь взять от жизни как можно больше, мы упускаем порой самое важное. Это осознание того, что сделать что-то позже далеко не всегда означает сделать это лучше. Когда мы оставляем все на потом, после тридцати на наши плечи ложится огромный груз: нам нужно в чем-то добиться успеха, завести семью и детей, купить квартиру, получить удовольствие от жизни или основать бизнес – и все это в очень сжатые сроки. Многие из этих задач просто нерешаемы; кроме того, после тридцати гораздо труднее одновременно заниматься литературой и налаживанием быта.

Отсюда вывод: все хорошо делать вовремя, гармонично и без «перекосов».

1.3.3. Зависимость от социальных сетей

Неприятное открытие: многие литераторы, не сговариваясь, начинают суетиться и публиковать все подряд, благо возможности современных электронных устройств (гаджетов) вполне позволяют сие, а затем утыкаются в свои дисплеи, экраны, чтобы вдоволь насладиться иллюстрациями и комментариями на своей странице. Бывает, что на совместном

обеде в заведениях с Wi-Fi разговор начинается с вопроса «Какой у вас пароль?» и возобновляется только после того, как все проверят почту или «запостят» статусы.

Как с этим бороться? Если вы вынуждены работать вместе (в том числе в соавторстве), договоритесь о пятиминутке (не более) проверки почты и «социальных сетей», а в особо экстремальных случаях введите правило края стола, когда все кладут свои телефоны на край стола во время обеда, и тот, кто первым потянется к своему, платит за всех. Такое «наказание рублем» обычно работает.

Или круто измените течение общего разговора.

Помните какую-нибудь задачу, взорвавшую ваш мозг? У меня такая была в школе и потом преследовала лет двадцать.

Из пункта А в пункт В одновременно выехали два автомобилиста. Первый проехал с постоянной скоростью весь путь. Второй проехал первую половину пути со скоростью 24 км/ч, а вторую половину пути – со скоростью, на 16 км/ч выше скорости первого, в результате чего прибыл в пункт В одновременно с первым автомобилистом. Найдите скорость первого автомобиля.

Пусть ищут.

Помогите им супертворческой задачей, подобные «албанские» вопросы могут на время отвлечь как «нытика», так и неугомонного борца за свою славу. А значит, и отвлечь от самого кризиса, который иногда попросту надуман или даже «настоян» на спирту.

Уточните задачку: вы видели автомашину, которая сразу набирает скорость 24 км/ч, а потом едет-едет – и в одно мгновение полностью замирает? Нет? Значит, есть время разгона и время торможения, когда скорость не 24 км/ч? И нет никакой постоянной скорости? А как получают среднюю скорость? Это расстояние, деленное на время.

Пусть думают.

Я отказывался решать эту задачу в школе. И она кажется бесполезной сейчас. Но в условиях, когда конкретный литератор потрясен самим собою и выдуманным кризисом, «албанские» вопросы помогают. Это проверено на практике. Они увлекают его ум в сторону, противоположную той, откуда растут его «кризисный» страх и безнадега.

Так «думающих» провоцировал и таким образом проверял еще учитель «Вася в кубе» из бессмертной повести В.Ф. Тендрякова «Весенние перевертыши», которую, к слову, не мешало бы активно рекомендовать к прочтению школьникам.

1.4. Предвестники творческого кризиса

Поговорим о «среднем состоянии», или предвестниках творческого кризиса.

Кто не знает расхожего выражения «следовать с крейсерской скоростью»? Да что такое сама эта величина – крейсерская скорость? Кто-то скажет, что это та скорость эскадры, которую определяет самый тихоходный корабль, и... ошибется. На самом деле крейсерская скорость – это понятие относительное, понятие средней скорости. Но для пишущей братии оно кажется нереальным.

О каждом человеке, в том числе и о каждом из нас, можно судить по тому:

- ♦ как вы представляете себя;
- ♦ как вас представляют другие люди;
- ♦ какой вы есть на самом деле.

Человек, которому нравится думать, что он уже писатель, ибо есть основание – обладание медалями, выданными за большой вклад в литературу, – представляет себя иначе, чем окружающие его писатели, не совсем писатели и совсем не писатели. Для кого-то вы – «странный коллега» или «странный тип». Мы все представляем себя не так, как нас – окружающие.

С третьим представлением все еще сложнее. «На самом деле» существует, и оно похоже на то, как описана жизнь двух автомобилистов в задачке (предыдущий абзац). Это непостижимые уму миллиарды действий, связь и последовательность которых между собой не очевидны. Если писатель попытается увидеть все, что произойдет с ним хотя бы в течение секунды, он сойдет с ума. Внезапность... Внезапность с видения господина Воланда.

Творческий день такого литератора похож на набор несвязных транзакций: был занят – пришло много электронных писем, звонили и заходили люди, все чего-то хотели. Всем ответил, все сделал. А на вопрос «Как прошел день?» сказать нечего.

1.5. Не давайте кризису развиваться

1.5.1. Создайте свою историю

Создавать историю – значит вычленять из общего хаоса миллиардов событий как минимум несколько обязательных элементов: героя, завязку, кульминацию и развязку.

Все успешные литераторы умеют рассказывать истории. То есть на вопрос «Как дела?» у них всегда есть интересная история. Только некоторые на этот риторический вопрос начинают «нудеть» о том, как именно обстоят у них дела. Я обычно и не слушаю даже, ибо совершенно очевидно, что для этого надо иметь глаза, а не уши. Визуально заметно по кислой mine состояние не столько дел, сколько делишек.

Но есть литераторы, которые, несомненно, умеют создавать истории. И в этом их прелесть.

Они могут продать современное искусство, и у них уже состоялась большая галерея имени себя.

Что можно перенять у таких активных и увлеченных людей, которые без труда могут собрать в одном кабаке много только что не знакомых им людей: художников, актеров, музыкантов, журналистов? Их коммуникативная мощь напоминает эпитафию на могиле Чарльза Шваба (о котором много писал Дейл Карнеги): «Он умел собрать вокруг себя людей, которые были умнее его самого».

Обычно многое заметно в деталях (мелочах), к примеру, тогда когда человек-писатель говорит о незначительных событиях. О них нормальный человек вообще ничего сказать не сможет, разве что промычит или пожмет плечами, а писатель или журналист вполне может «раздуть» историю.

И это отличительная профессиональная черта нашей братии. Половину выдумает. Половину возьмет из собственного опыта, но... задачу выполнит. В этом смысле он лучше кадрового военного; того учат, и иногда учат бесполезно, а этот (писатель) по своей воле, благой и непринужденной, ответственно строчит тексты из собственной головы. Причем подчас даже не думая о вознаграждении (это роднит его с преданным родине и правительству военным). Только пишущий выдает «на-гора» текстовые перлы для собственной славы, ему главное – выдать, а там хоть трава не расти: пусть ругают или хвалят, это не важно. А военный, как известно, подчиняется приказам сверху и без руководящей руки творить почти не способен. Это его беднит.

Хотя история государства Российского изобилует примерами, когда поэты служили в войсках, а «отставные» служаки становились поэтами, прозаиками и, в частности, мемуаристами.

Но я отвлекся. Описанную черту сочинять истории, их записывать, а затем перерабатывать в самостоятельные произведения искусства, которые уже не стыдно показать другим, надо признать уникальной и обязательной для пишущей братии вне зависимости от региона и страны проживания.

Внимание, пример!

Однажды я записал в своем дневнике: «Вышел на улицу покурить. Меня зацепил человек с бейджем, на котором значилось “Александр Мякинський”. Вот женится, и жена у него станет Мякинська». Спустя пару лет из этой строки получился рассказ. Так любой человек может стать для писателя

творческим вдохновением. А кто не хочет, чтобы о нем была сложена история?

Возможность выстроить литературный бизнес во многом строится на коммуникации, на умении задавать правильные вопросы и рассказывать истории. Кто это умеет, того все уже хорошо знают. А кто пишет только мемуары, на них и закончит. Разве вам интересны мемуары Александра Мякинького и его жены Мякинькой? Мне – нет.

Поэтому, чтобы не случалось частых приступов творческого кризиса от естественной в данном случае прохлады читательской рецепции, надо отодвигать свое эго на задний план. Не важно, что вам хочется написать о своем дедушке. Важно то, насколько ваш дедушка может быть интересен потенциальным читателям. Это действительно важно, если, конечно, вы не собираетесь погрязнуть в «самиздате» (издавать за свой счет, платить издательству за выпуск ваших «мемуаров», а затем ломать голову, как бы их широко распространить).

1.5.2. Необходимый сервис собственных мыслей и представлений

Как бы ни были хороши зарубежные бестселлеры о литературной жизни, они не учитывают российскую специфику. В России туго с главным правилом хорошего литератора: *«Улыбайтесь, в России улыбка – это акт»*. С другой стороны, увидеть улыбающегося литератора можно, пожалуй, лишь на встречах с читателями или во время невольных интервью. Сам вид писателя с улыбкой вызывает подозрение: «Чего смеется, может быть, он от меня что-то хочет или плетет козни? А то еще того пуще – не задумал ли этот щелкопер и пасквильянт вставить нашу встречу в свою новую книгу?»

Такие мысли нередко надолго заседают в головах некоторых российских читателей. Ну да бог с ними.

Главное, что требуется от вас, – не позволяйте себе резкого тона и тем более крика в общении на встречах, особенно во время интервью и встреч с журналистами. Спорить с прессой – себе дороже. Ваш авторитет должен держаться не на страхе, а на уважении. Если вы хотите получить от этого делового периода максимальные результаты, то и готовиться к нему предстоит весьма тщательно. Не пренебрегайте разработкой предварительных планов, они весьма полезны.

1.5.3. Идите и учитесь!

Внимание, это интересно!

Посмотрите на портреты любимых вами писателей – от Пушкина до Сартра, а то и далее – в сторону удаления к древности. Они не были красавцами. Затем обратите пристальное внимание на портреты их жен. Они красавицы (чего не скажешь, например, о женах музыкантов...)

Этот пример показывает, что умение рассказывать истории важнее, чем волевой подбородок и неприменный музыкальный слух.

Итак, поехали!

1.6. Как избежать информационной перегрузки, или Четыре вопроса к писателю

Именно человек, гражданин страны, обладающий созидательным потенциалом, способный мыслить творчески, является главной целью культурной политики государства.

Президент Российской Федерации В.В. Путин

Есть темы, которые актуальны годами. К счастью, их не так уж и много, но среди них есть такие неприятные, как «профессиональное выгорание». Несмотря на всю неэтичность обсуждения этой темы, я просто обязан об этом упомянуть, прежде чем оставлю писательские сообщества и перейду непосредственно к писателям как людям со свойственными им достоинствами и недостатками.

Одной из причин информационной перегрузки является тот факт, что непосредственные руководители – в силу разных причин – не так уж часто вспоминают о необходимости профилактики кризисных явлений у себя в учреждениях, а что уж говорить о писателях, которые вспоминают о проблеме и того реже; чаще всего постулируют ее тогда, когда уже заметны симптомы кризисного явления; тогда, когда уже «поздно предотвращать».

Однако именно профилактика является лучшим оружием в данном деле. Она крайне важна, так как диагностика психологических проблем, спровоцированных информационной перегрузкой, далека от совершенства и проводится недостаточно часто – как силами правлений союзов писателей, так и «святая святых» – представителями комитетов по культуре, курирующих литературные общественные организации в регионах.

Сегодня многих не на шутку интересуют тема информационной перегрузки и связанные с этим проблемы, в том числе психологические. Литераторы тоже люди, и их стрессоустойчивость является предметом обсуждения в ситуации повышения информационной и деловой (профессиональной) нагрузки.

Для того чтобы разобраться в вопросе защиты литераторов от информационной перегрузки и стрессов, нужно ответить на четыре относительно простых вопроса: что такое информационная перегрузка? Как и когда она может оказать пагубное влияние на профессиональный рост личности литератора? Как определить, что он находится в кризисном состоянии? И, наконец, самый важный вопрос: как это предотвратить?

1.6.1. Вопрос первый: что такое информационная перегрузка в литературном процессе?

Информационная перегрузка возникает главным образом из-за невероятной психологической нагрузки, которую порождает обилие информации, получаемой из разных источников, – нормативных документов и в открытом доступе. В последнее время чрезвычайно активно используются ПК. Через этот «канал» проходят практически все работы.

Через ПК и программное обеспечение пишущему в электронном виде доступны страницы-меню. Преимущество компьютера в том, что вы как пользователь можете оперативно получить большой объем информации, и эти показания не исчезают сразу, а какое-то время (зависит от информации и подчас от индивидуальных особенностей) остаются в памяти мозга.

Перейду к рассмотрению психофизической нагрузки, которая у литераторов носит характер отчаянной информационной перегрузки. Ибо компьютеры – компьютерами, но в

жизни всегда есть место множеству иррациональных решений, которые просто невозможно учесть заранее.

Если посмотреть на такого деятеля во время работы, то отлично заметно, что он погружен в себя. Он смотрит в дисплей, работая почти автоматически, но при этом продолжает воспринимать то, что происходит вокруг (окружающую действительность). Казалось бы, невозможно с одинаковой эффективностью смотреть двумя глазами в разные стороны и при этом видеть две разные картинки. Исходя из этого, приходится одновременно решать разные задачи. Но именно это становится естественным поведением через 2–3 года активного писательского ремесла (в данном контексте рассматриваем тех, кто работает за компьютером). Итак, самое интересное происходит с теми, кто все-таки остается «в деле», более-менее успешно адаптировавшись к нагрузкам.

Таким образом, удастся даже считывать две информации одновременно – двумя глазами параллельно, но направленными к разным источникам. Способность является приобретенной именно благодаря относительно большому стажу.

Привычка получать информацию из двух и более источников почти одновременно (одномоментно) приводит, с одной стороны, к тому, что можно читать книгу и одновременно слушать музыку, при этом нет проблем с отчетливым одновременным распознаванием информации, а с другой – к тому, что эта ситуация отражается на здоровье, вызывая проблемы со зрением, головные боли и бессонницу, что подтвердит почти любой литератор, работающий с ПК и программой *Word*. Почему так происходит?

Обычный, не подготовленный специально человек получает 80 % информации об окружающем мире именно посредством зрения и только 18 % – при помощи слуха. Информационная перегрузка возникает от систематической ситуации параллельного восприятия больших доз информации и имеет накопительный эффект.

Попытка перехода к многозадачному режиму работы мозга – очень болезненный процесс. Довольно типична ситуация, когда, говоря по телефону, человек продолжает делать записи в свой дневник (хотя большинство «нормальных» людей при осмысленном разговоре другую работу на время откладывают в сторону). Или, общаясь с коллегами, параллельно записывает информацию в память ПК.

Способности адаптироваться к подобным перегрузкам сегодня считаются компетенциями, но... обычных граждан никто не готовит к таким перегрузкам, и единицы, в основном это профессионалы, связанные не только с психологией, но и со смежной наукой – медициной, констатируют, что такая подготовка необходима, равно как необходимо и строгое соблюдение режима дозирования нагрузок. Это уже вопрос по организации труда.

В результате происходят банальные вещи. Те, кто не справляется, разумеется, нервничают и попадают в разряд «неперспективных», а это как клеймо. Профессиональный секрет заключается в том, что нельзя говорить кому-либо о проблеме. И это не секрет Полишинеля.

1.6.2. Вопрос второй: как и когда психологические проблемы, связанные с творческим кризисом, наиболее пагубно влияют на литератора?

Сложность диагностики заключается в том, что не всегда неудовлетворительное психоэмоциональное состояние выдает себя яркими симптомами; более того, на практике это большая редкость и выявляется уже на этапах, близких к критическим. Это прямо связано с недостаточной устойчивостью организма к пребыванию в условиях накапливаемой информационной перегрузки (без отдыха) и неудовлетворенного спроса на внимание. То есть с неподготовленностью личности литератора к увеличению нагрузок, с одной стороны, и воздействием внешних факторов – с другой.

Причем возникающие психоэмоциональные сложности хоть и вредят организму, но вообще только укрепляют его перед новыми, более серьезными испытаниями. Таким образом, природа сама защищает организм человека. Другое дело, что цена этого «эксперимента» иногда оказывается выше, чем хотелось бы.

С этой точки зрения разъясняются общая нестабильность, нервозность, напряженность, возникающие и подчас сохраняющиеся в течение нескольких лет, то есть принимающие форму «нормы». Поэтому-то и существует так много разных писательских коллективов в единой, казалось бы, системе с общими целями и задачами. Но ничего единого в нашей сфере давно уже (примерно с 1991 года) не существует.

Однако из наиболее характерных симптомов осложнения следует отметить такие малоприметные детали (нет мелочей – есть детали), как отсутствие искренних улыбок, продолжительное молчание («не о чем поговорить»), едкие замечания на, казалось бы, простые ситуации, общая неудовлетворенность.

Но мало заметить, важно знать, как с этим бороться. Если эти признаки появились, следует немедленно задуматься о психологическом климате, так как подобные симптомы в зарождающемся латентном состоянии легче купировать, а их бесконтрольное развитие неизбежно способствует более серьезным обострениям, переходящим в открытые конфликты в обществе, спровоцированные вашим творческим кризисом.

И если вы являетесь профессионалом с большой буквы, то страдает само дело.

Внимание, важно!

Тем, кто общается с литераторами, на мой взгляд, также важно прочесть эту книгу практических рекомендаций – для того чтобы понимать и прогнозировать осложнения в общении и ситуации, требующие вмешательства. Творец тяжелой, давящей атмосферы еще не преступник. Как правило, писатели и литераторы в общем смысле – это личности с активной жизненной позицией. И самым хорошим, хотя и более сложным в части реализации, решением является выявление истинных причин проблемы и их устранение, а не «выживание» носителя «проблемы», у которого, кстати, имеется обоснованная мотивация собственных поступков. Таким образом, я веду речь не о номинальном, а искреннем внимании к неразрешенным вопросам писателей, возникающим в результате неудовлетворенности в обществе.

Писатель как гражданин, живущий в социуме (не изолированно) и вынужденный общаться с людьми, может получить неприятные эмоции в любое время. Дело в том, что в соответствии с индивидуальной предрасположенностью зароненная обида, обостренное чувство справедливости, неудовлетворенное желание (к примеру, «не оценили», «обошли», «наградили ту бездарность» – эти слова часто можно услышать в сообществе литераторов), дополнительная необоснованная нагрузка – все эти и многие другие факторы обостряются в связи с накопительным характером. Их трудно обнаружить сразу (как предтечу проблемы), они могут длительное время, не выдавая себя, сохраняться в человеке. Абсолютным лидером среди факторов влияния на психоэмоциональное состояние писателя является неудовлетворенность в результате собственного творчества, а также восприятие сторонней оценки своего творчества. Несомненно, риск гораздо выше там, где люди работают в небольших коллективах и выполняют разнородные, подчас не свойственные им задачи. Что я имею в виду?

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.