

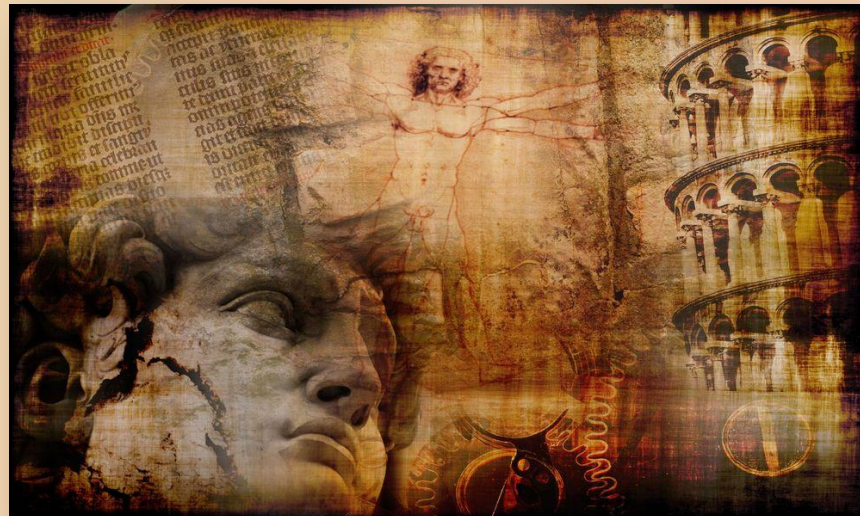
**Роль инсайта в творческом  
процессе.  
Представления о механизмах  
инсайта  
В КОГНИТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

Презентацию выполнили:  
студентки 5 курса, 4 группы  
Горелик А. Брагина Н.

# Творческий

## инсайт

- Творческий инсайт является одной из ключевых стадий индивидуальной творческой мыслительной деятельности. Сам процесс творчества состоит из стадии подготовки, инкубации, инсайта или озарения и проверки полученного решения. Наличие в структуре процесса творчества стадии инсайта расценивается как одно из основных доказательств тесной связи бессознательной мыслительной деятельности с творчеством.
- Творческий инсайт считается иррациональным понятием, так как является сверхчувственным способом познания истины. При этом рациональные рассуждения не могут создать новое знание. Инсайт наступает тогда, когда индивид находит решение, не осознавая процесса, приведшего к этому решению.



- Исследования феномена инсайта сопряжены с рядом трудностей из-за его специфических свойств, таких, как неосознаваемый характер, субъективная внезапность нахождения решения, процессуальные особенности творческого решения в отличие от решения обычных задач и т.д. Создать единую теорию мыслительных процессов и доказать отсутствие специфических инсайтных механизмов также не удастся. Попытки описать и объяснить инсайтные процессы как анализ через синтез, через переструктурирование, использование простых форм мышления, ожидание подходящей аналогии, селективное кодирование, объединение и сравнение, забывание неверных решений, снятие ограничений, полностью не раскрыли всю сущность механизмов инсайта и их функции при решении задач.

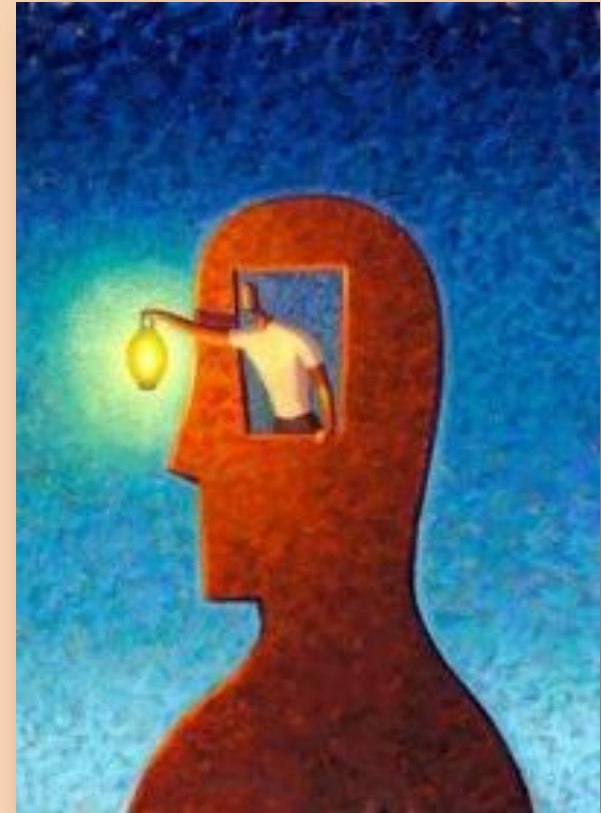


- Л.А. Китаев-Смык описал структуру и последовательность развития креативного озарения при решении инновационной проблемы:
  1. Во время достаточно долгого и почти непрерывного напряжения сознания в поисках интеллектуального решения актуальной задачи или проблемы возникает чувство погружения в пустоту. Такое сновидное состояние может быть кратким и не запоминающимся.
  2. На фоне этой «пустоты» сознания и эмоций вдруг возникает зарево. Всё вокруг – и в голове, и в мыслях – будто бы подсвечено теплым, слабым светом или же ярко озарено. Всегда озарения кажутся краткими, они длятся не дольше секунды.
  3. При вспышке вдруг становится видно новое, искомое решение. Оно, как странным образом визуализированное понятие, как зримая истина, может иметь вид сложной геометрической фигуры, или старинного замка с высоты птичьего полёта, или чего-то пронзительно ясного, но невыразимого сразу словами...
  4. Тут же возникает радостное ощущение: «Вот оно! Новое! Удивительное решение!» Радость, ликование, счастье открытия, решения проблемы длится секунды. При этом увиденное рационально ещё не было осознано; понятно, но не понято.

- 5. Возникает полнейшая уверенность в точности, верности, истинности внезапно открывшегося решения. При этом без колебаний отвергаются все остальные предполагавшиеся варианты решения.
- 6. Включается двигательная ажитация: человек вскакивает, ходит, смотрит в разные стороны, но внутренним взором рассматривает проблему с разных сторон. Это длится 5-15 секунд, минуту или дольше.
- 7. Возникает желание поделиться новым знанием с кем-либо, излить свою радость.
- 8. Человек понимает, что не успел понять, запомнить открывшееся решение, оно блекнет и рассеивается. На творца накатывают недоумение и сильное огорчение, они длятся несколько минут.
- 9. Возникают сомнения, мысли, что это решение было иллюзией.
- 10. С отчаянием, верой и надеждой творец как бы складывает ещё оставшиеся в сознании элементы открывшегося решения, пытаюсь воссоздать её. Долго, уже отрешившись от посторонних мыслей, от людей, он вновь проходит путями интеллектуального напряжения, которые привели его к озарению, и даже логически домысливает недостающие «детали» воссоздаваемого открытия.
- 11. Наконец находка воссоздана, все составные части слились в единую сущность!

# Инсайт в когнитивной психологии

- Представления о механизмах инсайта в когнитивной психологии наиболее подробно представлены в рамках коннекционистского и модельно-символического подходов, важное место в которых отводится положению о том, что процессы генерирования идей, включая центральные моменты инсайта, представляют собой феномены, относящиеся к долговременной памяти и ее ассоциативным механизмам.



## Коннекционистский подход

Данный подход основан на ассоциативной модели S.A. Mednic (1962) и модели распределения внимания (модель распределенности ментальных представлений по нейронной сети и параллельности переработки информации). Исследования в рамках этого подхода позволили установить связь между способностью обнаруживать и творчески комбинировать разнородные идеи с широким фокусом внимания.

## Модельно-символический подход

В рамках модельно-символического подхода внимание понимается как состояние когнитивной системы, при котором активированы определенные узлы семантической сети. Так, при узком фокусе внимания небольшое количество ближайших узлов в памяти оказываются сильно активированными, при широком фокусе – активировано большее число удаленных узлов, но с меньшей силой. Как следствие, большая активация отдаленных ассоциированных концептов может стать причиной более выраженных проявлений креативности.

- **Принципы модельно-символического подхода к описанию когнитивных архитектур объясняют ряд феноменов творческого мышления:**

- 1) процесс творческого мышления разворачивается на основе концептуального знания, хранящегося в долговременной памяти в форме сети взаимосвязанных узлов (семантической сети);
- 2) процесс решения заключается в движении по сети, по ходу которого происходит извлечение узлов, обеспечиваемое их активацией; такая система позволяет рассматривать индивидуальные различия в креативности как различия в связях между узлами сети;
- 3) логический режим мышления как сильную активацию небольшого количества узлов сети;
- 4) интуитивный режим мышления как менее выраженную активацию большего количества узлов;
- 5) приемы содействия творчеству (например, внешние подсказки) как дополнительную стимуляцию участков сети

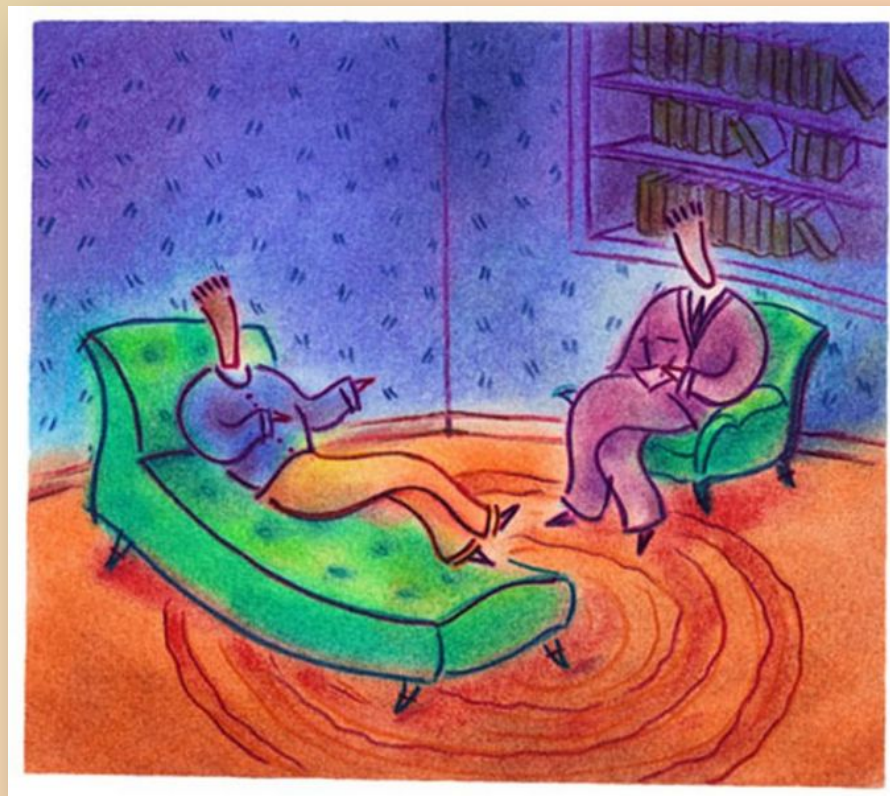


# Интуиция и инсайт

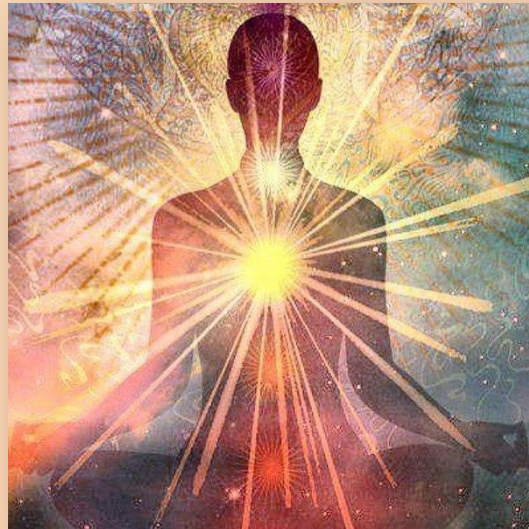
- Следует отметить, что по вопросу взаимоотношения интуиции и инсайта в психологической литературе существуют различные мнения. Интуиция строится на глубоких, достоверных знаниях, не похожих на те, которые появляются вследствие умозаключений или осмысления, то есть, не аналитического типа. Интуиция позволяет человеку близко подойти к решению проблемы до того момента, когда он осознает это решение, и даже до того, как проблему обнаружат и заговорят о ней. Интуиция также предоставляет возможность для творческих взлетов. Процесс принятия интуитивного решения зависит от каждого человека в отдельности, иногда это решение даже невозможно объяснить. Нередко оно сопровождается всплеском эмоций или даже чисто физическими ощущениями.
- В отличие от интуиции инсайт возникает внезапно и без предупреждения, являясь мгновенной догадкой.
- Общим между инсайтом и интуицией является неосознанность процесса возникновения идеи и чувство её правильности до того, как могут быть найдены доказательства, подтверждающие данное мнение. Поэтому инсайт и интуиция как бы перекрывают друг друга.
- Различие между инсайтом и интуицией заключается в том, что если решение, возникшее при инсайте, можно впоследствии доказать и подтвердить (верифицировать), то интуитивное знание бездоказательно. И именно поэтому интуитивное решение вызывает у многих людей недоверие к себе.



- Человек может столкнуться с инсайтом не только во время творческого процесса, но и на консультации у психолога. Постепенно разбирая проблему перед человеком может открыться причина неудачи в этой ситуации, т.е. произойти полное осознание, также может возникнуть решение имеющейся проблемы. Так что инсайт-это одна из целей психологического консультирования.



- Инсайт — это не выведенное из прошлого опыта, внезапное понимание ситуации в целом, благодаря чему достигается осознанное решение проблемы. На данный момент это одно из ключевых понятий в современной психологии. Очень плотно с этим понятием работал Г.Уоллес. Именно он разделил процесс творчества на составляющие: подготовка, инкубация, инсайт и проверка.
- В данном контексте инсайт можно смело заменить синонимом «озарение». Действительно, это самое близкое по смыслу слово. В бессознательной области нашей психики было найдено решение проблемы, и перенесено в сознание. Кажется, что решение пришло ниоткуда, но в действительности мы ведем бессознательную мыслительную работу. Поэтому озарение, или инсайт, случаются в моменты, когда мы заняты совершенно другими делами. Озарение обычно сопровождается уверенностью в его верности и с положительно заряженным эмоциональным зарядом.



Аналитики традиционно различают два типа инсайта:

- — **Интеллектуальный инсайт**, понимаемый как способность субъекта в целом верно оценивать собственное поведение и понимать свою психопатологию с точки зрения генезиса и динамики развития состояния. Чаще всего интеллектуальный инсайт относят к области обсессивной защиты личности, поскольку он позволяет субъекту понимать и эффективно держать под контролем те, беспокоящие его стороны собственной личности, по отношению к которым он чувствует отчуждение.
- — **Эмоциональный инсайт**, понимаемый как способность ощутить и адекватно осознать значение собственного бессознательного и его символических проявлений. В отличие от интеллектуального инсайта, эмоциональный — является скорее свидетельством свободы от отчуждения и нахождения субъекта в свободном контакте с собственным бессознательным.



- Термин инсайт во врачебной практике психиатров означает способность пациента отчётливо понимать, что существующие у него нарушения собственного интеллекта и чувств не только субъективны, но и объективны, то есть, свидетельствуют о факте болезни.
- Инсайт является одним из диагностических признаков, свидетельствующих о сохранности личности. Так, утрата инсайта характерна для психоза, а его наличие свидетельствует скорее о неврозе.



**Спасибо за внимание!**

