

# Использование метода ассоциаций в работе педагога в танцевальной студии

Смирнова Юлия Витальевна

*педагог дополнительного образования*

*ФГБОУ ВДЦ «Океан» г. Владивосток*

*В статье рассказывается об использовании метода ассоциации на занятиях танцевальной студии в ВДЦ «Океан», как пробудить творческое мышление и способствовать развитию импровизационных навыков*

Использование ассоциаций является важным инструментом для развития креативности и импровизационных навыков, которые помогают танцорам устанавливать связи между своими внутренними ощущениями и внешними действиями. История возникновения метода свободных ассоциаций или ассоциативного эксперимента связана с именами Френсиса Гальтона и Вильгельма Вундта, которые провели его в 80-х годах 19 века с целью изучения психических процессов. Впоследствии, в начале 20 века, этот метод стали использовать в психиатрии Э. Крепелин, З. Фрейд и К. Юнг для исследования бессознательного.

Фундаментальными принципами метода являются:

1. Принцип всеобщей связи. Все в мире взаимосвязано и составляет единое целое. Между всеми объектами и явлениями существуют ассоциативные связи, которые могут быть установлены между любыми элементами, имеющими общие свойства или характеристики. Эта всеобщность связей означает, что каждое понятие или объект могут вызвать бесконечную сеть ассоциаций в сознании.

2. Принцип универсальности. Этот принцип утверждает, что основные закономерности и структуры, лежащие в основе творческой деятельности, являются универсальными и могут быть применены в различных сферах.

3. Принцип неисчерпаемости и бесконечного богатства мира является основой многих областей человеческой деятельности, включая искусство, науку и философию. Он предполагает, что мир вокруг нас обладает безграничными возможностями и ресурсами, которые еще не были полностью исследованы и использованы.

Этот принцип также подчеркивает значимость слова как стимула для нашего воображения. Когда мы слышим определенное слово, оно пробуждает в нашем мозге множество ассоциаций, образов и идей, связанных с этим словом.

4. Принцип прагматизма гласит, что при выборе между различными вариантами действий человек должен выбирать тот, который принесет наибольшую пользу, или тот, который будет наиболее эффективным.

Согласно этому принципу, мир рассматривается как ресурс, из которого можно извлечь пользу или выгоду.

5. Принцип единства сознательного и бессознательного заключается в том, что эти две стороны психики человека не отделены друг от друга жесткой границей, а, напротив, взаимосвязаны и взаимодействуют. Подсознательная творческая активность представляет собой процессы, происходящие в нашей психике на бессознательном уровне, которые могут приводить к появлению новых идей, решений и творческих озарений.

Ассоциативное мышление в танцевальной импровизации высвобождает творческий потенциал и возможности для развития.

Мы ежедневно пользуемся ассоциациями, с помощью которых находим взаимосвязи в различных предметах и явлениях. Как правило, люди используют ассоциации неосознанно и по случаю, не придавая им особого значения. Но это действенный инструмент, который помогает ускорить работу и улучшить жизнь в целом.

Ассоциативное мышление можно применять в разных ситуациях. В ходе изучения возможностей использования метода ассоциаций в работе педагога в танцевальной студии были разработаны упражнения, основанные на совокупности принципов, описанных выше: они позволяют обучающимся выделить собственную ассоциацию и раскрыть воссоздаваемый образ через творческую интерпретацию передаваемого смысла в движении тела.

Примеры упражнений с использованием ассоциаций в танцевальной импровизации:

1. «Поводырь». Возможность следовать за одной частью тела, например, рука. Часть тела является направляющим и ведущей за собой точкой.
2. «Циркуль». Возможность рисовать окружности различными частями тела. Главное не ограничивать одной плоскостью или же шириной исполнения.
3. «Петля» или «Нитка в иголку». В данном упражнении одна часть тела является петлей или ушком в иголке, вторая играет роль нитки, которую продевают вовнутрь.
4. «Липучка». «Отлепить» одну часть тела от другой можно лишь использовать третью часть тела. В данной ассоциации можно использовать различную амплитуду и силы «отклеивания».
5. «Магнит». Одна часть тела играет роль магнита, к которому все примагничивается. Движение точечное.
6. «Линии». Рисование только прямых линий любыми частями тела.

Использование шести этих ассоциаций дает возможность разнообразить импровизационный танец, расширить креативное мышление, а также возможность чувствовать себя уверенно в танце, так как эти ассоциативные ряды дают возможность танцевать не с «пустого листа».

Для более результативного освоения данной методики, далее предложены формы усложнения и поиска движений на основе метода ассоциаций.

1. **Скорость.** К одним из возможных видов усложнения данного упражнения можно отнести работу со скоростями, например, от 1-10, где 1- очень медленно, а 10- очень быстро. Вначале можно двигаться постепенно от первой скорости до десятой скорости, а далее можно

делать резкую смену противоположным скоростям, например 2-9, 6-3 и т.д.

2. **Объем.** Далее можно добавить объем исполнения каждого элемента, разбив его так же на шкалу от 1 до 10, где 1 это очень узко исполняется движение, а 10 - максимально широко, на сколько позволяет тело. В данном упражнении можно использовать также движение в постепенном нарастании объема, а затем резкая смена, например 2-9, 3-6.
3. **Заикливание.** В данном случае можно заикливать, как и целый комплекс движений, так и мелкое действие.
4. **Реверс.** Здесь можно двигаться в обратном порядке, как перемотка видео. Так же можно использовать возможность реверса как на комплексе движений, так и на одном движении.
5. **Фактура.** В этом упражнении можно использовать также ассоциации, добавить возможность воссоздать текстуру любого предмета или же взять 3 формы: жидкое, газообразное, твердое.

Далее представлены наглядный материал данной статьи с примерами импровизаций на основе каждого упражнения, появившихся благодаря использованию метода ассоциации.



Рисунок 1. QR-код с наглядными материалами упражнений.

Данный комплекс упражнений можно отнести к развитию не только компетенции – креативность, но и к развитию мышечных ощущений, что в дальнейшем помогает воспроизводить танцевальные движения за счет мышечной памяти, устойчивые ассоциации в этом помогают.

Все они ускоряют процесс создания танца и позволяет чувствовать себя свободнее в движении, потому что наполняются личностным смыслом, благодаря силе импровизационного мышления и самой импровизации, как творческой энергии, позволяющей создавать новые культурные тексты.

#### *Список литературы*

1. Новикова Е.Б. Импровизация: сущность и философско-антропологические смыслы: автореф на соиск. уч. ст. канд. философ.наук, Омск, 2012, - 22 с.
2. Этапы становления и развития танца постмодерн во второй половине XX начале XXI веков, Кисеева Елена Васильевна - тема научной статьи по искусству и искусствоведению, текст научно-исследовательской

работы <https://cyberleninka.ru/article/n/etapy-stanovleniya-i-razvitiya-tantsa-postmodern-vo-vtoroy-polovine-xx-nachale-xxi-vekov/viewer> (дата обращения: 20.03.2024)

3. Марков С. Метод ассоциаций [Электронный ресурс]. – URL: <https://geniusrevive.com/metod-assotsiatsij/> (дата обращения: 24.03.2024)