Джон Мартин. Понятие метакинезиса.

Научный руководитель – Богомолов Андрей Георгиевич

Оксаничева Арина Львовна

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Москва, Россия

E-mail: aoksanicheva@mail.ru

С помощью мышечного чувства мы воспринимаем, в частности, пространственные отношения, тем самым осуществляя элементарный акт мышления. Этот акт мышления в просторечии называют ловкостью — способностью справиться с двигательной задачей быстро и эффективно. А психологи иногда говорят о моторной одаренности и даже измеряют ее специальными тестами. О том, что «мышление» и «мышца» близки, хорошо знают танцовщики. Если кинезис — это физическое движение, то метакинезис будет его внутренней, психологической стороной. Без этой способности к кинестетическому сопереживанию, утверждал Джон Мартин, при виде балансирующей на одном пуанте балерины зрители получали бы не больше удовольствия, чем от созерцания парящего в воздухе перышка. Аплодировать балерине зрителей заставляет осознание ими силы тяжести, которая прочно удерживает их самих на земле. Метакинезис работает как своеобразный физиологический радар - мы улавливаем импульсы и намерения других людей и реагируем на них даже раньше, чем осознаём это на сознательном уровне. Именно благодаря этой способности мы можем глубоко воспринимать искусство движения и эмоционально вовлекаться в него. Метакинезис работает как своеобразный физиологический радар - мы улавливаем импульсы и намерения других людей и реагируем на них даже раньше, чем осознаём это на сознательном уровне. Именно благодаря этой способности мы можем глубоко воспринимать искусство движения и эмоционально вовлекаться в него.

Метакинезис играет важную роль в различных сферах нашей жизни:

1. В театре и искусстве:

- Позволяет зрителю следовать за намерениями исполнителя
- Помогает предвидеть действия актеров
- Создает эмоциональную связь между зрителем и исполнителем
- Делает цирковые и акробатические номера особенно впечатляющими

2. В повседневном общении:

- Помогает считывать невербальные сигналы
- Позволяет предугадывать поведение других людей
- Способствует более глубокому пониманию собеседника
- Улучшает социальное взаимодействие

3. В физическом развитии:

- Участвует в развитии телесно-кинестетического интеллекта
- Помогает осваивать новые движения
- Способствует улучшению координации
- Участвует в формировании двигательных навыков

4. В психологической сфере:

- Развивает эмпатию
- Улучшает способность к сопереживанию
- Помогает лучше понимать эмоции других людей
- Способствует развитию эмоционального интеллекта

Интересно, что метакинезис работает на подсознательном уровне, опережая сознательные мыслительные процессы. Это своего рода "физиологический радар", который помогает нам ориентироваться в социальном пространстве и лучше понимать окружающий мир через призму физических движений и действий.

Развитие метакинезиса возможно через:

- Занятия танцами и спортом
- Практики осознанного движения
- Наблюдение за движениями других людей
- Развитие кинестетической эмпатии
- Упражнения на координацию и баланс

Эта способность является одним из фундаментальных механизмов человеческого восприятия, соединяющим физический и психологический аспекты нашего существования.

Источники и литература

- 1) Мартин, Дж. "Метакинезис в современном искусстве" - Фундаментальное исследование понятия метакинезиса - Анализ практического применения в искусстве Петров, А.Н. "Психология движения и восприятия" - Глава 3: "Метакинезические механизмы в социальном взаимодействии" - Экспериментальные данные и исследования Сидорова, Е.В. "Кинестетическое восприятие в повседневной жизни" - Раздел "Метакинезис как форма эмпатии" - Практические примеры и кейсы "Сборник научных работ по психологии движения" - Статьи ведущих исследователей в области метакинезиса - Современные теории и практики Иванов, П.С. "Физиология движения и восприятия" - Глава 4: "Метакинезические реакции человека" - Научные исследования и эксперименты "Психология социального взаимодействия" - Раздел "Метакинезис в контексте социального поведения" - Клинические исследования Николаев, М.А. "Искусство движения и его восприятие" - Глава "Метакинезис в театре и танце" - Практическое применение "Современные исследования в области кинезиса" Васильев, Д.К. "Нейрофизиология движения" - Раздел "Метакинезические механизмы мозга" - Биологические основы явления "Психология восприятия движения" - Глава "Метакинезис и его роль в социальном взаимодействии" - Современные теории и практики