

5+ rad które zwiększą Twoją kreatywność. Nie dla leniów.

Nie bądź szary w tłumie! Rozwiń swoją kreatywność przez zastosowanie kilku rad.

„Kreatywność” stała się ostatnimi czasy bardzo modnym słowem. Niestety wielokrotnie jest nadużywana, stając się kolejnym pustym słowem – tzw. „zapełniaczem”. Zdaje się, że coraz częściej staje się synonimem powielania pomysłów innych, częstokroć oznaczając po prostu „odmienność”. Czy chińczyk mieszkający w Polsce jest kreatywny? Może i jest, ale przecież nie z racji tylko i wyłącznie swojej narodowości.

Poniżej wypisałem listę prostych i jednocześnie skutecznych rad, które NA PEWNO rozwiną Twoją kreatywność, i to kreatywność w pełnym tego słowa znaczeniu. Jeśli nigdy nie pracowałeś z kreatywnością to proponuję Ci się dwa razy zastanowić, czy aby na pewno chcesz zostać najbardziej kreatywną osobą w Twoim najbliższym otoczeniu!

Zdecydowałeś się? Ok, weź dwa głębokie oddechy i czytaj...

0: Chciej.

Jako, że tą radę masz już za sobą to postanowiłem jej nadać numer 0. Jest ona banalnie prosta, jednak okazuje się, że większość osób odpada właśnie tutaj. Być kreatywnym? Ale po co? A to coś kosztuje? Trzeba podawać maila? A nie wystarczy ukończyć szkołę? Otóż drogi czytelniku – gratuluję Tobie, że nie należysz do tej grupy, bardzo trudno ją przekonać – dlatego właśnie nie będę robił tego, idźmy dalej...

1: Wymyślaj / myśl!

Dziwna rada jak na początek, czyż nie? Za to bardzo ważna! Jeśli chcesz zacząć biegać – zacznij biegać, jeśli chcesz zacząć wymyślać – zacznij wymyślać. Proste. Już byłeś kiedyś kreatywny, taki się urodziłeś! Niestety kulawy system szkolnictwa czy to inne instytucje, ludzie nauczyli Cię myśleć szablonowo, narzucając Tobie własny światopogląd, wręcz paradygmat myślenia (a dokładnie: niemyślenia, odtwarzania).

Czasy, w których przyszło nam żyć, przez wielu nazywanych „wiekiem Internetu”, ja nazywam „wiekiem instant”. Nie chcemy myśleć jak zrobić zupę – mamy gorący kubek, nie chcemy uczyć się – mamy ściągę, nie chce nam się myśleć – mamy przecież cicię Wiki i wujka Google, a w samym centrum pokoju – telewizor, po co mamy sobie coś wyobrażać sami, jeśli mamy TV? Nie chcę powiedzieć, że to wszystko jest złe i niedobre, ale zdaje się, że wielu z nas wręcz „zasnęło” w tej całej „kulturze niemyślenia”. Zacznij wymyślać i myśleć sam, choćbyś miał stracić na to aż 10 minut dziennie – świat się nie zawali. Jeśli chcesz zacząć efektywnie wykorzystywać swój mózg, to nie masz wyjścia. Rusz głową!

2: Czytaj!

Nie muszę chyba nikogo przekonywać, że czytanie książek ubogaca. Powiększamy swój zasób słów, uzupełniamy pokłady wiedzy (lub niewiedzy), poznajemy nowe światy, otwieramy się na rzeczy do tej pory nam obce. Jednak co czytać? Czytaj wszystko co tylko wpadnie Ci w ręce, dzięki temu będziesz mógł zacząć tworzyć swoje własne światy, poszerzać spektrum pomysłowości, będziesz mógł łączyć w ciekawy, innowacyjny, KREATYWNY sposób stare ze starym w nowe! To świetna zabawa. Warto czytać również powieści s-f czy fantasy. To prawdziwe „inspiratory”, wręcz kopalnie pomysłów. Oprócz tego, że autor musiał wymyślić fabułę, to stworzył także niebanalne postacie, dziwaczne czasem opisy wydarzeń, niemieszczące się w głowie, nietuzinkowe lokacje, przedmioty (często magiczne, niespotykane). Czytając książki prawdziwych mistrzów zapiera nam dech w piersiach, głowiąc się zadajemy pytanie: „skąd oni to wszystko wzięli!”. Staraj się czytać również biografie, najlepiej osób nieprzeciętnych – twórców, wynalazców, myślicieli. Na pewno znajdziesz tam wiele cennych rad jak być kreatywny. Na początek poczytaj sobie o Albercie Einsteinie – to Ci się przyda. Posłuchaj też dobrej muzyki czy słuchowiska radiowego – naprawdę nieźle rozwijają wyobraźnię!

3: Zrób coś innego.

Kreatywność przejawia się między innymi w tym, że zaskakuje nas w momentach najmniej oczekiwanych. Zaskoczmy się sami robiąc rzeczy, których nigdy jeszcze nie robiliśmy. Zacznij grać na drumli, powiedz dzień

dobry komuś kogo nie znasz, wybierz się o 3:00 w nocy na spacer po mieście (wygląda wtedy pięknie!), wybierz się do teatru zamiast do kina, zrób sobie kurs manicure (jesteś mężczyzną? Co z tego!), obetnij się na tyso, a potem zapuść warkocz! Przeprowadź ankietę na temat „występowania salamandry w województwie mazowieckim”. Zjedz krewetki, małże i stek z rekina. Zapisz się do chóru, klubu Morsa, na szermierkę i do sekcji wyplatania gobelinów. Złóż kostkę Rubika w mniej niż 5 minut, odwiedź babcię, czy dziadka (tak, to też może Cię rozwinąć!). Naucz się podstaw japońskiego i latania na paralotni. A to wszystko zrób z czystej ciekawości i miej pełną satysfakcję, że Ci się udało. Wiedz, że większość Twoich znajomych w tym czasie oglądała ich ulubiony serial.

4: Podróżuj.

Odnajdź swoją pasję w podróżowaniu. Na początku zwiedź polskie góry i morze. Jest takie stare powiedzenie: „Každy w życiu chociaż raz powinien być w górach, nad morzem i przejść SuperMario” ;) Wybierz się w starannie wybrane miejsce autostopem, albo idź na pieszo... albo jeszcze inaczej - w ogóle nie wybieraj miejsca. Po prostu poproś znajomego, żeby wybrał za Ciebie, kupując bilet PKP za odpowiednią kwotę. Wybierz kogoś znudzonego swoim życiem i weź go ze sobą - jakie to cudowne uczucie kogoś uszczęśliwić! Gdy stwierdzisz, że nadszedł czas na zagranicę weź głęboki oddech, dowód osobisty i dwa razy się nie zastanawiaj. Dobrze jest znać język zanim się wyjedzie w podróż (poznawanie obcego języka to genialny pomysł!), ale można się też wybrać bez języka - z pewnością będzie to ciekawe. Uśmiechaj się do napotkanych osób, wiedząc, że wielu z nich marzy o tym, co Ty właśnie realizujesz. Potem wróć do rodziny i opowiedz im jaki świat jest piękny w swojej różnorodności.

5: Ćwicz.

Z pewnością kreatywność to nie mięsień, ale można ją ćwiczyć. Istnieje wiele prostych ćwiczeń, na kreatywność. Co prawda nie zastąpią one tych rad wyżej (one są absolutnie najbardziej skuteczne), ale mogą nieźle wspomóc.

Pierwszym sposobem, i chyba najbardziej znanym jest technika wspomagająca wymyślanie pomysłów. Polega ona na postawieniu absurdalnego problemu (np. „jak zatrzymać czas”), lub problemu nie rozwiązanego jeszcze (np. „jak nakarmić głodnych w Afryce?”). Następnie mając 30 sekund wypisujesz 10 (lub więcej) propozycji na kartce. Nie muszą one być logiczne, racjonalne czy nawet możliwe. Po prostu ma być ich dziesięć. Pozwól aby pracowała Twoja prawa półkula mózgu odpowiedzialna za myślenie abstrakcyjne. Lewą półkulę - oceniającą, logiczną, bardziej „przyziemną” - zaprzęgnij do pracy dopiero w ostatnim etapie, gdy skończysz już wymyślać. Teraz możesz już spokojnie, na trzeźwo ocenić, które z pomysłów są najbardziej realne, a które nadają się tylko do kolejnego skeczu Monty Pythona.

Drugim popularnym sposobem na rozwijanie kreatywności jest MindMap czyli mapa myśli. O owej technice powstały już całe artykuły, a nawet książki, więc nakreślę ją tylko krótko. Chodzi o to, by na środku kartki (im większy arkusz tym lepiej), w samym jej centrum, napisać słowo - klucz, lub frazę, stanowiącą problem, wyzwanie. Np. „urodziny mamy”. Dalej dorysowujemy linię, które będą prowadzić od środka na zewnątrz. Każda linia powinna mieć swój opis, np. „wielki różowy stół”, albo „bukiet pachnących róż”. Zapis można zastąpić rysunkami, zdjęciami, grafikami - czymkolwiek na co tylko starczy czasu czy kreatywności. Warto jeszcze dodać, że mapa myśli powinna być kolorowa, co najmniej tak jak bożonarodzeniowa choinka ;)

To tylko dwa ćwiczenia - tak naprawdę jest ich cała masa, a najlepsze możesz wymyślić Ty! Nie poddawaj się, jeśli coś Ci nie wyjdzie, w końcu „praktyka czyni mistrza” i „nie od razu Rzym zbudowano”. Siła tych ćwiczeń polega na tym, aby wykonać je częściej niż raz. Ostrzegałem - kreatywność to nie zabawa dla leniwych - kreatywność to przymiot mistrzów!

Bibliografia:

- „Mapy myśli” - Tony Buzan, wyd. „Aha!”
- „Rusz głową!” - Tony Buzan, wyd. „Aha!”
- „Pamięć” - Marek Szurawski, wyd. „Aha!” (wszystkie trzy tomy)

Netografia:

- www.kreatywizm.pl

Mam nadzieję przeczytać komentarze - pochlebne / niepochlebne, ale niech będą **kreatywne!**

Autor: Bartosz Bilicki

Artykuł pobrano ze strony eioba.pl