

# KREATYWNOŚĆ

Rezultaty kreatywnego myślenia są liczne i zróżnicowane: od wiersza, przez diagnozę medyczną, przepis na ciasto, ulepszoną pułapkę na myszy, teorię astrologiczną, po szybszy sposób sprzątanía kuchni. Kreatywność to fantazyjny i swobodny sposób myślenia, dający w efekcie nie tylko świeże spojrzenie i rewolucyjne pomysły, ale także użyteczne produkty.

Myślenie kreatywne wykracza poza zwykłe procesy, odkłada na bok uznane przez wszystkich formuły, wzory czy przepisy. Osoby kreatywne mają jednocześnie tendencje do ciężkiej pracy i marzeń na jawie, odnoszą się sceptycznie do „prawidłowych odpowiedzi” i zdają się wierzyć tylko swoim instynktom, uparcie szukając rozwiązań. Kreatywność nie rodzi się z dnia na dzień, większość ludzi spędza całe lata na nauce swojego fachu i dopiero wtedy wprowadza innowację.

Mimo istnienia kilku znanych przykładów pojawiania się kreatywności w rodzinie z pokolenia na pokolenie, dziedziczność nie wydaje się być jedynym czynnikiem predysponującym człowieka do innowacyjnego myślenia. Ważny jest na pewno wpływ rodziny i środowiska, w jakim się wzrasta. Świetny wynik testu na inteligencję nie oznacza, że mamy zdolności kreatywne. Prawdziwy oryginalny sposób myślenia opiera się na zdolności przyswajania sobie innowacji i umiejętności łączenia ze sobą różnych idei w sposób, jaki nie przyszedł wcześniej nikomu do głowy. Oryginalne pomysły mają swój początek na jawie, kiedy to pozwalamy naszemu myślowi swobodnie wędrować i zadajemy pytanie „Co by było, gdyby...?”; dajemy umysłowi znać, że może podążać daleko poza obszar znany i akceptowany. Nie byłoby postępu w dziejach ludzkości, gdyby wszyscy wykonywali czynności, jak dotychczas. Kreatywne marzenia doprowadziły nas do ery komputerów i podboju kosmosu. Niestety od najwcześniejszych lat wielu z nas ceni sobie myślenie logiczne, praktyczność i ustalone reguły ponad umiejętności kreatywne - wyobraźnię, fantazję, wnikliwość i intuicję.

Przez całe wieki osoby praktyczne szydziły prawie z każdego wynalazku. Jednak bez innowacyjności nie byłoby całej rewolucji przemysłowej. Nie jest łatwo być kreatywnym, już dzieci zmuszane są do tego, by trzymać się prawidłowych odpowiedzi, „nie wyjeżdżać za linię” i zbyt dużo nie fantazjować. Dzieciństwo jest jednym z najbardziej kreatywnych okresów w życiu człowieka, ponieważ każda zabawa wymaga wyobraźni. Naturalna kreatywność dziecka przejawia się w zdolności do fantazjowania, wybiegania myślą poza tę jedyną prawidłową odpowiedź, do zastanawiania się, dlaczego tak i dlaczego nie. Ekspertki sugerują, aby rodzice w celu kultywowania kreatywności utrzymywali równowagę między pobudzaniem dziecka do myślenia, zasympyaniem go nowymi pomysłami i zadaniami, a poz-

walaniem mu, by samo eksperymentowało w czasie zabawy. Powinno się także zachęcać dziecko do czytania. Im więcej zdobędzie informacji, tym bardziej będzie kreatywne.

Tylko niektóre z ludzkich cech ceni się wyżej niż kreatywność. Bycie kreatywnym wymaga elastyczności myślenia, którą w pewnym stopniu ma większość ludzi, choć zdaje się o tym nie wiedzieć. Wbrew powszechnym mniemaniom, kreatywność można rozwijać. Oto niektóre sposoby: 1) **pomysł** - zdecyduj, co chcesz zrobić - często pomaga napisanie na kartce swoich celów lub naszkicowanie rzeczy, którą chcemy zbudować; 2) **myśl pozytywnie** - na pewno trafisz na rozwiązanie; 3) **dowiedz się wszystkiego**, o tym co chcesz zrobić. Im więcej wiesz, tym lepiej jesteś przygotowany do znalezienia rozwiązania; 4) **myśl** - podejdź do swojego zadania z różnych perspektyw; 5) **pozwól dojrzeć swoim myślom** - jeśli po pierwszych próbach rozwiązanie nie przychodzi, odłóż problem na bok i pozwól popracować nad nim swojej nieświadomości; 6) po paru dniach wróć, **przejrzyj swoje pomysły** i odrzuć te, które się nie sprawdziły. Wprowadzaj zmiany i poprawki, aż znajdziesz najlepsze rozwiązanie; 7) **przetestuj swoje myśli**, wprowadzając je w życie.

Charles Kettering, inżynier, który u schyłku życia miał na koncie więcej wynalazków niż inni Amerykanie, powiedział, że „od czasu kiedy dziecko idzie do przedszkola, do chwili ukończenia college’u będzie egzaminowane 3 do 4 razy w ciągu roku, a jeśli raz obleje, jest skończone. Wynalazcy może powinąć się noga 999 razy, a kiedy raz mu się uda, wygrywa. Wynalazca traktuje swoje niepowodzenia jak ćwiczenia próbne”.

Zwykle ociągamy się z działaniami kreatywnymi, lękając się niepowodzeń. Najlepszym sposobem na przezwyciężenie tego lęku jest rozpoczęcie pracy nad jakąś małą częścią całości, nie stanowiącej jej początku. Pamiętajmy, że sekret tworzenia oryginalnych idei tkwi w wymyśleniu dużej ich liczby i pozbyciu się tych nietrafionych.

mgr Monika Kofel-Dudziak  
Centrum Pomocy Psychologicznej i Terapii  
ul. Zdrojowa 11/13  
Tel. 783 133 336

Informujemy,  
że osoby zainteresowane archiwalnymi numerami  
Gazety Samorządu Lokalnego „Zdrój Ciechociński”  
mogą otrzymać je bezpłatnie  
w Urzędzie Miejskim w Ciechocinku,  
przy ul. Kopernika 19 (pokój nr 22)  
od poniedziałku do piątku w godz. 7.30 - 15.30.