

یا ایجاد خلاقیت در خود امکانپذیر است؟

یکی از بهترین راه ها برای تشخیص استعداد و علائق تست های شغلی و استعداد یابی است. این تست ها می تواند به طور نسبی شما را به سمت گرایش ها و علائق تان راهنمایی کند و در صورت تردید در میان چند مسیر تقریباً این تردید را برای شما از بین ببرد.



پرسش: از کودکی این حس را داشتم که هیچ علاقه و استعدادی ندارم و هر کاری را نیمه رها کرده و شغل جدید را محک می زنم نمی دانم که چگونه استعدادهایم را شناسایی کنم و از آنها به نحو احسن استفاده نمایم و سوال بعد اینکه آیا می شود خلاقیت را در خود به وجود آورد و پرورش داد؟

یکی از بهترین راه ها برای تشخیص استعداد و علائق تست های شغلی و استعداد یابی است. این تست ها می تواند به طور نسبی شما را به سمت گرایش ها و علائق تان راهنمایی کند و در صورت تردید در میان چند مسیر تقریباً این تردید را برای شما از بین ببرد .

به علاوه حوزه ای که بیشترین فعالیت را در آن داشته اید می تواند به عنوان حوزه انتخابی و علاقمندی شما محسوب شود. برای این که انگیزه به وجود آید باید در مسیری فعالیت نمود و کسب موفقیت داشت. برای افرادی مانند شما که مدام از این شاخه به آن شاخه می پرند لازم است مهارت یابی انجام شود تا مسیر با ثباتی را برگزینند و در آن به فعالیت بپردازند و دیگر تغییر مسیر نداشته باشند. این تنوع زیاد در حیطه های فعالیتی می تواند حاکی از نوعی نوسان خلق در شخصیت شما باشد. بنابراین حتماً باید خود را به وضعیت با ثباتی برسانید. البته در کنار مسیر اصلی می توانید دیگر علائق خود را هم دنبال کنید اما معمولاً مسیر اصلی تلفیقی از علاقه، درآمدزایی، تخصص و تجارب فرد است.

چگونه خلاقیت را در خود تقویت کنیم؟

مکانها و زمانهایی را که معمولاً ایده های جدیدی به ذهنتان می رسد، شناسایی کرده و سعی کنید روزی یکبار در آن موقعیت قرار بگیرید (قبلاً کاغذ و قلم برای یادداشت برداری آماده کنید.

هنگامی که با مشکلی مواجه می شوید بعد از نیم ساعت سعی کنید جای خود را عوض نموده و از هوای تازه استنشاق نمایید . بطور کلی حال و هوای خود را عوض کنید و دوباره به موضوع فکر کنید.

مرتب با خود فکر کنید، اگر مشکل یا مسئله ام حل شود چه خواهد شد. همین تصور به شما نیرویی برای حل مسئله و دیدن آن از زوایای مختلف می دهد.

از مکانهای رویایی مثل موزه ها و آثار باستانی و.... بیشتر دیدن کنید.

با افراد خلاق بیشتر معاشرت کنید.

به جاهایی که تا بحال نرفته اید بیشتر مسافرت کنید.

به طبیعت بیشتر بروید؛ مخصوصاً جاهایی که تا به حال نرفته اید.

خلاقیت نمی تواند تحت شرایط فشار ایجاد شود. اگر عجله، تشویش یا مشغولیت و نگرانی زیادی دارید ابتدا آنها را برطرف نمایید.

اشیایی را که روی میز یا جلوی چشمتان قرار می دهید، متنوع باشد. همچنین سعی کنید از چیزهایی انتخاب کنید که خلاقیت را بیشتر تحریک می کنند. مثل اشیاء یا تصاویر پیچیده، خیالی، اشیاء عجیب و قریب، عتیقه و یا حتی قراضه های بی ارزش.

سعی کنید گاهی مخالف عاداتهای خود رفتار کنید. به عنوان نمونه اگر عادت به آدامس جویدن دارید حداقل گاهی آن را کنار بگذارید و یا اگر همیشه با اتومبیل شخصی به محل کار یا مسافرت می روید گاهی با وسایل عمومی بروید و یا اگر همیشه از کانال رادیو یا تلویزیون خاصی استفاده می کنید گاهی از کانالهای دیگر نیز استفاده کنید و همچنین اگر عادت کرده اید که همیشه به رستوران مشخصی رفته و در محل معینی بنشینید گاهی بر خلاف آن عمل کنید و...

دکوراسیون منزل و محل کار خود را مرتب تغییر دهید.

همیشه از نمایشگاه اختراعات و اکتشافات دیدن کنید.

از افراد غریبه یا بی خبر از موضوع، حتی بچه ها در حل مسئله تان استفاده کنید.

برای حل مشکل مورد نظرتان یک زمان ضرب العجل معین کنید.

برای خلق ایده ها، حداقلی را تعیین کنید. مثلاً بگویید حداقل ۵۰ ایده ی جدید باید ارائه شود.

هنگام فراغت با نزدیکان خود شعر یا جملات بدون ربط بگویید.

سعی کنید خودتان را جای موضوع یا مشکل گذاشته و از دریچه ی دید آن به مسایل نگاه کنید.

معما زیاد حل کنید.

برای تقویت خلاقیت در خود سعی کنید گاهی مخالف عاداتهای خود رفتار کنید .

مراقب وسوسه ی ارزیابی اقتصادی قبل از موعد باشید به این معنی که قبل از ساخت مدل نمونه و روشن ساختن موارد فنی به هیچ عنوان پرسشهای اقتصادی را آغاز نکنید.

محل و زمان مشخصی را برای کارهای خلاق خود تعیین کنید و طوری خود را مقید سازید که چه حوصله داشته و چه بی حوصله باشید باید در آن زمان و مکان بخصوص کار را شروع کنید.

به مشکلات به صورت فرصت نگاه کنید.

هیچگاه فکر نکنید تنها یک پاسخ صحیح وجود دارد.

همیشه از طریق منطق نمی توان به جواب رسید.

برای خلاقیت گاهی باید تابع قواعد نبود.

از این تیپ مفاهیم پرهیزید:

-اینها تئوری است، اهل عمل باش.

-اشتباه چیز بدی است (نباید اشتباه کرد).

-بازی یک عمل لغو و بیهوده است.

-این به من مربوط نیست.

-ابله (احمق) نشو!

-شوخی موقوف!

-من خلاق نیستم.

-حتما سیستم پیشنهادات، بخصوص سیستم پیشنهادات بدون نام را در سازمانتان طراحی و فعال سازید.

-سرگذشت مخترعین و مکتشفین بزرگ جهان را مطالعه کنید.

-تا زمانی که باور نکنید « خلاقیت » رمز و کلید موفقیت، خوشبختی و سعادت دنیوی و اخروی است؛ کار موثری در مورد آن انجام نخواهید داد.

-به اکثر محلهایی که می روید، رفته و سعی کنید چیزهایی را ببینید که تا به حال به آنها توجه نکرده اید. مثلاً « همیشه هنگام تماشای فوتبال به کسی که توپ را در اختیار دارد توجه می کنید ؟ » حال سعی کنید در آن هنگام به بازیکنان اطراف او توجه نمایید.

-حداقل ساعتی یکبار در مورد کاری که در آن لحظه به آن مشغول هستید، از خودتان سوال کنید .

سوالهایی از قبیل:

-چرا من باید این کار را انجام دهم، اگر انجام ندهم چه می شود؟

-چرا من باید همیشه این کار را به این شکل انجام دهم؟

-چه گزینه یا انتخابهای دیگری را می توان در این مورد تصور کرد؟

-چرا من فکر می کنم جوابش این است؟

-چه کسی می تواند ایده خوبی در این مورد داشته باشد؟

کتاب هایی را در این زمینه مطالعه نمایید.

صد ایده برای رشد خلاقیت/ نویسنده: وندی باکت - استیون باکت/ مترجم: نورعلی خواجهوند - زهرا درویش نژاد/ ناشر: پژواک
فرزان

شکوفاسازی خلاقیت/ نوشته دکتر رابرت فیشر و مری ویلیامز /انتشارات پیک بهار با ترجمه ناتالی چوبینه