

Rozwijanie twórczego myślenia –ćwiczenia

Paulina Płusa- Stolat

Psycholog MZPPP

Czy każdy z nas może myśleć twórczo?

- Oczywiście, że tak! Nie trzeba mieć do tego samych piątek i szóstek, ani genialnych zdolności. Każdy z nas może czerpać przyjemność z wykonywania twórczych zadań i... świetnie się bawić.

Na czym polega twórcze myślenie?

- To proces w którym zagłębiasz się w sobie, myślisz o tym, co wiesz, wiążesz to z napotkanymi informacjami.

Czy to nie strata czasu?

- Ćwiczenie umysłu nie tylko może sprawić przyjemność, ale także pomóc w uczeniu się. Rozwijanie go na przyszłość to o wiele lepsza inwestycja niż przeglądanie memów, oglądanie telewizji „jak leci” bez refleksji nt. „Dlaczego powinienem/nam poświęcić czas właśnie na ten program” itd.

Czy mogę „źle” myśleć twórczo?

- Nie, odpowiedzi nie są ani dobre, ani złe, mogą być bardziej lub mniej użyteczne

„Nauczyciele tylko otwierają drzwi. Wejść musisz sam”.- przysłowie chińskie

Pamiętaj że:

- Żeby mieć parę dobrych pomysłów musisz mieć dużo pomysłów. Milionerzy sparzyli się wielokrotnie.
- Nigdy nie należy zadowalać się pierwszym pomysłem ani rozwiązaniem.
- Wiek i mądrość nie wiążą się z oryginalnością.
- Możesz być twórczy nawet jeśli nie masz dobrych ocen. Dla przykładu: S. Żeromski nie zdał matury z matematyki a A. Einstein cierpiał na dysleksję i czytanie mu nie szło. Bach był głuchy w ostatniej fazie życia, kiedy skomponował świetne utwory.
- Porażka to nie błąd, ale brak pomysłu na rozwiązanie.
- Ćwiczyć, ćwiczyć, ćwiczyć- złota reguła, która pomaga rozwinąć twórcze myślenie.

Do dzieła!

Co ci potrzebne?

- Notatnik- pomysły w chwili gdy się pojawiają mogą się wydawać żywe i mocne, mogą jednak ulecieć, kiedy ich nie zapiszesz. Tak jak coś co chcesz powiedzieć natychmiast koleżance na lekcji, ale nie możesz „bo pani wstawi Ci uwagę za rozmowę. Nabierz nawyku zapisywania ważnych myśli i skojarzeń , w brudnopisie.
- Kostki do gry,
- Możesz zaprosić do ćwiczeń kogoś z otoczenia bądź zrobić je samemu

Ćwiczenie 1.

- Znajdź gazetę i wytnij z niej różne obrazki. Włóż do worka. Losuj (bądź losujcie, jeśli zaprosisz kogoś z domowników) obrazki i zastanów się nad pytaniami:
 - Co obrazek przedstawia i co można wywnioskować np.
Drzewa nie mają liści (chyba jest późna zima). **Pani jest smutna (coś złego się wydarzyło, może... pokłóciła się z kimś, martwi się o kogoś kto nie wraca, zamiast ciasta wyszedł jej zakalec)
 - Co mogłoby stać się poza granicami ilustracji
 - Możesz wejść do środka ilustracji, co widzisz dookoła
 - Co by się stało gdyby czas przyspieszył biegu. Które elementy by się zmieniły i jak? Gdyby czas się zatrzymał co by się stało z elementami? Cofnij się o godzinę w czasie- co mogło dziać się przed zrobieniem tego zdjęcia?

Ćwiczenie 2- kojarzenie, wyszukiwanie związków i połączeń

- Wylosuj kilka obrazków z puli wyciętej z gazet.
- Wymyśl sposoby skojarzenia wszystkich ilustracji i ułóż je odpowiednio.
- Zbierz ilustracje pasujące do wybranej osoby, tekstu piosenki, wiersza
- Spróbuj dopasować posiadane ilustracje do piosenki, która właśnie leci w radio. Wytłumacz swoje skojarzenie.
- Poproś kogoś żeby ułożył te same obrazki w swoim znaczeniu.
- Spróbuj ułożyć obrazki tak, żeby łączyły wszystkich domowników.

Ćwiczenie 3.

- Wymyśl 15 sposobów użycia spinacza do papieru

Ćwiczenie 4. Zgadnij co to?

Zmocz kartkę i farbą nanieś różnokolorowe plamy. Możesz też złożyć ją w kilku miejscach.

Wymyśl co mogą przedstawiać powstałe rysunki.

Ćwiczenie 4. Kojarzenie liczb

- Potrzebne materiały: kostki do gry
- Rzucamy kostką/ kostkami i mówimy z czym kojarzą nam się wyrzucone liczby oczek

Np. (6+6) rok ma 12 miesięcy, urodziny w grudniu (12 miesiąc), 12 lat, 12 rybek w akwarium itd

Ćwiczenie 5. Artysta- instruktor

- Do tego ćwiczenia potrzebny jest kontakt z drugą osobą.

Instruktor losuje karteczkę z nazwą przedmiotu, zwierzęcia itp.

Instruktor mówi artyście co ma narysować. Może jednak nazywać jedynie główne kształty (koło, kreska...) z którego składa się obiekt. Jeśli ktoś jeszcze jest obecny może zgadywać, co przedstawia rysunek.

Ćwiczenie 6. Pisanie usprawiedliwień

- Wyobraź sobie, że spóźniłeś się na lekcje i masz 10 minut, aby napisać sobie usprawiedliwienie:
 1. Wymyśl usprawiedliwienie, które będzie jak najbardziej dziwaczne/zaskakujące
 2. Wymyśl usprawiedliwienie, które będzie wiarygodne i niepodważalne w żadnym szczególe.
 3. Wymyśl usprawiedliwienie, które zacznie się rozsądnie i stopniowo stanie się coraz bardziej przesadzone.

Ćwiczenie 7. Dobór losowy

Wybierz kilka nagłówków i pod każdym umieść szereg odpowiadających im obiektów jak we wzorze. Rzucasz dwoma kostkami i losujesz 2 cyfry odpowiadające przedmiotom w kolumnie (co drugą lub trzecią kolejkę możesz mnożyć cyfry na kostce np x2, aby otrzymać wyższe liczby bądź zastosować więcej kostek.

Np.. Rzucasz kostką i otrzymujesz liczby 1 i 6. Należy wówczas wymyśleć odpowiednie skojarzenie np. Lekarz włożył przez roztargnienie żelazko do lodówki.

zawód	maszyna	owoc	środek transportu
1. Lekarz	2. Drylownica	3. Cytryna	4. Łódź podwodna
5. Sprzedawca	6. Żelazko	7. Gruszka	8. autobus
9. nauczyciel	10. mikser	11. banan	12. hulajnoga

Ćwiczenie 8. Odtwarzanie opowieści

- Potnij komiks z gazety na kawałki i postaraj się odtworzyć jego treść
- Inny wariant:
- Wytnij kilka obrazków z gazety, ułóż w dowolnej kolejności i postaraj się wymyśleć do nich historię, która je scali.

Ćwiczenie 9. Detektyw

- Poproś kogoś o napisanie zdania, lub otwórz książkę, zamknij oczy i wybierz je losowo.
Np. Kora położyła się na kanapie.

Przygotuj pytania, które pomogłyby ci w odkryciu czegoś więcej na rozpoczęty temat

Np.. Kim była Kora? Czy była człowiekiem, psem, może kotem?

Dlaczego się położyła? (była chora? Smutna? Zmęczona?)

Jaka to mogła być pora? (rano południe wieczór)

Czy to było w jej domu?

Czy zrobiła to na chwilę, czy może chciała tam zasnąć?

Itd..

Umiejętność zadawania pytań pomoże Ci tworzyć wypowiedzi pisemne.