

PANORAMA

Alo! Stari:
Te je že moglo
tak bit

stran 10



MITI

Ponos ruskega
ladjevja na dnu
Črnega morja

stran 16



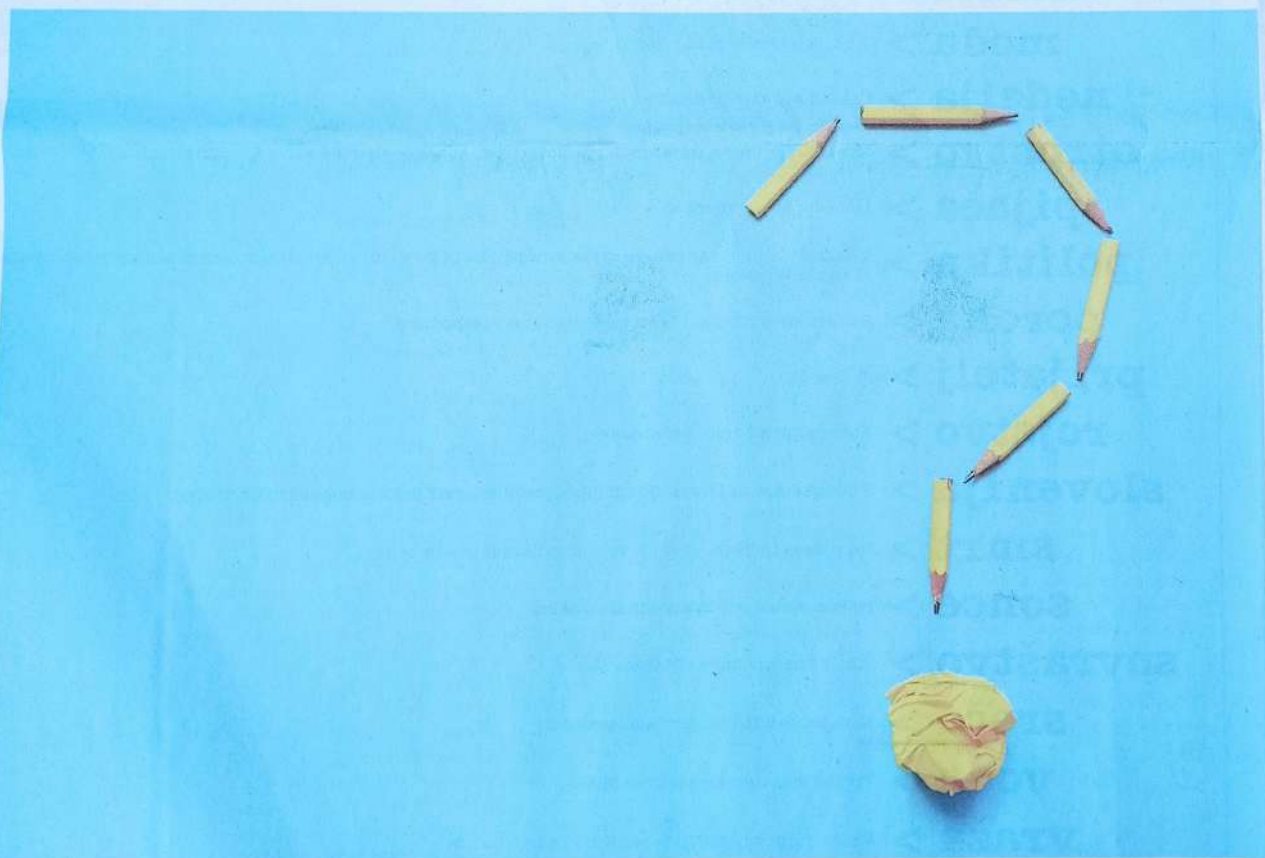
NEKOČ

V svetu najbolj
spoštovani
slovenski
umetnik

stran 12

V treh minutah napiši sedem predlogov

Ob svetovnem tednu kreativnosti z Nastjo Mulej raziskujemo, kaj je kreativnost, kaj nam prinaša v vsakdanje življenje in kako krepi intelektualni razvoj. In zakaj je treba na svet gledati z več humorja



PROFIMEDIA

Saša Britovšek

Nastja Mulej, ki že od leta 2012 skupaj z Blanko Tacer vodi platformo Pozitivna psihologija za boljše življenje, nam preprosto pojasni, kako v vsakdanjem življenju lahko urimo svojo kreativnost: "Za začetek si za vsak dan postavite na videz banalen, oddaljen izziv: danes napiši sedem predlogov na temo, za kaj vse bi lahko še uporabljali skodelico za kavo. Jutri si izmisli vsaj osem možnosti, kaj bi lahko dobili, če bi združili na primer

podstavek in žličko. Razmišljati se namreč učimo na nekih znanih, a oddaljenih izzivih. Pojutrišnjem se potruditi najti vsaj devet imen za nov mestni kino. Pojutrišnjem deset načinov, kako bi lahko promovirali frizerski salon. In tako naprej ... Količinsko normo dvigujemo vedno v treh minutah, hkrati pa možgane silimo, da niso zadovoljni samo z enim in prvim odgovorom, ampak jih navajamo na to, da vedno obstaja veliko število različnih možnosti. Samo potrditi se moramo, da jih najdemo. Ko nam je to domače, pa si začnemo pomagati še z orodji, tehnikami kreativnosti."

Kje in kako se začne kreativnost? "Kreativnost pomeni, da si zamislimo nekaj, kar prej še ni obstajalo. Ideja je torej misel, ki je prej v možganih še ni bilo. Zelo redko si zamislimo in izrečemo kaj takšnega. Zato ima avtor, po katerem najpogosteje delam, dr. Edward de Bono, raje pojem kreativni trud. Torej se trudimo spomniti nečesa novega, drugačnega - kar pa ima tudi dodano vrednost. Če se potrudimo, nam tu in tam to tudi uspe." Dodaja, da zgolj drugačnost zaradi drugačnosti še ni kreativnost. Kreativnost mora imeti tudi neko vrednost."

Razlagalo pa v svoji knjigi Predanost

(Grit) podaja tudi Angela Duckworth. Ta pravi, da v tisto, v čemer smo malce boljši od drugih, vlagamo več truda, da razvijemo veščino. V samo večino spet vlagamo trud, da nam na koncu nekaj uspe. Ali z Nastjinimi besedami: "Kreativnost še dandanes mnogi smatrajo za talent, navdih ali neko božjo iskro, gre pa 'samo' za veščino, v katero vlagamo svoj trud. A bolj kot smo večji v kreativnosti, lažje nam je tudi v vsakdanjem življenju, saj se na vsaka zaprta vrata in slepo cesto odzovemo s tem, da si odpremo nova vrata in utremo novo pot."

stran 26

Drugáčnost še ni kreativnost

Ob svetovnem tednu kreativnosti z Nastjo Mulej raziskujemo, kaj je kreativnost, kaj nam prinaša v vsakdanje življenje in kako krepi intelektualni razvoj



Saša Britovšek

Kanadčanka Marci Segal je 25. maja leta 2001 uvedla svetovni dan kreativnosti. Najprimernejši za ta naziv se je svetovno znani avtorici knjig, kreativni govornici in mojstrici tehnik kreativnega razmišljanja zdel 15. april. Na ta dan leta 1452 se je v Toskani rodil izumitelj, arhitekt in vsestranski umetnik Leonardo da Vinci. Deset let kasneje je karizmatično Kanadčanko na Evropski konferenci kreativnosti in inovativnosti na Portugalskem spoznala tudi Slovenka Nastja Mulej, ki se je takrat že ukvarjala z raziskovanjem kreativnega mišljenja, a pravi, da je bila še prezelela, da bi si upala entuziazem in zamisli Segalove prenesti v Slovenijo. "Z leti sva zrastle oba, svetovni dan je postal tudi svetovni teden, in jaz, ki sem vse bolj razumela kreativnost, poučevanje kreativnosti, sem tudi že ustvarila bolj plodna tla za to v Sloveniji."

Kreativni trud

Kje se torej začne kreativnost, vprašamo Mulejevo, ki že od leta 2012 skupaj z Blanko Tacer vodi platformo Pozitivna psihologija za boljše življenje. "Kreativnost pomeni, da si zamislimo nekaj, kar prej še ni obstajalo. Ideja je torej misel, ki je prej v možganih še ni bilo. Zelo redko si zamislimo in izrečemo kaj takšnega. Zato ima avtor, po katerem najpogosteje delam, dr. Edward de Bono, raje pojem kreativni trud. Torej se trudimo spomniti nečesa novega, drugačnega - kar pa ima tudi dodano vrednost. Če se potrudimo, nam tu in tam to tudi uspe." Tako pravi slovenska poznavalka kreativnosti, ki je v zadnjih letih postala že sinonim za urjenje kreativnosti med Slovenci. Ob tem pa previdno dodaja, da zgolj drugačnost zaradi drugačnosti še ni kreativnost. Kreativnost mora imeti tudi neko vrednost.

Razlago pa v svoji knjigi Predanost (Grit) podaja tudi Angela Duckworth. Ta pravi, da v tisto, v čemer smo malce boljši od drugih, vlagamo več truda, da razvijemo veščino. V samo veščino spet vlagamo trud, da nam na koncu nekaj uspe. Ali z Nastjinimi besedami: "Kreativnost še dandanes mnogi smatrajo za talent, navdih ali neko božjo iskro, gre pa 'samo' za veščino, v katero vlagamo svoj trud. A bolj ko smo večji v kreativnosti, lažje nam je tudi v vsakdanjem življenju, saj se na vsaka zaprta vrata in slepo cesto odzovemo s tem, da si odpremo nova vrata in utremo novo pot."

Konstruktivno, kooperativno, kritično

Kreativnost nas opolnomoči. V trenutku, ko se soočimo s težavo ali nalogo, bomo veliko bolj mirni in suvereni, če se zavedamo, da vedno obstaja več alternativnih možnosti. "Če ne gre eno, gre pa drugo. Samo ustaviti se moramo, razmisliti in se spomniti. Izmisli si moramo rešitev, novo možnost. Lažje pa se česa spomnimo in si kaj novega izmislimo, če sodelujemo z drugimi. Če se poslušamo, upoštevamo in potrudimo videti stvari tudi z drugih zornih kotov. Torej je kreativnost neposredno povezana s sodelovanjem. Pravzaprav gre za kreativno, konstruktivno in kooperativno razmišljanje in delovanje. Tudi kritično, a ob svojem času in na svojem mestu. Lahko bi rekli: 4K." Izogibati se moramo torej rutinskemu in avtomatiziranemu delovanju; prav tako obsojajo čemu in negativističnemu, prav pa nam ne bo prišla niti solistična tekmovalnost.

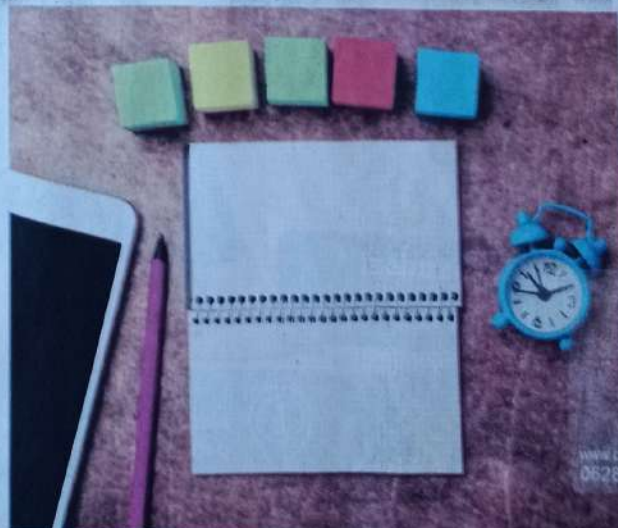
"Če smo navajeni kreativnega razmišljanja, če smo mentalno fit, bomo ob vsaki oviri pomislili samo na to, kako bi jo lahko preskočili ali zaobšli. Ne bomo se ustavljali ob vprašanju, zakaj se je ta ovira tam postavila in kdo je odgovoren zanjo, ampak samo še, kaj lahko naredimo zdaj, ko je tam."

A mentalno fit oziroma v dobro miselni kondiciji pa bomo takrat, ko informacij ne bomo le kopicili. Zato se je dobro držati načela Nihče ne ve vsega, vsak od nas pa nekaj. Jasno, nihče se ne more spomniti vseh idej ali opravi vseh del, vsak od nas pa lahko nekaj prispeva. Na kaj nas to spominja? Tudi Nastja Mulej pravi, da je kreativnost timski šport. Je nekaj za vsak dan, kadar se igramo in zabavamo. In je nekaj za projektno delo v službi, kadar želimo svoje delo čim boljše, čim hitreje, čim lažje opraviti.

Bodimo nadzorniki svojih misli

Nastja Mulej je licencirana trenerka de Bonovih orodij razmišljanja, svoje poslanstvo vidi v tem, da ljudi nauči, kako razmišljati kreativno in na svet gledati z več humorja. Kreativnosti pa se učimo zato, da smo učinkoviti. "Dobro je, da se naučimo (s pomočjo orodij in treninga), da smo nadzorniki nad svojimi mislimi. Brez tega se vrtimo v začaranem krogu vedno istih misli. Ko pa se naučimo voditi svoje misli, se

Zastavimo si časovni okvir in problem, ki mu moramo poiskati deset rešitev. Foto: Profimedia





mi odločamo, kdaj želimo nekaj delati po starem, kdaj pa poiščemo neke nove možnosti in priložnosti. Najlažja stvar je, da se navadimo, da vedno na začetku naštejemo čim več različnih možnosti. Svojim udeležencem vedno rečem: v treh minutah napiši vsaj sedem predlogov. V kratkem času, ker s tem dvignem osredotočenost, in vsaj sedem, ker je prvih nekaj vedno takih, kot jih imajo drugi, znanih in starih. S sedmimi predlogi lahko tako pridemo na družinski ali timski sestanek. Podelimo jih s predlogi drugih in potem jih začnemo kombinirati, da skupaj ustvarimo tiste, ki so za nas najprimernejše - glede na cilje, glede na vhodne podatke in glede na naše želje.* Če to prenesemo v prakso: če bi vsak član družine predlagal nekaj jedi, ki bi jih jedli v tednu, bi se verjetno lažje uskladili glede jedilnika; če bi vsak predlagal nekaj izletniških točk, bi se lažje dogovorili, kam na izlet konec tedna.

Samo tolerantna družba je lahko kreativna

Združnje Pozitivna psihologija za boljše življenje je prostovoljno in mrežno ter z zaupanjem v predanost avtorjev. Kdor ima željo in idejo, jo lahko

uresniči na svoj način. Preteklo leto in tudi letos so posneli in predvajali na spletu, da lahko kdorkoli brezplačno kakorkoli pride do vsebin na temo razvojne miselnosti, psihološke varnosti, zadovoljstva na delovnem mestu, razvoja empatije in drugih tem, ki so vse povezane s kreativnostjo - odpravljanjem težav, soočanjem z izzivi, izboljševanjem postopkov, timskim delom in vodenjem.



Ne vrtite se v začaranem krogu vedno istih misli

Kako kreativen narod smo Slovenci, je sicer nepošteno vprašanje, a je Nastja vseeno na najposkušala odgovoriti s pomočjo raziskave Globalni indeks kreativnosti (Global Creativity Index).

Nihče ne ve vsega, vsak od nas pa nekaj. Foto: Profimedia

*Zbrani podatki raziskave so sicer do leta 2015. Po tej raziskavi kreativnost gradijo trije dejavniki: tehnologija, talenti (ljudje) in tolerantnost. Slednje zato, ker samo tam, kjer so ljudje to, kar so, lahko razmišljajo, kar želijo. Po tej raziskavi je bila Slovenija na skupnem 16. mestu med 139 državami. Na odličnem 8. mestu, kar se tiče talentov, na 17. mestu, kar se tiče tehnologije, in na 35. mestu, kar se tiče tolerantnosti. In to je bilo leta 2015. V zadnjih dveh letih smo verjetno kar padli, a ne upam prejudicirati. Po tej raziskavi je vodilna Avstralija (ki je na prvem mestu tudi med talenti), sledijo Združene države Amerike in Nova Zelandija. Na četrtem mestu je Kanada, ki je na prvem mestu po tolerantnosti. Južna Koreja je tega leta bila vodilna po tehnologiji, a s tem ni prišla niti med prvih 25 po celotnem indeksu. Iz tega jasno sledi, da moramo vlagati v ljudi in jih naučiti sodelovanja v smislu dopolnjevanja. Tehnologija bo že sledila. Samo tolerantna družba je lahko kreativna, samo kreativna - če je omogočena podjetnost - je lahko inovativna. Samo inovativna družba je družba blagostanja za večino ljudi."



Nastja Mulej: "Kreativnost še danes mnogi smatrajo za talent, navdih ali neko božjo iskro, gre pa 'samo' za večino, v katero vlagamo svoj trud." Foto: Tadej Kreft