

Kako imeti ustvarjalne ideje?

“Vsakdo želi biti ustvarjalen. Vsakdo bi si moral želeti biti ustvarjalen. Zaradi ustvarjalnosti je življenje bolj zabavno, zanimivo in polno dosežkov. Raziskave kažejo, da 94 % mladih ocenjuje, da je ‚dosežek‘ v njihovem življenju najpomembnejši. Ustvarjalnost pa je ključna veščina, ki je potrebna za dosežek,” pravi Nasta Mulej, edina licencirana trenerka de Bonovih orodij razmišljanja v Sloveniji, ki nam je razkrila pot do ustvarjalnih idej.

PRIPRAVILA: ILONA PENZEŠ

De Bono je rekel, da vsak človek za dobro počutje v svoji koži potrebuje samo dvoje: občutek dosežka in občutek priznanja. Dosežek pomeni, da si zastavimo cilj in ga dosežemo. Občutek priznanja pa seveda pomeni, da je ta dosežek pomemben tudi v očeh ljudi, ki so pomembni nam.

FOTO: BENJAMINA - GETTY IMAGES

Nastja Mulej je magistra komunikologije, univerzitetna diplomirana ekonomistka in sociologinja, specialistka za uspešno reševanje težav, ustvarjalno soočanje z izzivi, učinkovito vodenje ljudi, sestankov in projektov, timsko sodelovanje in več enostavnosti pri delu. Dolgoletni trud in predanost, radovednost in želja po učenju sta jo pripeljali do ekskluzivnih licenc za treniranje tehnik razmišljanja in delovanja po dr. Edwardu de Bonu.



FOTO: OSEBNI ARHIV

Organizirate tečaj Kako imeti ustvarjalne ideje po istoimenski de Bonovi knjigi. Kaj vse se udeleženci naučijo? V knjigi je 62 vaj za razvijanje uma. Vsake od teh vaj se lotimo z istim 'orodjem' – tehniko, ki ji rečemo Naključna beseda. Naključna, nepovezana beseda nas pri razmišljanju 'vrže ven' z obstoječe ceste (uhojene poti, rutine, navade, cone udobja), da naši možgani lahko ustvarijo nekaj novega, nepričakovanega. Tako pridemo na stransko cesto, kar je de Bonov izraz za nekaj, čemur danes po domače rečemo out of the box. Torej: Lateralno razmišljanje. Laterala je namreč stran. Udeleženci lahko pričakujejo, da bomo na vsakem od teh srečanj naredili pet, šest vaj za vsakič tri nove, drugačne igre. Rezultat tega bo večja odprtost in iznajdljivost, večja fleksibilnost in kreativnost, več strukture in fokusa, je tudi trening soustvarjanja in sodelovanja. Če se bodo udeležili vseh 21 srečanj, lahko pričakujejo kar konkretne rezultate – hitrejši in bolj poglobljen odziv na življenjske situacije, pogled z drugega zornega kota ter nove ideje. Na vsakem srečanju pa tudi spoznavanje samega sebe in nemalo humorja.

Kako se je razvila vaša metoda za spodbujanje ustvarjalnosti in kako se je ta v času razvijala? Kreativnost sem živela od majhnih nog – v smislu iznajdljivosti: narediti nekaj iz nič. Iz ostankov sem šivala, pletla in delala nakit, kar smo najstnice takrat potrebovale. Z zelo malo denarja sem potovala po svetu in se vedno nekako znašla. Res pa je, da je pogum nujen predpogoj za kreativnost. Ustvarjalnost sem v 90. iskala na fakultetah in v službah, nekaj malega sem je tu tudi našla. Leta 2000 sem se zaposlila v mreži oglaševalskih agencij pri slovitom Draganu Sakanu, 'idea-manu' vzhodne Evrope, kot so mu rekli, z nalogo, da spodbujam kreativnost za vse naše zaposlene, naročnike in trg v desetih državah. Zvenelo je super, rezultatov pa nisem imela takšnih, kot sem jih želela. Ni

bilo slabo, a sem vedela, da bi lahko bilo še precej bolje. To me je seveda frustriralo in malce boljše je postalo šele par let kasneje, ko smo spoznali dr. Edwarda de Bona. Prek njega sem ugotovila, da je kreativnost namerni sistematični proces. Danes pravim: kot kuhanje. Slediš navodilom in prideš do rezultatov. No, morda ne prideš vedno do prelomnih idej, prideš pa do kopice različnih idej. In ta proces tim poveže, da postane zavzet za izvedbo. Nič drugega ljudi ne motivira bolj kot soustvarjanje. Ves čas namreč iščem način, kako bi lahko ljudem pomagala reprogramirati njihove možgane – da bi bili kar se konstruktivni (ne kritizerski), kar se da pozitivni (ne negativistični), kar se da ustvarjalni (ne rutinski), kar se da pogumni in samostojni (ne pod vplivom kolektivnega strahu). Tako sem počasi razvila modele izobraževanja, ki trajajo kar nekaj tednov po največ dve uri na vsakem srečanju. Da imajo ljudje čas nove načine počasi ponotranjiti, nakar jih zares začnejo uporabljati.

Ali obstajajo posebne veščine ali sposobnosti, ki jih posamezniki potrebujejo, da bi lahko kar najbolje izkoristili vašo metodo in treninge? Samo vztrajnost. Zaupanje. Vero, da z vajo lahko spremenimo zadeve. Idealno je, da delajo tudi domače naloge sami, brez mene. Torej, najprej potrebujejo notranjo motivacijo, vse ostalo naredimo skupaj. Tako kot pri vsaki večini: 1 % talenta, 99 % truda.

Lahko delite nekaj uspešnih zgodb udeležencev vaših treningov? Kakšne preobrazbe ste opazili pri njih? Zahval se je v teh letih nabralo nič koliko. Vsi, ki so vztrajali, so govorili predvsem o opazno povečani strukturi in fokusu. Da so hitreje in lažje sprejeli kakšno odločitev. Da si zdaj znajo narediti načrt. Da so bolj tolerantni do svojih sodelavcev ali bližnjih. Da so si upali iti na svoje, postavili novo kariero ali podjetje. Da so skrajšali sestanke. Da se zdaj znajo

pogovarjati ali poslušati. Da so dobili idejo za ime za kak produkt ali storitev, razširili svojo prodajno ponudbo. Da se v timu ali družini zdaj boljše razumejo. Ena najlepših stvari pri mojem delu je ravno v tem, da se učinki poznajo in da so udeleženci opazno napredovali.

V vašem opisu metode omenjate, da je ustvarjalnost ključna za "dosežek". Kako pomagata posameznikom to večino razviti in uporabljati v svojem življenju? De Bono je rekel, da vsak človek za dobro počutje v svoji koži potrebuje samo dvoje: občutek dosežka in občutek priznanja. Dosežek pomeni, da si zastavimo cilj in ga dosežemo. Občutek priznanja pa seveda pomeni, da je ta dosežek pomemben tudi v očeh ljudi, ki so pomembni nam. Torej moramo ljudi naučiti, kako priti od tam, kjer so zdaj, do tja, kjer bi želeli biti (svojega cilja) na najbolj učinkovit način. Učinkovito pomeni, da porabijo kar se le da malo časa, energije, živcev in ostalih virov pri doseganju svojih ciljev. Namen ustvarjalnosti je ravno v tem, da povečamo svojo učinkovitost. Samo biti drugačen, zato da si drugačen, ni dovolj. Zakaj je dosežek tako zelo pomemben? Ker smo ljudje zadovoljni, ko nekaj dosežemo, ko vidimo, kaj smo naredili. Kot je de Bono rekel v knjigi Priročnik za pozitivno revolucijo: "Pisatelj, ki napiše samo 1.000 besed na dan, vsak dan, napiše pet knjig na leto. Majhne stvari se seštejejo. Če čakate, da boste dobili navdih, preden začnete pisati, nikoli ničesar ne napišete." In ko nimate dosežkov, se ne počutite dobro v svoji koži. Kadarkoli si zastavite delo in ga opravite, bi se morali ustaviti in si reči: "Opravil sem to delo in opravil sem ga dobro."

Kako lahko posamezniki vzdržujejo svojo ustvarjalnost po končanem treningu? Ali imate zanje kakšen nasvet? De Bono v svojih knjigah predlaga, da si izoblikujejo Klube, kjer naučeno redno vadijo s prijatelji ali sodelavci. Klub za razmišljanje, Klub za učinkovitost, Klub za enostavnost – za vsako od njegovih metod



bi lahko udeleženci, potem ko so opravili izobraževanje, organizirali svoj Klub in vadili naprej. Nekaj mojih udeležencev to tudi počne, službeno ali zasebno. Enako kot če zaključite tečaj teka: koristno je, da tečete še naprej. In prijetno je, če tečete v družbi. Seveda je smiselno, da orodja takoj začnete uporabljati, najprej na lažjih primerih, potem pa – kot pri vsaki večini – na vse težjih. Po tem, ko so bili na vsaj eni delavnici, je seveda koristno, da preberejo kakšno knjigo in se trudijo tudi samostojno reprogramirati svoj način razmišljanja ter sami voditi svoje misli (ne da misli vodijo njih, kar se sicer dogaja).

Obstajajo določene ovire ali izzivi, ki jih posamezniki pogosto srečujejo pri razvijanju svoje ustvarjalnosti? Kako jih lahko premagajo?

Kot pri učenju vsake nove veščine: nikoli ne gre tako gladko in zlahka, kot bi si ljudje predstavljali. In ne gre brez vaje. Razmišljanja in teh orodij ni težko razumeti – kot ni težko razumeti, kako se igra tenis. A naučiti se igrati tenis, da lahko uživaš v njem, pa traja kakšne tri leta. Govorim iz lastne izkušnje (se zasmeje). In kot pri odločitvi za vsako spremembo, naj bo še tako zelo na bolje, je največja težava v lastni disciplini. Vztrajnosti. Doslednosti. Telo je leno, um ne mara sprememb in sami sebe boste morali kar lepo nadzirati, da se boste držali prvotne odločitve. Tudi zato je dobro, da ta poletna delavnica razgibavanja možganov, obsega 21 srečanj. Saj smo vsi slišali podatek, da potrebujemo 21 dni za spremembo, kajne? No, še bolj res je, da za resnično spremembo, tisto, čemur rečem 'reprogramiranje uma', potrebujemo 3 leta. Tisti moji udeleženci, ki se vračajo, bodo to potrdili. Da se po nekaj mesecih in nekaj delavnicah sprememba res pozna. A da morajo biti na vsakem srečanju in morajo delati domače naloge. Morajo biti proaktivni. Jaz že skrbim za njih, da spremljam in pohvalim njihov napredek, sami pa tudi morajo investirati voljo, energijo in čas.

Zakaj menite, da je pomembno spremeniti miselno naravnost, da je ustvarjalnost veščina in ne darilo, ki ga ima samo nekaj izbranih?

Seveda obstaja nekaj naravnih ustvarjalcev, kot imamo Novaka Đokoviča v tenisu in Christiana Ronalda v nogometu – a tudi za njih slišimo, da nenehno trenirata, da ves čas preizkušata nove metode vadbe, nove

načine prehranjevanja, nove poglede na svoj šport ... Če ne bi toliko vadila (99 %), jim tudi darilo narave (1 %) ne bi pomagalo. Vsi imamo kakšne znance, ki so bili vrhunski košarkarji ali smučarji, a so svoj šport opustili – ker so bili preleni. Enako delamo s svojimi možgani. Verjetno čisto zadovoljivo živimo, delamo, komuniciramo, a če bi vložili malce truda in časa, bi lahko živeli lepše, delali manj in komunicirali bolje. Ne bi samo zamahnili z roko, češ, lahko njemu, ampak bi se potrudili tudi mi. Ker se spleča.

Na kaj se moramo osredotočiti pri učenju in razvijanju ustvarjalnosti kot mentalne veščine?

Potrebujemo 'samo' orodje (vprašanje, ki vodi vaše misli), čas (tri minute) in normo (vsaj 7 različnih odgovorov). Rabimo torej voljo, da poskusimo. Super je, da imamo okoli sebe vsaj še nekoga – ki tiste tri minute dela oz. razmišlja samostojno – da potem pogledamo odgovore in vidimo, kako zelo različno nekdo razmišlja – čeprav na isto temo in z istim orodjem. Tako se naučimo vsega, kar je potrebno: Orodje nam vodi misli (torej ne preskakujemo na vse strani). Tri minute nam omogočajo osredotočanje. Norma vsaj 7 idej zahteva od nas, da se potrudimo in damo več od standardnih odgovorov. Sogovorniki oz. so-razmišljevalci nam odpirajo obzorja. Idealno najmanj 4 in največ 6. Manj kot 4 v timu zna biti premalo pisano, več kot 6 v timu zahteva od povprečnega človeka preveč koncentracije za poslušanje.

Vaje lahko dobimo v knjigi Kako imeti ustvarjalne ideje (po kateri bo ta delavnica), v knjigi Naučite svojega otroka razmišljati (kjer je 32 poglavij, torej lahko kar 32 tednov vsakič spoznate in vadite po eno od orodij ali pristopov) ali v knjigi Lateralno razmišljanje (kjer se lahko naučite 17 različnih tehnik za izmišljanje idej). Te knjige so vadbice. Dovolj je že ena triminutna vaja na dan. A vsak dan. Dovolj je, če si daste svinčnik v posodico za zobne ščetke, da se spomnite, da ta dan še niste naredili nobene vaje in v treh minutah potem naredite vsaj eno. Če imate na voljo šest minut, še bolje. Pomembno je le, da delate čisto vsak dan

Poudarjate, da je ustvarjalnost ključnega pomena v poslovnem svetu, ki se hitro spreminja. Kako lahko organizacije podprejo in spodbujajo ustvarjalnost svojih zaposlenih?

Sposobnost, da se hitro znajdemo v nenehno spreminjajočem se svetu, je danes postala ključna za preživetje. To pa od vodilnih v organizacijah zahteva, da najprej sebe, potem pa tudi svoje zaposlene, svoje sodelavce, svoje soustvarjalce (!) učijo metod hitrega prilagajanja, timskega dela, odprtega komuniciranja. Da jim dovoljujejo (razumna) tveganja in napake. Kajti, prvič je napaka, drugič je neumnost. Omogočajo jim tudi učenje iz napak in dovolijo razmišljati s svojo glavo, saj tako skupaj napredujejo k zastavljenemu cilju. Cilju, ki so si ga timsko postavili. Da jih merijo po rezultatih, ne po času, ki so jih preživeli na delovnem mestu. Vse to pa so samo floskule, ki dobro zvenijo kot besede, ljudje pa ne vedo, kako bi to lahko tudi uresničili. In ker vas jaz ne morem naučiti tenisa tako, da vam govorim: "Igraj tenis bolje," ampak vas

moram spraviti na igrišče z loparjem v roki, trening za treningom, vas tudi razmišljanja ne morem naučiti drugače, kot da vadimo. Orodje za orodjem, vajo za vajo, primer za primerom. Dokler se učinkovito ustvarjalno razmišljanje tako zelo ne zaleze v vas, da ga ponotranjite in vam postane smešno, kako ste včasih komplicirali, kako niste znali dajati navodil, kako ste dolgovezili, kako vas je bilo strah naslednjega koraka in podobno. Organizacije bi morale naučiti vsaj enega člana tima, da je moderator (facilitator) kreativnosti, ki bi potem z ljudmi delal vsaj 15 minut na dan na primerih za vajo, in vsaj 2 uri na teden na resničnih primerih. Idealno bi bilo, da bi vsi najprej prišli k meni (za eno metodo, vsaj 16 srečanj), potem pa bi nekdo postal Idea Manager (Idejnik), kot sem bila jaz v svoji prejšnji službi, in ta bi potem redno in resno delal z ljudmi.

NASTJINIH 5 NASVETOV

Lahko podate nekaj konkretnih primerov, kako se lahko vaše vaje za razvijanje uma uporabijo v praktičnih poslovnih situacijah?

Težko, ker je vse to na papirju zelo abstraktno, a lahko poskusimo.

1 Kreativno razmišljanje: zastavi si cilj (B), razišči situacijo (A) in potem si izmislite vsaj 7 načinov, kako od A do B. Ni treba, da so ti načini (ideje) uresničljivi že danes. Pravzaprav je bolje, če niso.

2 Strateško načrtovanje: 1) Naštejte vse, v čemer ste boljši od konkurence. 2) Naštejte vse, v čemer ste slabši od konkurence. 3) Razmislite o megatrendih v širšem okolju (panogi, domeni). 4) Na podlagi tega si izmislite vsaj 7 (ne nujno takoj uresničljivih) idej.

3 Generiranje idej z naključno spodbudo: Začni z jasnim izzivom (ki se glasi: Nove ideje o ... ali Kako bi lahko ...?), potem pa daj zraven popolnoma nepovezano besedo ali sliko. Prepustite možganom, da tvorijo nove povezave.

4 Izmišljanje prelomnih idej: Vzemi nekaj, kar že obstaja in poglej, ali lahko nekaj ustaljenega zanikaš, obrneš, zelo pretiravaš ali si nekaj sanjskega predstavljaš. V naslednjem koraku pa poglej, kaj bi se zgodilo, če bi to tudi uresničil, ali pa udejanji samo koncept tega.

5 Vrednotenje idej (kritično razmišljanje): 1) Naštej vsaj 7 prednosti. 2) Naštej vsaj 7 pomislekov. 3) Naštej vsaj 7 predlogov, kako bi pomisleke premagali. 4) Naštej čim več potencialov izhodišče ideje v prihodnosti.