

KREATIVITA

Obsah

1	CIEĽ – ČO SA NAUČÍTE.....	1
2	ČO JE KREATIVITA A PREČO JE DÔLEŽITÁ.....	1
2.1	Štyri stavebné kamene kreatívnej zručnosti	2
2.2	Vertikálne verzum laterálne myslenie.....	3
3	LATERÁLNE MYSLENIE	5
3.1	„Google experiment“	5
3.2	Brainstorming	5
4	AKO ZLEPŠIŤ KREATIVITU.....	6
4.1	Cvičenie na zlepšenie kreativity	7
5	KREATÍVNE ZRUČNOSTI NA PRACOVISKU.....	8
5.1	Postupný proces kreatívneho myslenia	10
6	ZÁVER	11
7	ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	12

1 CIEĽ – ČO SA NAUČÍTE

V tejto časti sa dozviete:

- O dôležitosti kreativity ako zručnosti;
- Ako môžete vyriešiť problémy a nájsť riešenie rôznymi spôsobmi;
- Preskúmať svoju vlastnú tvorivosť a jej využitie na pracovisku.

2 ČO JE KREATIVITA A PREČO JE DÔLEŽITÁ

Kreativita je schopnosť premýšľať o úlohe alebo probléme novým alebo iným spôsobom. Umožňuje vám riešiť zložité problémy a pristupovať k úlohám úplne nového uhla. Kreativita je schopnosť používať fantáziu na generovanie nových nápadov. Kreativní ľudia vidia veci z jedinečnej perspektívy a nadväzujú nové kontakty, aby našli riešenia a príležitosti.

Mnoho ľudí verí, že tvorivosť je prirodzený talent, obmedzený iba na expresívne umenie. Je to len jedna z mnohých mylných predstáv. Kreativita je zručnosť, ktorú sa dokážete naučiť a rozvíjať. Kreativne myslenie sa navyše uplatňuje vo všetkých odvetviach.

V nasledujúcej tabuľke môžete vidieť ďalšie mylné predstavy o tvorivosti, ktoré sa ukázali ako nesprávne:

Mylná predstava	Dokázané výskumom
Obmedzené na umenie	Platí pre každý predmet
Čistý talent	Zručnosť sa treba naučiť
Zábava	Ťažká práca
Originalita	Aj originalita, ale aj hodnota
Nie sú potrebné predchádzajúce znalosti	Vedomosti sú nevyhnutné
Zásadný prelom	Schopnosť myslieť
Voľná hra a objavovanie	Stimulácia hry objavovania

2.1 Štyri stavebné kamene kreatívnej zručnosti

Môžeme identifikovať 4 základné stavebné kamene kreatívnej zručnosti. Spolu sú hybnou silou pri hľadaní jedinečných nápadov a riešení:

- **Zvedavosť:**
 - Byť konštruktívne zvedavý;
 - Túžba učiť sa a vedieť rôzne veci;
 - Klásť efektívne otázky;
 - Výskum, prieskum a skúmanie;
 - Všímanie si vzorov a anomálií.
- **Otvorenosť voči skúsenosti:**
 - Byť vnímavejší k tomu, čo život ponúka;
 - Byť otvorený novým myšlienkam;
 - Používať laterálne myslenie;
 - Skúmať viaceré hľadiská;
 - Byť flexibilný a prispôsobivý;
 - Byť schopný vidieť celý rad možných výsledkov.
- **Predstavivosť**
 - Formovanie obrazov a nápadov v mysli bez priameho vstupu zmyslov;
 - Byť schopný využiť svoju fantáziu;
 - Generovanie a zdokonaľovanie nápadov;
 - Byť vynálezca;
 - Preskúmanie a vylepšenie viacerých možností.
- **Riešenie problémov:**
 - Byť schopný porozumieť a definovať problémy;
 - Tvorba, dodávka a prezentácia riešení;
 - Preukazovanie iniciatívy, disciplíny, vytrvalosti a odolnosti;
 - Hodnotenie dopadu a úspešnosti riešení.

CVIČENIE

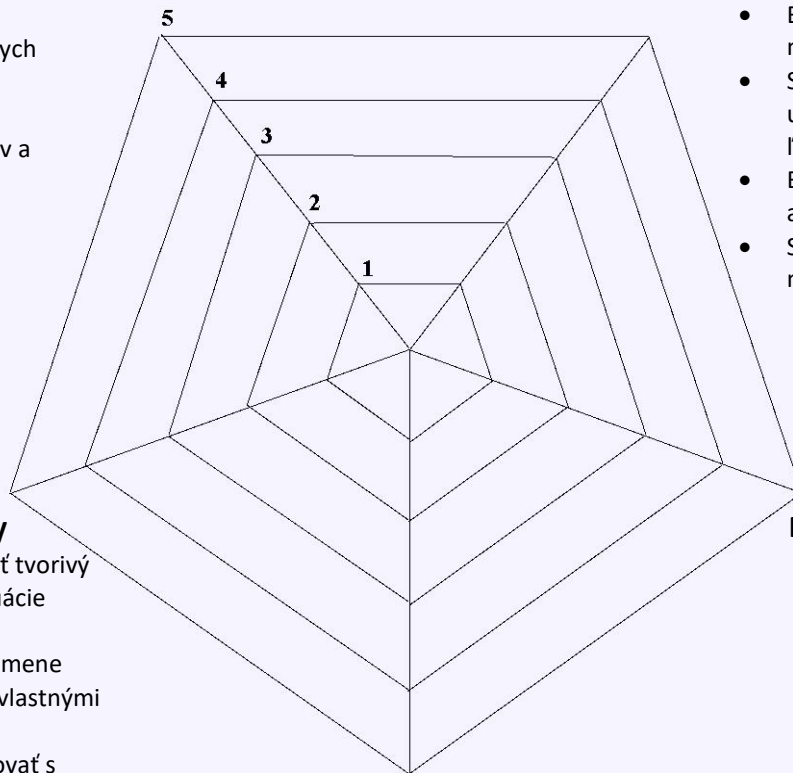
Zamyslite sa nad svojimi kreatívnymi schopnosťami pomocou pavučiny: zvážte svoje silné stránky v kontexte 5 výrokov a zhodnoťte ich od 5 (silné) k 1 (slabé). Ďalej spojte bodky a vytvorte tvar, ktorý ponúkne vizuál vašich tvorivých schopností.

Zvedavosť

- Byť zvedavý
- Kladenie efektívnych otázok
- Výskum
- Všímanie si vzorov a anomálií

Otvorenosť voči skúsenosti

- Byť otvorený novým nápadom
- Schopný premýšľať o uhloch pohľadu rôznych ľudí
- Byť flexibilný, prispôsobivý a dobre zvládať neistotu
- Schopný vidieť celý rad možných výsledkov



Aplikovanie kreativity

- Schopný aplikovať tvorivý proces na iné situácie
- Byť motivovaný a ambiciózny voči zmene
- Byť si istý svojimi vlastnými názormi
- Dobre spolupracovať s ostatnými

Predstavivosť

- Mať nápady
- Skúmanie, kombinovanie a zdokonaľovanie viacerých možností
- Vynaliezavosť

Riešenie problémov

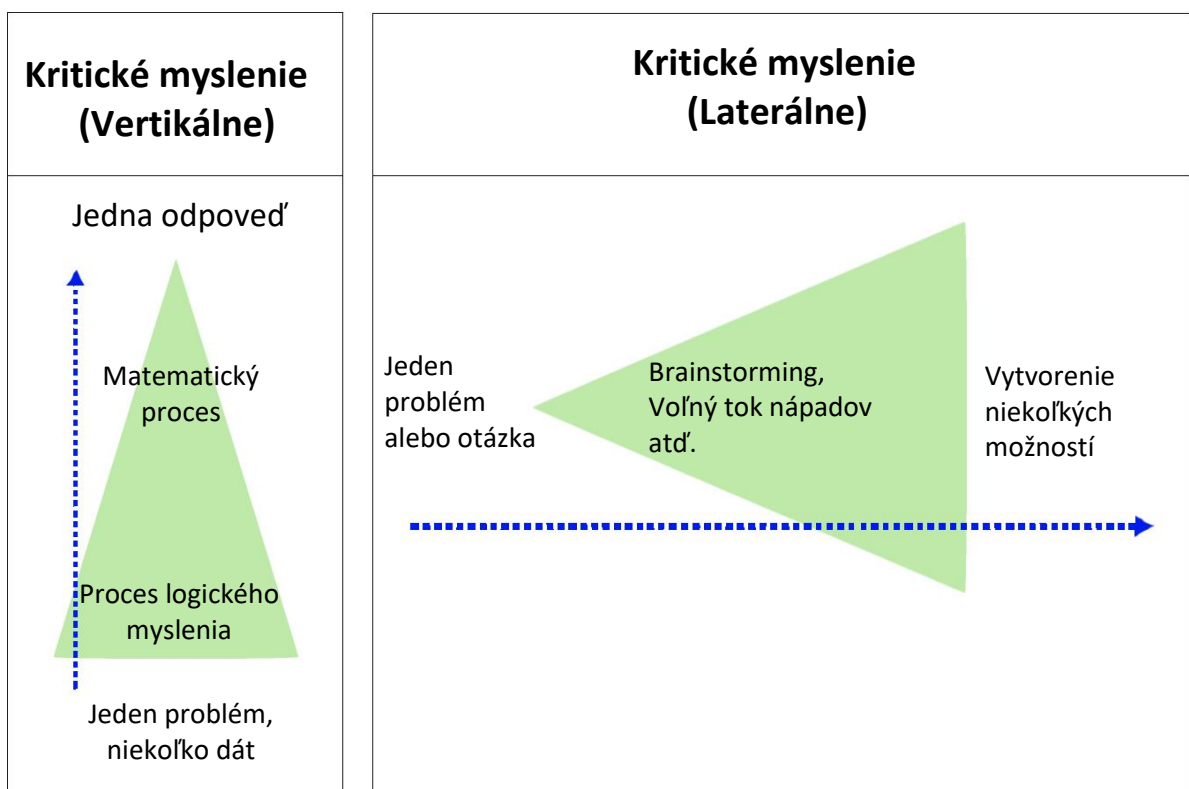
- Schopný identifikovať problémy
- Vývoj, zdokonaľovanie a prezentácia riešení
- Preukázanie iniciatívy, disciplíny, vytrvalosti a odolnosti

2.2 Vertikálne versus laterálne myslenie

Hovoríme o vertikálnom alebo tradičnom myslení, keď krok za krokom dospejeme k logickému záveru na základe dostupných údajov. Cieľom je vybrať jednu myšlienku, ktorá predstavuje riešenie problému. V procese výberu sa zameriavame na správne a nesprávne, eliminujeme nesprávne. Myslenie je sekvenčné a analytické. Na druhej strane laterálne myslenie (nazývame ho aj „out of the box“ myslenie) je horizontálne, kde sa snažíme vygenerovať čo najviac nápadov a zároveň zdôrazniť podrobnosti toho, ako by sa dali tieto nápady

implementovať. Počas procesu, ktorý nie je postupný, si nerobíme starosti so správnym a nesprávnym a namiesto analytického prístupu použijeme provokatívny.

Vertikálne aj laterálne myslenie sa navzájom dopĺňajú: bez laterálneho myslenia by bolo vertikálne myslenie príliš úzkoprú; bez vertikálneho myslenia by laterálne myslenie prinieslo mnoho možných riešení, ale neexistovali by plány na ich implementáciu. Laterálne myslenie môžete využiť pri riešení problému, keď hľadáte nové spôsoby, ako niečo robiť, ako aj pri práci v procese inície / inovácie.



CVIČENIE

Spomeňte si na jednu situáciu na vašom pracovisku, v škole alebo doma, kde ste museli vyriešiť určitý problém. Aký druh myslenia u vás prevládala? Hľadali ste jednotné riešenie alebo bolo cieľom nájsť niekoľko nových spôsobov, ako urobiť niečo efektívnejšie?

3 LATERÁLNE MYSLENIE

3.1 „Google experiment“

Jedným z príkladov bočného alebo okamžitého myslenia je takzvaný „Google experiment“. Absolvent v New Yorku, ktorý túžil pracovať v špičkovej reklamnej agentúre, si vyhľadal mená kreatívnych riaditeľov týchto spoločností. Minul iba šesť dolárov za balík reklám vyhľadávači Google, ktoré sa spustili, keď riaditelia hľadali svoje vlastné mená. Inzeráty obsahovali popis: „Hej (meno kreatívneho riaditeľa), googliť sám seba je veľká zábava. Aj mňa zamestnať je zábava.“ Z piatich riaditeľov, na ktorých sa zamerl, mu štyria poskytli rozhovor a dvaja z nich mu ponúkli prácu. Uchádzač o túto prácu vedel, že sa uchádza o toto miesto veľmi veľa ľudí a že konvenčný prístup nebude fungovať. Vyžadovalo si to provokáciu a nový prístup k dosiahnutiu cieľa.

3.2 Brainstorming

Brainstorming je neformálny prístup k riešeniu problémov s laterálnym myslením. Môžete ho použiť jednotlivo alebo v skupine. Povzbudzuje vás, aby ste prišli s myšlienkami, ktoré sa spočiatku môžu zdať trochu šialené. Niektoré z týchto nápadov možno pretvoriť do originálnych riešení problému, zatiaľ čo iné môžu inšpirovať novými nápadi. Technikami brainstormingu pomáhate ľuďom dostať sa z ich bežných spôsobov myslenia.

Aby bol brainstorming efektívny, musíte dodržiavať niekoľko jednoduchých pravidiel:

- **Zamerajte sa na kvantitu, nie na kvalitu odpovedí/nápadov** – Na začiatku stretnutia odstráňte všetky očakávania týkajúce sa kvalitných nápadov, tiež počas stretnutia žiaden nápad nezadržavajte v sebe.
- **Žiadne súdenie** – Počas brainstormingov nekritizujte, nechváľte a neanalyzujte nápady. Vďaka tomu je priebeh stretnutia lepší a pomáha generovať čo najviac nápadov. Nápady vyhodnocujte až na konci stretnutia, keď budete ďalej skúmať riešenia pomocou konvenčnejšieho myslenia.
- **Podporujte divoké nápady** – Osvojte si tie najzvláštnejšie predstavy, na ktorých môžete stavať. Spojenia hľadáte neskôr.

- **Zostaňte sústredený na danú tému** – udržiajte diskusiu a vytváranie nápadov na cieľovej úrovni.
- **Budte vizuálny** – Môžete písať farebnými značkami na poštové alebo rôzne tabuľky. Môžete tiež kresliť nápady, pretože obrázky robia nápady viac nezapamätateľnými.

Ak chcete využiť brainstorming na maximum, mali by ste postupovať podľa týchto krokov:

1. Pripravte skupinu – Pripravte si príjemné prostredie na stretnutie (dostatok svetla, zdrojov, občerstvenia). Účastníci by tiež mali byť pripravení, nie však príliš, aby neobmedzovali voľný priebeh stretnutia. Zaistite, aby boli zahrnutí rôzni ľudia (z rôznych disciplín), ktorí generujú rôzne nápady. Ak sa nepoznáte, môžete začať malým zoznámením. Pred začiatkom určte jednu osobu, ktorá bude nápady zaznamenávať, aby ich mohol vidieť každý (napríklad na tabuľu alebo počítač s projektorom).

2. Definujte problém – Jasne definujte problém a vysvetlite všetky kritériá, ktoré musia byť splnené. Zdôraznite cieľ stretnutia, ktorým je vygenerovať čo najviac nápadov (kvantita nad kvalitou). Poskytnite účastníkom dostatok času na to, aby si napísali svoje vlastné nápady, a potom ich požiadajte o zdieľanie, aby sa zabezpečilo, že zdieľať budú všetci.

3. Vedte diskusiu – Keď sa každý podelí o svoje nápady, začnite skupinovú diskusiu. Cieľom diskusie je ďalšie rozvíjanie myšlienok a ich využitie pri vytváraní nových myšlienok. Opäť povzbudte všetkých, aby prispeli a požiadajte ich, aby sa vyhli kritike. Držte sa vždy jednej konverzácie a nezabudnite zostať pri téme.

4. Konajte – Po skončení stretnutia budete mať rôzne nápady. Ďalším krokom je ich organizácia a analýza s cieľom nájsť spoločné témy. Vyberte si a začnite testovať tie najslubnejšie.

4 AKO ZLEPŠIŤ KREATIVITU

Kreativitu je možné sa naučiť a vylepšiť pomocou praxe. Iba niekoľko nových postupov vás môže osobne a profesionálne posunúť na kreatívnejšiu cestu, ktorá vám pomôže myslieť inak a vidieť veci z čerstvej perspektívy. Ide o tieto postupy:

- **Vytváranie spojení** – Môžete hľadať prepojenia medzi rôznymi nápadmi na riešenie problémov. Tieto spojenia sa často objavajú, keď na tento problém aktívne nemyslíte.

Iba čítanie, počutie niečoho alebo zmena prostredia môžu vytvoriť nové spojenia, ktoré vám pomôžu vidieť problém alebo úlohu z inej perspektívy.

- **Kladenie otázok** – Kladením otázok spochybňujete súčasné porozumenie a vedomosti o niečom. Napádate súčasné postupy a spôsoby, ako robiť veci, ktoré už môžu byť zastarané. Kladenie otázok vám dáva príležitosť prehodnotiť postupy a zvýšiť ich relevantnosť.
- **Pozorovanie** – Keď pozorujete svet okolo seba, vidíte, že ľudia robia veci inak, ako ich robíte vy. To vás môže inšpirovať pri získavaní nových nápadov a zlepšovaní spôsobu vášho konania alebo pri pomoci zvyšovania efektívnosti ostatných.
- **Networking** – Ak ste v prítomnosti ľudí z rôznych prostredí, pracujte s nimi a diskutujete o ich práci a postupoch, môže vám to poskytnúť nové nápady a nové pohľady na určitý problém.
- **Experimentovanie** – Aj keď je nápad veľmi neobvyklý, nenechajte sa odradiť - vyskúšajte ho a skontrolujte, či funguje. Mali by ste nápady neustále upravovať a prehodnocovať, kým nenájdete riešenie.
- **Každý deň robte jednu vec inak** – Zmena pracovnej rutiny vás môže povzbudiť, aby ste o každodenných procesoch premýšľali inak, získavali nové nápady a nadväzovali nové spojenia.

4.1 Cvičenie na zlepšenie kreativity

Existuje veľa cvičení a jednoduchých techník, ktoré vám môžu pomôcť vylepšiť flexibilné myslenie, spoznať nové koncepty a objaviť nové riešenia opakujúcich sa problémov. Niektoré z nich môžete implementovať do svojho každodenného života a vytvoriť z nich svoje návyky, zatiaľ čo iné sú skôr určené na precvičovanie, ktoré môžete pravidelne využívať na zlepšenie svojho poznania a vytvárania nápadov.

Cvičenia, ktoré sa môžu stať súčasťou vášho každodenného života:

- **Pravidelne čítajte** – Fiktívne poviedky vám môžu predstaviť zaujímavé kreatívne koncepty, ako sú zložité svety, dejové línie, hádanky a postavy.

- **Píšte si denník** – Svoje myšlienky si môžete na konci dňa zaznamenať do denníka, ktorý vás povzbudí kriticky premýšľať o svojich každodenných skúsenostiach a nápadoch.
- **Hýbte sa** – Pravidelné cvičenie môže zlepšiť vaše fyzické a duševné zdravie a tým aj kreatívne myslenie.

Kreatívne cvičenia, ktoré môžete použiť jednotlivo alebo v tíme:

- **Použite skicár** – Informácie môžete lepšie spracovať, keď kreslíte alebo si zapisujete nápady pri počúvaní prezentácie, čítaní knihy ...
- **Kruhovú výzvu** – Nakreslite dvadsať kruhov a potom nastavte stopky na 1 minútu. Pred koncom časovača urobte z každého kruhu jedinečný obrázok. Toto cvičenie vás núti premýšľať o tej istej veci rôznymi spôsobmi (kvantita nad kvalitou).
- **Sponkový test** – Tím dostane škatuľu sponiek a okrem držania papierov sa pokúsi nájsť mnoho ďalších spôsobov ich použitia.
- **Slovníkový príbeh** – Vyberte náhodne slovo zo slovníka. Použite slovo, ktoré ste si vybrali, slovo nad ním a slovo pod ním, aby ste vytvorili krátky príbeh. Cvičenie môže zlepšiť vašu schopnosť nadväzovať spojenie s náhodnými prvkami.
- **Nakreslite to opäť** – Každý týždeň po dobu jedného týždňa nakreslite rovnaký predmet podľa vášho výberu. Každý deň sledujte nové podrobnosti týkajúce sa nakresleného objektu. Cvičenie vylepšuje vašu pozornosť k detailom a všíma si nové prvky.

CVIČENIE

Vyskúšajte niektoré z opísaných cvičení. Vyberte si pár z nich a pravidelne ich opakujte, aby ste videli, ako sa vaše myšlienky časom menia.

5 KREATÍVNE ZRUČNOSTI NA PRACOVISKU

V biznis svete je kreativita veľmi cenená a mnoho ľudí môže profitovať zo zahrnutia kreativity do svojho pracovného procesu. Kreativita vám môže pomôcť pri každodenných úlohách alebo dlhodobých cieľoch. Úspešné podniky vždy prehodnocujú staré spôsoby myslenia a podporujú nové a inovatívne nápady. Kreativita je užitočný nástroj na rozvíjanie nových nápadov, zlepšovanie pracovných procesov, zvyšovanie efektívnosti a vývoj riešení zložitých problémov.

Existujú jednoduché kroky na zlepšenie pracovných podmienok s cieľom zvýšiť kreativitu na vašom pracovisku. V štvrtej kapitole sme už predstavili niektoré z nich, ktoré je možné implementovať aj na pracovisku. Predstavujeme niekoľko ďalších, ktoré môžete použiť na pracovisku:

- **Diverzifikácia tímu** – Obklopte sa ľuďmi s rôznymi perspektívami, aby ste si rozšírili svoj vlastný uhol pohľadu.
- **Zmena procesu** – Urobte zmenu v tom, ako obvykle robíte veci. Ak neexistuje dobrý dôvod, prečo robíte určitú úlohu konkrétnym spôsobom, mali by ste ju skúsiť urobiť inak.
- **Zmena prostredia** – Už len zmena pracovného priestoru (napríklad zmena usporiadania kancelárskeho priestoru, jeho zdobenie, pridanie rastlín) vás môže stimulovať k tomu, aby ste o svojej práci premýšľali novým spôsobom. Je vhodné tiež využiť dni práce z domu, pokiaľ to umožňuje firemná politika.
- **Počúvanie hudby** – Hudba zlepšuje náladu a zvyšuje vašu kreativitu. Pokiaľ je to možné, pustite si pri práci hudbu.
- **Pauza** – Keď pracujete na obzvlášť náročnej úlohe, prestávka vám umožní vrátiť sa k úlohe s jasnejšou myslou a pozrieť sa na ňu novou perspektívou, ktorú by ste pred prestávkou nevideli.
- **Dlhodobé ciele** – Ak vás zahlcujú malé úlohy, môžete stratiť výhľad na konečný cieľ a následne motiváciu, ktorá môže obmedziť vašu kreativitu v práci. Musíte ustúpiť a spomenúť si, čo sa týmito úlohami snažíte dosiahnuť.
- **Risk** – Hľadanie nových nápadov a riešení znamená, že sa ponárate do neznáma. Pri zdieľaní nových nápadov na pracovisku alebo požiadaní svojho vedúceho o zavedenie nových postupov je nevyhnutné riskovať. Ak chcete byť na pracovisku kreatívni, musíte mať sebadôveru na ochotu riskovať.
- **Brainstorming** – Pravidelné brainstormingové stretnutia so vašim tímom môžu podporiť pozitívnu atmosféru, v ktorej sú vítané nové nápady. Počas stretnutia zväzťe každý názor - aj keď nápad momentálne nedáva zmysel, môže vám pomôcť formulovať nové koncepty.

CVIČENIE

Pomyslite na svoje posledné zamestnanie (alebo akýkoľvek domáci projekt). Aké stratégie, ktoré boli vyššie opísané, ste používali, aby ste boli kreatívnejší a efektívnejší?

5.1 Postupný proces kreatívneho myslenia

Keď sa pokúšate vyvinúť originálny nápad alebo prekonať známy problém novým prístupom, nasledujúce kroky vám pomôžu nájsť jedinečné riešenia. Precvičenie a vykonanie týchto krokov vám umožní prístup k úlohám a problémom pomocou inovatívneho nastavenia mysle.

1. Zhromaždite dostupné informácie – Dokážete pripraviť precíznejšie riešenie, ak sa pripravíte naozaj dôkladne. Dobré sa pripraviť na kreatívne myslenie znamená zhromaždiť všetky dostupné informácie.

2. Zvážte zjavné riešenie alebo postup – Je dôležité poznať najočividnejšie dostupné riešenie, aby ste ho mohli použiť ako základ pre nájdenie úspešnejšej odpovede (napríklad menej časovo náročné alebo finančne efektívnejšie).

3. Brainstormujte ďalšie riešenia – Musíte venovať dostatok času brainstormingu čo najväčšieho počtu riešení. Zostavte zoznam svojich najsilnejších myšlienok a skúste sa k téme postaviť z novej perspektívy. Výhodou tímového brainstormingu je zhromaždenie viacerých perspektív súčasne. Nové nápady môžete vytvárať na základe návrhu inej osoby.

4. Zvážte ako sa témy spájajú – Zamyslite sa nad tým, ako dve alebo viac tém navzájom súvisia a vytvorte spojenie medzi rôznymi myšlienkami. Vytvorte nový zoznam kombinovaných nápadov a zahodte tie, ktoré sa netýkajú ostatných.

5. Aplikujte riešenie – Skontrolujte zoznam a použite proces, ktorý je podľa vás najefektívnejší. Pri testovaní výsledkov myslite na ďalšie nápady. Testovanie výsledkov vám tiež pomôže určiť, ktoré aspekty vášho myšlienkového procesu môžete vylepšiť alebo použiť inak, aby ste dosiahli úspešné riešenie.

CVIČENIE

Pomyslite na úlohu a prejdite popísaným 5-krokovým procesom myslenia.

6 ZÁVER

V rámci globálnej konkurencieschopnosti sa tvorivosť stala dôležitou súčasťou modernej práce; z dielne do zasadacej miestnosti, od individuálneho zamestnanca po organizáciu ako celok. Výskum ukazuje, že tvorivosť zamestnancov môže významne prispieť k organizačnému rastu. Kreativnejšie tímy navyše fungujú lepšie a pracujú efektívnejšie v rámci rozpočtov. Kreativne organizácie sú ziskovejšie, pretože zámerne využívajú kreativitu na zdokonaľovanie alebo vymýšľanie nových produktov, procesov a služieb.

Kreativitu je možné sa naučiť a vylepšiť praxou a skúsenosťami. Rozvíjate svoju kreativitu pri príprave na moderný svet práce?

7 ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY

Batey, M. (March 28, 2012). Creativity is the Key Skill for the 21st Century. The Creativity Post. URL:

[https://www.creativitypost.com/article/creativity is the key skill for the 21st century](https://www.creativitypost.com/article/creativity-is-the-key-skill-for-the-21st-century)

Cambridge International. Chapter 4: Innovation and Creativity. URL:

<https://www.cambridgeinternational.org/Images/426483-chapter-4-innovation-and-creativity.pdf>

Davis, M. (October 14, 2019). The most undervalued skill? Lateral thinking. Big Think. URL:

<https://bigthink.com/mind-brain/lateral->

<http://www.debonothinkingsystems.com/tools/lateral.htminking?rebelltitem=1#rebelltitem1>

Dr Edward de Bono. What is Lateral Thinking? URL: <https://www.edwddebono.com/lateral-thinking>

Indeed Career Guide. Creativity Skills: Definition, Tips and Examples. URL:

<https://www.indeed.com/career-advice/career-development/creativity-skills>

Indeed Career Guide. 18 Creativity Exercises to Improve Creative Thinking and Problem-

Solving at Work. URL: [https://www.indeed.com/career-advice/career-](https://www.indeed.com/career-advice/career-development/creativity-exercise#2)

[development/creativity-exercise#2](https://www.indeed.com/career-advice/career-development/creativity-exercise#2)

Indeed Career Guide. Your Guide to Improving Your Creativity at Work. URL:

<https://www.indeed.com/career-advice/career-development/improving-creativity-at-work>

Indeed Career Guide. How to Develop Creative-Thinking Skills in 5 Steps. URL:

<https://www.indeed.com/career-advice/career-development/how-to-develop-creative-thinking-skills>

Mind Tools. Brainstorming. URL: <https://www.mindtools.com/brainstm.html>

SlideShare. Creative Thinking. URL: <https://www.slideshare.net/toloca/creative-thinking-14492355>

Skills Development Scotland. Learning Resource 5: Introduction to Creativity Skills. URL: <https://education.gov.scot/improvement/documents/dyw41-intro-to-creativity-skills.pdf>

System Innovation. Lateral Thinking. URL: <https://systemsinnovation.io/lateral-thinking/>