

## Kreatywność i Ty. Droga do pomysłowości w pracy.

Autor: [Thomas Wieke](#)

### Obudź w sobie kreatywność

- Na brak twórczego zapału
- Na blokady konceptu w pracy i życiu codziennym
- Na stłumiony potencjał

Pracodawca oczekuje od Ciebie bardziej oryginalnego myślenia? Przyjaciele domagają się większej pomysłowości? Życie wydaje Ci się banalne i szare? Nie panikuj! Słynna "kreatywność" to nie tylko cecha wrodzona. Wbrew pozorom można się jej nauczyć. Stosując odpowiednie techniki i wykonując stymulujące ćwiczenia, możesz obudzić w sobie w błyskotliwego copywritera, artystę, a może i wynalazcę. W tym właśnie pomoże Ci książka "Kreatywność i Ty. Droga do pomysłowości w pracy", przygotowana, by zachęcić Twój umysł do efektywnego wysiłku.

Sprawdź, co hamuje Twoją kreatywność, pozbądź się blokad i nie poddawaj rutynie. Pozwól się zaskoczyć własnej inwencji, otwórz na nowe pomysły i poszerz horyzonty. Realizuj się w twórczym myśleniu i działaniu. Zobacz, na co Cię stać, wykorzystaj swój potencjał i pamiętaj, że ludzie kreatywni potrafią ze szczególną łatwością:

- znajdować niekonwencjonalne rozwiązania,
- kontrolować stres i frustrację,
- rozwiązywać złożone problemy,
- aktywnie spełniać się w pracy.

---

"Aby zdobywać wielkość, człowiek musi tworzyć, a nie odtwarzać."

*Antoine de Saint -- Exupéry*

Spis treści:

### 1. Osobowość kreatywna - warunki i szanse (9)

- Geniusz wrodzony? (9)
  - Nauka kreatywności
- Od odkrywcy do wykonawcy (10)
  - Typy osobowości kreatywnej
- Rutyna (13)
  - Hamulec kreatywności?
- Otoczenie (15)
  - Pobudzające czy hamujące?
- Konformizm? (17)
  - Zachowywanie reguł gry
- Od chaosu do porządku (21)
  - Kreatywny proces

- Od środka do celu (24)
  - Wyzwolenie potencjałów

## 2. Najlepsze techniki kreatywności kontra supelki w mózgu (27)

- Tabula rasa (27)
  - Rozpoczęcie od zera
- Łatwe przeoczenia (29)
  - Wyostrowanie zmysłów
- "I tak się nie uda!" (32)
  - Usuwanie blokad myślowych
- Co za tym stoi? (36)
  - Metoda sześciu pytań
- Wszystko przemyślane? (39)
  - Metoda sześciu kapeluszy
- Miejsce na pomysły (47)
  - Technika myślenia Walta Disneya
- W żadnym wypadku! (49)
  - Większa jasność przez przeciwieństwo
- Odwrócone rozwiązanie (50)
  - Technika stania na głowie
- Gdy to nie bawi (52)
  - Ćwiczenia rozluźniające oraz gry
- Wszystko poukładane? (58)
  - O sensie pisania
- Więcej przejrzystości? (60)
  - Znalezienie nowych połączeń dzięki mapowaniu umysłu (mind mappingowi)
- Gdy wszyscy znają problem (64)
  - Burza mózgów (brainstorming)
- Większość rozwiązań (67)
  - Brainwriting
- Uczucia wyższe (70)
  - Clustering (grupowanie)
- Publiczne pisanie (72)
  - Technika galerii
- Pisanie kart (74)
  - Sterowane zebranie
- I jak ma to dalej wyglądać? (77)
  - Lista atrybutów
- Systematyczne szukanie pomysłów (79)
  - Morfologiczna skrzynka
- Praktyczne? (81)
  - List gończy za pomysłem
- Gdzie są eksperci? (82)
  - Badanie Delphi
- Hamulec teraźniejszości (83)
  - Zyskanie perspektywy dzięki wstecznym informacjom o sukcesie

## 3. Zakończenie (85)

- Złote reguły (85)
- Rozwiązanie zadań ze stron 55 - 57 (86)

**Zalecana literatura (89)**

**Bibliografia (91)**