

به نام خدا

دانشگاه فرهنگیان بنت‌الهدی صدر اردبیل

واحد درسی: نگارش خلاق گروه: آموزش ابتدایی دانشجویان ورودی بهمن زمان ارائه: ۹۹/۰۲/۲۰

## موضوع بحث: مهندسی خلاقیت آزاد بر اساس نظریه برایان تریسی

### با آرزوی قبولی طاعات و عبادات در ماه مبارک رمضان

در دانش امروزی بشر این نظریه که خلاقیت امری ذاتی و وراثتی است، منسوخ شده و در حال حاضر محققان بسیاری در پی یافتن راهکارهایی برای مقابله با موانع خلاقیت هستند. ایده و خلاقیت را می‌توان با یک سری تمرین تقویت کرد. زندگی عادی و روزمره کنونی افراد، عناصر نوآوری را در ذهن آنان غیرفعال می‌کند و موجب می‌شود از این قابلیت بالقوه مغز خود استفاده نکنند. استفاده نکردن از این توانایی موجب تحلیل و کاهش مداوم آن می‌شود و درست مانند عملکرد ماهیچه، اگر از خلاقیت خود استفاده نکنند ضعیف خواهد شد.

اگر خلاقیت را به معنای خلق ایده‌های جدید بدانیم این توانایی به واسطه توانایی درک جهان به شیوه‌های جدید، شناخت الگوهای پنهان، ایجاد ارتباط بین پدیده‌های به ظاهر غیرمرتبط و پس از آن ایجاد راه‌حل‌های نوین، نمود ظاهری و موجودیت پیدا می‌کند. به‌طور خلاصه خلاقیت شامل دو فرآیند است: تفکر، سپس تولید. خلاقیت به معنای قدرت انسان برای به اشتراک گذاشتن منابع داخلی ذهن (دانش، بینش، اطلاعات، الهام و تمام چیزهایی که در ذهن ما می‌گذرد) و ترکیب آن‌ها با روش‌های عملی جدید است. به عبارت دیگر، خلاقیت فرآیند ایجاد چیزی جدید است؛ که این کار مستلزم اشتیاق و تعهد است.

Michael Roberto استاد دانشگاه و نویسنده کتاب «خلاقیت آزاد»، در کتاب خود بیان می‌کند که عدم خلاقیت به‌طور معمول ناشی از عدم وجود ایده‌ها نیست؛ بلکه ناشی از موانعی است که تفکر خلاق را در نطفه خفه می‌کنند. او در مورد رایج‌ترین موانع خلاقیت و نحوه ایجاد خلاقیت این‌گونه توضیح می‌دهد: «مقید بودن ذهن به معیارهای سنجشی و عاقبت‌اندیشی افراطی، دو مانع قدرتمند برای خلاقیت هستند.»

فردی که در چارچوب معیارهای از پیش طراحی‌شده فعالیت می‌کند، به‌سختی قادر به نوآوری و پرورش خلاقیت در ذهن خود است. همچنین آینده‌نگری به معنای افراطی آن، هر شخصی را از انجام کارهای خلاقانه باز می‌دارد و نگرانی درباره آینده را در وجود آنها ایجاد می‌کند؛ زیرا خلاقیت همواره با درصدی از ریسک همراه است و آینده متفاوتی را رقم می‌زند.

برایان تریسی، نویسنده کتاب خلاقیت و حل مسئله معتقد است همه افراد خلاق هستند. خلاقیت ویژگی طبیعی و ذاتی افراد مثبت‌اندیشی است که عزت نفس بالایی دارند.

از نظر برایان، مهمترین عوامل تعیین کننده خلاقیت عبارتند از: تأثیرپذیری از گذشته - قدرت حال - خلاقیت خودشناسی.

او کتاب خود راهکارهای فوق العاده‌ای برای مقابله با موانع خلاقیت پیشنهاد کرده است که به ذکر چند مورد از آن می‌پردازیم:

### **راهکار اول: فعال کردن ضمیر ناخودآگاه**

ضمیر ناخودآگاه و فعالیت سالم آن، با خلاقیت رابطه مستقیم دارد. یکی از موانع موجود برای خلاق بودن ذهن، عدم کارایی صحیح ضمیر ناخودآگاه است. **یک راهکار عملی جالب برای بازی با ضمیر ناخودآگاه، یادداشت برداری پس از بیدار شدن است.** ضمیر ناخودآگاه در زمان خواب عمیق و لحظاتی پس از بیدار شدن، در فعال‌ترین حالت خود به سر می‌برد. به دانش‌آموزان توصیه می‌کنیم کنار تخت خواب خود یک دفترچه یادداشت بگذارند و بعد از بیدار شدن، آنچه را که در خواب دیده‌اند ثبت کنند. این عمل برای ضمیر ناخودآگاه چالش ایجاد می‌کند و با یادآوری وقایع در موقعیت فعال، موجب پویایی و تحریک ضمیر ناخودآگاه می‌شود. فرآیند مذکور، یکی از تکنیک‌های اصلی آموزش خلاقیت برای ذهن است.

### **راهکار دوم: یادداشت کردن ایده‌هایی ناگهانی و لحظه‌ای**

فراموش کردن ایده‌های لحظه‌ای، که در طی روز به ذهن خطور می‌کند؛ یکی از عواملی است که تحرک و پویایی را در بخش نوآور مغز از بین می‌برد. زیرا علاوه بر از بین رفتن انگیزه مغز برای بازتولید ایده، هیچ طرح و نقشه ثبت شده‌ای برای گسترش و ادامه فرایند ایده‌پردازی در دسترس ذهن نخواهد بود. برای رفع این مانع به دانش‌آموزان می‌آموزیم هر آنچه در هر زمینه‌ای به شکل ایده و خلاقیت به ذهنشان خطور می‌کند را بنویسند. نوشتن ایده‌های نوآورانه روی کاغذ، موجب تحریک مغز آنها می‌شود. در این مرحله به دانش‌آموز یاد می‌دهیم ایده‌های لحظه‌ای خود را اولویت‌بندی کند؛ ترتیب نوشتن ایده‌ها و چگونگی ربط دادن آنها به یکدیگر، اهمیتی زیادی دارد؛ زیرا او را از سردرگمی و تخیل بیهوده رها می‌سازد.

### **راهکار سوم: هنجارگریزی در خلق ایده**

زندگی روزمره و تکراری مانع بزرگی برای بروز کارهای خلاقانه است؛ گاهی باید این روند را متوقف کنید و با دید منتقدانه فعالیت‌های خود را تحلیل کنید. راهکارهایی که برای بهبود زندگی خود خواهید داد، یکی از مصادیق رشد خلاقیت و نوآوری است. غرق شدن در روند کار یا زندگی عادی، یک مانع بزرگ بر سر راه بروز خلاقیت است. به عنوان فردی که در توالی کارهای معمولی خود به دام افتاده، هیچ‌گاه نمی‌توانید نگرشی نوآورانه را خلق کنید. گاهی لازم است کارهای روتین و کلیشه‌ای روزانه را متوقف کنید و به عنوان شخص سوم به روند فعالیت خود نگاهی منتقدانه داشته باشید. از خود بپرسید برای بهتر شدن امور، در چه

زمینه‌هایی می‌توان ایده و خلاقیت ارائه داد؟ کدام بخش از نواقص کارها را می‌شود با کاری جدید و نوآورانه بهبود بخشید؟ پاسخ به این سؤالات در بسیاری از موارد راهگشای بروز و شکوفایی خلاقیت فردی است.

### **راهکار چهارم: کلاس تدریس خود را با وسایل سرگرم‌کننده جذاب کنید**

محل کار در تصوّر مردم عوام یک محیط خشک و رسمی است که باید مقررات خاصی در آن حاکم باشد. دکوراسیون اداری و حتی رنگ‌های بی‌روح که به رسمیت این مکان کمک می‌کنند، عامل اصلی از میان رفتن خلاقیت هستند. ذهن نیاز به ورزش دائمی برای آموزش خلاقیت دارد. بهتر است در مکان‌های کاری هم این آموزش ادامه داشته باشد و قطع نشود. در شرکت‌های بزرگ و موفق دنیا، محیط‌های اختصاصی برای سرگرمی کارکنان وجود دارد. همه ما داستان صندلی‌های ماساژ و گجت‌های سرگرم‌کننده در ساختمان اداری گوگل را شنیده‌ایم. اگر در محل کار خود از رنگ‌های شاد و دکور خلاقانه استفاده کنید و علاوه بر آن، از وسایل سرگرم‌کننده برای استراحت‌های کوتاه بهره بگیرید، می‌توانید خلاقیت خود را به صورت ممتد پرورش دهید. در علوم رفتارشناسی نوین اثبات شده است که لذت بردن باعث تحرک در بخش خلاق مغز است. علاوه بر این، بازی و سرگرمی می‌تواند سطوح استرس را کاهش داده و خوش‌بینی افراد را بیشتر کند.

### **راهکار پنجم: اهمیت دادن به هنر و ورزش**

زندگی با عادت‌های ثابت و مهارت‌های تکراری، یک مانع مهم در مسیر رشد و شکوفایی خلاقیت است. یادمان باشد که همه نوازندگان، ورزشکاران، بازیگران سینما و تئاتر و ... از بدو تولد از این هنر برخوردار نبودند بلکه در یک مقطع زمانی خاص ذهن و مغز خود را درگیر با موضوع مورد علاقه خود کرده آن را وادار به یادگیری ساخته‌اند. پس نباید دانش‌آموزان را از اینکه در رشته‌ای مانند ورزش نمی‌توانند فعالیت کنند سرزنش کرد بلکه این وظیفه معلّم و اولیای اوست که باید با خلاقیت دانش‌آموز را با موضوع مورد نظر درگیر سازد.

### **راهکار ششم: گاه خلاقیت نیازمند مسیری غیر منطقی است**

بی‌تفاوتی دانش‌آموز نسبت به اموری که در اطراف او رخ می‌دهد، به مرور بخش خلاق ذهنش را تنبل می‌کند و مانع بزرگی برای رشد خلاقیت اوست. برای رفع این مانع باید به او یاد دهیم که نظر و کارهای دیگران را ارزیابی کند؛ نه به این معنا که با انتقادهای تند و ایرادگیری‌های بیهوده موجب رنجش دیگران شود، بلکه اگر نکته‌ای ظریف و مهم در رفتار و گفتار دیگران می‌بیند، آن را با دلیل بیان کند و ذهن خود و طرف مقابل را به چالش بکشد تا صحیح‌ترین روش را پیدا کند.

نکته مهم در این مرحله آن است که باید به او یاد دهیم نباید در کارهای دیگران به دنبال نقطه ضعف برای مخالفت باشد؛ بلکه با کاوش در کارها و پس از آن، یافتن مشکلات و صحبت سازنده در مورد آنها، موجب پرورش خلاقیت خود و دیگران شود.

## راهکار هفتم: استفاده از سخنان مثبت و انرژی زای بزرگان

جملات رایج و معروف از پیامبر(ص)، ائمه بزرگوار و دانشمندان که دارای بار معنایی کل‌گرا هستند و یک دید جامع به زندگی را در دانش‌آموز فعال می‌کنند برای ایجاد خلاقیت بسیار مهم و کارساز است. حتی فکر کردن به چنین جملاتی در طی روز می‌تواند برای رشد خلاقیت ذهنی موثر باشد.

## راهکار هشتم: در برنامه کلاسی خود، زمانی را برای تفکر اختصاص دهید

دانش‌آموزی که از صبح تا شب به دنبال انجام تکالیف آموزشی باشد، زمانی را برای ذهن خود باقی نمی‌گذارد تا فرصت خلاق بودن را پیدا کند. همه افراد موفق دنیا زمان‌هایی را برای فکر و تأمل در تنهایی، در برنامه خود دارند.

## راهکار نهم: گسترش افق دید

دانش‌آموز را با دنیای کتاب، نمایش، رایانه، مطبوعات و ... آشنا کنیم. خواندن و کسب اطلاعات در این زمینه‌ها، بهترین روش پرورش خلاقیت است؛ زیرا ذهن دانش‌آموز را با افق جدیدی از اطلاعات مواجه می‌کند و مسیرهای جدیدی از انتقال‌های عصبی را در مغز او تحریک می‌کند. آشنایی با افراد از فرهنگ‌های مختلف نیز می‌تواند دیدگاه او را گسترده‌تر کند.

## راهکار دهم: چشم‌ها را باید شست، جور دیگر باید دید

به دانش‌آموز بیاموزیم که هر مسئله‌ای را از زوایای مختلف بنگرد. اجازه دهید ذهن او با خلاقیت و بدون هیچ محدودیتی مسائل را با دیدگاه‌های مختلف حل‌جی کند. برای مثال اگر قرار است یک دسته‌گل بخرد از دید فرد فروشنده به معامله نگاه کند! یا خود را جای مشتری حاضر در گل‌فروشی بگذارد و نحوه‌ی خرید خود را در ذهن او بررسی کند! تابه‌حال به‌جای گل‌های نرگسی که قرار است تا چند لحظه دیگر فروخته شوند به دنیا نگاه کرده‌اید؟ شاید مسخره به نظر برسد اما همین بازی با افکار و دیدگاه‌ها، خود یک ورزش موثر برای پرورش خلاقیت است. نوشتن پیشینه برای ضرب‌المثل‌ها بهترین شیوه در این راه است. از دانش‌آموز بخواهیم برای چند ضرب‌المثل از خودش یک داستان کوتاه بسازد.

برای اطلاع بیشتر به کتاب «خلاقیت و حل مسئله» اثر برایان تریسی، ترجمه بنفشه عطرسائی، انتشارات برقی رجوع کنید.

سالم و سربلند باشید.

زهرا صابری نیا