**Калейдоскоп советов для развития**

**творческого мышления**

Даже если вы не гений, можете использовать те же методы, что Аристотель и Эйнштейн, чтобы направить свое творческое мышление в нужное русло и лучше распорядиться своим будущим.   Следующие советы помогут вам мыслить эффективно и добиваться результатов в решении поставленной задачи.  На протяжении всей истории эти советы были общими для выдающихся умов в науке, искусстве и промышленности.

**Восемь принципов, которых придерживались**

**великие мыслители (от Аристотеля и Леонардо до Энштейна и Эдисона)**

1. Рассматривать проблему с разных сторон и находить новые ракурсы, с которых ее никто еще не рассматривал (или не публиковал свои исследования!)

По мнению Леонардо да Винчи, чтобы понять структуру проблемы, надо начать с изучения различных возможностей ее реконфигурации. Первый взгляд на проблему, считал он, бывает слишком далеким от истины. Часто взгляд на проблему под другим углом делает ее неузнаваемой.

2. Наглядность!

Размышляя над проблемой, Эйнштейн считал необходимым сформулировать ее как можно большим числом способов, включая построение диаграмм. Он визуализировал решения и считал, что слова и числа как таковые не играют значения

3. Продуктивность! Отличительная черта гения - продуктивность.

У Томаса Эдисона было 1 093 патента. Продуктивность была гарантирована тем, что он устанавливал для себя и своих учеников квоты на идею. Исследования на примере 2 036 ученых, живших в разное время, проведенные Дином Кейтом Симонтоном, Университет Калифорнии в Дэвисе, показали, что среди работ наиболее заслуженных ученых есть не только великие, но много и "плохих". Они не боялись неудач и посредственных работ, стремясь к совершенству.

4. Создавайте новые комбинации. Объединяйте, комбинируйте идеи, образы и мысли в разных конфигурациях, не обращая внимания на несоответствие и необычность.

Законы наследственности, на которых основана современная генетика, пришли от австрийского монаха Грегора Менделя, который создал новую науку, объединив математику и биологию.

5. Устанавливайте взаимосвязь; связывайте разнородные объекты.

Да Винчи предугадал взаимосвязь между звоном колокола и брошенным в воду камнем. Это позволило ему сделать предположение о волновой природе звука. Самуэль Морзе придумал ретрансляционные станции для телеграфных сигналов, когда наблюдал почтовые станции для смены лошадей.

6. Противоположности.

Физик Нильс Бор считал, что если вы объединили противоположности, то ваше мышление переходит на новый уровень. Его способность представить свет одновременно как частицу и как волну привела к понятию принципа дополнительности.

7. Метафоры.

Аристотель рассматривал метафору как признак гениальности и считал, что человек, который обладает способностью видеть сходство между двумя разными реальностями и связывать их вместе, необычайно одарен.

8. Будьте готовы использовать свой шанс.

Когда мы терпим неудачу в каком-либо деле, у нас опускаются руки. Это первый признак творческого застоя. Неудача может принести результат, только если мы не зацикливаемся на ней. Вместо этого: анализируйте процесс, его компоненты и как надо их изменить, чтобы получить другой результат. Не задавайтесь вопросом "Почему я потерпел неудачу?", лучше спросите "Какой результат получен?"

**Золотые  уроки  творчества,  мышления,  успеха,  жизни от А. Энштейна**

1. Человек, который никогда не ошибался, никогда не пробовал сделать что-нибудь новое.Большинство людей не пробует делать ничего нового из-за страха ошибиться. Но этого не надо бояться. Зачастую человек, потерпевший поражение, узнает о том, как побеждать больше, чем тот, к кому успех приходит сразу.

2. Образование — это то, что остается после того, когда забываешь все, чему учили в школе. Через 30 лет вы совершенно точно забудете все, что вам приходилось изучать в школе. Запомнится только то, чему вы научились сами.

3. В своем воображении я свободен рисовать как художник. Воображение важнее знания. Знание ограничено. Воображение охватывает весь мир.

Когда понимаешь,  насколько далеко человечество продвинулось с пещерных времен, сила воображения ощущается в полном масштабе. То, что мы имеем сейчас, достигнуто с помощью воображения наших прадедов. То, что у нас будет в будущем, будет построено с помощью нашего воображения.

4. Ценность человека должна определяться тем, что он дает, а не тем, чего он способен добиться.Старайтесь стать не успешным, а ценным человеком.

Если посмотреть на всемирно известных людей, то можно увидеть, что каждый из них что-то дал этому миру. Нужно давать, чтобы иметь возможность брать. Когда вашей целью станет увеличение ценностей в мире, вы поднимитесь на следующий уровень жизни.

5. Есть два способа жить: вы можете жить так, как будто чудес не бывает, и вы можете жить так, как будто все в этом мире является чудом.

Если жить, будто ничего в этом мире не является чудом, то вы сможете делать все, что захотите и у вас не будет препятствий. Если же жить так, будто все является чудом, то вы сможете наслаждаться даже самыми небольшими проявлениями красоты в этом мире. Если жить одновременно двумя способами, то ваша жизнь будет счастливой и продуктивной.

6. Когда я изучаю себя и свой способ думать, я прихожу к выводу, что дар воображения и фантазии значил для меня больше, чем любые способности к абстрактному мышлению. Мечты обо всем, чего бы вы могли добиться в жизни, — это важный элемент позитивной жизни. Позвольте вашему воображению свободно блуждать и создавать мир, в котором вы бы хотели жить.

7. Чтобы стать безупречным членом стада овец, нужно в первую очередь быть овцой. Если вы хотите стать успешным предпринимателем, нужно начинать заниматься бизнесом прямо сейчас. Желание начать, но боязнь последствий, вас ни к чему не приведет. Это справедливо и в других областях жизни: чтобы выигрывать, прежде всего нужно играть. Чтобы создавать новое - нужно начать творить: систематически, а не только когда приходит вдохновение.

8. Нужно выучить правила игры. А затем, нужно начать играть лучше всех.

Выучите правила и играйте лучше всех. Просто, как и все гениальное.

9. Очень важно не перестать задавать вопросы. Любопытство не случайно дано человеку. Умные люди всегда задают вопросы. Спрашивайте себя и других людей, чтобы найти решение. Это позволит вам узнавать новое и анализировать собственный рост.

**Восемь секретов креатива**

**Секрет 1.** Вы уже творческая личность.

Художники и прочие творческие личности не являются отдельным подвидом человеческого рода. Каждый из нас рождается творцом и нестандартным мыслителем! Но есть одно действительное различие между творческими натурами и обычными людьми. Творческие люди считают что они творческие, а обычные люди думают что они не творческие. В этом и вся разница. Когда вы считаете себя творческой натурой, то постоянно ищите способ чтобы выразить себя, бросаете себе вызов, ищите способы проявиться... Когда вы считаете себя серой мышкой, то и не ставите себе задач проявить себя, а следовательно и отпадает способность к творчеству.

**Секрет 2.** Творчество - это постоянная работа.

Вы должны иметь не только желание, но и страсть к созданию чего-то нового. А так же нужно запастись огромным терпением, чтобы противостоять неудачам. Все творческие личности работают не покладая рук и порождают сумасшедшее количество идей, большинство из которых - плохие. Действительно, больше всего плохих стихов и рассказов написали великие поэты, чем поэты второго сорта. Удивлены? Шекспир написал 154 сонета, из которых некоторые получились шедеврами, некоторые - обычными, а некоторые были откровенно плохими. Рембрандт создал более 650 картин и 2000 рисунков, Пикассо выполнил более 20000 работ... Томас Эдисон создал более 3000 различных идей для систем освещения, прежде чем создал свою лампочку.

**Секрет 3.** Постоянно упражняйтесь.

Когда вы ставите задачу придумать что-то новое, то мозг начинает работать активнее. Образуются новые нейронные связи, благодаря которым вы начинаете думать более креативно. Чем больше раз вы стараетесь придумать что-то новое, тем активнее становится ваш мозг и вы становитесь более творческим человеком. Если вы хотите стать художником, то рисуйте одну картину каждый день,  и спустя время вы им станете!

**Секрет 4.** Творите у себя в голове.

Наш мозг представляет собой динамическую систему, которая постоянно развивается в результате жизнедеятельности, этим он и отличается от компьютера. Для расширения творческих способностей обязательна обратная связь. Причем не важно, откуда она берется из реального опыта или вымышленного. Мозгу все равно. Альберт Эйнштейн часть опытов проводил у себя в воображении, так же поступал и Николо Тесла. Если нет под рукой бумаги и ручки, кисти и красок, ноутбука и мышки... представьте их! И продолжайте творить!

**Секрет 5.** Существует несколько правильных ответов.

Со школы нас загоняют в рамки и заставляют найти 1 правильный ответ к задачке. Но жизнь такова, что чаще бывает несколько правильных ответов. Небо может быть либо синим, либо не синим.  Это плохой вариант мышления. У неба миллионы оттенков синего, так же как существует миллионы различных решений ваших задач. При попытке придумать идею, не спешите подвергать её жесткой цензуре. Ничто так не убивает новые идеи, как жесткая критика. Для начала подумайте над как можно большим числом идей, без их критической оценки, затем скомпонуйте те, что можно объединить и выбирайте лучшие.

**Секрет 6.** Никогда не останавливайтесь на первой хорошей идеи.

Очень велик соблазн обрадоваться найденной идее и успокоится. Постарайтесь зайти на несколько шагов дальше. Когда Эйнштейна спросили в чем его секрет, то он ответил "Когда люди находят иголку в стоге сена - они радуются и успокаиваются. Я же продолжаю искать и находить вторую, третью, а если сильно повезет, то и четвертую".  В 1862 году Филипп Рейс продемонстрировал устройство, которое способно было передавать музыку по проводам. Это было величайшее открытие... если бы он на этом не остановился, то не понадобилось бы ждать 10 лет, когда Грэхем Белл изобретет телефон.

**Секрет 7.** Мнение экспертов часто будет отрицательным.

Чем больше экспертов вы собираете, тем более узким будет их мышление. Очень часто экспертное мнение строится на их прошлом опыте, а не на создании чего-то нового. Чуть ли не каждый эксперт ставит своей миссией найти только отрицательные моменты или подводные камни, и полностью упускают из виду положительные стороны.

**Секрет 8.** Не позволяйте себе отчаиваться.

Никогда не вешайте нос! Альберт Эйнштейн были исключен со школы за негативное влияние на сверстников. Он был единственным выпускником, который не получил должность преподавателя. Родители  Бетховена, говорили что он слишком глуп, чтобы стать композитором. А Уолт Дисней был уволен из газеты, потому что "ему не хватало воображения".

**Медитация на развитие творческих способностей и творческого потенциала**

Сядьте удобнее, расслабьтесь, несколько минут медленно и глубоко подышите. Постарайтесь прийти в ровное спокойное состояние. Следите за своим дыханием и постарайтесь отрешиться от посторонних мыслей. Если вы будете просто концентрироваться на дыхании, мысленно повторяя «вдох – выдох», этого будет достаточно чтобы успокоиться и успокоить свои мысли.

Закройте глаза и представьте, что сейчас солнечный летний день, и вы идёте по лесной тропинке. Вокруг вас летают бабочки, жужжат пчёлки. По обочине тропинке растут ягоды и грибы. Всё вокруг покрыто мягкой зелёной травой и цветами. Вы с удовольствием вдыхаете тёплый, душистый лесной воздух и продвигаетесь вдоль по тропинке. Вы видите пенёк, на котором растут опята. Над головой  чистое синее небо. В небе проплывают перламутровые облака. Вы дышите тёплым летним воздухом и успокаиваетесь всё больше и больше. Дорожка идёт дальше через лес и вам легко и приятно идти по ней.

Вы продвигаетесь дальше и дальше вглубь леса и видите перед собой поляну. Вся поляна покрыта мягким зелёным ковром травы, усыпана цветами и ягодами. В кронах деревьев гнездятся птицы, в тёплом воздухе летают пчёлы и бабочки, по деревьям прыгают белки. Вы выходите на поляну и видите, что посреди поляны течёт волшебный ручеёк. В этот момент вы понимаете, что этот ручеёк и есть источник вашей творческой энергии.

Вы приветствуете всех жителей поляны, желаете им мира и добра и подходите к ручью. Его вода чистая и прозрачная. Она искрится и переливается всеми цветами радуги как хрусталь. Вы приветствуете ручей и наклоняетесь, чтобы зачерпнуть из него воду. Вы делаете глоток и умываетесь этой водой. Приятная прохлада, радость и лёгкость входят в вас вместе с этой живительной влагой. Весь воздух вокруг, на поляне наполняется творческой радостью и живительной силой.

Ручеёк становится всё больше и превращается в реку. Её живительная вода смывает с вас всю грязь и усталость. Вы ощущаете лёгкость и блаженство, плескаясь, в этой реке и постепенно становитесь её органичной частью. Вам кажется, что вы давным-давно знаете эту реку жизни, эту поляну и всех, кто живёт на ней.

Побудьте немного на поляне, поплескайтесь в реке, поиграйте с жителями поляны. Отдохните и наберитесь живительной силы.

А теперь возвращайтесь обратно. Поблагодарите ручеёк и поляну за то прекрасное время, которое вы провели там. Попрощайтесь и обещайте, что ещё вернётесь к ним.

Вернитесь обратно той же дорогой, что шли на полянку. Придите в себя. Сделайте глубокий вдох и выдох. Откройте глаза и потянитесь. Сожмите и разожмите кулаки. Теперь вы можете сами в любой момент прикоснуться к живительному источнику творческой силы внутри вас.