



Credința propriei creativit ți

TATIANA TURCHINĂ, psiholog

Bunii și dragii mei prieteni! Probabil, nu o dată v-ați întrebat de ce nu reușiți să fiți creativi și inventivi ai domnului unora colegi. Probabil, vă este cunoscută ideea frecvent vehiculată precum că actul creației îl manifestă un număr restrâns de persoane, cei care devin apoi artiști, pictori, scriitorii. Este o concepție eronată.

De fapt, noi suntem creativi zilnic. Ori de câte ori întreprindem o nouă acțiune, rezolvăm o problemă, luăm o decizie, descoperim utilitatea unui obiect sau ne lăsăm purtați într-o lume imaginară, noi producem ceva nou, iar orice fărămă de noutate este un proces creator, după cum afirmă renumitul psiholog L.S. Văgotski.

Creativitatea este capacitatea gândirii umane de a găsi soluții noi, este dispoziția de a crea care există în stare potențială la toți indivizii, de toate vârstele. Creativitatea este considerată ca fiind un proces care duce la un anumit produs caracterizat prin originalitate sau noutate și prin valoare sau utilitate pentru societate. Noutatea se referă la distanța în timp a unui produs față de cele precedente, în timp ce originalitatea se apreciază prin raritatea produsului.

Componenta principală a creativității o constituie *imaginația*, căreia ar fi bine să-i permitem să funcționeze productiv. Imaginația elaborează imagini noi prin analogie cu cele prezente sau participă la crearea altora. Dar creația de o valoare reală mai presupune și *motivație, dorință de a realiza ceva nou, ceva deosebit*. Și, deoarece a crea este un efort, avem nevoie de *voință, perseverență* în a face numeroase încercări și verificări.

Un factor nu mai puțin important îl constituie *experiența*, fiind vorba despre un set de cunoștințe acumulate. Importantă este nu doar cantitatea, bogăția experienței, ci și varietatea ei. Se disting două feluri de experiențe:

- directă, acumulată prin contactul nemijlocit cu anumite fenomene sau prin discuții cu persoanele implicate în domeniu;
- indirectă, obținută prin lectura cărților ori audierea de expuneri.

Prima are un ecou psihic mai puternic, ceea ce nu înseamnă că ar fi de neglijat cărțile, care ne pun în contact cu marile spirite ce strălucesc de-a lungul secolelor.

Similar altor procese cognitive, și creativitatea solicită stimulare și antrenament. Pentru a atinge performanțe în procesul creativ, e necesar să combatem anumite piedici în calea manifestării imaginației și a creativității. Asemenea obstacole interne sau externe sunt denumite, de obicei, blocaje.

Un prim pas ar fi să conștientizați prezența acestora, să identificați care din ele vă inhibă comportamentul creativ, apoi să treceți la combaterea lor. Dar mai întâi să le cunoaștem.

Blocaje de tip emoțional:

- ⇒ teama de a nu comite o greșeală, de a nu fi criticat;
- ⇒ teama de a risca să fii în minoritate, frica de ridicol;
- ⇒ oprirea prematură la prima idee (fiindcă rareori soluția corectă apare de la început);
- ⇒ dificultatea de a schimba modelul de gândire;
- ⇒ teama ori neîncrederea față de adulți, față de colegi;
- ⇒ dependența excesivă de opinile altora.

Blocaje de ordin cultural:

- ⇒ dorința de a se conforma modelelor sociale;
- ⇒ conformism la idei vechi;
- ⇒ prea mare încredere în experiența trecută;
- ⇒ prea mare încredere în logică și rațiune.

Blocaje personale:

- ⇒ percepția de sine devalorizată, surprinsă în afirmații de genul: „Nu sunt o persoană creativă”, „Nu pot să fac ceva deosebit”;
- ⇒ sentimente de inferioritate;
- ⇒ sentimente de vinovăție.

Sugestii care asigură stimularea creativității

- Încearcă să creezi ceva fără a te axa pe obstacole și observă ce se întâmplă în interiorul tău.
- Orice informație nouă, înainte de a o asimila, încearcă să o înțelegi în profunzime, să-i identifici noi valențe, caracteristici, posibilități.
- Încearcă să privești altfel lucrurile decât în mod obișnuit, să-ți modifici punctul de vedere, perspectivele de abordare. Renunță la vechile scheme, modele, procedee, concepe și experimentează altele noi.
- Emite, într-o unitate de timp, cât mai multe idei noi și originale referitoare la un lucru, identifică sau stabilește cât mai multe asociații sau conexiuni, supune-le imaginare cât mai multor transformări.
- Pune cât mai multe întrebări de genul: Cum să acționez? Cum să probez? Ce se întâmplă dacă modific, transform, inversez, combin, diminuez, substituie, transfer etc.?
- Fă cunoștință cu noi persoane, află cât mai multe despre creațiile acestora.