

# 1.1. ЧТО ТАКОЕ КРЕАТИВНОСТЬ И КАК ЕЕ ИСПОЛЬЗОВАТЬ?

**Логика может помочь вам попасть из пункта «А» в пункт «Б».  
Воображение перенесет вас в любую точку.**

Альберт Эйнштейн,  
физик-теоретик, лауреат Нобелевской премии

Слышали ли вы про креативность раньше? Бьюсь об заклад, что да.

Знаете ли вы, как ее можно применить к вашей жизни? Скорее всего, нет.

В современной психологии под креативностью подразумевают одну из составляющих одаренности. А именно творческие способности человека, которые выражаются в его готовности к восприятию и созданию новых идей, отличных от стандартных схем мышления. Одаренность же обычно воспринимается синонимом таланта и традиционно предполагает некую элитарность.

Многие ли назовут себя человеком одаренным, особенно в широком смысле?

Часто огромную силу, заключенную в творческом подходе, считают доступной лишь избранным и часто игнорируют. Креативность оставляют на откуп дизайнерам и модельерам, приветствуют в специалистах по рекламе. И напрасно.

Человек не творческой профессии, мыслящий нетривиально, может решить любую задачу. Более того, креативность способна указать выход из безвыходной, казалось бы, ситуации. Зачастую при этом в новом качестве используются подручные инструменты или привлекаются неожиданные ресурсы.

**Креативный человек заметно отличается от окружающих, выделяется из толпы, причем не только и не столько внешним видом. Он мыслит иначе, и в голову ему приходят идеи, которые не похожи на идеи других людей.**

Креативность проявляется во многих аспектах деятельности человека, хотя обычно мы этого не замечаем. Перефразируя классика, в жизни всегда есть место творчеству. Чаще всего ярлык креативности приклеивают к дизайну, музыке, архитектуре, моде или литературе.

На самом деле, она не ограничивается сферой искусства и культуры.

**Мы можем использовать новаторский творческий подход в бизнесе, науке, в быту и в отношениях между людьми.**

Мыслить креативно означает находить неожиданные и действенные способы решения проблем в самых разных жизненных ситуациях. А ведь трудности разного калибра бывают у всех. Будь то семейные осложнения или проблемы в бизнесе, они одинаково докучают каждому из нас, и никто их не любит. Одни, надеясь, что все само собой утрясется, не торопятся искать решения. Другие выбирают накатанную

## 1. Введение

колею и справляются привычными методами. Третьи же находят новые способы разрешения проблем, которые эффективнее и намного эффективнее старых.

**Такие люди могут сделать все.  
Для них не существует чего-то за пределами  
их возможностей.**

Как-то субботним вечером за ужином в гостях у друзей я чуть было не оказался свидетелем локального конфликта поколений. Пятилетний сын хозяев дома внезапно прервал нашу застольную беседу безапелляционным требованием немедленно облачить его в костюм Бэтмена. К всеобщей досаде, одного в наличии не было. Отец в попытке воззвать к логике начал было терпеливо втолковывать наследнику, что время позднее, в доме гости, следует выбрать себе другое занятие. Мальчик готовности расстаться с планом игры не изъявил. По его представлениям, всемогущие папа и мама непременно должны были вынуть да положить необходимый реквизит.

Разразиться грозе не позволила мать юного супергероя: она вдруг соорудила импровизированный плащ из черного полотенца, заколола его на плечах отпрыска значком, и любитель комиксов вихрем умчался в детскую бороться с преступностью. Мы выдохнули и вернулись к своим взрослым беседам.

Вот такая бытовая смекалка моей подруги есть не что иное, как демонстрация креативности в действии.

**Основатель гуманистической психологии Абрахам Маслоу определяет креативность как врожденные творческие способности человека.**

Начиная с раннего детства, мы стараемся активно использовать творческое начало, заложенное в нас, но с годами постепенно утрачиваем эту способность.

Бушующее пламя воображения и изобретательности постепенно затухает под необходимым для безопасного и цивилизованного существования покровом воспитания, образования, сложившейся практики делового общения. Этим плодом окружающие заботливо укутывают человека с первых лет жизни — сначала для его же собственной безопасности, затем из соображений общего блага.

И все же уголек креативности тлеет в каждом, иногда разгораясь и украшая нашу жизнь отдельными вспышками. Некоторые люди блещут искрами ярких идей чаще остальных, редкие таланты сияют в лучах славы, единицы из миллиардов озаряют светочем своего гения историю человечества.

Возьмем приведенный пример с плащом Бэтмена. Лучшим ли выходом было бы для моих друзей урезонить раскапризничавшего отпрыска, отправив его в свою комнату подумать о том, как нехорошо такому большому мальчику отвлекать папу и маму и скандалить, когда в доме гости?

Многие, вероятно, посчитали бы, что не следует баловать детей и стремиться удовлетворить каждую их прихоть. Но парню повезло: его мать придерживается гуманистических взглядов на воспитание и с уважением относится к позиции младшего члена семьи. Элементарное использование подручных материалов не только восстановило пошатнувшееся было душевное равновесие всех участников сценки, но и послужило дальнейшему развитию фантазии маленького человека. В то же время строгость родителей в подобной ситуации привела бы к подавлению в нем креативности.

**Когда вам в голову приходят принципиально новые мысли, смелые и нестандартные, вы как раз и используете свои креативные способности.**

## 1. Введение

Хотите овладеть этим навыком и перестать зависеть от инсайтов, которые ведь могут и не посетить вас в нужные моменты? В таком случае, вас, безусловно, заинтересуют простые шаги развития креативности, которые я рекомендую в этой книге.

Как креативность может помочь вам?

Благодаря развитию этого качества, вы выйдете за рамки того, что видели прежде. Ситуации, люди, окружающие вас предметы предстанут перед вами в совершенно новом свете. Вы увидите, как, изменив небольшую деталь, вы сможете полностью переиграть ситуацию. При этом вам не придется прикладывать много усилий. У вас появится рычаг, с помощью которого вы сможете перевернуть Землю.

Вы можете и должны достичь большего.

Ну что же, давайте начнем!

## 1.2. КАК ПРАВИЛЬНО ЧИТАТЬ ЭТУ КНИГУ?

**Одна унция практики ценнее тонн проповедей.**

Махатма Ганди, философ

Если вы начнете искать литературу по креативному и творческому мышлению, то сможете обнаружить множество книг с различными концепциями и теоретическими упражнениями, большинство из которых, к сожалению, не работает. Вы можете прочитать подобную книгу, но так и не понять, как использовать креативность себе на пользу уже сегодня.

Таким образом, чтобы ваша жизнь стала ярче и интереснее, а вы могли добиваться в жизни гораздо больших результатов, необходимо сразу же приступать к практике.

Из этой книги вы почерпнете все, что вам необходимо для развития вашей креативности прямо сейчас.

В ее основу лег мой персональный дневник, в котором на протяжении шести лет я записывал собственные результаты применения всевозможных техник и методик по развитию креативности, и на их основе отбирал лучшие инструменты для генерирования идей. Для чего мне нужно было применять креативное мышление?

Для нестандартных решений. Я издавал глянцевоый журнал, и у меня был автомобильный старт-ап. Кроме этого, я попытал счастья с магазином одежды и был близок к откры-

## 1. Введение

тию своего ресторана. Все мои проекты были разнесены по времени и почти не пересекались, все они реализовывались в абсолютно разных сферах.

Кроме того, что шаги предпринимались в разных направлениях, на каждом из этих путей была также и масса проблем. Как это обычно бывает, многие из них нужно было решить еще вчера.

Именно поэтому я искал самые действенные и максимально полезные техники. Такие, которые позволили бы сразу включить креативность и получить быстрые результаты, каких нельзя было достичь логическим путем.

**Именно результаты были для меня мерилom эффективности используемой методики.**

Если я расценивал их как положительные, это значило, что технику можно брать на вооружение. Если же все хорошо лишь на бумаге, но в итоге мы имеем лишь процесс, этот инструмент я отбрасывал. На эту свалку они безжалостно отправлялись сотнями. Некоторые из тех инструментов были забавными и даже нелепыми, некоторые очень сложными для восприятия; были и такие, что навевали на меня смертную тоску.

Скучные и неинтересные методы не для этой книги.

Содержание книги, которую вы держите в руках, я предлагаю воспринимать как материал для практического внедрения. В качестве примеров здесь приводятся истории людей и компаний, использовавших креативность в реальных ситуациях для решения объективных проблем.

В конце каждого раздела вас ожидает практическая часть, которая позволит вам немедленно приступить к эффективному поиску нестандартных решений.

Должны ли вы безоговорочно мне поверить?

Нет, я не требую от вас ничего подобного. Просто следуйте советам и выполняйте упражнения, завершающие каждую главу, переходите по ссылкам — и вы сами увидите результат.

Придется ли вам смотреть на вещи, которые и так очевидны?  
Да, придется.

Предстоит ли вам думать вне рамок? Да, и я расскажу, как это делать.

Решитесь ли вы мечтать? Еще раз да.

**Вам не нужно пытаться регулировать свое мышление. Как раз наоборот. всю свою сознательную жизнь вы только и занимались тем, что старались контролировать поведение и образ мыслей. Я же предлагаю вам расслабиться, отключить внутреннего критика и начать думать о таких вещах, которые поначалу могут показаться вам неправдоподобными.**

Каким же станет ваш первый шаг на пути развития креативности?

Для начала я предлагаю ответить на следующие вопросы:

- Вы хотите от жизни большего?
- Вы хотите самореализоваться?
- Вы хотите стать успешной личностью?
- Вы хотите зарабатывать деньги, занимаясь любимым делом?

Если вы ответили «да», то я вас поздравляю. То, о чем вы сейчас лишь мечтаете, может сбыться без особых финансовых вложений. Инструмент улучшения вашей жизни в ваших руках. Техники и инструментарий, предложенные в конце каждой главы, не требуют какой-либо специальной подготовки, вам просто нужно применить их.



## 1. Введение

Это самые лучшие и самые быстрые методы, направленные на то, чтобы ваш ум вышел из накатанной колеи привычного мышления.

**Чтобы эта книга была максимально полезной, а результат заметным, я настоятельно рекомендую вам обзавестись блокнотом или небольшой тетрадь, куда вы могли бы записывать все свои мысли, вопросы и идеи.**

После каждого модуля вас ожидает задание, выполнение которого является обязательным условием достижения успешных результатов. Сами задания достаточно простые, их выполнение не займет у вас много времени.

Вы выберете любую сферу жизни, в которой вам будет необходим прорыв: в общественной жизни или на работе, в бизнесе или личных отношениях.

В самом конце книги, соединив все точки в одну линию, вы достигнете поставленной перед вами цели.

**Система развития креативности состоит из 7 шагов. Каждый из них решает свою собственную задачу, а вместе они образуют нестандартное решение и план реализации вашей идеи. Но вы также можете использовать отдельные шаги для решения отдельных задач.**

Ведите дневник, проводите мысленные эксперименты, записывайте результаты. Спустя некоторое время вам будет интересно перечитать свои заметки и увидеть все те изменения, которые произошли в вашей жизни.

Лучшие результаты получаются при внедрении информации, когда вы узнаете что-то новое и тотчас применяете это в жизни.

Только от вас зависит, будете вы развиваться или нет, хотите вы остаться на том же уровне или взмыть в облака.

Для того чтобы молниеносно генерировать блестящие идеи, не нужно быть гением от рождения. Все необходимые навыки у вас уже есть. Делайте упражнения в конце каждой главы книги, и результат не заставит себя ждать.

Сделайте креативность вашей второй натурой.

Становитесь человеком, мыслящим вне рамок, или оставайтесь скучным занудой, действующим по правилам, — это вопрос вашего выбора. Все будет зависеть только от вас.

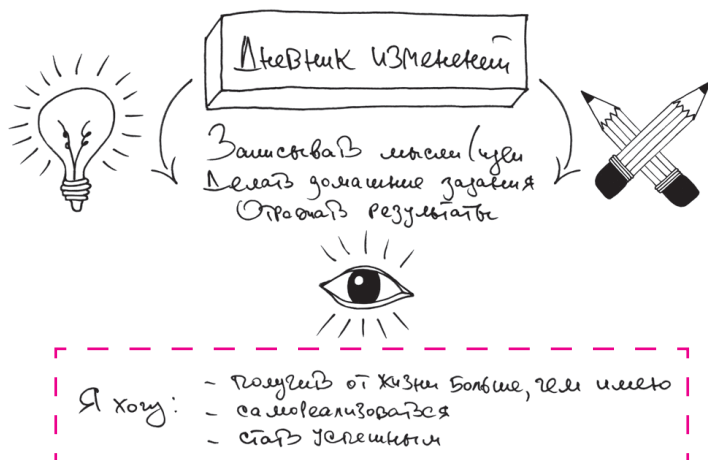
В конечном итоге, только один человек может применить или проигнорировать все то новое, что содержится в этой книге. И этот человек вы.

## Практикум 1

### Инструменты

#### Креативный дневник

Обзаведитесь тетрадью или блокнотом, в который будете записывать все идеи, возникающие у вас в процессе чтения этой книги. Ведите дневник, оставляйте заметки. Выпол-



## 1. Введение

няйте упражнения и отвечайте на вопросы в письменном виде, фиксируйте результаты, а также все возникающие у вас сложности, к решению которых вы сможете вернуться позже.

Если вы не относитесь к тем, кто черпает вдохновение в хороших канцелярских принадлежностях, вы, несомненно, отдадите должное современным технологиям.

Остается только решить, что именно из всего многообразия приложений для мобильных устройств или компьютерных программ лично вам будет удобней использовать для записей. Возможно, вы захотите даже вести дневник онлайн и остановитесь на формате блога.

Моя персональная рекомендация — сервис [taaasty.com](http://taaasty.com). Эта система ведения записей скорее напоминает записную книжку, чем дневник, что может оказаться в нашем случае более целесообразным.