Автор: admin
09.06.2011 22:16 - Обновлено 30.10.2014 05:14

Какая польза человеку от творчества и что мешает нам творить?

Прочитав название статьи, Вы подумали, что это, вероятно, относится не к Вам? Считается традиционно, что творчество – это территория художников, композиторов, актеров и т.д. Да, в этих сферах творчество нужно как воздух. Но я твердо убеждена, что творческий дух есть в каждом человеке – ребенок рождается с ним. Творчество не ограничивается только искусством. К нему можно причислить и выращивание цветов, и разработку компьютерной программы, и строительство нового дома, и… да мало ли чего еще…

Попросту говоря, творчество – это акт созидания, изобретения, улучшения или производства чего-нибудь. И все мы в разной степени им занимаемся.

Ученые определяют, что развитие творческого потенциала действует позитивно на здоровье и душевное состояние человека и приносит немалую пользу в процесс деятельности.

Новизна, неожиданность и разнообразие, сопровождающие творчество, служат топливом, причем самого высокого качества, на котором работает наша жизнь.

Например, есть результаты исследований пожилых людей, проведенные американскими докторами, которые показали, что поощрение творческой деятельности у людей старшего возраста удлиняет им жизнь, делая ее более радостной. Непреложный факт – когда мы не поддерживаем активности своего ума, душа и тело постепенно отключаются…

Другими словами, теряя творческую жилку или останавливаясь в развитии своего творческого потенциала, люди обречены на жалкое безрадостное существование.

Имеются сведения, что пик творчества в математике, естественных науках, поэзии и всего, что требует абстрактного мышления, приходится обычно на 30 лет. А в сферах,

требующих обширных знаний, таких как история, философия, литература, пик наступает обычно в 60 лет.

Но уменьшение творческого потенциала затрагивает только количество произведений творчества, а не качество этих произведений, и тем более способности творить.

Хорошо, когда творческий потенциал беспрепятственно выливается из глубины Вашей души в окружающий мир. Это невероятное счастье! Потрясающий восторг!

Но что делать, когда на пути развития потенциала как будто вырастает нерушимая стена? Кто-то метко сказал, что творчество отличает хрупкость и его намного проще подавить, чем включить.

Посмотрим на некоторые препятствия, убивающие творческие позывы в Вас, а также возможные решения.

Критиканы. Нападки и скептическое отношение могут сковать Ваше мышление и нарушить творческий процесс.
Решение – избегайте общения с такими людьми и, наоборот, окружите себя теми, кто способен поддержать Вас и помочь выходу творческого потенциала.

Материальная мотивация. Творческая мотивация исходит изнутри, тогда как внешние мотивы (деньги, известность, признание) могут существенно поколебать Ваши творческие силы.
Решение – не делайте ставку на материальное и внешнее. Пересмотрите Ваши приоритеты и мотивы.

Наращивание рейтинга. Если Вам приходится вести подсчеты успехов, втискивать себя в рамки и стандарты и жить так, чтобы оправдать чьи-то ожидания, это будет душить и медленно убивать Ваши творческие способности.
Решение – будьте сами собой и перестаньте зависеть от чужого мнения.

Творчество в группе. Вам сложно будет проявить свое творческое начало, зная о том, что кто-то так и норовит заглянуть Вам через плечо. Подобное окружение способно очень сильно угнетать творчество.
Решение – постарайтесь выбрать для работы место, отделенное от пары внимательных глаз и чужого носа соответствующей дистанцией.

Ограниченность во времени. Будильники, графики и сроки могут препятствовать развитию блестящей идеи.
Решение – подберите свой комфортный и спокойный темп и забудьте на время о времени.

Скорее всего, препятствий существует больше, чем перечислено.
Но даже если удастся ликвидировать хотя бы эти, извержение творческого «вулкана» Вас не минует.

Да здравствуют творчество в Вашей жизни!

Автор - **Елена Скалацкая**

Источник