

در مقدمه و در همین ابتدا، از عزیزانی که این مطلب را مطالعه می‌کنند، می‌خواهم چند دقیقه‌ای به پای صحبت گرم پدر و مادر مهربان خود بنشینند و سعی در تبیین این سوال برآیند که زمانی که آنها هم‌سن و سال شما بودند، در موارد زیر وضعیتشان نسبت به شما چگونه بوده است؟

الف: وضعیت مالی  
ب: وضعیت جسمی  
ج: وضعیت روانی  
د: وضعیت تحصیلی

قدر مسلم وضعیت آنها قابل مقایسه با شما نبوده و در وضعیت اسفانگیزی قرار داشتند. امروزه پیشرفت علم و تکنولوژی موجب شده تا طول عمر انسان افزایش یافته و رفاه عمومی جامعه بهبود چشمگیری پیدا کند، لیکن این عوامل نتوانسته مانع افسردگی و اختلالات جسمی و روانی انسانها شده و احساس خوشبختی و خوشحالی درونی در انسانها را افزایش دهد.

یکی از روانشناسان معروف جهان، معتقد است که انسان امروزی به اختلال افسردگی گرفتار شده است. او یاد گرفته که در مانده باشد. احساس فزاینده بی‌حوصلگی، نارضایتی و بی‌تفاوتی، شاخص‌های این بیماری بوده و عاملی که انسان را در مقابل آن ایمن می‌کند خلاقیت و داشتن تفکر خلاق است. مطمئناً خود شما هم دارای سطحی از تفکر خلاق هستید. اصولاً فردی یافت نمی‌شود که فاقد این موهبت باشد. لیکن میزان آن در انسانها متفاوت است.

سازمان بهداشت جهانی، تفکر خلاق را یک مهارت می‌داند که هم به حل مسئله و هم به تصمیم‌گیری‌های مناسب کمک می‌کند. با استفاده از این نوع تفکر، راهلهای مختلف مساله و پیامدهای هر یک از آنها بررسی می‌شوند و بدین ترتیب فرد را قادر می‌سازد تا مسائل را از ورای راهلهای تجربه شده خود دریابد. به عنوان مثال تفکر خلاق کمک می‌کند تا زنی که با شوهر خود در رابطه با زمان حضور در خانه مدام مشکل دارد، به نوعی عمل کند که ضمن رسیدن به هدف، از مشاجره نیز دوری جسته و تعارض‌های خود را به حداقل برساند.

## اصول تفکر خلاق

۱- سیالی: مفهوم سیال بودن در انسانها متفاوت است. هر ابزاری می‌تواند کاربردهای متعددی داشته باشد. معمولاً ما عادت داریم تا هر ابزاری را برای کار خاصی به کار گیریم. به عنوان مثال سطل برای جابجایی مایعات است. ولی تفکر خلاق گاهی از سطل به عنوان چهار پایه نیز استفاده می‌کند. افرادی که دارای تفکر خلاق بالایی هستند در مشکلات خانوادگی طلاق را تنها راه حل ممکن نمی‌دانند بلکه دنبال شیوه‌های غیر مرسوم برای حل مساله می‌گردند. سیالی یعنی تولید حداکثر سوال، پاسخ و نظر.

۲- ابتکار: توانایی خلق ایده‌های بدیع و غیرعادی اصل دیگر تفکر خلاق است. بطور کلی ابتکار، خلق محصولات متعارف از منابع موجود است. یک داستان، یک وسیله، یک اثر هنری، یک فرمول و... چیزی که تا حالا وجود نداشته و الان بوجود آمده است.

افرادی که دارای تفکر خلاق بالایی هستند بین موضوعات بی‌ربط ارتباط‌های بسیار خوبی پیدا می‌کنند. آیا تابلو فکر کرده‌اید که شاید بین میزان پر خاشکری پدر، مادر و فرزند شما، با رنگ و نمای ظاهری ساختمانهای اطرافشان رابطه وجود داشته باشد؟ افرادی که از قدرت ابتکار بالاتری برخوردارند قادرند از مواد دور ریختنی زیر یک وسیله بسازند.

الف: ده عدد خودکار تمام شده

ب: کاغذ باطله

ج: کفش و لباسهای کهنه

د: پوست میوه‌ها

۳- تخیل: تخیل عبارت است از توانایی به ذهن آوردن تصاویر، پدیدمها، اشیا، روابط، ایده‌ها و عقاید اعم از این که قبلاً دیده شده و وجود دارند یا خیر. تخیل ممکن است مثبتی بر واقعیت باشد یا منفی بر آرزوهای عملی نشده و یا ممکن است به طرح و نقشه‌های آبی یا مرور ذهنی گذشته مربوط گردد.

بعضاً شما در رویاها و حتی کابوس‌های خود موجودات، اشیا، و یا مکان‌هایی را مشاهده می‌کنید که قبلاً آنها را ندیده‌اید. کارگردانی این فیلم جدید و اکران نشده به عهده تخیل ما است. تخیل در بیداری و حتی در خواب نیز روی می‌دهد. نظامی با تخیل، داستان لیلی و مجنون را ساخته و فردوسی نیز با تخیل، شاهنامه را به نظم کشیده است.

برای این‌که قدرت تخیل خود را بسنجید روابط فردی بین انسانها را در یک صد سال بعد تصور کنید.

## پیامدهای مثبت تفکر خلاق

- ۱- تفکر خلاق احساس خود رضایتی را افزایش داده و زندگی را معنی‌دارتر می‌نماید.
- ۲- تفکر خلاق موجب یافتن جوابهای متعدد به یک سوال می‌شود. به عنوان مثال در هنگام روبرو شدن با مشکلات، فرد مساله را سیاه و سفید و محدود نمی‌بیند.
- ۳- تفکر خلاق موجب افزایش توان تفکر می‌شود.
- ۴- تفکر خلاق موجب می‌شود حس منحصر به فرد بودن در شخص افزایش یابد.
- ۵- تفکر خلاق موجب توسعه مهارت‌های جدید در فرد می‌شود.

اگر می‌خواهید تفکر خلاق شما افزایش یابد یک مورد دیگر پیدا کنید که از پیامدهای مثبت تفکر خلاق باشد.

## موانع تفکر خلاق

بطور کلی هر فرد باید موانع درونی و بیرونی رشد تفکر خود، را بخوبی بشناسد. ما باید مشخص کنیم که آیا این موانع در درون ما وجود دارند و یا خارج‌اند و آیا واقعی‌اند یا خیالی. آنچه مسلم است این‌که تعداد زیادی از آنها از طرف خودمان بر ما تحمیل می‌شوند. مثلاً اگر بنا به فعال بودن افکار ناآرام، این فکر در ما بوجود آید که توانایی انجام کاری را نداریم به احتمال زیاد هیچ کوششی درباره آن از خود به عمل نخواهیم آورد.

شواهدی در دست است که نشان می‌دهند اکثر افراد یک جامعه دست به خلاقیت زنده و برای مسائل خود دنبال راه حل جدیدی نمی‌روند.

تا بوده چنین بود و تا هست چنین بادا

خشت اول چون نهی معمار کج تاثری می‌رود دیوار کج  
این مثال و اشعار نمونه‌هایی از عواملی است که از چند وجهی فکر کردن ما جلوگیری خواهند نمود.

## موانع زبانی

عده‌ای از دانشمندان باور دارند که تفکر خلاق جنبه ارثی دارد. لکن هرگز درست نیست که در مورد خلاقیت فقط به عوامل ارثی و ژنتیک به عنوان تنها عامل نگاه کنیم.

## موانع ناشی از نقص باور بیماری‌ها

تصادفها و بیماریها از جمله نقصهای بدنی هستند که می‌توانند مانع از خلاقیت افراد شوند، لکن فراموش نکنید که رودکی نابینا، پتهوون ناشنوا بودند. و چه بسیار از معلولین و جانبازان عزیزی که در عرصه جهانی کسب مقام کرده‌اند، با آن ایثارگر عزیزی که با اینکه هر دو دستش را در جنگ تحمیلی از دست داده ولی با دهانش تابلوهای زیبایی می‌کشید.

## موانع اجتماعی

معمولاً جوامع عضوی را که بخواهد از الگوی به رسمیت شناخته شده تخطی کند تنبیه کرده و او را طرد می‌نمایند، بنابراین معمولاً رفتارهای خلاق، مخرب و تخطی محسوب می‌شوند چون ثبات و امنیت را به خطر می‌اندازند، منصور خلج و گانبله نمونه‌هایی هستند که به شدت مورد طرد قرار گرفتند. ولی آوازه این چنین مردانی جهان را در بر گرفته است.

### تکلیف

دستور العمل: موارد زیر را بخوانید و تلاش کنید به دقت به آنها پاسخ دهید:  
الف: به نظر شما هر یک از حروف «خلاقیت» حرف اول چه کلماتی هستند؟  
ب: چه می‌شد اگر کره زمین وجود نداشت؟  
ج: فرض کنید همین الان به شما یک میلیارد تومان پول داده شده تا در عرض ۵ دقیقه آن را خرج کنید. سریع بگویید که چکار می‌کنید.

## در راستای تفکر خلاق

- ۱- سعی کنید مبتنی بر هدف عمل کنید. لکن پس از آن برای رسیدن به هدف از روشهای مختلف و متعدد استفاده نمایید.
- ۲- محیط و فشارهای آن بسیار مهم اند. همیشه چنین نیست که فردی خلاق باشد بلکه بیشتر محیط و نیاز زمان خلاقیت را بر فرد تحمیل می‌کند. سعی کنید در محیطی که قرار می‌گیرید از شنا تکلیف و سوال شود.
- ۳- حمایت اجتماعی نیز بسیار مهم است، همیشه سرکوبگر نباشید. کارهای خلاق فرزندان و اعضای خانواده خود را تایید و تحسین کنید.
- ۴- فعال باشید. سعی کنید در افکار به حداقلها قناعت نکنید. سوال کرده، پیش بروید و جستجوگر باشید.
- ۵- این ذهنیت را از خودتان دور کنید که تفکر خلاق از آن افراد باهوش است. هر کس در سطح خود می‌تواند تفکر خلاق داشته باشد.
- ۶- امور از نظر سطح با هم برابر نیستند. لکن در هر سطحی می‌توان تفکر خلاق داشت. از یک کشاورزی سطحی گرفته تا آزمایش‌های دقیق میکرومولکولی. پس به خلاقیت در حیطه خود فکر کنید. اگر به این نتیجه رسیدید که فکر شما خلاق‌تر نشده است یک بار دیگر از اول متن را بخوانید.

### منابع:

۱. نامری، حسین (۱۳۸۴). جزوه آموزش مهارت‌های زندگی، تهران: دانشگاه علم و صنعت.
2. Borin Gilbert, 2000. Lifeskills training. Princeton Health Press, Inc.
3. Rosental T.L and REESE s.l. 1998. The effects of covert and overt Modeling on assertive behavior. Behavior Research and therapy VOL.14.403.409.
4. Peace Corps (2001). Life Skills Manual Information Collection and Exchange Publication No. Moo 63

آشنایی  
با مهارت‌های  
زندگی (۷)

خرداد ماه ۱۳۹۰

# آشنایی با تفکر خلاق

