

KREATIVITET & IVÆRKSÆTTERI

At tænke innovativt og kreativt

OVERVINDE BLOKERINGER FOR KREATIV TÆNKNING



Velkommen til School To Go og dagens undervisning!

Dette er et forløb i faget "Kreativitet og Iværksætteri" i tre episoder om "At tænke innovativt og kreativt", med de tre temaer, nemlig: "Kreativitetens rolle i innovation", "Teknikker til at fremme innovativ og kreativ tænkning" og til sidst "Overvinde blokeringer for kreativ tænkning". Der vil både være lytte-tekster og øvelser i episoderne.

Introduktion

Kender du den følelse, hvor du sidder fast, stirrer på et blankt ark papir, skærm eller canvas, og bare ikke kan få ideerne til at flyde? Dette er en almindelig blokering for kreativ tænkning, som mange af os oplever. Disse blokeringer kan være forårsaget af frygt for fejl, pres fra omgivelserne eller simpelthen manglende selvtillid. At overvinde disse mentale barrierer kan ikke alene hjælpe dig med at udfolde dit kreative potentiale, men også ruste dig til at tænke uden for boksen i enhver situation – hvilket er en dyrebare færdighed i dagens hurtigt skiftende verden.

Så hvorfor er iværksætteri som fag vigtigt i skolen? Når vi tænker på iværksættere, forestiller vi os ofte personer, der starter virksomheder. Men kerneelementerne i iværksætteri - såsom innovation, problemløsning, risikovillighed og selvfølger kreativ tænkning - er færdigheder, som alle kan drage nytte af, uanset hvilken vej i livet man vælger. Ved at fokusere på iværksætteri i skolen lærer vi elever at tage initiativ, tænke innovativt og se muligheder frem for begrænsninger. Kort sagt forbereder det dig til at forme din egen fremtid og bidrage positivt til samfundet.

Mål for undervisningen:

- Jeg skal kunne identificere og nævne forskellige typer af blokeringer for kreativ tænkning.
- Jeg skal kunne forklare, hvorfor disse blokeringer opstår.
- Jeg skal kunne anvende teknikker og metoder til at overvinde mine egne kreative blokeringer.

Kom uden om blokaden: Sådan overvinder du kreative stop

Forestil dig, at din hjerne er som en bil på en motorvej. Normalt kører bilen (dine tanker) fint fremad, men nogle gange støder den på en stor trafikprop (blokade). Dette betyder, at selvom du gerne vil komme videre, er vejen foran dig blokeret, og du føler dig fastlåst.

I en kreativ proces refererer en tænke- eller arbejdsblokade til det øjeblik, hvor du pludselig føler, at du ikke kan tænke klart eller komme med nye ideer, selvom du virkelig prøver. Det kan føles som om, din hjerne bare ikke vil samarbejde, ligesom når du glemmer et ord, selvom det ligger på spidsen af din tunge.

Årsagerne kan være mange: måske er du bange for at fejle, måske føler du dig presset, eller det kan være resultatet af træthed, stress eller andre ydre forstyrrelser.

Men ligesom med den fastkørte bil i trafikken, er der altid veje rundt om blokaden. Nogle gange kan en pause, et skift i omgivelserne eller bare at snakke med en ven hjælpe dig med at få ideerne til at flyde igen. Det vigtige er at huske, at alle oplever disse blokader fra tid til anden – det er en naturlig del af den kreative proces.

Styrk din kreativitet: Overvind blokeringer og find løsninger

Tænk på din hjerne som en muskel. Ligesom enhver anden muskel kan den blive træt, overbelastet eller stresset. Kreativ tænkning kræver meget energi fra hjernen, og nogle gange kan den blive træt eller overvældet, ligesom når dine ben bliver trætte efter en lang løbetur.

Der er flere grunde til, at du kan opleve blokeringer i din kreative tænkning:

- Frygt for fiasko: Hvis du er bange for at begå fejl eller få kritik, kan det bremse din kreativitet.
- For meget pres: At føle, at du skal komme op med den "perfekte" idé, kan gøre det sværere at tænke frit.
- For mange distraktioner: For meget støj, afbrydelser eller andre forstyrrelser kan bryde din koncentration.
- Manglende inspiration: Nogle gange mangler du bare en gnist eller en idé at bygge videre på.

Nu, hvorfor er det vigtigt at overvinde disse blokeringer? Fordi kreativ tænkning er en utrolig værdifuld evne. Det giver dig mulighed for at se nye løsninger, tænke uden for boksen og skabe originale ideer. Uanset hvad du beslutter dig for at lave i fremtiden, vil evnen til at tænke kreativt og løse problemer være utrolig nyttig.

Når du lærer at overvinde blokeringer for kreativ tænkning, bliver du ikke kun bedre til at tænke kreativt, men du udvikler også modstandsdygtighed. Du lærer at håndtere udfordringer, ikke give op og fortsætte med at arbejde, selv når tingene bliver svære. Og tro mig, disse færdigheder vil være guld værd i mange aspekter af dit liv!

Her er nogle værktøjer/teknikker/metoder til at bryde og overvinde ens blokade i kreativ tænkning.

At opleve en blokade i kreativ tænkning er helt normalt, og næsten alle kreative personer støder på det på et eller andet tidspunkt. Her er nogle effektive teknikker, du kan bruge:

- Brainstorming: Skriv alt ned, hvad end det kommer til dit hoved. Målet er at tænke frit uden at dømmes eller redigere dig selv.
- Mindfulness og meditation: Nogle gange skal man bare tømme hovedet for at gøre plads til nye ideer. Meditation kan hjælpe med at fjerne støj og klarlægge dit sind.

- Gå en tur: Fysisk aktivitet, især i naturen, kan hjælpe med at løsne op for mentale blokader. Den friske luft og bevægelsen kan give dit sind en pause og muligvis føre til en pludselig indsigt.
- Skift miljø: At skifte dit arbejdsrum eller miljø kan give et nyt perspektiv. Prøv at arbejde i et andet værelse, på en café, eller hvor end du føler dig inspireret.
- Tal med nogen: Nogle gange hjælper det bare at dele dine tanker med en anden person. De kan tilbyde et nyt perspektiv eller stille et spørgsmål, du ikke havde overvejet før.
- Freewriting: Tag et blankt ark papir eller åbn et nyt dokument, og skriv non-stop i 10-15 minutter. Skriv hvad som helst, der kommer til dit sind. Processen kan hjælpe med at bryde mentale barrierer.
- Brug inspiration udefra: Se en inspirerende film, lyt til musik, læs en bog eller besøg en kunstudstilling. At eksponere dig selv for andres kreativitet kan vække din egen.
- Sæt tidsbegrænsninger: Giv dig selv kun 5 eller 10 minutter til at tænke over en idé. Presset fra den korte tidsfrist kan tvinge din hjerne til at tænke hurtigere og mere kreativt.
- Visualization: Luk dine øjne og forestil dig den ideelle løsning på dit problem eller projekt. Visualisering kan hjælpe dig med at se mulige løsninger mere klart.
- Anvend kreative teknikker som "6 Thinking Hats" eller "Reverse Thinking": Disse metoder ændrer den måde, du nærmer dig et problem på og kan hjælpe med at se det fra nye vinkler.

Husk, alle har deres unikke måde at tænke kreativt på. Hvad der virker for én person, fungerer muligvis ikke for en anden. Det vigtigste er at prøve forskellige teknikker, indtil du finder den, der virker bedst for dig!

Lad os høre en historie.

Emma, en ung gymnasieelev, sad i uger med en stor skoleopgave om iværksætterier. Hendes lærer havde givet klassen en opgave, hvor de skulle komme op med en innovativ løsning til et miljøproblem, og det skulle præsenteres som en forretningsplan. Men lige meget hvor meget Emma prøvede, kunne hun ikke komme på en original idé. Hun følte sig fuldstændig blokeret og frustreret.

En aften, mens hun sad fast foran sin computer med tomme Word-dokumenter åbne, besluttede hun at gøre noget drastisk. Emma lukkede sin laptop og tog en notesbog med ud i haven. Hun brugte freewriting-metoden og skrev non-stop i 15 minutter om alt, hvad der kom ind i hendes hoved, uden at bekymre sig om grammatik, stavning eller om det overhovedet gav mening.

Da de 15 minutter var ovre, læste hun, hvad hun havde skrevet. Størstedelen var irrelevant, men en lille bemærkning om hendes kærlighed til planter og hvorfor ikke flere folk havde planter på deres balkoner, fangede hendes opmærksomhed.

Med denne lille tanke begyndte Emma at tale med nogen, nemlig sin lillesøster, om planter på balkoner og terrasser. Gennem samtalen kom hun med ideen om at skabe en startpakke til unge mennesker, der ønskede at dyrke bæredygtige planter på deres balkoner. Dette ville ikke kun give folk frisk luft og skønhed i byområder, men også hjælpe med CO2-absorption og biodiversitet.

For at udvide sin idé yderligere brugte hun visualization-teknikken. Hun lukkede øjnene og forestillede sig, hvordan denne startpakke ville se ud, hvordan den ville blive markedsført, og hvilken forskel den kunne gøre i verden.

Med denne nyfundne inspiration skrev Emma en detaljeret forretningsplan. Da dagen kom til at præsentere sin ide for klassen, var hun begejstret og stolt. Ikke kun fik hun topkarakterer for sit projekt, men hun besluttede også at forfølge ideen i virkeligheden.

Alt dette blev muligt, fordi Emma valgte at bryde sin "kreative tænke-blokade" ved at tænke ud af boksen og bruge nogle simple teknikker.

Historien viser, at med de rette værktøjer og en åben tilgang kan man overvinde enhver kreativ blokade.

Lad os høre en case:

Case: Mobilspilfirmaet og Skov-retreatet

Forestil dig et firma, der laver mobilspil – lad os kalde dem "PixelPlay". De var kendte for altid at komme med super sjove og innovative spil, men på et tidspunkt gik det hele lidt i stå. Spiludviklerne følte, at de havde mistet deres "kreative gnist", og de sad ofte fast uden nye ideer.

Ledelsen i PixelPlay blev bekymret og ville hjælpe teamet med at bryde deres kreative blokering. De besluttede at afholde et "kreativitets-retreat" i en hytte midt i skoven uden internet eller mobilsignal.

Første dag startede de med en session kaldet "Mindfulness Meditation". Meditation kan hjælpe med at klare hovedet og gøre det lettere at tænke kreativt. Derefter lavede de øvelser, hvor de skulle tegne eller skrive deres frygt og blokeringer ned på papir og derefter "kaste dem væk" ved at brænde papiret over et bål. Symbolikken var at slippe af med de ting, der holdt dem tilbage.

I løbet af retreatet lavede de også "Rollespils Brainstorming", hvor de skulle forestille sig at være en karakter fra et af deres spil og tænke på ideer fra den karakter's perspektiv. Dette tvang dem til at tænke anderledes og bryde ud af deres normale tankegang.

Da de vendte tilbage fra skovretreatet, følte spiludviklerne sig fornyede og fyldt med energi. De kom op med koncepter til tre nye spil inden for den næste måned, hvoraf to blev massive hits!

Så ved at bruge teknikker for at overvinde kreative blokeringer kunne PixelPlay finde tilbage til deres kreative rødder og skabe nye spændende spil. Det viser, hvor vigtigt det er at genkende, når man har en blokade, og at tage skridt til aktivt at overvinde den.

Nu er det tid til at lave et par opgaver og tænke over hvad vi lige har lært.

Opgave:

Opgave 1: Skab en løsning på et hverdagsproblem

- Beskriv et hverdagsproblem, du eller andre ofte oplever (fx at miste småting, mangel på tid til lektier eller dårlig organisering i tasken).
- Vælg en kreativ teknik fra listen (fx brainstorming eller visualization), og brug den til at komme med mindst tre løsninger på problemet.
- Præsenter din bedste idé og forklar, hvordan teknikken hjalp dig med at udvikle den.

Opgave 2: Kreativitetsudfordring: Skab en ny brug af en almindelig genstand

- Vælg en genstand fra hverdagen, fx en blyant, en skål eller en sko.
- Brug "reverse thinking"-teknikken til at finde en helt ny måde, denne genstand kan bruges på (fx hvordan en blyant kan bruges til noget andet end at skrive).
- Tegn eller skriv en kort beskrivelse af din idé, og forklar, hvordan du tænkte uden for boksen for at finde frem til den.

Når du har besvaret disse spørgsmål, er episoden slut.

Her starter ideerne til lærerne.

Ideer til læreren

1. Rollespil - Simuler en situation, hvor eleverne skal tænke kreativt under pres, og lad dem derefter anvende teknikker for at overkomme blokeringer.
2. Teknikgennemgang - Gennemgå populære teknikker som "freewriting", "mind mapping" eller "meditation".
3. Refleksion og Journaling - Opfordre eleverne til regelmæssigt at skrive refleksioner om deres kreative proces og de udfordringer, de støder på.
4. Gruppediskussioner - Lad eleverne dele deres erfaringer med blokeringer og hvordan de overvandt dem.
5. Kreative Udfordringer - Stil korte, tidsbegrænsede udfordringer for eleverne, hvor de skal tænke kreativt og anvende teknikker for at overvinde eventuelle blokeringer.