



# Чек-лист по развитию креативного мышления

Прежде чем сказать, что вы  
«человек совсем не  
креативный» - выполните и  
вычеркните каждый из  
пунктов!

# ВЫПОЛНИТЕ И ВЫЧЕРКНИТЕ КАЖДЫЙ ИЗ ПУНКТОВ!

## **Измените что-то!**

- Один день слушайте новую радиостанцию;
- Посетите новый ресторан;
- Начните разговор с незнакомцем;
- Сходите на обед с коллегой, которого плохо знаете;
- Займитесь спортом, которым раньше никогда не занимались (аэройога? пилатес? баскетбол?);
- Попробуйте новое хобби;
- Посмотрите документальный фильм на тему, о которой вы совсем ничего не знаете;
- Съездите на один день в место, в котором никогда не были;
- Проложите такой маршрут до работы, по которому никогда не ездили;
- Если знаете английский, прочитайте: "Wake Up!" автора Chris Varez (на просторах Рунета можно найти и материалы по мотивам книги, передающие основные идеи);
- Рекомендация от INO Group: прочитайте еще и «Взлом креативности» Майкла Микалко (есть в русском переводе).

# ВЫПОЛНИТЕ И ВЫЧЕРКНИТЕ КАЖДЫЙ ИЗ ПУНКТОВ!

## **Перестаньте говорить «Нет!»**

- Говорите «Да!» на все идеи и предложения в течение одного дня;
- Не перебивайте и не прерывайте никого на работе в течение недели;
- При принятии следующего большого решения доверьтесь своему чутью;
- Согласитесь на следующее предложение, которое сделает ваш супруг/партнер/ребенок;
- Спросите мнение двух людей о чем-либо уже сегодня;
- Если знаете английский, прочитайте: Jia Jiang "Rejection Proof", Shonda Rhimes "The Year Of Yes" (для последней книги на просторах Рунета можно найти и неофициальный перевод).

# ВЫПОЛНИТЕ И ВЫЧЕРКНИТЕ КАЖДЫЙ ИЗ ПУНКТОВ!

## **Доверяйте себе:**

- Создайте любое творческое произведение в эти выходные – рисунок, картину, коллаж, рассказ...
- Сходите в художественный музей;
- Возьмите слово и выразите свое мнение на следующей же рабочей встрече;
- Поиграйте, порисуйте, почитайте вместе с ребенком;
- Прочитайте: «Кради как художник» Остина Клеона и «Большое волшебство» Элизабет Гилберт.