

مشاور توانمند محور

نیرومندی منش خلاقیت

دکتر منیره نسیمی، دکترای مشاوره

کلیدواژه‌ها: خلاقیت، نوآوری، چالش حل مسئله، فضیلت خرد و دانش، تغییر رفتار، ذهن‌انگیزی

از آنجا که از دنیای امروز به دلیل ویژگی‌های بسیار متغیر و خلاق که دارد، تحت عنوان «عصر خلاقیت و نوآوری» نام برده می‌شود و در این دوران فرایندها، پدیده‌های خلاقیت، نوآوری و کارآفرینی عرصه‌های بسیار گسترده‌ای از جامعه انسانی را تحت تأثیر عمیق خود قرار داده‌اند، می‌توان گفت عامل اساسی پایداری و پویایی و موفقیت نظام آموزشی حرکت با محوریت خلاقیت و نوآوری است و یکی از مهم‌ترین عامل‌ها در امر یادگیری خلاق، ارکان آموزش در مدرسه‌ها، از جمله معلم، مشاور و مربیان هستند. همان‌طور که در شماره‌های قبل اشاره شد، اولین خوشه در فضیلت «خرد و دانش» است و توانمندی‌های خرد و دانش شامل صفات مثبتی هستند که به جریان اکتساب و استفاده از اطلاعات مناسب در خدمت زندگی خوب مربوط می‌شوند. به زبان روان‌شناختی، این‌ها توانمندی‌های شناختی هستند.

یکی از اساسی‌ترین توانمندی‌های فضیلت خرد و دانش که باعث رشد، پیشرفت و ارتقای مهارت‌های دانش‌آموزان می‌شود، «توانمندی خلاقیت» است. به‌عنوان یک تفاوت فردی، خلاقیت مستلزم دو جزء ضروری است: اول اینکه فرد خلاق باید ایده‌ها یا رفتارهایی را که به‌طور مشخصی ابتکاری، نو، جذاب یا منحصر به فرد باشند، تولید کند. با این حال «ابتکاری بودن» به تنهایی خلاقیت را تعریف نمی‌کند، بلکه «داشتن رفتارها و عقیده‌های مناسب» هم ضروری است. ابتکارات فردی باید تأثیر مثبتی در زندگی خود شخص و یا دیگران داشته باشند که این امر مستلزم گفت‌وگو با دیگران است و نباید به‌صورت خودانگازانه باشد.

فایده‌های توانمندی خلاقیت

- ◀ توانایی حل مسئله؛
- ◀ کمتر شدن هزینه‌ها؛
- ◀ افزایش خودآگاهی؛
- ◀ احساس آزادی؛
- ◀ کاهش فشار عصبی؛

- ◀ تبدیل شدن به یادگیرندگان همیشگی؛
- ◀ بیشتر شدن دقت و توجه؛
- ◀ رسیدن به هدفمندی؛
- ◀ دریافت هیجان‌های مثبت؛
- ◀ ارتباط مؤثر با جامعه.



عصر خلاقیت و نوآوری

رشد و تحول خلاق بیشتر از همه مورد توجه معلمان است که انعطاف پذیرند و از مطالعه آزاد حمایت می کنند

آزمون سنجش خلاقیت

سؤال‌های زیر را با دقت مطالعه و گزینه‌ای را که بیشتر درباره شما صدق می کند، انتخاب کنید. لطفاً به سؤال‌ها با دقت و صداقت پاسخ دهید. هیچ پاسخ درست یا غلطی وجود ندارد. نمره‌گذاری گزینه‌ها در این آزمون به این صورت است:

الف: ۰ ب: ۱ ج: ۲

برای به دست آوردن نمره کل کافی است امتیاز همه قسمت‌ها را با هم جمع کنید.

۱. وقتی با مسئله خیلی دشواری مواجه می شوم:

الف) گریه می کنم، چون حدس می زنم نمی توانم از پس حل کردن مسئله بر بیایم.

ب) گریه نمی کنم، اما ناراحت می شوم.

ج) سعی می کنم راه حل مناسبی پیدا کنم.

۲. سرگرم ساختن وسیله‌ای هستید و ناگهان متوجه می شوید قطعه مهمی از آن را گم کرده‌اید:

الف) کار را متوقف می کنم.

ب) سعی می کنم قطعه گم شده را پیدا کنم و اگر نتوانم آن را پیدا کنم، کار را متوقف می کنم.

ج) اگر نتوانستم قطعه گم شده را پیدا کنم، به جای آن یک قطعه دیگر می سازم.

۳. وقتی با مسئله تازه‌ای روبه‌رو می شوم، معمولاً:

الف) از کسی می‌خواهم آن را برایم حل کند.

ب) سعی می‌کنم با کمک شخص دیگری آن را حل کنم.

ج) سعی می‌کنم اطلاعات بیشتری به دست بیاورم تا بتوانم خودم آن را حل کنم.

۴. اگر درگیر یک مسئله سخت ریاضی باشم:

الف) از دبیر یا شخص مطلعی می‌خواهم به من کمک کند.

ب) یک کتاب ریاضی مربوط به مسئله را می‌خوانم.

ج) از منابعی که در دسترس دارم، استفاده می‌کنم.

۵. آیا معمولاً دوست دارید به کارهای تازه دست بزنید؟

الف) معمولاً به کارهای تازه دست نمی‌زنم.

ب) گاهی به کارهای تازه دست

می‌زنم.

ج) اغلب به کارهای تازه دست می‌زنم.

۶. از انجام آزمایش‌های علمی:

الف) لذت نمی‌برم.

ب) تا حدودی لذت می‌برم.

ج) خیلی لذت می‌برم.

۷. به رؤیا فرو می‌روید؟

الف) خیر، من هرگز به رؤیا فرو نمی‌روم.

ب) گاهی اگر وقت داشته باشم، به رؤیا فرو می‌روم.

ج) اغلب اگر وقت داشته باشم، به رؤیا فرو می‌روم.

۸. اگر به شکلی غیرمنتظره از من بخواهند بیش از پنج دقیقه درباره موضوعی صحبت کنم:

الف) از عهده‌اش برنخواهم آمد، زیرا برای آن آمادگی نداشته‌ام.

ب) نهایت سعی خود را خواهم کرد تا از عهده آن بر بیایم.

ج) به خوبی از عهده آن برخواهم آمد.

۹. استفاده متفاوت از اشیاء به شکلی غیر از کاربرد معمولی‌شان:

الف) برایم خیلی دشوار است.

ب) برایم چندان دشوار نیست و شاید بتوانم چند مورد استفاده دیگر پیدا کنم.

ج) برایم دشوار نیست و می‌توانم موارد استفاده بسیاری پیدا کنم.

۱۰. کدام یک از موارد زیر برای شما از همه آسان تر است؟

الف) حفظ یک قطعه شعر ۱۰ بیتی؛

ب) تفسیر یک قطعه شعر ۱۰ بیتی؛

ج) سرودن یک قطعه شعر ۱۰ بیتی.

تفسیر نمره‌ها

◀ امتیاز بالاتر از ۱۳ نشان می‌دهد که شما در زمره انسان‌های خلاق قرار دارید. با نحوه تفکر خلاق آشنا هستید و از آن بهره می‌برید. هنگام مواجهه با چالش‌ها به جای تکیه بر راه‌حل‌های مرسوم و رایج، تلاش دارید خودتان به راه‌حل جدید و سودمندتری دست پیدا کنید.

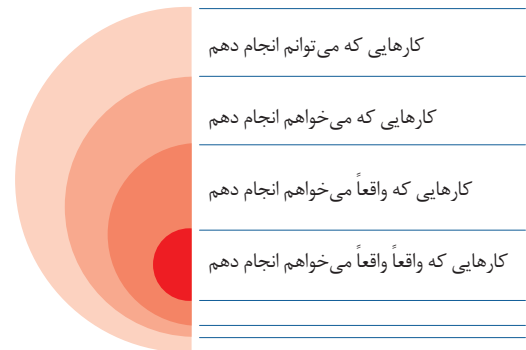
◀ امتیاز پایین‌تر از ۱۳ در این آزمون نشان می‌دهد که توانمندی خلاقیت در شما به خوبی رشد نیافته است. شما

فردی سنتی هستید که ترجیح می‌دهید مسائل جدید را نیز با استفاده از شیوه‌های قدیمی حل کنید. سازگارشدن شما با تغییرات به زمان نیاز دارد و از روبه‌روشدن با چالش‌های جدید هیجان زده نمی‌شوید.

بعد از سنجش میزان توانمندی خلاقیت، در صورتی که امتیاز دانش‌آموزان پایین بود، می‌توانید با اجرای تمرین‌ها و فعالیت‌های صفحه بعد برای تقویت خلاقیت دانش‌آموزان با آنان کار کنید.

فعالیت یک: چالش جدید

کاری را که می‌خواهید انجام دهید، انتخاب کنید و بگویید چرا انجام این کار برایتان چالش به حساب می‌آید.



جدول ۱. تغییر در رفتارها

تغییراتی که برای رسیدن به نتیجه بهتر، می‌توانم در رفتارم به وجود آورم	روش‌هایی که به کمک آن‌ها می‌توانم در هر یک از این موقعیت‌ها مؤثرتر باشم	کارهای مؤثر و مثبتی که انجام می‌دهم

فعالیت سه: داستان خلاقانه

با یکی از هم‌کلاسی‌ها یک گروه دوفره تشکیل دهید. هر کدام از شما باید روی یک برگه ۱۵ کلمه بنویسد. بعد از اینکه فهرستان کامل شد، برگه‌ها را به یکدیگر بدهید. هر کدامتان باید یک داستان با ۱۵ کلمه دوستش بنویسد. کلمه‌های فهرست می‌توانند شامل هر چیزی باشند؛ از جمله نام مکان‌ها، شخصیت‌های مشهور، اشیاء، رنگ‌ها، ویژگی‌های اخلاقی و ...

داستان من

.....

.....

فعالیت دو: تغییر در رفتارها

یکی از موقعیت‌هایی که در آن می‌توان از خلاقیت کمک گرفت، رسیدن به ایده‌های جدید برای تغییر دادن رفتارهاست. در جدول ۱، کارهای مثبت و مؤثری را که انجام می‌دهید، بنویسید. به این فکر کنید که چطور می‌توانید در هر یک از آن‌ها عملکرد بهتری داشته باشید و برای رسیدن به این عملکرد مؤثرتر چه تغییراتی باید در رفتارتان ایجاد کنید.

راهبردهای رشد و ارتقای خلاقیت دانش‌آموزان

خلاقیت بهترین رشد و تحول را در مکان‌ها و خانه‌هایی دارد که فرصت‌های زیادی برای محرک‌های عقلاتی، فرهنگی و زیباشناختی فراهم می‌کنند؛ مثل مکان‌ها و خانه‌هایی که کتاب‌ها و مجله‌های زیادی دارند و تفریح و سرگرمی آن‌ها غالباً رفتن به کنسرت، نمایشگاه، موزه و مسافرت است. شرایط محیط مدرسه هم اهمیت دارد. رشد و تحول خلاق بیشتر از همه مورد توجه معلمانی است که انعطاف‌پذیرند و از مطالعه آزاد حمایت می‌کنند. شاید بهترین رویکرد شناخته‌شده «ذهن‌انگیزی» باشد که برای افزایش خلاقیت درون یک گروه طراحی شده است. افراد عقیده‌ها و دیدگاه‌های خود را در موقعیتی

که آشکارا غیرانتقادی است، ابراز می‌کنند؛ با این امید که سایر عقیده‌ها و قاعدتاً نمونه‌های خوب آن برانگیخته شوند.

توصیه‌های مشاوره‌ای: گام‌های کوچک؛ تغییرات بزرگ

- ◀ برای یادگیری مهارتی که هیچ‌گونه اطلاعات قبلی از آن ندارید، ثبت‌نام کنید.
- ◀ با افراد خلاق معاشرت کنید.
- ◀ اگر به چیزی علاقه‌مند شدید آن را دنبال کنید.
- ◀ دفترچه طراحی داشته باشید.

منابع

۱. اداره کل امور تربیتی و مشاوره معاونت پرورشی و فرهنگی وزارت آموزش و پرورش (۱۳۹۸). فضیلت خرد: خلاقیت و روشن‌فکری. مؤسسه منادی تربیت. تهران.

۲. سلیگمن، م (۱۳۹۵). فضایل و توانمندی‌های شناختی (ج ۱). ترجمه دکتر کوروش نامداری. انتشارات بار مانا. اصفهان.

۳. سلیگمن، م (۱۳۸۸). شادمانی درونی؛ روان‌شناسی مثبت‌گرا در خدمت خوشنودی پایدار. ترجمه دکتر مصطفی تبریزی و همکاران. انتشارات دانژه. تهران.

۴. مگیار - مونی، ج (۱۳۹۱). فنون روان‌شناسی مثبت‌گرا. ترجمه دکتر فریده براتی سده. انتشارات رشد. تهران.