

Konsulentfirmaet Holler

Udvikling af individ & system

Leder- og medarbejderudvikling, kurser, konsultation og rådgivning, supervision, kriseintervention og terapi

Om forudsætninger for kreativitet set i forhold til børn og unges udvikling

At være kreativ er at skabe (sig – noget). Ordet kreativ er afledt af det latinske ord for at skabe.

Alle børn og unge er skabende i deres udvikling – de prøver at fatte (ved at tage fat i), at forstå (ved at stille sig op foran, fx gennem trods og teenageoprør), at begribe (ved at gribe ind) verden og dens regler ved i handling og ord gentagne gange at teste om det virkelig er, som det bliver vist og sagt, at det er.

Udvikling af kreativitet er afhængig af rammer, miljø, modeller, midler, evner, vilje, mv.

Verden og dermed de voksne møder børn og unges ”skaberi” (læs kreativitet) med

- fokus på virkningerne af den kreative proces, fx
 - afvisning: ”hold op med at skab dig”
 - afgrænsning: ”du må gerne her og ikke der”
 - anerkendelse: ”hvor er det flot, det du laver”, ”bliv ved med at øve dig”
 - konsekvens: ”gør hvad du vil, bare du rydder op/selv tager ansvaret”
 - ligegyldighed: overse, ryste på hovedet, undgå
 - straf/overgreb: slå, råbe, lukke inde/ude, tage ting væk
 - skam/skyld: ”hvordan kan du finde på at gøre det mod mig”, ”du ved da bedre”, ”jeg har da fortalt dig mange gange, at ..)
 - mål: ”hvad er meningen”
 - nytte: ”hvad skal det nu gøre godt for”
 - værdi: ”hvorfor gør du sådan”
- fokus på personen
 - anerkendende kommunikation, girafsprog, assertion: ”jeg kan godt forstå det og jeg vil gerne høre noget om hvad det er der gør at du har brug for at gøre sådan”
 - appreciative inquiry: ”jeg kan se, at du har stor glæde ved at gøre ...
 - nysgerrighed, motiver, interesse, behov, mv.
- fokus på relationen
 - grænser, adskillelse, bindinger – den 12-årige drikke øl sammen med far
- fokus på normer og omverden
 - orden, regler, plejer, kultur, aftaler – ”loven siger, at du ikke må købe øl før du er 16 år og derfor drikker du ikke øl før”, ”det gør man bare ikke”, ”fordi jeg siger det”

Formålet med at gribe ind overfor børn og unge, der er (for) kreative er at sikre et ordentligt grundlag for det kommende voksenliv samt at de ikke kommer til skade eller gør skade. Formålet er ikke at forhindre nogen i at være eller blive kreative.

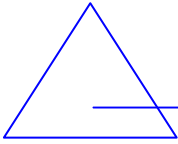
Evnen til at skabe er noget af det, der gør mennesket til noget stort og enestående og det er min påstand, at alle mennesker har brug for at skabe noget. Herigennem bekræfter vi, at vi er mennesker, vi viser, hvem vi er.

Dette kan foregå på alle livets scener, i fritiden, i familien, på arbejde, for sig selv eller sammen med andre. Vi har måske ikke brug for at gøre det alle steder, men det gælder om at finde rum for skabelsen og for vedligeholdelsen af det der skal til for at kunne blive ved med at være kreativ. Det giver mening og værdi samt ikke mindst livsenergi.

Konsulentfirmaet Holler

Udvikling af individ & system

Leder- og medarbejderudvikling, kurser, konsultation og rådgivning, supervision, kriseintervention og terapi



Forudsætninger for udvikling af kreativitet hos voksne

Når voksne har trang, lyst, interesse, behov eller vilje til at blive kreative kræver det mod og muligheder samt evnen til at bevæge sig og lade sig bevæge. Man skal kunne give slip på noget for at noget andet kan komme ind. Fx skal man i den kreative proces kunne slip på sine forestillinger om, at noget skal være på en bestemt måde – man kan ikke både skabe sig og opføre sig ordentligt samtidigt. Måske er det derfor at mange kunstnere ofte på andre virker excentriske, særegne, vilde, specielle, etc.

Ønsker en voksen at udvikle sig og være kreativ, ja endog at leve kreativt er der nogle faser man må igennem.

Drømmen om landet som ikke er

Den erkendelse, at der er en drøm om et land som ikke er, opstår, fordi der er noget vi hellere vil og netop denne drøm opstår, fordi den virkelighed vi er i, ikke er udfordrende nok, er kedelig, er forudsigelig, mangler fest og farver, skaber besvær, gør ondt eller lignende.

Samtidigt må man huske på, at der var engang, hvor verden havde farver og var udfordrende, så vi skal ikke begynde fra bunden, der var engang, hvor vi alle var kreative. Der var engang hvor vi levede indefra og ud og nu har vi måske levet for længe udefra og ind. Vi skal sige ja til at erobre verden indefra på ny for at kunne leve kreativt. En begyndende depression over livet som det er, kan opfattes som et kreativt nulpunkt og dermed begyndelsen til noget nyt.

Hvordan udnytter du dine evner og muligheder og hvordan er fordelingen?

Hvordan er kvaliteten i dit liv – hvornår har du sidst mødt det stolte barn i dig selv?

Hvordan modtager du ros?

Leger du på dit arbejde?

Hvor risikovillig er du?

Hvor god er du til at tilgive dig selv?

Hvor moden er du til forandring i dit liv?

Hvad er dine sætninger om landet som ikke er til? Hvordan er tingene bedre der? Hvordan ser der ud i Utopia?

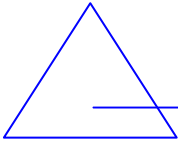
Den største forhindring og udfordring i at finde det kreative nulpunkt ligger i vores pænhed, indgroede vaner og rutiner, der jo blandt andet har været med til at give os den status, prestige og følelse af mestring, som vi har i dag. Vi skal opgive noget af dette for at påbegynde den kreative udvikling. Vi skal altså give slip på noget af det kendte og sikre. Vi skal sætte noget til minde og styrke den gode glemsel.

”Jeg vil hellere være skabende og gøre fejl end at leve i et landskab uden farver”.

Konsulentfirmaet Holler

Udvikling af individ & system

Leder- og medarbejderudvikling, kurser, konsultation og rådgivning, supervision, kriseintervention og terapi



At vælte spillet omkuld

For at kunne realisere sit håb, sin drøm om at opnå nogle af de gode ting i landet som ikke er, er det nødvendigt at bearbejde de forhold, der medvirker til at fastholde den virkelighed, der er kedelig og grå. Dette kræver, at man kan se og erkende et landskab i ruiner, at se alt det, der ikke er godt for en og være parat til at udtrykke det. Dette kan være en kvalmende og besværlig proces, fordi der vil være kræfter, der vil forsøge at forhindre at forandringsbehovet bliver udtrykt. Både indre kræfter og ydre kræfter. ”Jeg må ikke være til besvær” og ”Vi har det jo godt nok sammen, hvorfor vil du lave om på tingene”. Men man må gennembryde denne modstand og se det som en del af den kreative proces. Udvikling er ikke behagelig og det er nødvendigt at opfatte aggression som en dejlig og nødvendig kraft til at opnå noget bedre. Det er nødvendigt at hente anarkisten og reformatoren frem i sig selv og sætte ham i spil og samtidigt ikke være bange for autoriteter.

Man kan opfatte alle sine erfaringer, kompetencer og kundskaber som et kludetæppe, der midlertidigt bliver revet i stykker for at blive samlet på ny på en anden og bedre måde. For at kunne dette er det nødvendigt at se tingene lidt udefra og dermed forlade sig selv lidt. Forlade det kendte og sikre for derigennem at opdage tingene i et nyt lys, fra en ny og anderledes synsvinkel. Mennesker kan ikke udvikle sig, når de ser på tingene nede i hullet, de skal op på kanten, ja gerne op på en platform højere oppe – kun herfra kan der opdages nye ting. En sådan bevægelse medfører spænding, oplevelse af modsætninger, og det er netop et vilkår ved at være kreativ – et liv hvor du indimellem oplever indre spænding. Omvendt skal det heller ikke blive for spændende i betydningen farligt, men lidt uro må der godt være, således at du mærker dig i live. Dette at opleve midlertidig forvirring, uro og desorganisering bliver i denne forstand et af midlerne til at udvikle det kreative.

Hvordan har du det med aggression?

Hvordan håndterer du kritik?

Hvordan opfatter du begrebet desorganisering?

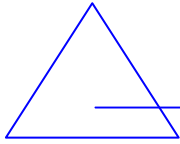
Hvor god er du til at bryde noget ned og bygge op igen?

Hvordan har du det med at være rebel?

Hvordan virker dine forsvar mod forandring?

Hvordan har du det med kaos?

Kan du acceptere uorden som midlet til opnåelse af en bedre orden?



Konsulentfirmaet Holler

Udvikling af individ & system

Leder- og medarbejderudvikling, kurser, konsultation og rådgivning, supervision, kriseintervention og terapi

På jagt i mellemrummene

Når mennesker kigger på deres levede liv i afstand kan det ofte se hvad det har undladt at gøre i lang tid (det der måske tidligere gav farver i livet) og man opdager, at der er mennesker man har undladt at besøge, ting man har undladt at gøre, idéer der ikke er gennemført, følelser der ikke har været udtrykt i længere tid, osv. Det er tid at stoppe op og revurdere værdien af de enkelte dele i den nedbrudte virkelighed. Hvilke dele tillægger jeg nu værdi, hvad vil jeg hellere. På en måde kræver denne bevægelse, at man bliver Klods Hans i eget liv: lidt ubekymret nysgerrig og åben for verden i og omkring mig. Se muligheder i stedet for begrænsninger. Gøre op med den indre kritiker og dommer og selv finde ud af, hvad der er godt for mig. Jeg vil sige ja til at være herre i eget hus, være medforsker og medskaber af eget liv på bevidste og valgte præmisser. Jeg vil ikke længere være offer og lidende. Jeg vil være Peter Pedal og nysgerrig. Det skal blive spændende og sjovt at gå på opdagelse, som da vi var børn. Jeg vil være fri i mig selv og tage hensyn til andre samtidig med at jeg vil tænke på hvordan jeg fungerer allerbedst, når jeg indhenter ny viden og nye impulser.

Jeg vil gøre mig bevidst om mine livsværdier og stole på min intuition.

Hvordan lærer jeg bedst?

Hvad kan forhindre mig i at være åben og undersøgende?

Hvordan indhenter jeg bedst ny viden?

Hvad er mine drivkrafter?

Den berusende fødsel af en idé

Grundlaget er nu lagt for at kunne få idéer og de kan opstå i alle situationer i livet. Så nu handler det om være opmærksom på signaler fra kroppen, fra drømme, fra andre mennesker, arbejde, naturen, ja alle steder fra og tage disse signaler alvorligt. Ofte vil mennesker, der er ved at føde en idé, opleve kuldegysninger, umiddelbart indadvendthed, træthed, spænding. Følelser der ofte er knyttet til anstrengelser i forskellige livssituationer, men det er en fødsel af en idé også. Når du får en idé griber den ind i dit liv, det gør en mening ikke på samme måde. En mening afgrænser et område, et påfund medfører ofte tekniske løsninger. En idé berører mere dybt dit liv i følelser, tanker og handling. Saml på idéer, gør det til en sport at være åben overfor idéer og værn om dem. Gem dem og pas på dem. En idé frisætter kræfter i din tilværelse og gør noget ved din selvbevidsthed. En idé udvider og udvikler sig og skaber positiv energi og lyst til forandring.

Når først den første idé opstår og du forholder dig åben selv overfor det usædvanlige, fødes der nye idéer. Idéer avler flere idéer. Som en muskel bliver større og stærkere ved daglig brug.

Jeg beslutter mig for at indføre mine idéer i virkeligheden, de steder i min virkelighed, hvor modstanden er mindst og gøre mig erfaringer.

Hvad forstår du ved en idé?

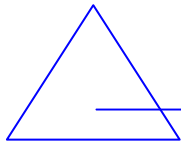
Oplever du, at det er en god idé at få idéer – giver det dig energi eller besvær?

Har du allerede nogle idéer du kan anvende i familien, på arbejdspladsen eller for dig selv?

Hvordan kan du blive bedre til at lytte til din krops signaler?

Hvad er tegnene på at du er ved at skabe dig en idé – kan du beskrive processen?

Har du en mappe med gode idéer?



Konsulentfirmaet Holler

Udvikling af individ & system

Leder- og medarbejderudvikling, kurser, konsultation og rådgivning, supervision, kriseintervention og terapi

At give idéen krop

Nu har du idéen og det er på tide at vende blikket mod realiteterne og den virkelighed hvori idéen skal gennemføres. Det er vigtigt at bruge tid på at analysere idéen og dens form. Svarer idéen til det behov, der oprindeligt skabte behovet for at være kreativ. Det er nødvendigt, at virkeligheden begrænser idéen ellers kan den ikke implementeres i virkeligheden. Idéen skal så at sige underkastes en vis orden og disciplin. Det er vigtigt at gøre små overskuelige forsøg for sig selv, finde situationer hvor idéen kan afprøves, så du kan erfare hvordan den virker. Og efterfølgende lave justeringer. Fx kan man udforme idéen som et forsøg, en præmis, en bestemmelse eller en påstand. Fx ”jeg vil skrive en bog om børneopdragelse”, ”jeg vil have mine kollegaer til at forstå at dialog er vigtigt” eller ”jeg vil lave en ergonomisk børnestol”.

Hvordan bærer du dig af med at analysere din idé?

Har du tilstrækkelig kritisk sans?

Hvordan har du det med at lave små forsøg og eksperimentere?

Har du tålmodighed nok til at lave en ordentlig analyse?

Lav gerne flere udkast på din idé.

Er der nogen du kan prøvekøre din idé på?

At vælge

Nu skal du vælge om du reelt vil gennemføre idéen og gå hele vejen. Du skal gøre dig klart, at når du først har sat dig i bevægelse, så vil du møde forskellige ting fra den grå virkelighed, der vil lokke dig væk fra idéen. Du må stå fast og holde ud. Tro på dig selv og din idé, der er ingen vej tilbage.

At leve kreativt