

# Lagbygging

Lærdom

Frustrasjon

Utvikling

**for**

Ingen lavvoer

Ingen kullvandring

Ingen NLP

**voksne**

Spesialister på rekruttering

# Kreativitet

## Kreativitetsrening handler om to ting:

- å håndtere den frustrasjonen som oppstår når man er i kreativ modus, og som gjør at mange gir opp – og dermed få inn i kroppen at også du kan være kreativ. Dette har med følelser å gjøre, men vi tar det ned på jorda. Det skal ikke bli svevende.
- å lære seg enkle teknikker som gjør at den naturlige kreativiteten din blir fanget opp og ikke går til spille

## Å generere - det å skape kreativ atferd

De forutsetningene som skaper kreativ atferd skaper også frustrasjon. I noen enkle men frustrerende øvelser lærer du at også du kan være kreativ, og at følelsen av å være kreativ ikke er farlig.

## Å fange opp - det å ikke la kreativitet gå til spille

Du tenker hele tida - og mange av tankene er brukbare. Men du fanger dem ikke opp når de kommer, og du setter dem ikke i system sånn at du kan utnytte dem seinere. Du vil lære å bygge føringer for at kreativiteten ikke skal gå til spille.

## Å utfordre - og å feile kontrollert

Det å gjøre feil kan være vanskelig, men det er uungåelig dersom du skal være kreativ. Vil du ligge våken som Baltus i Knøttene, og gremme deg over feilene dine, eller vil du lære det å lære av feilene dine?

## Å utvide - å lære for kreativitet

Du kan ikke pugge deg til å bli kreativ, men før du kan være kreativ, må du kunne veldig mye.

## Å få det inn i veggene

Du blir ikke automatisk kreativ av å ta et kurs i kreativitet. Du må gjøre en innsats få kreativitet inn i veggene der du jobber og der du bor.