



## Å være kreativ

Å være kreativ innebærer å tenke utenfor boksen, generere unike ideer og møte utfordringer med et åpent sinn. Det handler om å være fleksibel, tilpasningsdyktig og risikovillig. Kreativitet bidrar til problemløsning, innovasjon og positive endringer. Ved å ta vare på kreativiteten kan den enkelte frigjøre sitt fulle potensial, finne innovative løsninger og gjøre en varig forskjell.

## KOMPETANSER

**Idégenerering:** Evnen til å generere et bredt spekter av originale og innovative ideer. Denne kompetansen innebærer evnen til å tenke annerledes, utforske flere perspektiver og finne kreative løsninger på problemer.

**Fleksibilitet:** Evnen til å tilpasse seg og omfavne endringer i tenkemåte og tilnærming. Fleksibilitet gjør det mulig å utforske alternative ideer, perspektiver og metoder og justere den kreative prosessen etter behov.

**Problemløsning:** Evnen til å identifisere og analysere problemer fra ulike vinkler og utvikle kreative løsninger. Effektiv problemløsning krever kreativ tenkning for å overvinne hindringer, løse utfordringer og utvikle innovative tilnærminger.

**Åpent sinn:** Viljen til å vurdere nye ideer, perspektiver og tilbakemeldinger fra andre. Å ha et åpent sinn fremmer en mottakelig holdning til ulike synspunkter, oppmuntrer til samarbeid og gjør det mulig å integrere ulike innsikter i den kreative prosessen.

**Eksperimentering:** Viljen til å ta risiko, utforske nye muligheter og lære av feil. Eksperimentering innebærer et tankesett der man ser på tilbakeslag som muligheter for vekst og åpner for å finne ukonvensjonelle og innovative løsninger.

**Samarbeid:** Evnen til å jobbe effektivt sammen med andre og utnytte ulike talenter og perspektiver for å styrke kreativiteten. Samarbeid fremmer utveksling av ideer, stimulerer kreativ synergi og gjør det mulig å skape nye konsepter og løsninger i fellesskap.

**Kritisk tenkning:** Evnen til å vurdere ideer, konsepter og alternativer på en kritisk og analytisk måte. Kritisk tenkning bidrar til å vurdere levedyktigheten og den potensielle effekten av kreative ideer, og gjør det lettere å velge ut de mest lovende og relevante.

**Tilpasningsevne:** Evnen til å justere og modifisere kreative tilnærminger basert på endrede omstendigheter og tilbakemeldinger. Tilpasningsdyktighet gjør det mulig å videreutvikle og forbedre kreative ideer og strategier som svar på nye behov og krav.

## LÆRINGSMÅL

- ✓ Forstå betydningen av kreativitet i personlige og profesjonelle sammenhenger.
- ✓ Utvikle teknikker for å generere og videreutvikle kreative ideer.
- ✓ Utforsk ulike tilnærminger til problemløsning og beslutningstaking ved hjelp av kreativ tenkning.
- ✓ Øke fleksibiliteten og tilpasningsevnen i tenkemåten for å kunne omfavne nye perspektiver og muligheter.
- ✓ Dyrk et tankesett der du eksperimenterer og lærer av feil som en katalysator for kreativitet.
- ✓ Lær effektive samarbeidsstrategier for å utnytte ulike perspektiver og forbedre kreative resultater.
- ✓ Utvikle evnen til kritisk tenkning for å evaluere og forbedre kreative ideer.
- ✓ Bruk kreativitet til å drive frem innovasjon og positive endringer på ulike områder.

Denne modulen inneholder flere øvelser som hjelper deg med å redusere problemer knyttet til kreativitet.

- |   |
|---|
| <b>A1. Øv deg på å generere og videreutvikle kreative ideer.</b>                                    |
| <b>A2. Utforske ulike problemløsningsmetoder ved hjelp av kreativ tenkning.</b>                     |
| <b>A3. Utvikle fleksibiliteten og tilpasningsevnen din.</b>   |
| <b>A4. Dyrk et tankesett der du eksperimenterer og lærer av feil.</b>                               |
| <b>A5. Forbedre samarbeidsevnen din for å fremme kreativt samarbeid.</b>                            |
| <b>A6. Reflekter over din personlige kreative prosess og identifiser områder som kan forbedres.</b> |

## Aktivitet 1

### Reflekterende reise til kreativ forbedring



Fyll ut følgende spørreskjema ved å velge det alternativet som best representerer dine preferanser og din atferd.

Svar ærlig på hvert enkelt spørsmål basert på dine personlige erfaringer og tendenser.

Når du har svart på alle spørsmålene, beregner du kreativitetsnivået ditt basert på poengene du har fått for hvert svar.

Når du har beregnet poengsummen din, kan du bruke skalaen for å finne ut hvor kreativ du er.

Les den personlige tilbakemeldingen basert på kreativitetsnivået ditt.

#### **Spørreskjema:**

#### **1. Når jeg står overfor et problem, foretrekker jeg å gjøre det:**

- a) Følg etablerte løsninger og retningslinjer. [0 poeng]
- b) Utforsk alternative tilnærminger og tenk utenfor boksen. [2 poeng]
- c) Kombinere eksisterende ideer for å skape noe nytt og unikt. [1 poeng]

#### **2. Min reaksjon på fiasko eller tilbakeslag er:**

- a) Motløshet og lett for å gi opp. [0 poeng]
- b) Se det som en mulighet til å lære og prøve igjen. [2 poeng]
- c) Bruke det som motivasjon til å finne innovative løsninger. [1 poeng]

#### **3. Når jeg jobber med et prosjekt, har jeg en tendens til:**

- a) Hold deg til en forhåndsdefinert plan og følg den nøye. [0 poeng]
- b) Tilpasse og endre planen etter behov for å imøtekomme nye ideer. [1 poeng]
- c) Omfavner usikkerhet og liker å utforske ulike muligheter. [2 poeng]

#### **4. I gruppesammenheng er det mer sannsynlig at jeg:**

- a) Vær en god lytter og følg gruppens konsensus. [1 poeng]
- b) Tilby unike perspektiver og oppmuntre til ulike ideer. [2 poeng]
- c) Ta initiativ og lede gruppen mot innovative løsninger. [0 poeng]

### 5. Jeg henter inspirasjon fra:

- a) Etablerte normer og tradisjoner. [0 poeng]
- b) Ukonvensjonelle kilder og uventede forbindelser. [2 poeng]
- c) Min egen fantasi og intuisjon. [1 poeng]

### Poengsetting og tilbakemelding:

Beregn kreativitetsnivået ditt ved å legge sammen poengene fra svarene dine.

Skala for kreativitetsnivå:

- 0-4 poeng: Lavt kreativitetsnivå
- 5-8 poeng: Moderat kreativitetsnivå
- 9-10 poeng: Høyt kreativitetsnivå

Basert på poengsummen din kan du se på skalaen for kreativitetsnivå for å finne ut hvilket kreativitetsnivå du befinner deg på. Jo høyere poengsum, desto høyere kreativitetsnivå.

### Personlig tilbakemelding:

Basert på kreativitetsnivået ditt får du her noen tilbakemeldinger som kan hjelpe deg med å videreutvikle dine kreative ferdigheter:

**Lavt kreativitetsnivå:** Du kan ha nytte av å utforske ulike tilnærminger og perspektiver for å stimulere kreativiteten din. Prøv å innlemme nye erfaringer og søk inspirasjon fra ulike kilder.

**Moderat kreativitetsnivå:** Du har et godt grunnlag for kreativitet, men det er rom for forbedringer. Fortsett å omfavne nye utfordringer og utforske alternative løsninger for å styrke din kreative tenkning.

**Høyt kreativitetsnivå:** Gratulerer! Kreativitetsnivået ditt er allerede ganske høyt. Fortsett å utvikle kreativiteten din ved å delta i aktiviteter som utfordrer tankegangen din og oppmuntrer til innovative ideer.



Husk at kreativitet er en dynamisk ferdighet som kan utvikles og styrkes over tid. Ta vare på mulighetene for vekst, fortsett å søke inspirasjon og utfordre deg selv til å tenke kreativt i ulike situasjoner.

## Aktivitet 2

### Organisere arrangement

🔍 Du har fått i oppgave å organisere et teambuilding-arrangement for bedriften din. Arrangementet skal være engasjerende, interaktivt og fremme samarbeid mellom de ansatte. Du er nå i idémyldringsfasen, der du må komme opp med kreative ideer til arrangementet.

#### **Tilnærming 1: Designtenkning**

**Beskrivelse:** Designtenkning er en menneskelig problemløsningsmetode som fokuserer på å forstå brukernes behov, generere ideer, lage prototyper av løsninger og iterere basert på tilbakemeldinger.

#### **Fordeler:**

- Oppmuntrer til empati og dyp forståelse av brukernes behov.
- Fremmer en samarbeidsorientert og iterativ tilnærming til problemløsning.
- Fremmer kreativitet og innovasjon gjennom idémyldring og prototyping.

👁️ ("[Introduction to Design Thinking](#)") - Se denne videoen for å få en oversikt over designtenkningsprosessen og dens hovedprinsipper.

#### **Tilnærming 2: Lateral tenkning**

**Beskrivelse:** Lateral tenkning innebærer å tilnærme seg problemer fra ukonvensjonelle vinkler og utforske ikke-lineære løsninger. Det oppmuntrer til å tenke utenfor boksen og utfordre tradisjonelle antakelser.

#### **Fordeler:**

- Stimulerer kreativitet og oppmuntrer til innovative ideer.
- Bidrar til å bryte gjennom mentale barrierer og fastlåste tankemønstre.
- Utvider problemløsningsmulighetene ved å utforske alternative perspektiver.


👁️ ("[The Power of Lateral Thinking](#)") - Utforsk denne videoen for å forstå begrepet lateral tenkning og lære hvordan det kan revolusjonere problemløsning.


#### **Tilnærming 3: Tankekart**

**Beskrivelse:** Mindmapping er en visuell teknikk som hjelper deg med å organisere tanker og ideer. Det innebærer at man lager en grafisk fremstilling av problemet og dets ulike komponenter, noe som gjør det mulig å brainstorme og se sammenhenger.

Fordeler:

- Legger til rette for utforsking av flere ideer og sammenhengene mellom dem.
- Forbedrer visuell tenkning og stimulerer kreative forbindelser.
- Gir en strukturert tilnærming til å generere og organisere ideer.

 "[Mestring av tankekart: Boost Your Creativity](#)" - Oppdag hvordan tankekart kan styrke din kreative tenkning og forbedre dine evner til problemløsning.

 Nå er det på tide å teste din forståelse av problemløsningsmetodene ved å svare på følgende flervalgsspørsmål:

**Spørsmål 1:** Hvilken problemløsningsmetode fokuserer på å forstå brukernes behov og utvikle prototyper av løsninger?

**a) Designtenkning**

b) Lateral tenkning

c) Tankekart

d) Ingen av de ovennevnte

**Spørsmål 2:** Hvilken problemløsningsmetode oppmuntrer til å tenke utenfor boksen og utforske ukonvensjonelle løsninger?

a) Designtenkning

**b) Lateral tenkning**

c) Tankekart

d) Ingen av de ovennevnte

**Spørsmål 3:** Hvilken problemløsningsmetode innebærer å lage en visuell fremstilling av ideer og deres relasjoner?


a) Designtenkning


b) Lateral tenkning

**c) Tankekart**




d) Ingen av de ovennevnte

 Ta deg god tid til å tenke nøye gjennom hvert spørsmål og velg riktig svar. Når du har gjort dine valg, kan du sjekke de riktige svarene for å vurdere din kunnskap og forståelse av problemløsningsmetodene.

 Husk at denne øvelsen er utviklet for å hjelpe deg med å utforske ulike problemløsningsmetoder og styrke din evne til kreativ tenkning. Kos dere med øvelsen, og ha det gøy med å oppdage nye måter å angripe utfordringer på.

## Aktivitet 3

### Nytt prosjekt, nye ideer


 Du har fått et prosjekt som krever at du tenker fleksibelt og tilpasser deg skiftende omstendigheter. Du må gå inn i prosjektet med et åpent sinn og være villig til å utforske nye ideer og perspektiver.

#### **Tilnærming 1: Analogisk tenkning**

**Beskrivelse:** Analogisk tenkning innebærer å trekke forbindelser mellom konsepter eller situasjoner som ikke har noe med hverandre å gjøre, for å generere ny innsikt og nye løsninger. Det oppmuntrer til å tenke på tvers av tradisjonelle grenser og finne inspirasjon fra ulike kilder.

#### **Fordeler:**

- Utløser kreativ tenkning ved å skape uventede forbindelser.
- Forbedrer evnen til problemløsning ved å anvende kunnskap fra ulike områder.
- Fremmer innovasjon gjennom overføring av ideer og konsepter.

 "[The Power of Analogical Thinking](#)" - Oppdag hvordan analogisk tenkning kan utvide din evne til problemløsning og hjelpe deg å tenke mer fleksibelt.

#### **Tilnærming 2: Omvendt tenkning**

**Beskrivelse:** Omvendt tenkning innebærer å snu på tradisjonelle antakelser og perspektiver for å utfordre eksisterende normer og generere nye ideer. Det oppmuntrer til å tenke på ukonvensjonelle måter og vurdere alternative synspunkter.

#### **Fordeler:**

- Oppmuntrer til nytenkning ved å stille spørsmål ved etablert praksis.
- Bidrar til å identifisere skjulte antakelser og fordommer.
- Stimulerer kreativiteten ved å utforske kontraintuitive løsninger.


 "[Omvendt tenkning](#): Unleashing Creativity" - Utforsk konseptet omvendt tenkning og lær hvordan det kan frigjøre ditt kreative potensial og forbedre din tilpasningsevne.

### **Tilnærming 3: Scenarioplanlegging**

**Beskrivelse:** Scenarioplanlegging innebærer å se for seg og forberede seg på flere mulige fremtider. Det bidrar til å utvikle fleksibilitet og tilpasningsevne ved å vurdere ulike scenarier og utvikle strategier for å håndtere usikkerhet.

#### **Fordeler:**

- Forbedrer strategisk tenkning og beslutningstaking i dynamiske miljøer.
- Øker beredskapen for uventede endringer og utfordringer.
- Oppmuntrer til en proaktiv og fleksibel tilnærming til problemløsning.

 "[Introduksjon til scenarioplanlegging](#)" - Dykk ned i scenarioplanleggingens verden og forstå hvordan den kan hjelpe deg med å utvikle fleksibilitet og tilpasningsevne.



Nå setter vi kunnskapen din på prøve med følgende flervalgsspørsmål:

**Spørsmål 1:** Hvilken tenkemåte innebærer å trekke sammenhenger mellom begreper som ikke har noe med hverandre å gjøre, for å skape ny innsikt?

#### **a) Analogisk tenkning**

- b) Omvendt tenkning
- c) Scenarioplanlegging
- d) Ingen av de ovennevnte

**Spørsmål 2:** Hvilken tenkemåte innebærer å snu opp ned på tradisjonelle antakelser og vurdere alternative synspunkter?

#### **a) Analogisk tenkning**

#### **b) Omvendt tenkning**

- c) Scenarioplanlegging
- d) Ingen av de ovennevnte


**Spørsmål 3:** Hvilken tenkemåte innebærer å se for seg flere mulige fremtider og utvikle strategier for å håndtere usikkerhet?

a) Analogisk tenkning

b) Omvendt tenkning

**c) Scenarioplanlegging**

d) Ingen av de ovennevnte


 Ta deg god tid til å tenke nøye gjennom hvert spørsmål og velg riktig svar. Når du har gjort dine valg, kan du sjekke de riktige svarene for å vurdere din forståelse av de ulike tenkemåtene.



Husk at denne aktiviteten er utformet for å hjelpe deg med å utvikle fleksibilitet og tilpasningsdyktighet i tankegangen din. Benytt deg av muligheten til å utforske nye tilnærminger og utvide problemløsningsevnen din!

## Aktivitet 4

### Lansere et nytt produkt

 Tenk deg at du jobber i et markedsføringsteam som skal lansere et nytt produkt. Teamet har fått i oppgave å utvikle innovative markedsføringsstrategier for å fange målgruppens oppmerksomhet og differensiere produktet fra konkurrentene. Mens dere brainstormer ideer under et teammøte, legger du merke til at det foreslås ulike tilnærminger. Noen teammedlemmer foreslår å holde seg til tradisjonelle markedsføringsteknikker, mens andre tar til orde for utradisjonelle og ukonvensjonelle ideer.



I dette scenariet vil din forståelse av det å være kreativ spille en avgjørende rolle i utformingen av markedsføringsstrategien. Din evne til å tenke og handle på nye og innovative måter vil bidra til å utvikle unike og oppsiktsvekkende markedsføringskampanjer.



Ta utgangspunkt i dette scenariet, les følgende spørsmål om det å være kreativ og velg riktig svar blant de oppgitte alternativene.

**Spørsmål 1.** Hvilket av følgende utsagn beskriver best det å være kreativ i markedsføringssammenheng?

A) Holde seg til tradisjonelle markedsføringsteknikker

B) Følge de samme strategiene som konkurrentene

**C) Generere innovative og ukonvensjonelle ideer**

D) Å basere seg utelukkende på markedsundersøkelser

**Spørsmål 2:** Hvordan kan det å være kreativ være en fordel for et markedsføringsteam i det beskrevne scenariet?

A) Det begrenser teamets valgmuligheter og begrenser deres tenkemåte.

B) Det hjelper teamet med å smelte sammen med konkurrentene.

**C) Det gjør det mulig for teamet å fange målgruppens oppmerksomhet.**

D) Det reduserer sjansene for en vellykket produktlansering.

**Spørsmål 3: Hvorfor er det viktig å være åpen for nye ideer i markedsføringssammenheng?**

A) Det hindrer teamets evne til å tilpasse seg endringer i markedet.

B) Det begrenser teamets kreativitet og nytenkning.

**C) Det oppmuntrer til utforskning av ulike muligheter og tilnærminger.**

D) Det hindrer teamet i å skille seg ut blant konkurrentene.




Husk at det å være kreativ i markedsføringssammenheng innebærer å generere innovative ideer, fange målgruppens oppmerksomhet og være åpen for nye muligheter. Disse prinsippene vil hjelpe teamet ditt med å utvikle unike og effektive markedsføringsstrategier for den nye produktlanseringen.

## Aktivitet 5

### Utfordring i samarbeid om å finne ord

Les følgende scenario nøye, og marker de ordene som er viktige for å forbedre samarbeidet og fremme kreativt teamarbeid. Velg ut og understrek fem ord i teksten på som du mener bidrar til effektivt samarbeid og teamarbeid.

 Scenario: Du og teamet ditt jobber med et komplekst prosjekt med en stram tidsfrist. Prosjektet krever innovative ideer og effektivt samarbeid for å lykkes. Hvert teammedlem bidrar med unike ferdigheter og perspektiver. Dere har jevnlig teammøter der dere diskuterer fremdrift, idémyldrer og tar opp eventuelle utfordringer. Teamet oppmuntrer til åpen kommunikasjon, aktiv lytting og konstruktive tilbakemeldinger. Tillit og respekt er grunnlaget for samarbeidet. Sammen streber dere etter å skape et inkluderende og støttende miljø som fremmer kreativitet og samarbeid.

Tekst: "I teamet vårt verdsetter vi samarbeid og teamarbeid. Vi tror at vi kan oppnå fremragende resultater ved å utnytte våre ulike ferdigheter og perspektiver. De regelmessige møtene våre fungerer som en plattform for idémyldring om innovative ideer og håndtering av prosjektutfordringer. Åpen kommunikasjon, aktiv lytting og konstruktive tilbakemeldinger er avgjørende for at vi skal lykkes. Vi stoler på og respekterer hverandre og skaper et støttende og inkluderende miljø der alle kan bidra med sitt beste. Ved å fremme kreativitet og samarbeid tar vi sikte på å overgå målene våre og levere eksepsjonelle resultater."



Merk ordene (velg 5 ord):

- Samarbeid
- Samarbeid
- Mangfoldig
- Møter
- Innovativ
- Utfordringer
- Kommunikasjon
- Lytting
- Tilbakemelding
- Tillit
- Respekt

- Støttende
- Inkluderende
- Kreativitet
- Samarbeid
- Mål
- Eksepsjonell

### Riktige ord

- ✓ Samarbeid
- ✓ Samarbeid
- ✓ Kommunikasjon
- ✓ Tillit
- ✓ Kreativitet



### Tilbakemeldinger:

De utvalgte ordene spiller en avgjørende rolle når det gjelder å fremme samarbeid og kreativt teamarbeid. Her er en kort forklaring av hvert ord og dets betydning:

- **Samarbeid:** Samarbeid betyr å jobbe sammen som et team og kombinere individuelle ferdigheter og anstrengelser for å nå felles mål. Det innebærer å dele ideer, ansvar og ressurser for å utføre oppgavene mer effektivt.
- **Teamarbeid:** Teamarbeid legger vekt på teammedlemmenes kollektive innsats og synergi. Det innebærer samarbeid, koordinering og gjensidig støtte mellom teammedlemmene for å nå felles mål.
- **Kommunikasjon:** Effektiv kommunikasjon er avgjørende for samarbeid og teamarbeid. Det innebærer å utveksle informasjon, ideer og tilbakemeldinger åpent og tydelig. God kommunikasjon letter forståelsen, reduserer misforståelser og fremmer samarbeid.
- **Tillit:** Tillit er grunnlaget for vellykket teamarbeid. Det bygger på pålitelighet, integritet og tillit til teammedlemmenes evner og intensjoner. Tillit fremmer åpen kommunikasjon, samarbeid og et støttende arbeidsmiljø.
- **Kreativitet:** Kreativitet er avgjørende for å generere innovative ideer og finne unike løsninger på utfordringer. Det innebærer å tenke utenfor boksen, utforske nye perspektiver og finne nye måter å løse problemer på.












Ved å gjenkjenne og prioritere disse ordene i scenariet har du vist at du forstår de viktigste elementene som bidrar til effektivt samarbeid og fremmer kreativt teamarbeid. Fortsett å bruke disse prinsippene i arbeidet ditt for å skape et samarbeidende og innovativt teammiljø.


## Aktivitet 6


### Brainstorming


Øv deg på å generere og utvide kreative ideer gjennom en individuell idédugnad.



-  Finn et rolig og behagelig sted der du kan fokusere og la kreativiteten flyte.
-  Velg et spesifikt tema eller en utfordring du ønsker å idémyldre om. Det kan være et personlig prosjekt, et jobberelatert problem eller et hvilket som helst område du ønsker å utforske kreativt.
-  Sett en tidsbegrensning for idédugnaden (f.eks. 15 minutter).
-  Skriv ned ideene dine med penn og papir eller åpne et tomt dokument på datamaskinen.
-  Begynn med å skrive ned temaet eller utfordringen øverst på siden eller dokumentet.
-  La fantasien få fritt spillerom til å generere så mange ideer som mulig innenfor den gitte tidsrammen. Ikke tenk på vurdering eller kritikk på dette stadiet - la fantasien flyte og skriv ned alle ideer du kommer på.
-  Tillat deg selv å tenke utenfor boksen og utforske ukonvensjonelle ideer. Ikke vær redd for å ta sjanser og utfordre tradisjonell tenkning.
-  Etter hvert som du får ideer, kan du prøve å bygge videre på dem og utvide og videreutvikle hver enkelt idé. Utforsk ulike vinklinger, variasjoner eller kombinasjoner av ideer.
-  Hold fremdriften og ikke ta pauser for å evaluere eller analysere ideene under idémyldringen. Fokuser på kvantitet fremfor kvalitet på dette stadiet.
-  Når tidsfristen er utløpt, går dere gjennom listen over ideer dere har generert. Reflekter over om de er gjennomførbare, originale og virkningsfulle.
-  Velg ut de mest lovende ideene som gir gjenklang hos deg, eller som har potensial for videre utforskning.

 Ta deg tid til å reflektere over idémyldringsprosessen. Identifiser eventuelle mønstre, felles temaer eller teknikker som var spesielt effektive for deg.

 Vurder hvordan dere kan videreutvikle og forbedre de utvalgte ideene. Tenk på mulige tiltak eller neste trinn i gjennomføringen.

 Gå gjerne tilbake til ideene dine senere og videreutvikle dem etter behov. Noen ideer kan trenge tid til å modnes eller kombineres med andre konsepter for å få maksimal effekt.

Ved å delta i denne individuelle idédugnaden vil du bli bedre til å generere og videreutvikle kreative ideer. Denne øvelsen oppmuntrer deg til å tenke annerledes, utforske muligheter og utfordre grensene for konvensjonell tenkning. Den hjelper deg med å utnytte ditt kreative potensial og finne unike løsninger på utfordringer og muligheter.



Husk at det ikke finnes noen riktige eller gale svar under idédugnaden. Ta deg friheten til å utforske, eksperimentere og la kreativiteten skinne.



Skriv ned ideene og innsikten du har fått under idédugnaden. Ved å skrive ned tankene dine kan du reflektere over den kreative prosessen og ta vare på verdifulle konsepter for senere bruk.

Kos deg med å utforske de kreative ideene dine og la fantasien få fritt spillerom! Ta gjerne kontakt hvis du har spørsmål eller trenger hjelp underveis.



### 1. Hvilket av følgende er et av hovedmålene med idédugnaden i aktivitet 1?

- a) Analysere ideer med tanke på kvalitet og gjennomførbarhet
- b) Fokusere på å generere et lite antall ideer av høy kvalitet.

**c) Utforske ukonvensjonelle og mangfoldige ideer uten å dømme dem.**

- d) Valg av de mest åpenbare og konvensjonelle ideene

### 2. Hva er den anbefalte tidsrammen for idédugnaden?

- a) 5 minutter

**b) 15 minutter**



- c) 30 minutter
- d) Ingen tidsbegrensninger

### 3. Hva bør du gjøre med ideene som ble generert under idédugnaden?

- a) Analyser og evaluer hver idé umiddelbart
- b) Forkast ideer som virker upraktiske eller urealistiske.
- c) Fokuser på kvantitet fremfor kvalitet på dette stadiet.**
- d) Dele ideer med kolleger for å få tilbakemelding

## Aktivitet 7

### Fyll inn de manglende ordene:

Setning: "Å være kreativ innebærer å tenke utenfor \_\_\_\_\_ og utforske nye \_\_\_\_\_."

Alternativer for å dra:

- "Begrensninger"
- "boks"
- "muligheter"
- "samsvar".

Riktig utfylling: "Å være kreativ innebærer å tenke utenfor boksen og utforske nye muligheter."

"Å tenke utenfor boksen" betyr å tenke på ukonvensjonelle eller innovative måter, utenfor grensene for tradisjonell eller konvensjonell tenkning. Det innebærer å bryte ut av etablerte mønstre og utforske nye og originale ideer. "Å utforske nye muligheter" betyr å aktivt oppsøke nye muligheter, alternativer og potensielle løsninger. Det innebærer å være åpen for ulike perspektiver, vurdere alternative tilnærminger og omfavne potensialet for nye og fantasifulle resultater.

Sammen understreker disse setningene viktigheten av å tenke kreativt, overskride grenser og gå nye veier for å fremme innovasjon og nye ideer.

## Aktivitet 8

### Flervalgsspørsmål:

Hvilken strategi oppmuntrer til risikotaking og utforskning for å fremme kreativitet?

- Brainstorming alene
- Streng evaluering og kritikk
- Omfavne ulike perspektiver

### Prototyping og iterativ forbedring (riktig)

Det riktige svaret er "**Prototyping og iterativ forbedring**". **Prototyping og iterativ forbedring** er en strategi som oppmuntrer til risikotaking og utforskning for å fremme kreativitet. Det innebærer at man lager prototyper eller tidlige versjoner av ideer, konsepter eller produkter og kontinuerlig forbedrer dem gjennom tilbakemeldinger og iterasjon. Denne tilnærmingen gjør det mulig å eksperimentere, lære av feil og innarbeide ny innsikt, noe som kan føre til innovative og kreative løsninger.

Selv om **solobrainstorming** kan være nyttig for å generere ideer individuelt, oppmuntrer det ikke til risikotaking og utforskning i like stor grad som prototyping og iterativ forbedring.

**Streng evaluering og kritikk** kan derimot kvele kreativiteten og motvirke risikovilje. Den fokuserer mer på vurdering og kan hindre at det skapes nye og ukonvensjonelle ideer.

**Å omfavne ulike perspektiver** er viktig for kreativiteten, men det oppmuntrer ikke direkte til risikotaking og utforskning i samme grad som prototyping og iterativ forbedring.

Derfor fremstår prototyping og iterativ forbedring som en strategi som oppmuntrer til risikotaking og utforskning for å fremme kreativitet.