

MIELI 5

# 10 LUOVUUS JA VAHVUUDET

---

# LUOVUUS

- **Luovuus:** kyky luoda jotakin korkealaatuista, aineellisesti tai aineettomasti uutta ja sovellettavissa olevaa
  - jokaisella on luovuutta, mutta luovuuden aste vaihtelee
- Luovuutta tutkitaan useissa eri tieteenaloissa, kuten psykologiassa, kasvatustieteissä ja taloustieteissä
- Luovan tuotoksen tulee olla jotakin uutta tai yllättävää eikä suoraan kopioitua
- Luovuudessa tärkeää usein myös käyttökelpoisuus
  - luovan tuotoksen tulee sopia tilanteeseen tai toimintaan



# LUOVUUDEN NELJÄ ASTETTA



- Kaufman ja Beghetto kehittivät teorian luovuuden neljästä asteesta.
- Teorian mukaan on tärkeä tarkastella luovuutta myös kehityksellisestä näkökulmasta.
  - lapsilla esiintyvät luovuuden osoitukset eivät välttämättä ole objektiivisesti luovia, mutta oman kehitystason kannalta tärkeitä
- Luovuuden asteet:
  - Miniluovuus
  - Pieni luovuus
  - Asiantuntijaluovuus
  - Suuri luovuus

# LUOVUUDEN ASTEET

## Neljä luovuuden astetta

(mukailtu lähteistä: Kaufman & Beghetto 2009; Kesler 2020)

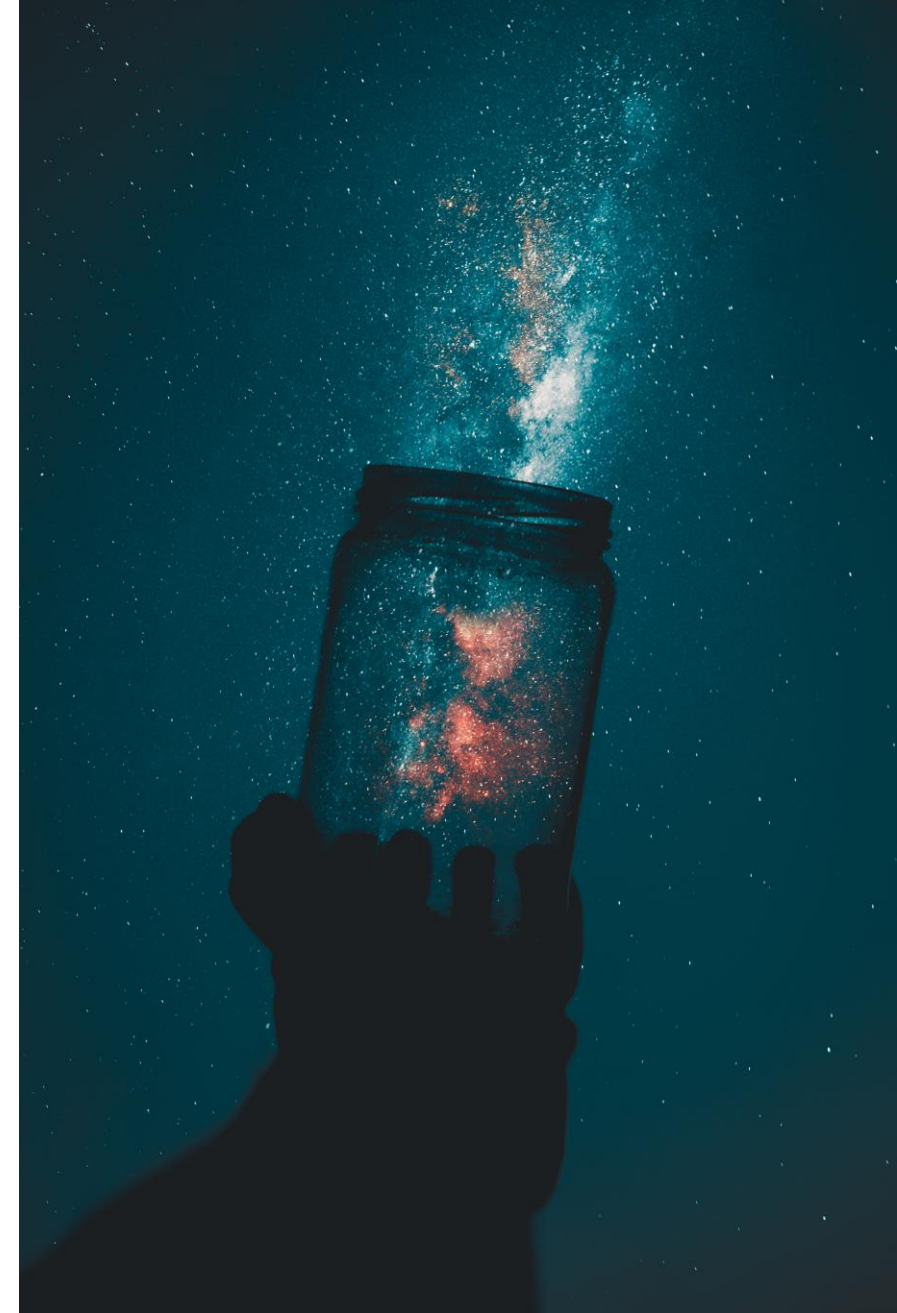
Luovuuden aste	Määritelmä
Miniluovuus ( <i>mini creativity</i> )	Uudet ja henkilökohtaisesti tärkeitä oivallukset omien kokemusten perusteella. Luovuuden hetket, joita esiintyy erityisesti oppimisen yhteydessä ja joita on vaikea arvioida ulkopuolisen näkökulmasta. Esimerkiksi lapsen itse keksimä loru, jonka avulla hän opettelee aurinkokunnan planeetat.
Pieni luovuus ( <i>little creativity</i> )	Jokaisen yksilön toteuttamaa arkipäiväistä luovuutta. Esimerkiksi luovat ratkaisut kotiaskareissa.
Asiantuntijaluovuus ( <i>pro creativity</i> )	Asiantuntemusta ja kokemusta vaativat luovuuden osoitukset, jotka vaativat aikaa kehittyäkseen. Esimerkiksi arkkitehti suunnittelee uutta luovaa kävelykaturatkaisua ja hyödyntää siinä aiempaa kokemustaan kaupunkikeskustojen suunnittelusta.
Suuri luovuus ( <i>big creativity</i> )	Korkeatasoista luovuutta, jota esiintyy vain harvoilla yksilöillä. Yhteisön ja vallitsevan kulttuurin tunnistamat erityisen luovuuden esiintymät. Esimerkiksi kuuluisa taideteos tai tieteellinen teoria.

# LUOVUUDEN TUTKIMINEN

- **Luovuutta tutkitaan usein divergentin ajattelun tehtävillä**
- Divergentti ajattelu: uutta luovia ja tilanteita monesta näkökulmasta tarkastelevia ajattelutapoja
- Konvergentti ajattelu: divergentin ajattelun vastakohta, pyritään yhteen oikeaan ratkaisuun
- **Tapaustutkimuksilla** voidaan tarkastella esimerkiksi erityisen luovia yksilöitä tai yhteisöjä.
- Tutkijat ovat kiinnostuneita siitä, miten luovuus on yhteydessä muihin yksilöllisiin ominaisuuksiin ja esimerkiksi motivaatioon.

# LUOVUUTTA EDISTÄVIÄ TEKIJÖITÄ

- **Älykkyys** on yhteydessä luovuuteen, mutta ei välttämätöntä luovuudelle.
- **Avoimuus uusille kokemuksille** (Big Five) tukee luovuuden ilmenemistä.
- **Motivaatio** tukee luovuutta.
  - **sisäinen motivaatio** on tärkeää luovuudelle, mutta myös **ulkoinen motivaatio** voi joissakin tilanteissa, kuten työssä, tukea luovuutta
- **Flow**: mielentila, jossa yksilö on uppoutunut mielekkääseen tekemiseen niin, että tekeminen on vaivatonta
  - sisäinen motivaatio ja sopivan haastavat tehtävät tärkeitä flow'lle



# TYLSYYS VOI EDISTÄÄ LUOVUUTTA

- Aivojen joutokäynti: aivojen kypsyttelyaika, jolloin yksilö ei tee mitään tiedonkäsittelyllisesti vaativaa.
  - esimerkiksi automaattiset toiminnot ja rutiininomainen tekeminen voivat tuottaa joutokäyntiä
  - ajatusten vapaa vaeltelu tukee joutokäyntiä
- Joutokäynnin aikana aktivoituvat tietyt aivoalueet kuten otsalohkot ja ohimolohkot.
  - hippokampus:
    - myös tärkeä osa joutokäyntiverkostoa
    - tärkeä aivojen alue muistojen vahvistumiselle



# VAHVUUDET TUKEVAT HYVINVOINTIA



- **Vahvuus tai luontevahvuus:** ominaisuuksia, jotka edistävät yksilön ja hänen ympäristönsä hyvinvointia. Niitä voivat olla esimerkiksi reiluus, sisukkuus ja uteliaisuus.
- Yksilöllisiä ominaisuuksia, joiden tunnistaminen ja käyttö tukee **hyvinvointia**.
- Seligman ja Petterson: on olemassa 24 luontevahvuutta, esimerkiksi oppimisen ilo, urheus ja sinnikkyys.
- **Ydinvahvuudet:** jokaisella yksilöllä olevia keskeisiä vahvuuksia, joiden mukaan toimiessaan ihminen on parhaimmillaan ja kokee nautintoa.
- Omiin vahvuuksiin ja erityisesti ydinvahvuuksiin panostaminen tukee esimerkiksi elämäntyytyväisyyttä ja onnellisuutta.