

KREATIVITETENS PSYKOLOGI

HVAD DU SOM
KREATIV BØR VIDE
OM DIG SELV OG
DIN PSYKE

Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S
Copyright © 2009
www.nytnordiskforlag.dk
www.kreativitetenspsykologi.dk

VI HAR BRUG FOR KREATIVE MENNESKER, DER IKKE ER BANGE

- Siger Thea Mikkelsen, psykolog og direktør for Center for Kreativitet. Hun har skrevet *Kreativitetens psykologi – hvad du som kreativ bør vide om dig selv og din psyke*, som opmuntrer kreative mennesker til at holde fast i deres egne ideer.

Bogen udkommer på Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck torsdag d. 22. oktober.

- Alt for mange kreative mennesker forstår ikke sig selv. De forstår ikke, hvorfor de går i stå, hvorfor de har perioder, hvor de ikke får nye ideer, og hvorfor det at samarbejde med andre nogle gange er en gave, og andre gange får dem til at tvivle på, om de overhovedet er havnet i den rigtige branche, siger Thea Mikkelsen, der igennem flere år har undervist i de kreative brancher og også har haft kreative mennesker i sin private praksis, og som oplever, at mange går i stå, fordi de ikke forstår deres egen psyke.

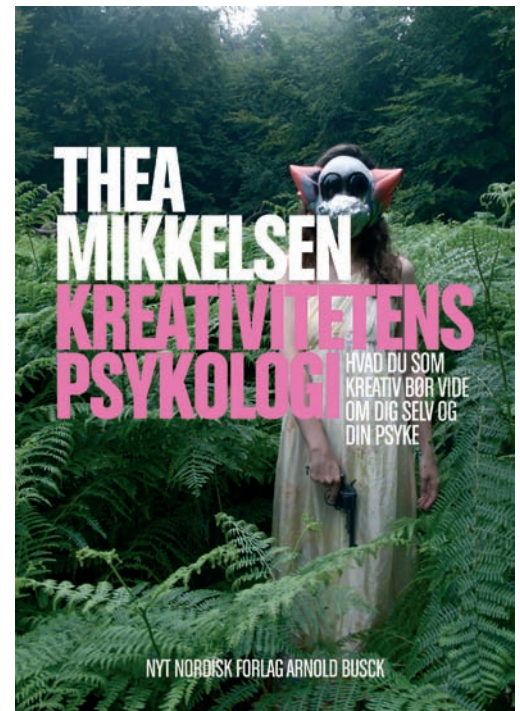
Thea Mikkelsen uddyber: *- Det er ikke kun hæmmende for de kreative udfoldelser, det er også et problem for et land, der skal leve af sin kreativitet. Vi har ikke brug for kreative, der holder sig tilbage, og som ikke får afprøvet deres ideer. Vi har brug for kreative, der har modet til at forfølge en tanke, og som kan åbne rummet for, hvad der er muligt for os alle sammen. Det er mit håb, at bogen kan give læseren mere mod til at tage de inspirationer alvorligt, der kommer til dem fra deres ubevidste, at håndtere deres faglighed konstruktivt, og at huske at holde fast i deres visioner om, at verden kan blive et bedre sted.*

Kreativitetens psykologi – hvad du som kreativ bør vide om dig selv og din psyke henvender sig til alle, der arbejder kreativt. Den er derfor til dem, der er bange for at blive fyret, direktører, der er i tvivl om deres ledelsesform, kunstmalere, der er bange for, at deres udtryk ikke bliver accepteret, journalister, der føler, de altid skriver det samme, arkitekter, der er blokerede af for meget vanearbejde – samt den kæmpe gruppe af kreative mennesker, der ikke kan komme ud af starthullerne.

Bogen handler om, hvad man skal være opmærksom på, hvis man ønsker at bevare sine kreative evner, og hvad psykologien kan fortælle os om, hvordan man gør det. Den består både af teoretiske afsnit, en række opmærksomhedspunkter til dem, der ønsker at udvikle deres kreativitet samt to case stories, hvor man i et fiktivt forløb følger Adam, der er arkitekt, og Emilie, der er projektleder på et reklamebureau, i deres personlige rejse mod at forstå og bevare deres egen kreativitet.

Kreativitetens Psykologi – hvad du som kreativ bør vide om dig selv og din psyke er til salg i alle landets boghandlere og på nettet hos arnoldbusck.dk fra d. 22. oktober. Den er på 220 sider og vejl. pris er 249 kr.

På bogens hjemmeside www.kreativitetenspsykologi.dk kan man læse uddrag, se en interviewfilm med bl.a. Jørgen Leth, Kirsten Dehlholm, Bjarke Ingels, Tal R og Bolette Christensen samt teste, hvor meget man ved om sin egen kreativitet. Find også bogen på Facebook under "grupper".



KREATIVITETENS PSYKOLOGI

HVAD DU SOM KREATIV BØR VIDE OM DIG SELV OG DIN PSYKE

Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S
Copyright © 2009
www.nytnordiskforlag.dk
www.kreativitetenspsykologi.dk

UDDRAG AF BOGEN

Fra
INDLEDNING: HVAD VI TALER OM, NÅR VI TALER OM KREATIVITET

Kender du det, at du sidder og arbejder med noget, som ikke rigtig vil falde på plads? Pludselig hører du nogen tale om noget og kommer i tanke om en dag for meget længe siden, hvor der skete noget, der dengang virkede ubetydeligt. Efter at have tænkt denne tanke, kan du pludselig løse dit problem. Du kan måske ikke se den direkte forbindelse mellem denne erindring og det, du sidder og arbejder med. Eller også kan du. Men problemet er løst.

Det kan også være, at du sidder og arbejder med et projekt, som egentlig går meget godt. Men pludselig bliver du bange. Du får en idé, som du ikke kan overskue. Du har ikke lyst til at vise det, du har lavet til nogen. Overvejer måske for et kort øjeblik at skifte branche, eller i hvert fald at ændre projektet. Måske bliver du lidt kort for hovedet overfor dine kolleger. Så går der et par timer, og du finder tilbage til tilliden og modet og arbejder videre på at gøre dine ideer til virkelighed. Eller også gør du ikke, og vælger et andet liv.

Nogle mennesker er bedre end andre til at reagere på de ideer, der kommer pludseligt og i første omgang uden argumenter. Til at tage ideerne og gøre dem til virkelighed. Det er dem, vi forstår som kreative. Vi får alle ideer på denne måde indimellem, og vi har derfor alle sammen et kreativt potentiale. Men det er kun dem, der forstår at reagere på ideerne og tør føre dem ud i livet, som gør brug af deres kreativitet.

Jeg har skrevet denne bog, fordi jeg synes, at mennesker skal reagere på deres ideer og finde modet til at føre dem ud i livet. Men det psykologiske univers, som vores kreativitet udspiller sig i, er så komplekst og modsætningsfyldt, at det indimellem kan være vanskeligt.

Fra
1. KAPITEL: DEN KREATIVE IMPULS OG DENS PSYKISKE NIVEAUER

Ser man psykologisk på det, kan man groft forenklet sige, at vi har forskellige psykiske niveauer, der alle er involverede i vores kreativitet. Der er selvfølgelig vores bevidste tænkning, hvor man kan iagttage, at når vi tænker og arbejder kreativt, udfolder vores tænkning sig på en anden måde end ved andre aktiviteter. Men ud over vores tænkning er der vores følelser og de mere ubevidste interesser, der spiller ind på dem, og der er vores værdier og mål med det, vi laver. For at forstå, hvordan vores kreativitet udspiller sig i vores psyke, må vi derfor se på den som et komplekst samspil af forskellige former for dynamik.

Yderligere oplysninger:

Nyt Nordisk Forlag, Susan Fromberg Andersen, presseansvarlig telefon: 33733548 sf@nytnordiskforlag.dk
Thea Mikkelsen mobil: 24667823 thea@centerforkreativitet.dk



KREATIVITETENS PSYKOLOGI

HVAD DU SOM
KREATIV BØR VIDE
OM DIG SELV OG
DIN PSYKE

Nyt Nordisk Forlag Arnold Busck A/S
Copyright © 2009
www.nytnordiskforlag.dk
www.kreativitetenspsykologi.dk

OM FORFATTEREN THEA MIKKELSEN

Thea Mikkelsen er privatpraktiserende psykolog og underviser i kreativitetens psykologi inden for de kreative brancher.

Hun er født i København i 1974 og er cand. mag. i Litteraturvidenskab og Moderne Kultur og Kulturformidling og cand. psych. fra Københavns Universitet.

Thea leder virksomheden Center for Kreativitet ApS og arbejder som konsulent og underviser i kreative virksomheder og andre steder, hvor mennesker skal udføre kreativt og innovativt arbejde.

Hun er fast tilknyttet en række kreative uddannelser, som Den Danske Filmskole, Det kgl. Danske Kunstakademis Arkitektskole, Arkitektskolen Århus og Designskolen Kolding, og har holdt workshops for Det kgl. Danske Kunstakademis Billedkunstskoler, Det kgl. Danske Musikkonservatorium, Danmarks Designskole og en række kreative højskoler. Hun holder også efteruddannelseskurser for Arkitekternes Efteruddannelse, Filmskolens Efteruddannelse og Djøf-Efteruddannelse. Desuden er hun ekstern lektor på Institut for Psykologi på Københavns Universitet.

Ved siden af undervisningen tager Thea Mikkelsen som praktiserende psykolog klienter efter aftale i Hellerup, København og i Århus.

Thea Mikkelsen er gift med filminstruktøren Jens Mikkelsen og bor i Hellerup. Med sig i bagagen har hun erfaringer fra en opvækst i en idealistisk familie, hvor politik, økologi, spiritualitet og uddannelse fra fødslen af har været i fokus. Hun har bl.a. tilbragt en del af sin barndom på storkollektivet Svanholm Gods, weekender på Vækstcenteret i Nr. Snede og har gået 12 år i Rudolf Steiner skole. Til kommunalvalget i november stiller hun op for Radikale Venstre i Gentofte kommune.



Yderligere oplysninger:

Nyt Nordisk Forlag, Susan Fromberg Andersen, presseansvarlig telefon: 33733548 sf@nytnordiskforlag.dk
Thea Mikkelsen mobil: 24667823 thea@centerforkreativitet.dk