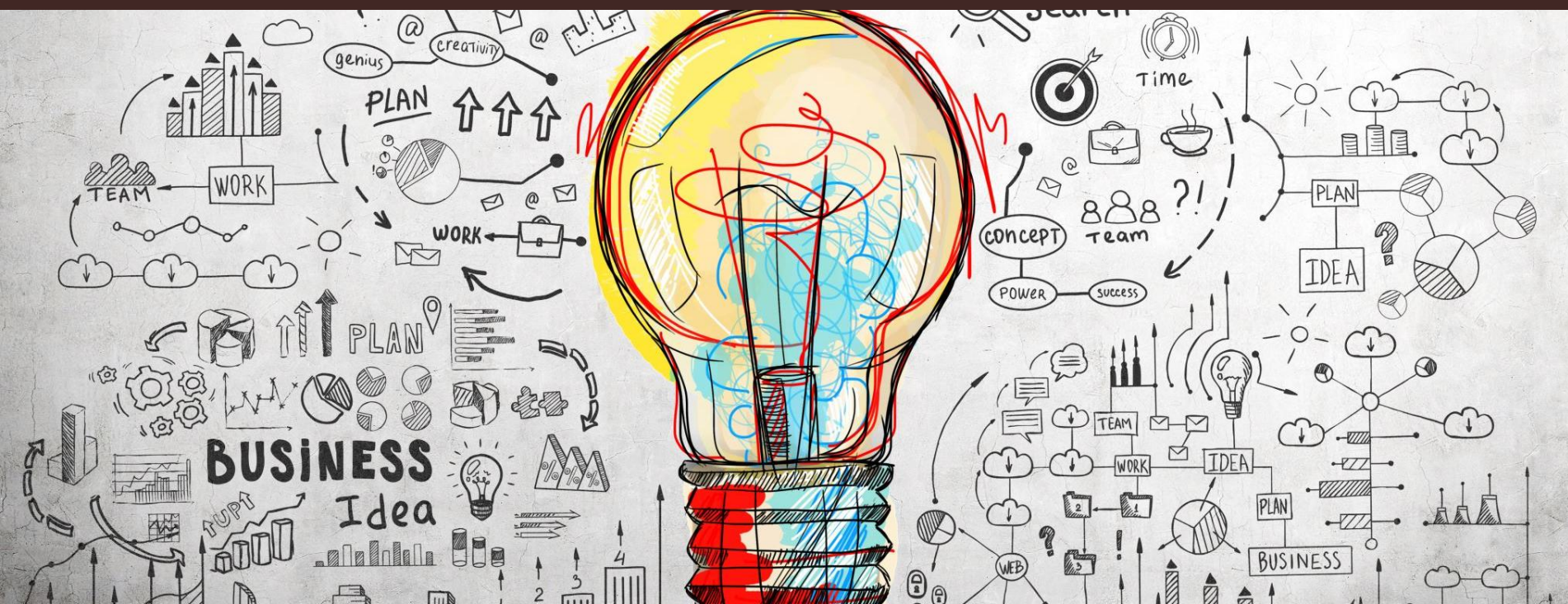


# Radošuma attīstības metodes



Gita Līpenīte

MIKC Latgales Mūzikas  
un mākslas vidusskola

Rēzeknes Mākslas un  
dizaina skola

2026

# Radošums

Radošums ir spēja radīt vai citādā veidā padarīt iespējamu kaut ko jaunu.

Tas var būt:

- jauns problēmas risinājums;
- jauna metode vai iekārta;
- jauns mākslas objekts vai forma.

Radošā domāšana ir jaunu, noderīgu ideju radīšana jebkurā sfērā.

# Metodes radošuma attīstībai

- Prāta vētra
- Radošā metode «Fokālie objekti»
- Metode «6-3-5»
- Dr. Edvarda de Bono 6 domāšanas cepures
- Zivs asaka

# Prāta vētra

‘Prāta vētra’, iespējams, ir viena no populārākajām metodēm jaunu ideju radīšanai un problēmu risināšanai. Šī metode jau tiek izmantota ļoti ilgu laiku, bet savu aktualitāti nav zaudējusi.

Šī metode apvieno relaksētu, neformālu pieeju problēmu risināšanai ar laterālu domāšanu.

“Prāta vētras” metode iedrošina ikvienu nākt klajā ar domām un idejām, kas sākotnēji var šķist neprātīgas.

Daļa no idejām, kas radītas ar šo metodi, var tikt pārvērstas oriģinālos un radošos risinājumos dažādām problēmām.

Tā ir lieliska iespēja radīt lielu daudzumu ideju. Šī metode palīdz cilvēkus “izraut” no ierastā domāšanas veida.

# Prāta vētra

«Prāta vētru» var izmantot jebkura veida uzņēmuma vadībā, mārketingā, reklāmā u.c., kad tiek meklētas biznesa idejas un/vai risinātas problēmas.

Prasības:

- Problēmas (situācijas), kas jāatrisina, definēšana;
- Grupa, komanda (maksimāli 10 cilvēki)
- Liela tāfele vai papīra loksne
- Grupas vadītājs, kas darbojas kā moderators un uztur ritmu un kārtību
- Komfortabla vide;
- 'Ledlauži", kas palīdz radīt relaksētu atmosfēru;
- Noteikt vai tiks izmantots nejaušais stimulants un kādā veidā. Nejaušie stimuli var būt gan tekstuāli, gan vizuāli, gan audiāli. Kā nejaušo stimulu visbiežāk izmanto, kādu vārdu, ko nejauši uzšķir grāmatā, žurnālā vai citā tekstuālā dokumentā. Var izmantot arī iepriekš sagatavotas vārdu kartītes. Kā vizuālus stimulus var izmantot savus zīmējumus vai citu radītus attēlus. Nejaušie stimuli palīdz radīt jaunas asociācijas, kas savukārt paver iespēju domas pārvērst jaunā virzienā

Mērķis: liels ideju skaits

# Prāta vētra

Noteikumi:

- Kritika nav pieļaujama. Negatīvie vērtējumi jānoklusē līdz vēlākam laikam;
- Ieteicama neierobežota ideju izteikšana – trakās idejas var dot vislabākos rezultātus;
- Kvantitāte. Jo vairāk ideju, jo lielāka iespēja, ka kāda būs īstā;
- Jāmeklē iespējas idejas apvienot un uzlabot, pārvēršot tās vēl labākās;
- Idejās: sintēze.

# Radošā metode «Fokālie objekti»

1. Nosakām fokusu (objektu) un uzstādām mērķi.
2. Izvēlamies nejaušus lietvārdus – attaisām vārdnīcu un izvēlamies pirmo gadījušos lietvārdu.
3. Piemeklējam lietvārdiem pēc jēgas piederīgus īpašības vārdus.
4. Sasaistām īpašības vārdus ar fokusu un pēc asociācijām, kas radušās, meklējam risinājumu.
5. Novērtējam variantus un izvēlamies labākos.

| Lietvārds | Īpašības vārds                     | Īpašības vārds + asociācija ar šo īpašības vārdu | Fokuss 2                     | Kas iespējams (fokuss)           | Izvēlamies labākos variantus  |
|-----------|------------------------------------|--|------------------------------|----------------------------------|-------------------------------|
|           | <i>3-5 pretī katram lietvārdam</i> | <i>Asociācija ar īpašības vārdu</i>              | <i>Nākošā asociācija</i>     | <i>Varianti</i>                  | <i>Labākie varianti</i>       |
| puķe      | Smuka slaida                       | Smuka sieviete<br>Slaida smilga                  | Kā modele<br>Vingrotāja zālē | Modes skate<br>Sacensības sportā | Nepieradinātās<br>modes skate |
| jahta     | peldoša                            | Smuks puisīt's                                   | Striptīza dejojājs           | Deju maratons                    |                               |
| .....     |                                    | Peldošās salas                                   | Vientuļa sala                | Izdzīvošana uz salas             | Izdzīvošanas spēles           |

# Metode «6-3-5»

- 6 ekspertu grupa.
- Katrs 5 minūšu laikā izvirza 3 priekšlikumus vai 3 hipotēzes par analizējamo/risināmo jautājumu;
- Idejas tiek pierakstītas un laistas pa apli, katrs nākamais tās papildina vai pieraksta savas;
- Beigās tiek apspriestas un novērtētas idejas un izvēlēts pats veiksmīgākais risinājums.







# Sešas domāšanas cepures

Izmanto, lai aplūkotu problēmu un potenciālos risinājumus no dažādiem aspektiem

Kā izmanto:

- 1.variants: Grupā viens vai vairāki cilvēki uzņemas domāt, kādā no noteiktajiem domāšanas veidiem. Grupā secīgi indivīdi apspriež ideju, katrs vadoties pēc savas cepures;
- 2.variants: visa grupa kopā apspriež ideju no konkrētās cepures aspekta. Katrai cepurei tiek atvēlēts noteikts laiks.

# Sešas domāšanas cepures

|   | <i>Cepure</i>   | <i>Virsraksts</i>   | <i>Fokuss</i>                                    | <i>Izmantojums</i>   |
|---|-----------------|---------------------|--|--|
|    | <i>Balta</i>    | <i>Informācija</i>  | <i>Objektīvi fakti</i>                           | <i>Informācijas apkopošana no dažādiem avotiem</i>                     |
|    | <i>Melna</i>    | <i>Vērtējums</i>    | <i>Kritiska negatīvo aspektu izvērtēšana</i>     | <i>“Velna advokāta” tēlošana. Izskaidrot, kāpēc kaut kas nestrādās</i> |
|    | <i>Zaļa</i>     | <i>Kreativitāte</i> | <i>Jaunas idejas, kreatīva attieksme</i>         | <i>Piedāvāt iespējas un idejas</i>                                     |
|  | <i>Sarkana</i>  | <i>Intuīcija</i>    | <i>Sajūtas</i>                                   | <i>Izskaidrot sajūtas un izjūtas</i>                                   |
|  | <i>Dzeltena</i> | <i>Optimisms</i>    | <i>Optimisms: iespēju un ieguvumu apzināšana</i> | <i>Būt pozitīvam, atbalstošam</i>                                      |
|  | <i>Zila</i>     | <i>Domāšana</i>     | <i>Kontrole un procesa novērtēšana</i>           | <i>Izmantot racionalitāti, loģiku, intelektu</i>                       |

# Sešas domāšanas cepures

Katra "domāšanas cepure" ir atšķirīgs domāšanas stils:

**Balta cepure:** Ar šīs cepures palīdzību fokusējas uz pieejamajiem datiem. Aplūko informāciju, kas ir pieejama un apdomā, ko no tās var mācīties. Apzina informācijas un zināšanu nepilnības un cenšas trūkstošās zināšanas un informāciju iegūt vai arī šo nepilnību izmantot savā labā. Ar šīs cepures palīdzību analizē pagātnes tendences.

**Sarkana cepure:** Izmantojot sarkano cepuri, problēmas tiek aplūkotas, izmantojot intuīciju un emocijas. Šajā posmā iespējams apdomāt kā uz konkrētu risinājumu, problēmu emocionāli reagēs citi. Sarkanās cepures galvenie atslēgas vārdi ir sajūtas un intuīcija.

**Melna cepure:** Izmantojot melno cepuri, tiek aplūkoti visi lēmuma kritiskie punkti. Viss tiek izvērtēts piesardzīgi. Tiek aplūkots, kāpēc kaut kas var neizdoties. Šī cepure ir būtiska, jo tā ļauj apzināt plānu vājos punktus. Tas ļauj novērst un izslēgt kritiskos aspektus, piemēram, sagatavojot konkrētus vājo punktu novēršanas plānus. Melnā cepure ļauj izstrādāt daudz piemērotākus un noturīgākus plānus. Šī cepure palīdz novērst trūkumus un riskus pirms to iestāšanās. Melnā cepure ir viena no šīs tehnikas visvairāk ieguvumus sniedzošajām, jo daudzkārt veiksmīgi domājoši cilvēki nespēj saskatīt problēmas, tas tos padara nesagatavotus dažādām problēmām.

# Sešas domāšanas cepures

**Dzeltena cepure:** Dzeltenā cepure palīdz domāt pozitīvi. Ieguvumus un iespējas palīdz saskatīt šīs cepures pozitīvās domāšanas aspekts. Dzeltenā domāšanas cepure ļauj virzīties uz priekšu arī sarežģītās situācijās, kad viss šķiet drūmi.

**Zaļa cepure:** Zaļā cepure nodrošina kreativitāti. Ar šo domāšanas veidu iespējams attīstīt radošus risinājumus problēmām. Šo cepuri raksturo brīvs domāšanas ceļš bez kritikas. Šajā posmā var palīdzēt dažādi kreativitāti veicinoši rīki. Atslēgas vārdi ir alternatīvas, jaunas idejas un iespējas.

**Zila cepure:** Zilā cepure nosaka procesa un domāšanas kontroli. Šī cepure kalpo kā kontroles mehānisms, lai sešu domāšanas cepuru metode tiktu pielietota korekti.

Kad šajā procesā aptrūkst ideju, tas var dot komandu zaļās cepures domāšanai, bet, kad nepieciešami kritisko faktoru novērtējums, talkā jāaicina melnās cepures domāšana u.c. Vēl viens variants, kā izmantot šo tehniku, ir aplūkot problēmu no dažādu profesionāļu aspektiem ( piemēram, ārsts, arhitekts, pārdevējs u.c.)

# Zivs asaka

Zivs asakas tehniku izmanto, lai vizuāli identificētu problēmas iespējamus cēloņus. Šis paņēmiens attur no daļējiem vai priekšlaicīgiem risinājumiem un atklāj dažādu problēmu sastāvdaļu relatīvo nozīmi un mijiedarbību.

Soļi:

1. Uz tāfeles vai lielas lapas uzzīmējiet garu, horizontālu bultu pāri visai platformai, vērstu uz labo pusi. Uz tās uzrakstiet problēmu, kas būs šīs "zivs" mugurkauls.
2. Zīmējiet asakas papildinājumus (45 grādu leņķī pret "mugurkaulu"), kur katrs papildinājums ir potenciālais problēmas cēlonis, par kuru ir potenciāli diskutēt. Iespējams aktualizēt arī apakš problēmas, tās attēlojot kā papildinājumus.
3. Grupa apspriež katru problēmas cēloni, sākot ar vienkāršākajām. Tas ļauj nodrošināt skaidrību kā arī daudzkārt vienkāršāko problēmu cēloņu skaidrojumi padara sarežģītos cēloņus neaktuālus. Ideāli, ja zivs asaka tiek pārzīmēta un tuvāk "galvai" ir svarīgākās problēmas.

# Zivs asaka



# Uzdevums. Kustības enerģija: Pedāļu spēks jaunam produktam

## **Uzdevuma mērķis:**

Attīstīt konceptuālo domāšanu un komandas darba prasmes, izmantojot dizaina domāšanas metodes («Prāta vētra» un «Sešas domāšanas cepures»), lai radītu inovatīva, ar pedāļu mehānismu darbināma produkta skici un prezentāciju.

## **Uzdevuma konteksts:**

Mūsdienu pasaulē arvien svarīgāka kļūst ilgtspējība un alternatīvie enerģijas avoti. Velosipēda pedāļu princips nav domāts tikai braukšanai – tas ir efektīvs veids, kā cilvēka muskuļu spēku pārvērst mehāniskajā vai elektroenerģijā. Uzdevums ir iziet ārpus rāmjiem un radīt produktu, kas atvieglo ikdienu, izklaidē vai risina kādu problēmu, izmantojot tieši šo principu.

# Uzdevums. Kustības enerģija: Pedāļu spēks jaunam produktam

## Veicamie soļi (Darbs grupās 3-5 cilvēki)

**1. posms: Kvantitāte un brīvība («Prāta vētra»).** 10-15 minūšu laikā katra grupa ģenerē pēc iespējas vairāk ideju, kur vēl varētu izmantot pedāļu principu (piemēram: pedāļu veļas mašīna, sulu spiede parkā, lādētājs publiskā pieturā, bērnu rotaļu laukuma atrakcija, kas ražo gaismu). **Noteikums:** Neviena ideja šajā posmā netiek kritizēta! Mērķis ir apjoms.

**2. posms: Analīze un filtrs («Sešas domāšanas cepures»).** Grupas izvēlas vienu vai divas labākās idejas un izveido diskusiju, kurā katrs dalībnieks (vai visa grupa secīgi) "uzliek" konkrētu cepuri, lai izvērtētu ideju:

**Baltā cepure (Fakti):** Kas mums ir vajadzīgs? Kā tas darbosies? Kādi materiāli nepieciešami?

**Sarkanā cepure (Emocijas):** Vai lietotājam tas patiks? Kādas sajūtas tas izraisīs? Vai tas ir "forši"?

**Melnā cepure (Kritiķis):** Kas var noiet greizi? Kādi ir riski? Kāpēc tas varētu nedarboties vai būt neērts?

**Dzeltenā cepure (Optimists):** Kādi ir ieguvumi? Kāpēc šī ir ģeniāla ideja? Kā tas palīdzēs pasaulei/lietotājam?

**Zaļā cepure (Radošums):** Kā mēs varam uzlabot melnās cepures atklātos mīnusos? Kādas ekstrās varam pievienot?

**Zilā cepure (Procesa vadība):** Apkopojums. Kāds ir mūsu gala lēmums un nākamais solis?

# Uzdevums. Kustības enerģija: Pedāļu spēks jaunam produktam

## 3. posms: Vizualizācija (Dizaina daļa)

Audzēkņi izstrādā produkta skices (ortogonālos skatus vai perspektīvu).

Skicē obligāti jābūt norādītam/iezīmētam **ergonomikas aspektam** (kā cilvēks mijiedarbojas ar produktu – sēž, stāv, kur atrodas kājas, kur rokas) un **funkcionālajam principam** (bultiņas, kas rāda, kas griežas un kas notiek rezultātā).

## 4. posms: Prezentācija un aizstāvēšana

Īsa (3 minūšu) prezentācija, kurā grupa iepazīstina ar savu ideju

# Informācijas avoti

- Jargans, I., Sila, I. (2019). Radošās metodes. Skatīts 15.05.2023. Pieejams <https://lpva.lv/storage/files/DOaCQpapPzqSc865b7flqy1HVIaKV3yLEUKpUWr3.pdf>
- Miķelsone, E. (2019). Radošās domāšanas metodes. Rīga: Ideju Inovāciju Institūts. Skatīts 15.05.2023. Pieejams <https://karjerasmateriali.lv/wp-content/uploads/2020/10/Rados%CC%8Ca%CC%84s-doma%CC%84s%CC%8Canas-metodes.pdf>
- <https://metodes.lv/iepazisanas-ledus-lausana/>
- <https://metodes.lv/informacijas-iegusana-pieredzes-apmaina/>