

Fáze tvořivého procesu

Proces vzniku originálního nápadu, myšlenky či způsobu řešení problému není dílem jen výjimečného okamžiku, ale složitým a dlouhodobým procesem. Tento proces velmi přínosně rozebrala **Verena Kastová (2000)**, která v každé fázi popisuje i doprovodné emoce, které člověk prožívá. Proces se řídí obecnými zákonitostmi a má tuto podobu:

1. Přípravná fáze

V ní shromažďujeme materiál týkající se problému. Pokoušíme se nahlédnout problém z různých perspektiv, sbíráme nápady druhých. Postupně tímto způsobem shromáždíme tolik myšlenek, že jsme z toho až zmateni. Mnohdy máme pocit, že jsme k něčemu dospěli, ale jindy nám připadá, že nerozumíme vůbec ničemu. Tuto fázi provází pocit napětí.

2. Inkubační fáze

Během této fáze se problém zpracovává v nevědomí. Je to neklidné období. Vynořují se řešení problému a zase se zavrhnou. Člověk má pocit, že se cosi klube, cítí se však neefektivní a má pocit, že veškeré jeho snažení je marné, až nakonec začne zpochybňovat svoji vlastní hodnotu. V této fázi je třeba rezignovat na úsilí řešit problém vědomě. Zatímco v přípravné fázi se člověk snaží vědomě posoudit problém ze všech hledisek, ve fázi inkubace je nutné nechat věcem volný průběh, spolehnout se, že přijde nějaký nápad a chaos se uspořádá.

3. Fáze vhledu

Je charakterizována zábleskem nového poznání. Člověk si po té, co si prošel „temnou nocí“ inkubační fáze, oddechne: chaos se uspořádal a nachází evidentně smysluplný poznatek. Tato fáze je doprovázena přirozeně pocitem radosti a ulehčení.

4. Fáze realizace

V této fázi se naplno formuje to, co člověk pochopil. Jde o to propracovat a přivést do reality nové myšlenky. V tuto dobu je třeba mnoho trpělivosti a koncentrace, protože od nápadu k jeho realizaci je ještě dlouhá cesta.

Tvůrčí řešení problému odhaluje nové souvislosti mezi jevy, procesy a vztahy, které nebyly dosud známy. **Podstatou tvůrčího myšlení** je hledání vztahů mezi prvky, které spolu zdánlivě nesouvisí, které však ve své vzájemné kombinaci vytvářejí novou kvalitu. Tvůrčí akt vrcholí v okamžiku, kdy se setkávají dva řetězce běžně spolu nespojovaných úvah, jež se integrují do nové struktury, do nového výrazového celku.