

Творчество - это особый вид человеческой деятельности, который способствует появлению в мире чего-то нового, того, что в нем еще не существовало.

Творческая деятельность - не просто способ «убить» время, но еще и таинственный процесс, доставляющий неподдельное удовольствие. Причем, творец может порадовать не только себя, но и еще других людей конечным продуктом своего труда. Сюрприз, сделанный своими руками, больше всего любят получать на праздники. Ведь в них вложена частичка души поздравившего человека. Кроме того, подарок, созданный самостоятельно, поистине уникален. Ему не найдется аналогов во всем мире. Некоторых детей заставляют заниматься творческими видами деятельности родители. Иногда творческие родители стремятся «вылепить» из собственного ребенка себя самих. Но нужно помнить, что принуждение к творчеству не приведет ни к чему хорошему. Важно, чтобы с ранних лет ребенок занимался тем, что ему действительно интересно. Тогда он сможет быстрее найти свой путь в этой жизни и вырасти счастливым человеком. Также творчество на сегодняшний день - один из способа заработка. По-настоящему талантливые люди могут получать неплохой доход, занимаясь избранной творческой деятельностью.



Быть творческим — это значит развивать в себе всю жизнь созидательную природу. Какая цель у любых творческих занятий? Возможно воспитать великих художников или писателей? Нет, конечно. Вырастить личностей. Людей с неординарным мышлением, настроенных на саморазвитие и самосовершенствование.

Почему полезно заниматься творчеством?

Творчество **приносит положительные эмоции**, которые в свою очередь благотворно **влияют на здоровье** человека.

Любое творчество, будь то рисование, вязание, спонтанные танцевальные движения, музыка, литература **являются безопасными способами разрядки напряжения, возможностью справиться со своими эмоциями.**

Спонтанные лепка, рисование, движения помогают преодолеть неосознанные психологические преграды и начать действовать по-новому уже в реальной жизни, т.е. расширяет наши способы поведения, **раздвигает рамки мышления.**

Творчество – прекрасный способ самопознания в силу того, что познание своей эмоциональной жизни (сферы) происходит через усиление внимания к собственным чувствам, особенностям личности, воображения, мышления, отношений. Творчество – это уникальный и ваш личный инструмент поиска себя, понимания себя и развития.

Повышение самооценки

Посредством самовыражения происходит повышение самооценки. Когда вы действуете в коллективе и другие признают ваш талант, когда единомышленники и поклонники наслаждаются плодами вашего творчества, ваша самооценка повышается. Конечно, чтобы не происходило обратного эффекта (понижения самооценки) важно выбрать максимально близкое по духу творчество, то, что действительно будет получаться (а не приносить мучения), и в чем вы сможете наблюдать свой рост.

Удовольствие и позитивные эмоции

Здесь все просто! Даже если вы не хотите заниматься «самокопанием» с помощью творчества и не стремитесь к решению каких-либо психологических проблем, вы можете просто наслаждаться творческим процессом, и, получая приятные эмоции, продлевать себе жизнь!

Успокаивающий эффект

Да, рисование, вязание, вышивание, игра на фортепиано способны снять повседневные стрессы и напряжение, успокоить вашу нервную систему. В современном мире это очень актуально.

Возможность прожить множество жизней

Творчество, конечно, бывает разное. В статье я не говорю о каком-то конкретном виде. Но, например, «прожить другую жизнь» можно, исполняя песню, побывав в роли актера или попробовав себя в писательстве. Только представьте себе, что можно пережить, когда вы пишете увлекательное произведение.

Качество жизни и самореализация

Если вы занимаетесь каким-то творчеством или даже разными видами творчества, ваша жизнь, несомненно, становится более яркой, наполненной

смыслом. Она становится интереснее и разнообразнее. **Творчество может стать для вас прекрасной самореализацией**, сохраняя статус «хобби» или выходя за его пределы.

Список можно продолжить и найти много полезных аргументов, которыми наградит нас творческая деятельность. Что еще вам приходит на ум? Например... что скажете о таком «побочном эффекте» от творчества, **как расширение круга интересных и полезных знакомств?**

Итак, вы все еще сомневаетесь в том, что творчество так богато своими возможностями? Есть всего лишь один способ, чтобы проверить это – **начать творить самому!** Главное – **найти «свой» вид творчества**, свое дело, которое будет нравиться и лучше всего получаться.

Но это уже другая тема. До встречи!