**Памятка**

**Помощь родителям в развитии у детей**

**творческих способностей**

1. **Позволяйте детям изучать различные материалы.**
2. **Отведите место, где ребенок сможет заниматься своими рисунками и поделками.**
3. **Выдумывайте.**
4. **Покажите, что вы уважаете его творчество.**
5. **Ищите новые идеи.**
6. **Увлекайте детей, пока вы заняты.**
7. **Не пытайтесь угадать, что он сотворил.**
8. **Слушайте ребенка.**
9. **Спрашивайте его о том, что он делает.**
10. **Никогда не ругайте за творчество.**
11. **Поддерживайте своего ребенка.**
12. **Примите то, что создано.**
13. **Находите время, чтобы творить вместе.**

**Памятка**

**« «Как сделать собственную жизнь**

**творческой и креативной»**

* Регулярно выполняйте физические упражнения.
* Следите за тем, чтобы ваша диета была разнообразной и сбалансированной.
* Овладейте техникой релаксации и медитации.
* Совершенствуйте уверенность в себе.
* Ведите дневник, делайте зарисовки, пишите стихи, короткие рассказы и песни.
* Читайте художественную литературу, развивающую воображение.
* Задумывайтесь об альтернативных способах использования предметов, с которыми вы сталкиваетесь в повседневности.
* Задумывайтесь о сходстве не похожих друг на друга вещей.
* Займитесь живописью или скульптурой.
* Посещайте вдохновляющие места.
* Займитесь делами, о которых вы обычно не помышляли.
* Старайтесь быть более спонтанными и общительными.
* Смотрите комедии и старайтесь сформировать свой собственный юмористический стиль.
* Слушайте классическую музыку.
* Старайтесь выполнять свои ежедневные рутинные обязанности разными способами.
* Заводите новых друзей и расширяйте круг общения.
* Думайте о себе как о творческой личности.
* Думайте о креативности как о способе существования.
* Приучайте задавать себе вопрос: «А что, если…?»
* Не засиживайтесь перед телевизором.
* Позвольте себе мечтать.
* Не бойтесь оказаться неправым или совершить ошибку.
* Не выносите поспешных усилий.
* Интересуйтесь абсолютно всем.