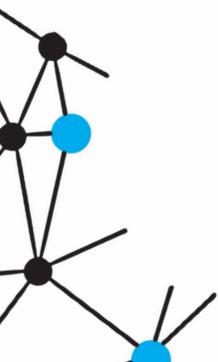


СОДЕРЖАНИЕ

МОЗГ: ПРАВОЕ И ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЯ	11
Наш мозг работает на 10%?	12
Тайны мозга	13
Зачем нужно тренировать мозг	17
Проблема XXI века	20
Развитие мозга: общие рекомендации	24
С чего начать	26
ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ: ДЛЯ ТВОРЧЕСКИХ ЛЮДЕЙ, КОТОРЫЕ НЕ УМЕЮТ РЕАЛИЗОВЫВАТЬ СВОИ ИДЕИ	28
Известные левополушарные люди	31
Зачем развивать левое полушарие	32

Медитация «Активизация левого полушария»	33
Написание текста и рисование правой рукой	34
Развитие мелкой моторики	34
Чтение профессиональной литературы	37
Подискутируем	37
Стихи, цитаты, высказывания	40
Прослушивание классической музыки	42
Развитие памяти	42
Интерьер в деталях	46
Мой день	48
Китайская стена	50
Нурикабе	50
Судоку	51
Шикаку	53
Найдите слова	54
Отгадайте слова	56



Кроссворд	58
Развитие скорощения	62
Разбор музыки по составу	63
Я — закон!	63
Двоичная арифметика	66
Мосты	67
Лампочки	68
Доминошки	69
Логические задачи	70
Ребусы	72
Гармонизация полушарий	76
Истинное значение слов	80
Точки	80
Архитектор	84
Наедине с собой	86
Секретный язык	91
Аббревиатура	92

Синонимы 93

Мои лайфхаки 94

**ПРАВОЕ ПОЛУШАРИЕ ДЛЯ
ВЫСОКОЭФФЕКТИВНЫХ ЛЮДЕЙ,
КОТОРЫМ НЕ ХВАТАЕТ ИДЕЙ** 97

Известные
правополушарные люди 102

Зачем развивать
правое полушарие 103

Медитация «Активизация
правого полушария» 104

Написание текста
и рисование левой рукой 105

Концентрация
внимания 110

Творческое хобби 113

Медитация «Где я?» 114

А мои ли это мысли? 116

Чтение классической
литературы 120

Правополушарное рисование	122
Реплика	123
Мой день	126
Фирменное блюдо	130
Я писатель	131
Развитие писательского воображения	136
Творческая геометрия	142
Я у мамы сценарист!	144
Развитие эмпатии	145
День освобождения	146
Большая вселенская любовь	150
Куда бы поехать?	154
Личный кодекс чести	158
Чувствование музыки	162
Развитие интуиции	164
Развитие креативности	168
Уличный художник	170

Татуировщик	172
Социальная сеть	172
Творческая фотосессия	174
Модельер	179
Из обычного в необычное	184
Главный редактор глянца	185
Художественная роспись	190
Необычный художник	202
Мандала состояний	208
Генеалогическое древо	213
Мои лайфхаки	214
Заключение	217
Ответы	218

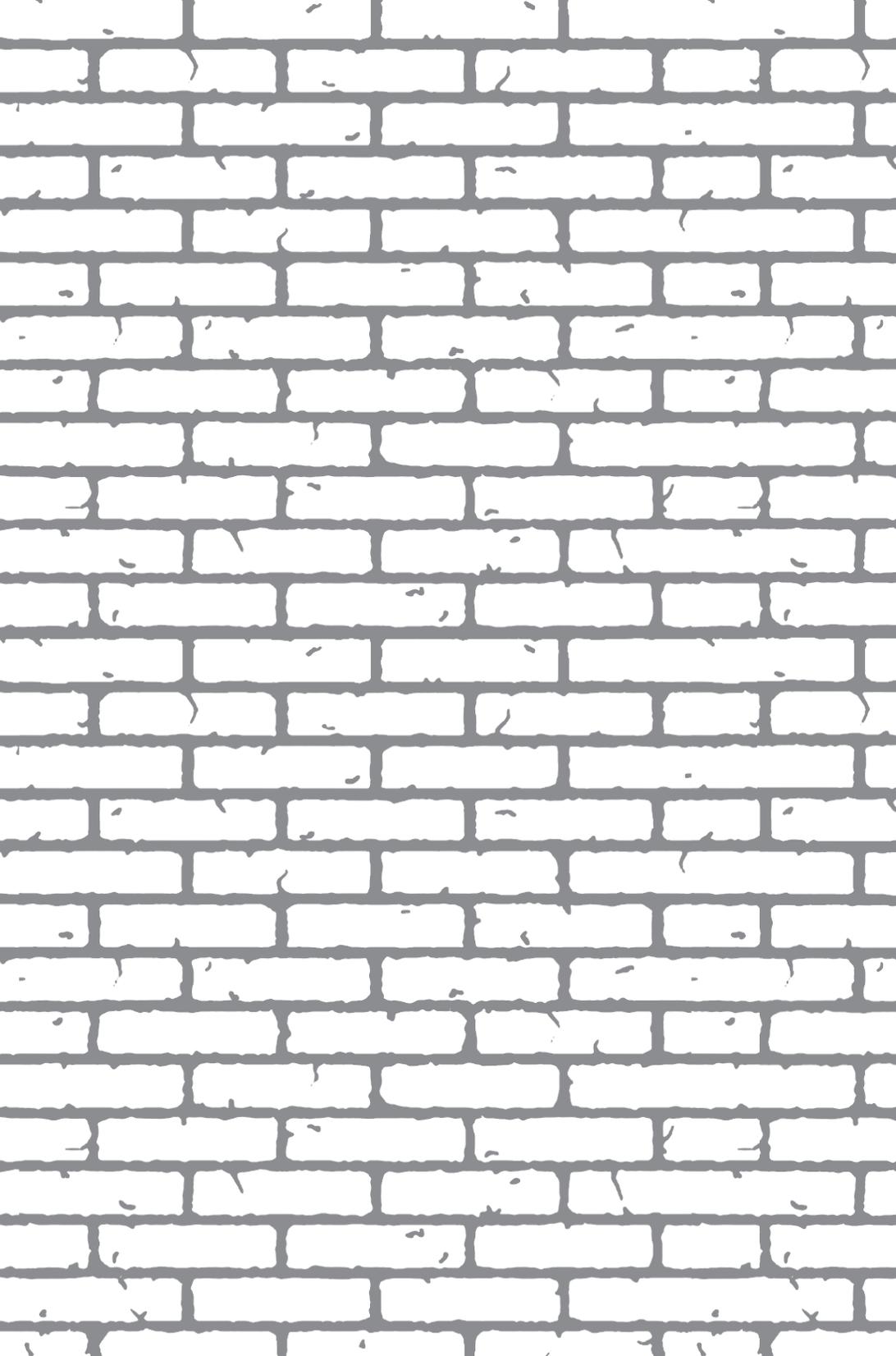
РАЗВИТИЕ креативности

Н и ж е п р е д -
с т а в л е н а я
н е о б ы ч н а я
т а б л и ц а .
П е р в ы е д в а
с т о л б ц а
з а п о л н и т е
л ю б ы м и
с л о в а м и —
т е м и , ч т о
п р и х о д я т
в г о л о в у .

ЗАПОЛНИЛИ?

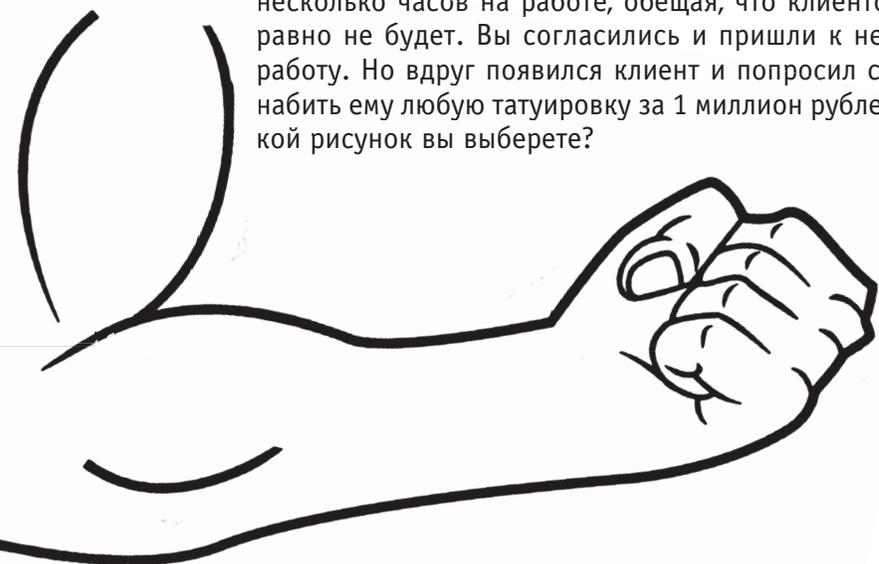
УЛИЧНЫЙ ХУДОЖНИК

Представьте себя уличным художником и нарисуйте граффити, которое отражает какую-нибудь социальную проблему.



ТАТУИРОВЩИК

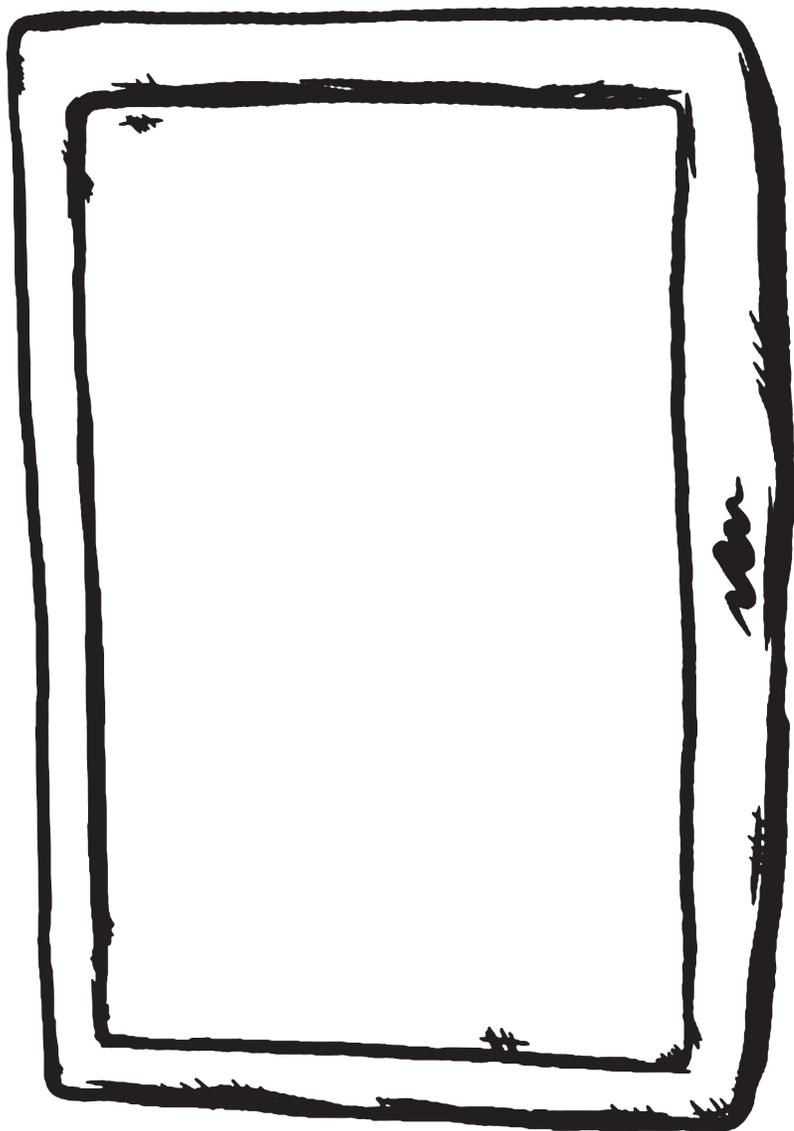
Представьте себя в такой ситуации: ваш друг — очень известный и уважаемый мастер татуировок — неожиданно заболел и попросил вас подменить его на несколько часов на работе, обещая, что клиентов всё равно не будет. Вы согласились и пришли к нему на работу. Но вдруг появился клиент и попросил срочно набить ему любую татуировку за 1 миллион рублей. Какой рисунок вы выберете?



СОЦИАЛЬНАЯ сеть

Придумайте свою тематическую социальную сеть. Для кого она? Какие функции в ней будут? Чем она будет отличаться от других социальных сетей? Какие возможности она даст пользователям?

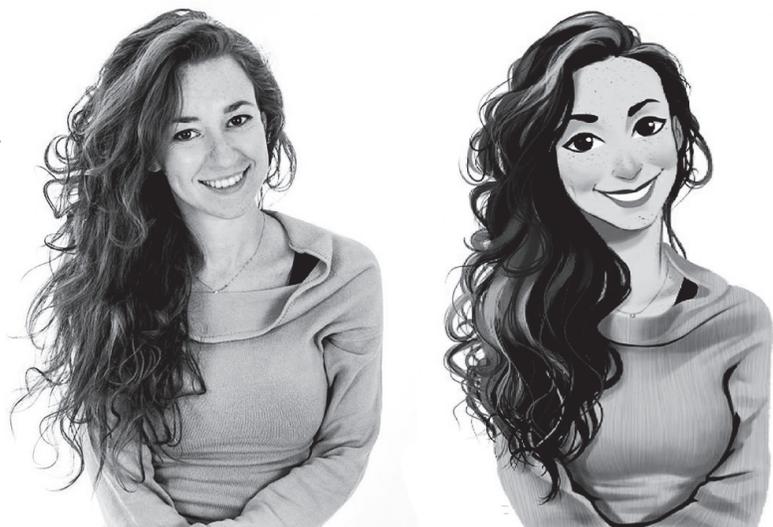
ПОПРОБУЙТЕ НАРИСОВАТЬ ГЛАВНУЮ
СТРАНИЦУ СОЦИАЛЬНОЙ СЕТИ.



Творческая ФОТОСЕССИЯ

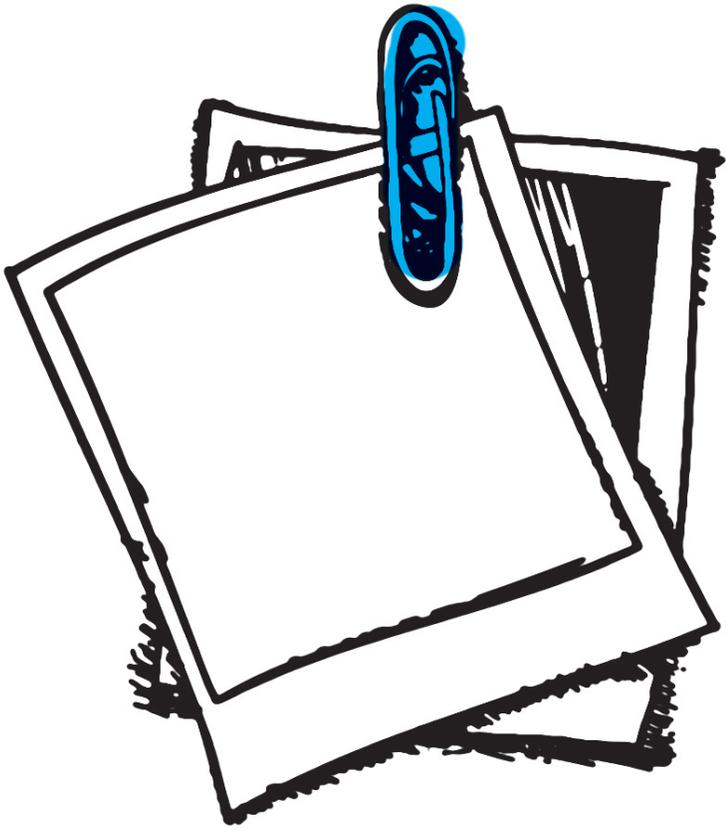
Сегодня вас ожидает очень творческое задание! Найдите в интернете картины известных художников, распечатайте их и вклейте на страницы. Потом придите к фотографу и скажите, что вы хотите отразить эти картины в фотосессии. После того, как фотограф отдаст фотографии, вклейте их на другую страницу.

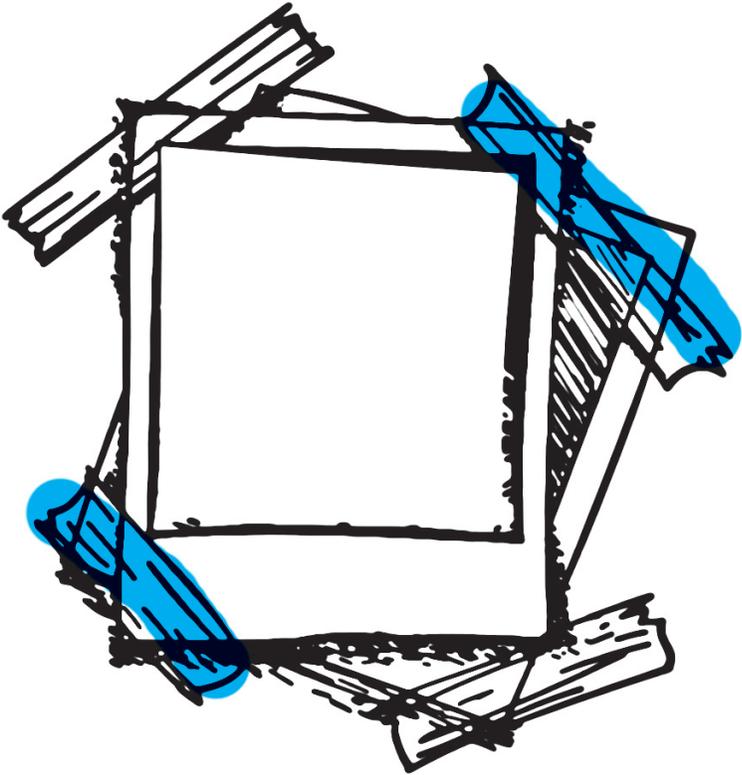
[174



ПРИМЕР:

**БРАЗИЛЬСКИЙ ХУДОЖНИК
ХУЛИО СЕЗАР**





[176