



5 эффективных способов найти вдохновение

делайте "креативную разминку"

Посвятите 5 минут с утра творчеству, рисуйте находящиеся рядом предметы, сочиняйте короткие стихи, придумывайте смешные подписи к фото. Вы настроите мозгна активную работу и повысите настроение.

Побудьте наедине с собой

Побудьте с собой наедине 3-5 минут, вы удивитесь насколько продуктивным может оказаться это время.

Не отгораживайтесь от нового

Мир постоянно меняется. Ловите новые веяния, не теряйте любопытства,

Везде носите с собой блокнот и ручку

Новые мысли любят посещать нас в самых неожиданных местах. Не надейтесь, что запомните посетившую вас гениальную мысль, запишите её.

Пользуйтесь благовониями

Запахи вызывают самые сильные ассоциации.