

# Creativity — Brainstorming practice I

## रचनात्मकता - अभ्यास म विमर्श

**Creativity can be learned.** The biggest mistake for beginners is trying to keep all of your ideas in your head. You are going to practise listing a large number of ideas in order to improve your creative skills.

**रचनात्मकता सिकेका गर्न सकिन्छ।** शुरुआती लागि सबैभन्दा ठूलो गल्ती आफ्नो टाउको मा आफ्नो विचार सबै राख्न प्रयास गरिरहेको छ। तपाईं आफ्नो रचनात्मक कौशल सुधार गर्न विचार को एक ठूलो संख्या सूची अभ्यास जाँदैछन्।

- You will improve your ability to generate a large number of ideas.  
तपाईं विचार को एक ठूलो संख्या उत्पन्न गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to suspend judgement until after your idea is recorded. Most people stop good ideas while they are still in their mind.  
तपाईं आफ्नो विचार रेकर्ड गरेपछि न्याय निलम्बन गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ। तिनीहरूले मनमा अझै पनि हुँदा अधिकांश मानिसहरू राम्रो विचार रोक्न।
- You will improve your ability to intentionally seek out unusual or specific ideas related to a topic.  
तपाईं जानीबुझी असामान्य वा विशिष्ट विषय सम्बन्धित विचार बाहिर खोज्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।

**Please choose a topic: कृपया एक विषय छनौट गर्नुहोस्:**

- sports खेल    movies चलचित्र    music संगीत    games खेल    fashion फेशन    animals जनावर

When you are finished, please count the number of ideas you generated: \_\_\_\_\_

तपाईंले सिध्याएपछि, तपाईंले उत्पन्न विचार को संख्या गणना:

# Creativity — Brainstorming practice II

## रचनात्मकता - अभ्यास द्वितीय विमर्श

**Creativity can be learned.** The biggest mistake for beginners is trying to keep all of your ideas in your head. You are going to practise listing a large number of ideas in order to improve your creative skills.

**रचनात्मकता सिक्केका गर्न सकिन्छ।** शुरुआती लागि सबैभन्दा ठूलो गल्ती आफ्नो टाउको मा आफ्नो विचार सबै राख्न प्रयास गरिरहेको छ। तपाईं आफ्नो रचनात्मक कौशल सुधार गर्न विचार को एक ठूलो संख्या सूची अभ्यास जाँदैछन्।

- You will improve your ability to generate a large number of ideas.  
तपाईं विचार को एक ठूलो संख्या उत्पन्न गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to suspend judgement until after your idea is recorded. Most people stop good ideas while they are still in their mind.  
तपाईं आफ्नो विचार रेकर्ड गरेपछि न्याय निलम्बन गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ। तिनीहरूले मनमा अझै पनि हुँदा अधिकांश मानिसहरू राम्रो विचार रोक्न।
- You will improve your ability to intentionally seek out unusual or specific ideas related to a topic.  
तपाईं जानीबुझी असामान्य वा विशिष्ट विषय सम्बन्धित विचार बाहिर खोज्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।

**Please choose a topic: कृपया एक विषय छनौट गर्नुहोस्:**

- things that make you different than others भनेर अरूलाई भन्दा फरक बनाउन कुराहरू  
 things that irritate you तपाईं रिस उठाउनु कुराहरू  things you love तपाईंलाई मनपर्ने कुराहरू

When you are finished, please count the number of ideas you generated: \_\_\_\_\_

तपाईंले सिध्याएपछि, तपाईंले उत्पन्न विचार को संख्या गणना:

After counting, please draw a **circle or rectangle** around your most interesting ideas.

गणना पछि, कृपया सर्कल आकर्षित वा आफ्नो सबै भन्दा रोचक विचार वरिपरि rectangle।

# Creativity — Web mapping practice

## रचनात्मकता - वेब म्यापिङ अभ्यास

**Creativity can be learned.** You are going to improve your creative skills by practicing web mapping.  
रचनात्मकता सिक्का गर्न सकिन्छ। तपाईंले वेब म्यापिङ अभ्यास गरेर आफ्नो रचनात्मक कौशल सुधार गर्न जाँदैछन्।

- You will improve your ability to generate a large number of ideas.  
तपाईं विचार को एक ठूलो संख्या उत्पन्न गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to suspend judgement until after your idea is recorded.  
तपाईं आफ्नो विचार रेकर्ड गरेपछि न्याय निलम्बन गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to intentionally seek out unusual or specific ideas related to a topic.  
तपाईं जानीबुझी असामान्य वा विशिष्ट विषय सम्बन्धित विचार बाहिर खोज्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to let one idea lead to another.  
तपाईं नेत्रहीन एक कहानी बताउन आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।

**Please choose a topic: कृपया एक विषय छनौट गर्नुहोस्:**

- events that have shaped you तपाईं आकारको छ कि घटनाहरू
- possibilities of the future भविष्यमा को सम्भावनाहरू
- ways people interact तरिकामा मान्छे टूल्स

When you are finished, please count the number of ideas you generated: \_\_\_\_\_

तपाईंले सिध्याएपछि, तपाईंले उत्पन्न विचार को संख्या गणना:

After counting, please draw a **circle or rectangle** around your most interesting ideas.

गणना पछि, कृपया सर्कल आकर्षित वा आफ्नो सबै भन्दा रोचक विचार वरिपरि rectangle।

# Creativity — Visual idea generation

## रचनात्मकता - भिजुअल विचार पुस्ता

**Creativity can be learned.** You are going to improve your creative skills by sketching ideas as you come up them.  
रचनात्मकता सिक्का गर्न सकिन्छ। तपाईंले माथि आउन रूपमा विचार sketching आफ्नो रचनात्मक कौशल सुधार गर्न जाँदैछन्।

- You will improve your ability to generate a large number of ideas.  
तपाईं विचार को एक ठूलो संख्या उत्पन्न गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to suspend judgement until after your idea is recorded.  
तपाईं आफ्नो विचार रेकर्ड गरेपछि न्याय निलम्बन गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to intentionally seek out unusual or specific ideas related to a topic.  
तपाईं जानीबुझी असामान्य वा विशिष्ट विषय सम्बन्धित विचार बाहिर खोज्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।

**Please choose a topic: कृपया एक विषय छनौट गर्नुहोस्:**

nature प्रकृति  sports खेल  science and technology विज्ञान र प्रविधिको  games खेल  other: अन्य:

When you are finished, please count the number of ideas you generated: \_\_\_\_\_

तपाईंले सिध्याएपछि, तपाईंले उत्पन्न विचार को संख्या गणना:

After counting, please draw a **circle or rectangle** around your most interesting ideas.

गणना पछि, कृपया सर्कल आकर्षित वा आफ्नो सबै भन्दा रोचक विचार वरिपरि rectangle।

# Creativity — Unpacking an event

## रचनात्मकता - घटना खोल्दै

**Creativity can be learned.** Often beginners think they don't have the insight they need to make thoughtful art. You are going to doing answer questions about an event in order to practice thinking in more detail.

**रचनात्मकता सिकेका गर्न सकिन्छ।** अक्सर शुरुआती तिनीहरूले विचारशील कला बनाउन आवश्यक अन्तरदृष्टि छैन लाग्छ। तपाईं अझ विस्तृत अभ्यास सोचाइ गर्न घटना बारे जवाफ प्रश्न गर्दै जाँदैछन्।

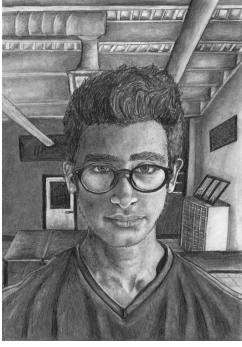
- You will improve your ability to generate a large number of ideas.  
तपाईं विचार को एक ठूलो संख्या उत्पन्न गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to suspend judgement until after your idea is recorded.  
तपाईं आफ्नो विचार रेकर्ड गरेपछि न्याय निलम्बन गर्न आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।
- You will improve your ability to tell a story visually.  
तपाईं नेत्रहीन एक कहानी बताउन आफ्नो क्षमता सुधार हुनेछ।

**Please choose an event: कृपया घटना छनौट गर्नुहोस्:** \_\_\_\_\_

1. What people are there? What are they like? How can you show this?  
मान्छे के छन्? के तिनीहरूले जस्तै हो? तपाईं यो कसरी देखाउन सक्छौं?
2. What led up to this? What kind of conflict is occurring? Is there suspense, a turning point, or complication?  
के यो अप नेतृत्व? के द्वन्द्व को प्रकारको निरन्तर छ? त्यहाँ अनिश्चय, एक खोल्दै बिन्दु वा कठिनाइ छ?
- 3.
4. What is the meaning or importance of the event?  
घटनाको अर्थ वा महत्त्व के हो?
5. Describe the setting, atmosphere, and mood.  
सेटिङ, वातावरण र मुड वर्णन।
- 6.
7. What symbols or metaphors will help communicate the event's significance?  
के प्रतीक वा रूपकहरूको घटना गरेको महत्त्व संवाद गर्न मद्दत गर्नेछ?
8. Who or what is observing the event? What kinds of unusual points of view can help tell the story?  
कसले वा कुन घटना याद छ? कथा बताउन दृश्य को असामान्य अंक कुन प्रकार मद्दत गर्न सक्छ?
9. What do you want people to think and feel about this event?  
के तपाईं मान्छे लाग्छ र यो घटना महसुस गर्न चाहनुहुन्छ?

# Creativity — Portrait backgrounds

## रचनात्मकता - पोर्ट्रेट पृष्ठभूमिका

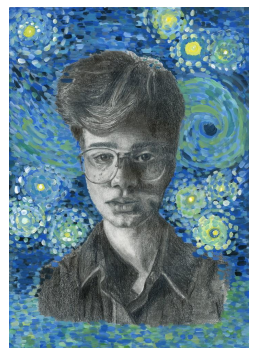
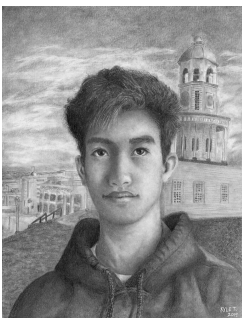
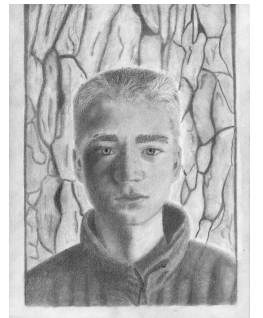
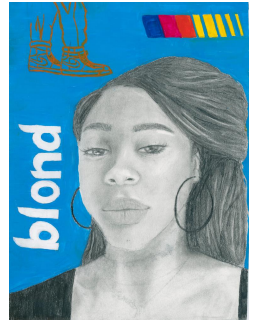


**Creativity can be learned.** Practise listing a large number of ideas. Don't judge while you are coming up with ideas. Seek out ideas that are as unusual or specific as possible.

रचनात्मकता सिकेका गर्न सकिन्छ। विचार को एक ठूलो संख्या सूची अभ्यास। तपाईं विचार संग आउँदैछन् गर्दा न्याय छैन। बाहिर सकेसम्म असामान्य वा विशिष्ट रूपमा छन् भनेर विचार खोज्छन्।



**List what could you show in the background of your portrait.**  
सूची तपाईं के तपाईंको पोर्ट्रेट को पृष्ठभूमिमा देखाउन सकेन।



# Creativity — Poses and modifications

## रचनात्मकता - आकृति र परिमार्जन

**Creativity can be learned.** Practise listing a large number of ideas. Don't judge while you are coming up with ideas. Seek out ideas that are as unusual or specific as possible.

रचनात्मकता सिकेका गर्न सकिन्छ। विचार को एक ठूलो संख्या सूची अभ्यास। तपाईं विचार संग आउँदैछन् गर्दा न्याय छैन। बाहिर सकेसम्म असामान्य वा विशिष्ट रूपमा छन् भनेर विचार खोज्छन्।

**List poses, angles, poses, clothes, expressions & modifications.**

सूची आकृति, कोण, आकृति, लुगा, अभिव्यक्ति र परिमार्जनहरू।

