

TENDENCIAS

5 secretos para potenciar tu creatividad

El Ciudadano · 17 de agosto de 2015





“La creatividad se aprende, igual que se aprende a leer”

(Ken Robinson)

¿Qué es la creatividad?

Creatividad deriva del latín “creare” que **significa producir algo de la nada.**

En 1950 el psicólogo Joy Paul Guilford, pronunció su conferencia “Creativity” en la Asociación Americana de Psicología.

Para Guilford la creatividad **implica huir de lo obvio, lo seguro y lo previsible para producir algo que resulta novedoso.**

En general, la creatividad **es un concepto difícil de definir**, ya que algunos autores lo enmarcan dentro de la inteligencia, mientras que otros sostienen que la creatividad es un don de todos.

El concepto de creatividad **no se aplica sólo al arte sino a todos los aspectos de la vida**, la ciencia, la economía, las relaciones personales etc.

La creatividad se puede definir como la **generación de nuevas ideas o conceptos, o de nuevas asociaciones entre ideas y conceptos conocidos, para producir soluciones originales.**



Primer secreto: todos somos creativos

El libro “**El elemento**”, de **Sir Ken Robinson** y Lou Aronica y comienza contando una bonita historia:

*“Hace unos años oí una historia maravillosa que me gusta mucho explicar. Una maestra de primaria estaba dando una **clase de dibujo a un grupo de niños de seis años de edad**.*

*Al fondo del aula se sentaba una **niña que no solía prestar demasiada atención**; pero en la clase de dibujo sí lo hacía.*

Durante más de veinte minutos la niña permaneció sentada ante una hoja de papel, completamente absorta en lo que estaba haciendo. A la maestra aquello le pareció fascinante.

*Al final le preguntó qué estaba dibujando. Sin levantar la vista, la niña contestó: “**Estoy dibujando a Dios**”. Sorprendida, la maestra dijo: “**Pero nadie sabe qué aspecto tiene Dios**”.*

*La niña respondió: “**Lo sabrán enseguida**”.*

Me encanta esta historia porque nos recuerda que **los niños tienen una confianza asombrosa en su imaginación**.

Por lo tanto, **la creatividad está relacionada con la imaginación** y todos los niños son imaginativos, ¿por qué los adultos parece que hemos perdido la facultad de crear, de imaginar?

Según sostiene Sir Ken Robinson, **la pérdida de la imaginación o de la creatividad en muchos adultos, está relacionado con el sistema educativo actual.**

Los sistemas educativos de occidente están basados en esquemas e ideas de la época de la revolución industrial y no están diseñados para fomentar actividades creativas como la música, la pintura, el baile etc., sino habilidades relacionadas con la economía y el desarrollo económico en general.

El enfoque meramente económico del sistema educativo, ha tenido como consecuencia la **falta desarrollo de habilidades creativas** en cualquier campo.



Segundo secreto: deja volar tu imaginación

La imaginación que tenemos de niños no desaparece, simplemente dejamos de trabajar con ella. Para recuperarla podemos utilizar **técnicas que harán volar nuestra imaginación.**

Los mapas mentales

Se trata de utilizar todo el cerebro **asociando palabras, imágenes, símbolos, dibujos y colores.**

Estableceremos una idea central que podrá ser un dibujo o una imagen y de esa idea central saldrán líneas hacia otras ideas relacionadas con el tema central, que podrán ser símbolos, imágenes etc.

Las líneas definirán el tipo de conexión de cada idea central con el resto de ideas.

Los seis sombreros para pensar

Edward de Bono, escritor y psicólogo maltés, ideó una técnica denominada método de los seis sombreros para pensar. **Cada sombrero es de un color diferente y representa una manera de pensar.**

El **sombrero blanco**, representa los **hechos y la información**.

El **sombrero rojo**, las **emociones y sentimientos**.

El **sombrero amarillo**, representa la **racionalidad** y se utiliza para analizar los aspectos positivos.

El **sombrero negro**, es el opuesto al amarillo y se utiliza para cotejar **los aspectos negativos de una idea**.

El **sombrero verde**, es el sombrero de la **creatividad**, de la generación de ideas mediante técnicas diversas, como la tormenta de ideas.

El **sombrero azul**, es el que lleva la persona que dirige el debate, que determina el cambio de sombreros y resume lo acontecido.

El método de los seis sombreros resulta **muy útil para generar nuevas ideas en grupo**, de forma que se fomenta el trabajo en equipo y la creatividad.

Asociaciones semánticas

Todos tenemos la capacidad de recordar conceptos, pero podemos desarrollar la capacidad de recordar palabras que designen un mismo objeto y **asociar las palabras de forma ingeniosa**, produciendo ironía, humor y metáforas con el lenguaje.

La creatividad semántica se basa en juntar y **asociar conceptos que aparentemente no estarían relacionados**. De esa forma creamos una expresión lingüística que tendrá un nuevo sentido.

Tercer secreto: innova

No dejes de experimentar, de probar, de **generar ideas nuevas** por muy locas que parezcan. Intenta desarrollar el pensamiento lateral.

En las escuelas nos enseñan a utilizar el pensamiento vertical o lógico, pero resulta incompleto y debe de ser acompañado por lo que Edward de Bono denominó **pensamiento lateral**, que es una **forma de pensar que aborda todos los posibles aspectos de un tema**.

Ambos pensamientos no se excluyen, sino que se complementan.

El pensamiento vertical es selectivo,

mientras que el lateral es creativo



Cuarto secreto: abúrrrete

Muchas veces realizando actividades repetitivas o aburridas, nuestro cerebro tiene el **tiempo suficiente para generar ideas nuevas y creativas.**

Algunas de las mejores ideas llegan cuando estás aburrido o durmiendo, por lo que **reserva un momento cada día para aburrirte** planchando, limpiando, conduciendo etc.

Quinto secreto: no dejes de aprender

Durante toda nuestra vida, podemos seguir aprendiendo. **Debemos ser curiosos**, no perder nuestra capacidad de sorprendernos. **Lee mucho, viaja, pregúntate siempre por qué.**

Aprendemos de nuestras experiencias, de las habilidades que fomentamos, de otras personas con las que trabajamos y sobre todo **aprendemos de nuestros propios errores.**

“La persona exitosa se beneficia de sus errores para aprender a hacerlo de nuevo de una manera diferente”.

(Dale Carnegie)

Vía: <http://lamenteesmaravillosa.com>

Fuente: El Ciudadano