

# **TALLER OPEN DC CREATIVIDAD, UNA CUESTION DE ACTITUD.**

## **LAS TRABAS Y LOS BLOQUEOS**

### **BLOQUEOS CULTURALES**

Los adultos tenemos incorporadas una serie de pautas que no nos permiten crear libremente, la idea es romper con ese hábito y profundizar en lugares antes no recorridos.

### **BLOQUEOS EMOCIONALES**

Son aquellos que hacen que la gente no vierta sus ideas por temor al ridículo. Dentro de este tipo de bloqueos se encuentran el miedo, la vergüenza y la inhibición.

#### **El Miedo**

El miedo al riesgo anula la creatividad.

#### **La Vergüenza**

Es un disfraz que oculta una idea, un pensamiento.

#### **La Inhibición**

Es la capacidad de paralizar y funciona como una barrera.

## **MITOS REFERIDOS A LA CREATIVIDAD**

En base a los miedos y bloqueos, vamos creando percepciones que incorporamos y nos las apropiamos y esto nos lleva a afirmar pensamientos negativos que nos mantienen alejados de la creatividad.

## **LA CREATIVIDAD**

Es un proceso mediante el cual se soluciona en forma original un problema preexistente.

Es una capacidad en potencia que se manifiesta en ideas.

Es una cuestión de actitud.

## **LAS IDEAS**

Una idea es una combinación de elementos ya conocidos y surge cuando se produce una asociación diferente, no prevista entre dos planos.

## **CARACTERISTICAS DE LA PERSONALIDAD CREATIVA**

Fluidez: Se refiere a la cantidad de ideas

Flexibilidad: Está asociado a la variedad en las ideas, de pasar de un tema a otro.

Sensibilidad: Cuanto más abiertos estemos, más posibilidades creativas vamos a tener.

Capacidad de observación: Está relacionado con ser inquietos y estemos atentos a lo que sucede a nuestro alrededor.

## **COMO ALIMENTAR LA CREATIVIDAD**

Buscar un espacio para Crear.

Tener el hábito de dibujar.

Practicar la creatividad.

Leer literatura de ficción.

Ver películas.

Conectarse con el arte.

Escuchar música.

Vivir la vida al máximo.

## **PENSAMIENTO LATERAL**

Coexisten dos tipos de pensamientos, el lateral y el vertical.

Ambos son complementarios, el lateral es útil para generar ideas y nuevos modelos y el vertical es necesario para su posterior enjuiciamiento y aplicación.

El pensamiento lateral debe ayudarnos a encontrar la oportunidad en el caos.

## **METODOS PARA OBTENER IDEAS**

Mapas y Redes

Sueño Deliberado

Seis Sombreros para Pensar

Brainstorming