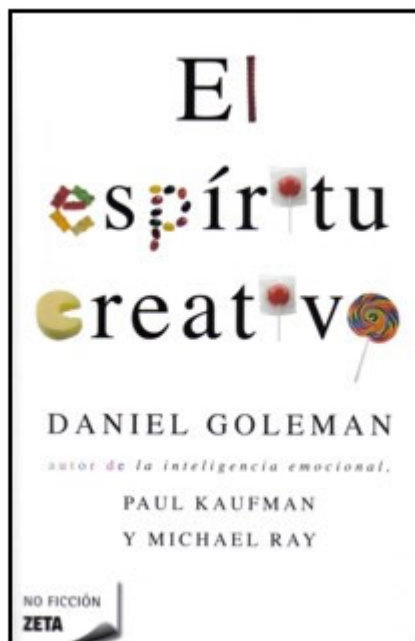


El espíritu creativo



- Para crear algo, se debe buscar dentro de uno mismo y hacerlo cobrar vida fuera. Lo que hacemos y cómo lo hacemos son **expresiones de quiénes somos**. Si buscas fuera, es un error. El exterior es sólo el lugar de nuestra expresión.
- El temor al **dragón de la ansiedad** es el trampolín imprescindible hacia la creatividad.
- Para dar con buenas soluciones, es necesario **abrir la mente** a posibilidades inauditas e infrecuentes. La **fijación funcional** es el mayor limitante, ya que solemos intentar solucionar las cosas desde los puntos de vista habituales en nuestra vida. Otro factor es la **autocrítica**; y otro, dejarse llevar por la frustración de no dar con la solución, sin darse cuenta de que la noche siempre es el preludio del amanecer. Otro factor es **no ser perseverante**.
- La **intuición** es la expresión del inconsciente, donde está todo y todo es posible.
- Infórmate, piensa mucho y luego aíslate y sueña. Todo vendrá.
- No basta con imaginar y ser creativo. Lo importante es que sea **útil**, valioso, significativo y que venga a solucionar un problema **de forma novedosa**. Debe ser útil a más gente y debe ser capaz de **ser reproducible**.
- La creatividad es como el optimismo. Es un **estilo de vida**, una actitud con respecto a lo que nos rodea; es no conformarse con lo rutinario.
- Dos sellos distintivos de una **vida sana** son las capacidades de amar y trabajar, y para las dos se requiere imaginación.
- Se debe disponer de una **pericia y habilidad** en el campo a desarrollar para poder ser creativos, y ya que el tiempo suele ser limitado, lo coherente es centrarse en aquello que uno controla más. Se puede explorar otras capacidades pero **siempre en relación a la aptitud principal**, eso aportará lateralidad y enriquecerá las posibilidades creativas.
- La **pasión o motivación intrínseca** es la que da el impulso para continuar, inclusive ante los fracasos.
- El primer paso es **prenderse de algo** en algún momento del crecimiento, un regalo, un suceso. A partir de ahí dejará una fuerte huella y buscaremos los por qué. Lo siguiente es la **perseverancia**, que tiene como combustible: la pasión.
- La **creatividad** es la escuela de los errores y ellos son los cimientos de las respuestas.
- Es clave saber identificar **lo relevante** de lo que no lo es, y luego saber combinar la información relevante para unirlos de una forma nueva. Lo siguiente es la **habilidad de realizar analogías** entre circunstancias que a priori no están relacionadas, o descubrir un fallo en el esquema.
- Al tratar de hacer algo nuevo **empieza de cero** y **cuestiona las bases fundamentales**. Hay que atreverse a

ser ingenuo y a errar.

- El **humor** ayuda a soltarse de las ataduras de la razón pura.
- La forma en que te muestras a los demás facilitará o entorpecerá el volumen de información de calidad que quieres. Son más claves **las preguntas** que las respuestas.
- En medicina la parte más creativa consiste en **escuchar** más allá de las palabras de los pacientes.
- Un **fanático** es aquel que redobla su esfuerzo cuando ya ha olvidado su objetivo.
- Los **grandes creadores** no suelen concentrarse en una sola cosa, suelen tener varios proyectos, ya que avanzan más así.
- La **ansiedad** es la puerta de la creatividad pero hay que aceptarla y tener la valentía de abrirla.
- La **acción creativa** es casi subconsciente, no es prejujudada, no tiene pensamientos críticos ni de alabanza, sólo actúa. Lo importante es el **estado preoperativo**, la planificación mental y el comienzo (el paso del pensamiento a la acción), lo demás es inercia.
- Lo que **hacemos y la forma en que lo hacemos** es la expresión de nuestro estado interior.
- Las personas que sean **más adaptables** serán más creativas (como el agua).
- El mayor aliado de la creatividad es **el niño** que llevamos dentro. Para nuestro niño la vida es una aventura por explorar.
- Los **patrones establecidos hasta los 12 años** se mantendrán con mayor presencia a la poda neuronal adolescente.
- **Evitar hacia un niño:**
 - 1.- Vigilar su expresión artística
 - 2.- Juzgar lo que hacen y cómo lo hacen
 - 3.- Recompensar y premiar excesivamente (privan al niño del placer intrínseco de la actividad creativa)
 - 4.- La competencia y la comparación
 - 5.- Excesiva presión.
- Sería bueno proporcionar **tiempos ilimitados** para que los niños pudieran generar momentos de flujo y placer creativo sin restricciones.
- **Desarrollo de la creatividad:** fe en tu creatividad, ausencia de crítica gratuita, observación precisa, preguntas agudas.
- El niño tiene que **querer** algo, si no se desmotivará.
- El mayor **enemigo de la creatividad** son las reglas y normas estructuradas y establecidas que permiten pocas variaciones; por eso los niños son más creativos que los adultos. Prueban sin miedo a fallar y eso les motiva.
- **Siete Inteligencias:**
 - 1.- **Lenguaje:** El don de los poetas, letristas, escritores, y oradores.
 - 2.- **Matemática y lógica:** científicos, matemáticos y actividades gobernadas por el razonamiento.
 - 3.- **Música:** músicos y relacionados con el sonido y sus combinaciones. Se desarrolla, no sólo aprendiendo instrumentos sino con juegos de sonidos.
 - 4.- **Razonamiento espacial:** orientación en el espacio (visual-espacial), armas cosas, escultura, videojuegos.
 - 5.- **Movimiento:** se trata de la habilidad corporal global o local (bailarina, cirujano)
 - 6.- **Inteligencia interpersonal:** capacidad de prestar atención e interactuar con los demás de forma dinámica, influir, liderar, empatizar etc... comprender qué motiva y sienten las personas.
 - 7.- **Inteligencia intrapersonal:** se trata de conocerse a sí mismo, de sus fortalezas, debilidades, deseos, y miedos.
- Lo ideal es **procurar actividades que combinen varias inteligencias** ya que así se da en la vida real con más frecuencia.
- No hay nada que mate más la creatividad que las **respuestas correcto-incorrecto** y encima se penalice por las incorrectas.
- La **imaginación con una competencia sana** es mucho más productiva porque implica no conformarse con el "está bien" y buscas "lo mejor que puedas". El error está en personalizar la competencia.
- Un **gerente jerárquico** tenderá a eliminar las amenazas **controlando el flujo de información**.
- Lo importante hoy en día es **abrir las cosas** para que la gente puede adquirir responsabilidades y tomar decisiones.
- Una forma de **hacer responsable a las personas** es que firmen su trabajo, ya sea e-mails, informes etc. puede haber un respaldo detrás, pero cada uno es responsable. Con ello, el trabajador empieza a crear una **conciencia moral** respecto a su trabajo.
- Otra cosa importante es que **no haya secretos financieros** para los trabajadores, así todos se responsabilizan: jefes y trabajadores. Serán conscientes de los vaivenes del negocio (no pedirán más cuando vaya bien porque sabrán que cuando vaya mal peligran). **El secreto es la estabilidad**. La idea es que todos

luchen por una estabilidad más alta. Inclusive puede ser posible que todos sepan sus sueldos y los por qué: **el que quiere más tiene que asumir más responsabilidad, actividades más especializadas y servicios de valor añadido.**

- La **colaboración es ante todo una cuestión de elección**. Se consiguen resultados porque esas personas confían una en la otra y se unen para crear algo mayor.
- Es importante tener grandes ideas, pero lo que de verdad las puede hacer grandes es tener **la capacidad de expresar que otros la mejoren y la pulan**. Más ojos, más completa.
- Hay que tener claro que, básicamente, en una empresa haya **obreros y exploradores**, los dos son necesarios y deben entenderse, no sustituirse, ni compararse.
- Una **idea brillante tiene tres pasos**: primero se burlan de ti (éste es un buen comienzo), segundo si es una buena idea, la tacharán de obvia, y tercero si la desarrollas y la ven viable dirán que la idea fue de ellos.
- Las **preguntas ingenuas**, como van a lo básico, pueden generar cambios más importantes.
- Los **"peros"** sólo necesitan soluciones creativas.
- La **intención** es lo que se agrega a la **información** y dado que no puedes tener toda la información y a veces, incluso teniéndola toda, la intuición casi siempre decide.
- La **estética de un lugar** es importante para estimular la creatividad y la productividad especialmente en el trabajo. Sé amable, sé honesto, diviértete.
- Se trata de **sentirnos vivos en nuestro lugar de trabajo**: útiles, creativos, valorados y beneficiados.
- Si no me **ocupo de mi** ¿quién se ocupará?, si no me ocupo de los otros ¿qué soy? Y si no es ahora ¿cuándo?.
- La **naturaleza y la cultura** siguen paralelismos en cuanto a evolución de la creatividad, pasando por tres fases: en la primera fase el sistema se autoinventa después de explorar todas las opciones posibles. En la segunda fase el sistema establece un esquema basado en lo que funciona (eficacia). Y en la tercera fase el sistema necesita romper ese esquema base para aportar algo nuevo y seguir creciendo.
- Si tienes un problema pregúntale a un niño. Las **soluciones a los problemas** deben incluir la funcionalidad el diseño y la adaptación a las condiciones de quien lo sufre.
- Hay que **liberar las cadenas de la creatividad**; todo se puede si es útil, si beneficia más que perjudica y si hay objetivos.
- No sólo hay que **alimentar** el estómago, también el espíritu.
- Cuando **enfrentas un nuevo problema**, si no lo solucionas rápidamente en base a tu experiencia, reduce tus preconceptos o elimínalos, mira con nuevos ojos.
- Según un estudio el **único factor que se vinculaba con los lapsos de intensas manifestaciones creativas** era la fragmentación política (Simonton). Es importante la exposición de la diversidad cultural. Y suele manifestarse 20 años después (cuando los hijos de esa época se hacían adultos).
- Las **grandes instituciones** sofocan el cambio. Lo pequeño da más espacio a la creatividad, menos protocolos.
- Una **vida creativa** es una constante búsqueda, un constante flujo de preguntas abiertas.