



TIPS PARA MEJORAR LA CREATIVIDAD

1. Desarrollar un Proyecto

No tiene caso hacer las cosas de manera aleatoria, se necesita un punto de arranque y una meta. No es lo mismo decir “voy la universiada nacional” a “voy a ganar los Juegos Olímpicos”; son dos proyectos distintos. Hay que definir metas graduales y coherentes al trabajo que se está desarrollando.

2. Ser creativos para fomentar creatividad

La creatividad exige una mente rápida y elástica.

3. Eliminar prejuicio y estereotipos

La creatividad exige una mente rápida y elástica.

4. Promover la curiosidad y la autoformación

No limitar a la persona a dibujar sobre papel con crayolas. Se recomienda ofrecer todo tipo de técnicas, tales como: acuarela, impresión, grabado, serigrafía, tampografía, collages (con papel, cartón, periódicos, revistas), papel maché, efectos de colores con pegamentos, con esponjas, pinturas flotantes, proyecciones de luces, polvo de colores. Material en 3D como origami, hilo de cartón, plástico, hilo de hierro, cartón etc. Permitir la exploración y el descubrimiento. Que se viva la experiencia sin explicar previamente la técnica.

5. Experiencia

La experiencia es la gasolina de la creatividad. A partir de estas experiencias, la creatividad puede generar más relaciones, teniendo la capacidad de solucionar problemas cuando se presenten.



6. Experiencias multidisciplinarias

Promover la danza, la música, las actividades artísticas y los hobbies para fortalecer el pensamiento creativo. Los ingleses mencionan la siguiente frase: "thinking outside the box" y, se refieren a tener una "visión externa". Así como viajar y conocer otras culturas para tener una visión más amplia del mundo. ¿Cuántos o cuántas de ustedes han resuelto un problema de trabajo realizando una actividad física o un deporte, un hobby o viendo una película?

7. Estudiar la naturaleza

Todos los problemas que podemos tener, la naturaleza probablemente ya lo resolvió. Lo sabe la arquitectura, la ingeniería y por supuesto el design, que han estado estudiando la naturaleza desde que nacieron.

8. Apuntar todo

Llevarse una libreta en la bolsa de los pantalones, muchas veces las grandes ideas llegan en los lugares menos esperados.

9.- Promover la pedagogía *no lineal*

o **Variabilidad en el entrenamiento.** Ejemplo:

- Utilizar pelotas de diferente tamaño.
- Dejar que resuelvan las tareas y los problemas que se presenten solos/as o en equipo.

o **Hacer más sencillas las tareas.** Ejemplo:

- Entrenamiento de tenis con pelotas o raquetas más grandes.
- Subrayar que hay diferentes maneras de lograr el mismo resultado.
- Enseñar el movimiento y dejar que experimenten, llegar a la respuesta a través de preguntas guiadas.

o **Fomentar el trabajo de equipo.** Ejemplo:

- Evitar que el desarrollo esté enfocado solamente a la individualidad y a la competencia. Se propone fortalecer el compañerismo y el apoyo recíproco.



10. Atención amplia

Evitar dar instrucciones a los jugadores/as durante el partido o juego. La instrucción puede hacer que el/la jugador/a se focalice demasiado en la tarea limitando la amplitud de respuestas que el/ella mismo/a puedan generar.

11. Promover el juego espontáneo

Permitir que los/las deportistas tengan un tiempo de cáscaras (juegos espontáneos aunque esto no sea propiamente siguiendo las reglas de su deporte).

12. Cambiar los factores del juego

¿Entrenar en el agua? ¿en una cancha resbalosa? ¿sobre trampolines? ¿en la oscuridad? ¿adentro de pelotas gigantes? ¿con resortes entre jugadores/as?

13. Juego, juego y juego

Experimentar nuevas soluciones a los problemas de estudio, ejercicios durante el entrenamiento, estrategias de (ofensa- defensa), jugadas o ejecuciones específicas de cada deporte. Fomentar el juego y la búsqueda de nuevos retos.

Stefano Spicca

Director Creativo del CONDDE

s_spicca@condde.org.mx