

Tema 1. La importancia del pensamiento creativo en mi vida

Introducción

Linda es una ejecutiva de ventas. Ha trabajado en la misma empresa por casi ocho años, y a pesar de que ha buscado un ascenso, termina por no conseguirlo. Ella se siente a gusto con lo que hace, pero aspira a un mejor puesto que le permita desarrollarse y mejorar su economía. Su trabajo es impecable, cumple con los estándares de desempeño y nunca falta a su trabajo. El único problema que tiene Linda, desde la perspectiva de su jefe directo, es que a pesar de que cumple con todo lo que se le pide, no genera nuevas propuestas de valor que diferencien su trabajo. Ella hace todo como todos los demás lo hacen. ¿Te resulta familiar el caso de Linda? Albert Einstein afirmó alguna vez que: “la imaginación es más importante que el conocimiento, puesto que el conocimiento es limitado, pero la imaginación abarca el mundo”, (Bachrach, 2012).



Cuando una persona cumple con los estándares necesarios para tener un buen desempeño en su vida y en su trabajo, seguramente le irá “bien” pero no marcará una diferencia especial. Esta diferencia especial es la que puede traer consigo una serie de logros y éxitos en todos los ámbitos posibles, pero, ¿cómo puede una persona hacer la diferencia en lo que hace? Muy sencillo, a través de la **creatividad**.

El **pensamiento creativo** aporta ese plus que una persona necesita para enfrentar nuevos retos, eficientizar procesos y afrontar situaciones generando nuevos y mejores resultados. La creatividad no tiene límites, y las personas creativas no se restringen.

¿Qué es la creatividad?, ¿cómo funciona?, ¿se nace siendo creativo o es algo que se puede desarrollar?, ¿cómo puede mejorar mi vida?

Todo esto y más es lo que podrás conocer en este primer tema... ¡comenzamos!

Subtema 1. Introducción a la creatividad y tipos de pensamiento



En la antigüedad, a las personas que eran creativas se les catalogaba como sabios, inventores, genios o talentosos, e inclusive se consideraba que su inspiración era enviada por los dioses que en ese entonces adoraban. La creatividad se ha vinculado tradicionalmente con el arte, lo cual ha provocado que sea una capacidad lejana y abstracta, con la que sólo algunas personas cuentan.

¿Para qué es importante ser creativo si tú no eres artista?, ¿para qué vas a intentar aprender cómo ser creativo si es un don que se te da o no se te da, sin que puedas hacer algo al respecto? Indudablemente, éstas son algunas preguntas que a todos nos han pasado por la mente en alguna ocasión.

<p>¿Sabías que...?</p>	<p>En el libro titulado “Manual de métodos creativos”, el autor alemán Joachim Sikora menciona que estando en un simposio donde se hablaba de la creatividad, los académicos, científicos y demás profesionales especializados en el tema, asociaron el concepto a más de 400 significados distintos, (Marina y Marina, 2013).</p>
-------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

El término creatividad se asocia actualmente con aquello que es original, nuevo, novedoso, ingenioso, con aquello que involucra la inspiración, y que de una u otra forma, se vincula también con el progreso.

Las ideas nacen cuando las personas están en una constante búsqueda de formas nuevas o novedosas para satisfacer ciertas necesidades de su propia vida o cuando buscan solucionar problemas cotidianos, esto implica pisar “terreno desconocido” y requiere un alto nivel de creatividad.

Pero, ¿qué es la creatividad? La definición que te propongo es la siguiente:
creatividad es la capacidad de producir cosas nuevas, novedosas y valiosas.

Desde este punto de vista, la palabra “cosas” se toma en un sentido muy amplio, ya que involucra prácticamente todo: una idea, un producto, un servicio, un método, un procedimiento, etc. Al decir que la creatividad involucra crear algo nuevo o novedoso,

Innovación con propósito de vida.

estamos hablando de todo aquello que se descubre por primera vez, o que llega a modificarse para mejorar su funcionamiento y utilidad. Crear implica producir intencionadamente algo diferente, pero no solo eso, es importante que lo que se crea sea también valioso. Marina y Marina (2013), plantean que la novedad u originalidad sin valor o utilidad no es creatividad, sino fantasía. Esto implica que no basta solo con crear algo original, sino que debe tener alguna cualidad apreciable, como por ejemplo, la eficiencia, la gracia, la utilidad o la belleza. Una persona puede crear un embudo para llevarlo en la cabeza, lo cual puede clasificarse como algo original o diferente, pero... ¿es esto algo valioso?, ¿en qué sentido podría ser útil?, ¿cómo mejoraría nuestro funcionamiento o existencia? Estas son algunas preguntas que es necesario hacernos cuando estemos frente a la necesidad de ser creativos.

Dado lo anterior, si crear es un acto, entonces la creatividad es una capacidad, es el hábito de crear. Y toda capacidad, así como también todo hábito, puede desarrollarse, practicarse y mejorarse constantemente.



¿Sabías que...?

La creatividad constituye una capacidad inherente a todo ser humano, susceptible de ser estimulada y desarrollada. Las diversas investigaciones en torno a este tema han demostrado que es una capacidad que no se desarrolla de forma lineal, y que es posible aplicar ciertos métodos, técnicas, estrategias o procedimientos para incrementarla, incluso a edades ya avanzadas, (Bachrach, 2012).

Por ello, es posible ser una persona creativa a cualquier edad y en cualquier contexto.

Innovación con propósito de vida.



Ahora bien, ¿cómo la creatividad se relaciona con el pensamiento? Para Sánchez, (2013), el **pensamiento** se puede definir como todas aquellas imágenes o verbalizaciones internas, corresponde a esa voz interior que te habla durante el día y que te permite soñar durante la noche. El acto de pensar es un proceso lógico mediante el cual se crean, regulan y modifican las ideas. Todos los seres humanos tenemos la capacidad de pensar, aunque cada persona piensa

de modos diferentes. ¿A qué se deben estas diferencias? Básicamente, a la personalidad que define a cada individuo, aunado al hecho de que los modos de pensar son construcciones sociales que hemos ido interiorizando a lo largo de nuestra vida.

Esto significa que la forma en que tú piensas y procesas la información te fue enseñada desde edades tempranas, y fue reforzada cuando ingresaste a la etapa escolar.

En la actualidad, sabemos que estos modos o formas de pensar pueden clasificarse de la siguiente manera, (Bachrach, 2012):

Formas de pensar

Pensamiento lógico o vertical	Pensamiento creativo o lateral
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Es conocido también como pensamiento vertical o convergente. ▪ Predomina el lado izquierdo del cerebro. ▪ Se relaciona con la lógica, con la capacidad de ordenar, discriminar, evaluar y seleccionar entre las alternativas posibles. ▪ Actúa de forma racional o convencional. ▪ Se mueve en una sola dirección lineal, por lo que permite resolver problemas muy bien definidos, donde la solución es casi única. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Se le conoce también como pensamiento lateral o divergente. ▪ Predomina el lado derecho del cerebro. ▪ Se relaciona con la creatividad, con la imaginación y con la fantasía. ▪ Actúa siempre eliminando los supuestos establecidos, desarticulando esquemas conocidos, flexibilizando posturas rígidas y abriendo caminos originales, por absurdos que parezcan. ▪ Se mueve en una dirección paralela, lo que permite resolver situaciones considerando múltiples alternativas de solución. ▪ Se caracteriza por ser fluido, flexible, original y elaborado.

Innovación con propósito de vida.

Una persona con este tipo de pensamiento puede:	Una persona con este tipo de pensamiento puede:
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Solucionar problemas de forma lógica, lo que implica que se llegue a una sola respuesta correcta y racional. ▪ Ejemplo de un problema donde suele utilizarse el pensamiento lógico: <ul style="list-style-type: none"> ○ Marcela mide menos que David, pero más que Carlos. Carlos mide más que Claudia. ¿Quién tiene el segundo lugar de estatura? 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Solucionar problemas considerando distintas perspectivas, lo que implica que no se restringe ni se limita a soluciones únicas. ▪ Ejemplo de un problema donde suele utilizarse el pensamiento creativo: <ul style="list-style-type: none"> ○ ¿Qué cosas se te ocurren que empiecen con las letras PR?

A pesar de que ambos tipos de pensamiento parezcan contrarios entre sí, en realidad, trabajan de forma complementaria y son absolutamente necesarios para nuestra vida. Mientras el pensamiento creativo considera múltiples alternativas distintas, el pensamiento lógico selecciona una de esas tantas opciones de acuerdo a su viabilidad, y posibilita su puesta en práctica.



El pensamiento lógico es el que tradicionalmente se nos ha enseñado a utilizar desde la etapa escolar, por eso solemos utilizarlo con más regularidad y constancia que el pensamiento creativo. Nuestro contexto le ha dado mayor importancia a la enseñanza de la lógica, dejando un poco de lado la creatividad por considerarla informal, espontánea y hasta algunas veces generadora de cosas absurdas o sin sentido.

Sin embargo, las épocas cambian y hoy en día, la creatividad aporta un valor adicional y representa una ventaja competitiva para cualquier persona, e inclusive, para cualquier empresa que la sepa utilizar.

Mi desafío creativo

Abandona tu *estatus quo* y dirígete a lo desconocido

Una persona creativa no está satisfecha con mantener su estatus quo, más bien, busca constantemente nuevas formas de interactuar con lo que desconoce, donde las cosas constantemente cambian.

Te invito a que empieces a tocar terreno desconocido, aplicando las siguientes estrategias:

- Ofrécete para dirigir algo que nunca antes hayas coordinado o realizado. Te sentirás desafiado por un nuevo reto, y esto te permitirá aplicar nuevas maneras de pensar.
- Piensa en las maneras en que te enseñará algo nuevo, cuando se te presente la oportunidad, necesidad o problema, si dedicas tiempo suficiente para verlo desde diferentes perspectivas, alejándote de todo lo convencional.

...¿te animas a intentarlo?



La realidad es que el pensamiento creativo no es algo nuevo, pues en todas las épocas las personas lo han utilizado para alcanzar ciertos fines. Tampoco es algo que, por sí solo, brinde una efectividad mágica o que provea éxito al instante, pues hay que saber utilizarlo para alcanzar nuestros fines de formas productivas.

Como ya hemos revisado, la creatividad es una

capacidad que puede desarrollarse mediante la práctica constante y que nos permite crear cosas nuevas o novedosas, pero recuerda que para que algo pueda considerarse creativo, necesita ser además valioso y tener alguna utilidad.

Las personas hemos aprendido a pensar de forma lógica y de cierta forma, hemos olvidado cómo potenciar nuestra creatividad. Esto nos ha llevado a cerrar nuevos caminos y alternativas que, de cierta forma, nos permiten conocer caminos desconocidos y enfrentar nuevos retos o desafíos. Te invito a que busques abrir esos caminos hacia la generación de nuevas alternativas mediante el desarrollo del pensamiento creativo. ¿Te atreves a desarrollar tu creatividad?

Subtema 2. Bases psicofisiológicas del pensamiento creativo

El **cerebro** tiene un potencial ilimitado, permite adaptarse a entornos cambiantes, comprender modelos abstractos y establecer conexiones que podrían parecer hasta imposibles. Pero, ¿realmente se requiere del cerebro para ser creativo?, ¿cómo se relaciona el cerebro con la creatividad?



El funcionamiento mental creativo tiene que ver con un conjunto de patrones de activación cerebral que puede amplificarse mediante un esfuerzo consciente y con la práctica constante. De acuerdo con Bond (2013), las investigaciones sobre la eficiencia del cerebro indican que una mayor activación cerebral se asocia con más aprendizajes en personas con poca experiencia, lo que indica

que las personas que tienen más experiencia, quizás asociada con más práctica, realizan tareas con más eficiencia teniendo menos activación cerebral.

A la par de lo anterior, los estudios sobre **plasticidad cerebral** han demostrado que existe la posibilidad de alterar positivamente el deterioro en la capacidad cerebral mediante el ejercicio del pensamiento creativo. Esto significa que, ¡aprender a crear algo nuevo o novedoso está ligado a cambios en la estructura de tu cerebro!

Innovación con propósito de vida.

<p>¿Sabías que...?</p>	<p>Un cerebro más eficiente no tiene que trabajar con tanto esfuerzo, siempre y cuando lo ejercites constantemente. Puedes cambiar tu cerebro según como lo uses, como lo actives todos los días, sin importar tu edad.</p> <p>Sorpréndete ante la poderosa capacidad que tienes para cambiar tu cerebro. Ejercítalo diariamente a través del pensamiento creativo.</p>
-------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

El éxito para mantener tu capacidad cerebral en su máximo funcionamiento depende entonces de que fortalezcas tu capacidad creativa. La **neurociencia cognitiva** nos ha permitido conocer el funcionamiento de la mente e identificar la forma en que está estructurada. Gracias a los avances en este campo, hoy sabemos que el cerebro está dividido en dos grandes hemisferios que funcionan de forma diferente, pero que tienen características complementarias. Ambos hemisferios se encuentran unidos por el cuerpo calloso y esto les permite trabajar en conjunto.

De Bono (2012) clasifica las funciones de cada hemisferio de la siguiente forma:

Funciones de los hemisferios

Hemisferio izquierdo	Hemisferio derecho
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Controla el lado derecho del cuerpo, el pensamiento lógico, la capacidad para las matemáticas y la sensibilidad. ▪ Trabaja de forma secuencial, lineal y ordenada, mediante la lógica. ▪ Procesa la información simbólica relacionada con el lenguaje verbal y con los significados semánticos verbales. ▪ Se encarga de los procesos cognitivos conscientes como percepción, atención y memoria. ▪ Controla el lenguaje y la escritura, en él se encuentra el centro del habla y del pensamiento que nos permite analizar lo que nos sucede. ▪ Permite el reconocimiento de grupos de letras formando palabras, y grupos de palabras formando frases, con respecto al 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Controla el lado izquierdo del cuerpo, el pensamiento creativo, la fantasía y la capacidad para realizar actividades artísticas. ▪ Trabaja de forma simultánea o paralela, siguiendo una lógica no verbal para ver patrones completos. ▪ Percibe las relaciones existentes y capta el mundo como un todo, es holístico, global. ▪ Procesa gran cantidad de información en comparación con el hemisferio izquierdo. ▪ Permite la comprensión de hechos mediante las experiencias y vivencias. ▪ Se encarga de los procesos cognitivos no conscientes como atención y memoria inconsciente. ▪ Se especializa en la percepción visual, más que en las palabras y conceptos.

Innovación con propósito de vida.

<p>habla, escritura, numeración, matemáticas y la lógica.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Ayuda a transformar conjuntos de información en palabras, gestos y pensamientos. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Vinculado con la intuición y los sentimientos.
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------

Al igual que en los tipos de pensamiento, ninguno de los dos hemisferios es más importante o mejor que el otro. De hecho, para poder realizar cualquier actividad requerimos usar ambos, sobre todo cuando se trata de actividades que son complejas, como por ejemplo, manejar un coche o utilizar las dos manos al mismo tiempo para trazar una figura en el aire.

Cada hemisferio cerebral tiene un estilo de procesamiento propio de la información que recibe, y lo más adecuado es buscar desarrollar ambos hemisferios para buscar un equilibrio en su funcionamiento.

Mi desafío creativo	Estimula tu imaginación mezclando conceptos
<p>Cuando una gota de agua se le agrega otra, forman una sola gota de agua y no dos. Cuando a un concepto se le agrega otro, se convierte en un concepto nuevo y no en dos conceptos separados. La conclusión de esto es que uno más uno, es uno.</p> <p>Es importante que empieces a estimular tu imaginación. Para ello, un ejercicio muy útil es mezclar conceptos. Escribe el nombre de diez de las personas que más quieres, aprecias o admiras en tu vida. Después, fíjate con qué letra empieza cada nombre. Por ejemplo, en Claudia es la letra C, en David la letra D, y así para cada nombre que incluyas.</p> <p>Por cada una de esas iniciales, escribe rápidamente el nombre de algún objeto o animal que se te ocurra, por ejemplo, C – casa, D – dinosaurio. Después, combina de dos en dos esos objetos o animales para crear algo nuevo. Por ejemplo, casa + dinosaurio = una casa del tamaño de un dinosaurio.</p> <p>Realiza este ejercicio de forma regular, y te sorprenderás al generar nuevas ideas a partir de la mezcla de conceptos.</p> <p style="text-align: right;"><i>...¿cuánto tiempo tardaste en mezclar todos los conceptos?</i></p>	

Para Bachrach, (2012), nuestro cerebro cuenta con dos tipos de mandos, que corresponden al directivo y los intermedios. El **centro directivo** se ubica en la zona anterior del cerebro y ejerce las funciones de dirección. La mayor parte de la información que le llega ha sido previamente revisada por los mandos intermedios.



Por su parte, los mandos intermedios corresponden a los **centros de asociación** ubicados en la zona posterior del cerebro, se encargan de reunir información que el centro directivo solicita, pero la información que reúnen generalmente es no planeada y espontánea.

De Bono (2012) establece que ambos mandos o centros son importantes para la creatividad por las siguientes razones:

Centro directivo	Centros de asociación
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Localiza problemas y los estudia detenidamente. ▪ Encuentra respuestas adecuadas para resolver los problemas. ▪ Trata de ver el problema desde otra perspectiva cuando es necesario. ▪ Decide cuándo delega su función a otras áreas cerebrales. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Permiten unir información difusa y aparentemente inconexa. ▪ Pueden utilizar el conocimiento sobre un concepto y aplicarlo a otro. ▪ Producen combinaciones de material almacenado, tanto novedoso como rutinario.

Cuando tú buscas resolver un problema de forma lógica y deliberada, el centro directivo es el que toma el control. Pero cuando tratas de usar un camino más espontáneo o intuitivo, el centro directivo delega sus funciones a los centros de asociación. Esto permite que te lleguen más ideas a la conciencia, ideas que quizá nunca hubieras considerado si tu centro directivo hubiera tomado el control. Por lo anterior, se considera que las personas que han desarrollado más su creatividad, tienen centros directivos con una gran capacidad para delegar, porque de esta forma, permiten que información muy valiosa, nueva o novedosa, acceda a su espacio mental.

Los hemisferios y las estructuras cerebrales de las personas creativas son iguales que las de las personas menos creativas. No existen diferencias anatómicas, pero lo que varía son los patrones de activación de dichas estructuras.



¿Es posible variar los patrones de activación de las estructuras cerebrales? Sí es posible, ya que la activación cerebral varía en función del aprendizaje, por ello, es posible controlar el estado cerebral, y como consecuencia, el nivel de creatividad.

Por lo anterior, el destino de tu pensamiento creativo está en gran parte en tus manos. Tu capacidad creativa es ilimitada y

la única persona que puede restringirla, eres tú mismo. Así que, ¿estás listo para desarrollar tu creatividad?, ¡ánimate y toma el control!

Subtema 3. Los beneficios de la creatividad en el ámbito personal y profesional

Los países industrializados han sufrido cambios radicales en las últimas décadas. La globalización, las nuevas tecnologías de la información, la comunicación, etc., son campos que están ofreciendo nuevas oportunidades de desarrollo, al tiempo que también generan nuevas problemáticas y desafíos a nivel mundial, (Bachrach, 2012).



Por lo tanto, las organizaciones requieren de personas capaces no solo de responder ante las demandas de la época actual, sino además, de afrontar los desafíos de forma creativa y diferente.

Innovación con propósito de vida.

El pensamiento convencional apoya en el afrontamiento de situaciones que ya anteriormente se han experimentado, pero cuando hablamos de nuevos desafíos, hablamos también de nuevas circunstancias que quizás nunca antes se han enfrentado, y esto es lo que verdaderamente nos lleva a la necesidad del pensamiento creativo.

Tal vez en este momento te cuestiones, ¿realmente necesito ser creativo para tener éxito en mi vida y en mi trabajo? Para responder a dicha pregunta, primero es importante que seas consciente de que el tomar siempre el mismo camino te conducirá siempre al mismo destino. Si tu intención es que tu vida siga el mismo curso que ha tenido hasta ahora, puedes tomar las mismas rutas, siempre. Pero si tu meta es avanzar, mejorar y continuar desarrollándote, entonces es conveniente que empieces a trabajar para desarrollar tu potencial creativo, de forma que en un futuro, puedas aplicarlo a las diferentes situaciones que experimentes en tu vida. El simple hecho de tomar este curso, ya habla de un interés por mejorar algo en ti mismo, habla de una decisión que te permitirá crecer y desarrollarte en distintos ámbitos de tu vida.

De Bono (2012) afirma que la creatividad puede traerte más **beneficios** de los que podrías imaginarte. Algunos de ellos son los siguientes:

Beneficios de la creatividad

En el ámbito personal, la creatividad:	En el ámbito profesional, la creatividad:
<ul style="list-style-type: none"> ▪ Proporciona una nueva visión de la vida. ▪ Provee de energía física y mental. ▪ Se asocia con el bienestar y el optimismo porque promueve emociones positivas. ▪ Permite ampliar el foco atencional, y con ello, lograr la flexibilidad mental. ▪ Ayuda a interpretar los errores o fallos como fuente de crecimiento y transformación. ▪ Promueve el cierre de ciclos personales de sufrimiento, canalizando la energía en cosas o circunstancias realmente útiles. ▪ Incrementa el nivel de autoestima. ▪ Fomenta la confianza en uno mismo, lo que potencializa la capacidad para 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Promueve una visión emprendedora. ▪ Maximiza el grado de compromiso para transformar los sueños e ideales en metas reales y palpables. ▪ Desarrolla la capacidad persuasiva, lo que permite que otros escuchen y consideren tus propuestas. ▪ Motiva a correr riesgos y aceptar nuevos retos, lo cual ayuda a madurar como persona y adquirir mayor experiencia profesional. ▪ Ayuda a considerar nuevas posibilidades y anticiparse al futuro, previniendo riesgos laborales. ▪ Promueve el desarrollo de vocación, mediante la pasión por los nuevos proyectos y retos laborales. ▪ Genera oportunidades laborales nuevas y desafiantes, lo que impacta

Innovación con propósito de vida.

<p>construir relaciones interpersonales perdurables y positivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Incrementa los niveles de motivación intrínseca. ▪ Posibilita el autoconocimiento y la libertad de ser uno mismo. ▪ Permite desarrollar el locus de control interno, lo que maximiza el sentimiento de logro personal. 	<p>directamente en el crecimiento profesional.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Permite crear redes de comunicación influyente, lo cual propicia el desarrollo de habilidades de liderazgo, comunicación y socialización en contextos profesionales. ▪ Marca la diferencia en el trabajo realizado.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------



Aunado a lo anterior, aquellas personas que son creativas experimentan un **estado de flujo** constante durante el proceso creativo que realizan. Esto propicia que el trabajo deje de convertirse en una carga, en un deber ser, para transformarse en una actividad placentera, en algo que contribuye al desarrollo personal y profesional, así como al bienestar general de una persona.

Por lo tanto, la creatividad puede llegar a convertirse en un **estilo de vida**, un enfoque de ver el mundo, una forma de interactuar con los otros, una manera de vivir. Adoptar la creatividad como estilo de vida significa desarrollar tu propio talento, aprovechar tus fortalezas y potencializarlas para llegar a ser capaz de alcanzar tus ideales mediante el autodescubrimiento, el autoconocimiento y el autodesarrollo.

Mi desafío creativo	Libérate de los patrones convencionales
<p>Después de conocer los múltiples beneficios que la creatividad te puede traer, te invito a que reflexiones por un momento, ¿de qué forma intentarás desarrollar tu creatividad?, ¿cómo buscarás liberarte de los patrones convencionales para generar nuevas formas de hacer las cosas?</p> <p>Una vez que hayas reflexionado lo anterior, escribe tres acciones concretas que intentarás manifestar en los siguientes casos, con el objetivo de incrementar tu creatividad:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Procurar que pasen cosas nuevas. ▪ Cambiar a modos novedosos de pensamiento. 	

Innovación con propósito de vida.

- Potencializar el modo de pensar fuera de lo establecido.
- Imaginar cómo pueden ser las cosas más allá de la situación.
- Buscar maneras de mejorar los procesos y productos.
- Convertirte en un mediador cuando estés frente a un conflicto importante en tu vida y trabajo.

Ten a la mano el listado de acciones que definas para cada caso, y agrega las acciones que consideres adecuadas conforme vas desarrollando tu pensamiento creativo. Te sorprenderá ver cómo poco a poco, el listado se incrementará, e irás agregando acciones que anteriormente, ni siquiera habías imaginado.

...¿qué tan sencillo o difícil fue para ti definir las acciones para cada caso?

En resumen, se puede decir que el desarrollo de tu creatividad te ayudará alcanzar un nivel superior de madurez mental, mediante la liberación de patrones y hábitos rutinarios, al tiempo que te permitirá también a ser más tú mismo, y menos lo que socialmente se te ha impuesto.

Si tú sigues pensando de la manera en que siempre pensaste, obtendrás las mismas viejas ideas que siempre obtuviste. ¡Atrévete a enfrentar el desafío de la creatividad!

Mi Reflexión

- Después de revisar los distintos tipos de pensamiento, ¿cuál es el pensamiento que predomina en tu persona?, ¿cómo podrías lograr un equilibrio en el desarrollo de los dos tipos de pensamiento: el creativo y el lógico?, ¿por qué crees que es importante lograr un equilibrio entre ambos?
- La educación tradicional se ha enfocado en la enseñanza del pensamiento lógico por encima del creativo, ¿qué propuestas o iniciativas se te ocurre que podrían implementarse en las escuelas, para maximizar la enseñanza del pensamiento creativo?
- Después de revisar los distintos ejercicios para equilibrar la dominancia de ambos hemisferios cerebrales, ¿qué otros ejercicios crees que podrían servirte para lograr un equilibrio en su desarrollo?
- Después de revisar algunos de los beneficios que el pensamiento creativo puede aportar a tu vida personal y profesional, ¿qué otro beneficio se te ocurre que podría brindarte?, ¿tienes alguna meta específica que te gustaría alcanzar mediante el desarrollo de tu creatividad?

¡Quiero más!

- Ingresa al siguiente recurso del Temoa en el que podrás conocer **una definición de la creatividad a través del estudio de 24 autores seleccionados**, en:
<http://www.temoa.info/node/639063>
- Para conocer más sobre **el desarrollo del pensamiento lateral**, te recomendamos leer el libro: Phillips, C. (2010). *50 juegos para el pensamiento lateral*. España: Albatros. (Sin ISBN).
- Para conocer sobre **la creatividad**, te invitamos a ver el siguiente video titulado **Habilidades Siglo XXI – Creatividad e innovación**, en:
<https://www.youtube.com/watch?v=SbPGBAaAw8I>
- Para poner en práctica el desarrollo de tus hemisferios derecho e izquierdo, realiza los ejercicios propuestos en:
http://www.credisoft.com.co/santaluisa/Articulo_Marzo.pdf

Glosario

- **Activación cerebral:** Se refiere a las zonas cerebrales que reaccionan cuando el ser humano realiza alguna actividad específica.
- **Bases psicofisiológicas:** Se refiere a los elementos psicológicos y físicos en un ser humano.
- **Centro directivo:** Se ubica en la zona anterior del cerebro y ejerce las funciones cerebrales de dirección. Se asocia con el pensamiento lógico.
- **Centros de asociación:** Se ubican en la zona posterior del cerebro, reúnen información no planeada y espontánea. Se asocian con el pensamiento creativo.
- **Creatividad:** Es la capacidad de producir cosas nuevas, novedosas y valiosas.
- **Cuerpo calloso:** Es el haz de fibras nerviosas más extenso del cerebro humano, se encarga de comunicar los dos hemisferios cerebrales.

Innovación con propósito de vida.

- **Estado de flujo:** Estado mental en el cual una persona está completamente inmersa en una actividad que ejecuta.
- **Estatus quo:** Se refiere a un estado de confort actual, algo que es conocido por completo.
- **Locus de control interno:** Se refiere a la percepción de una persona de que los eventos ocurren por causas asociadas a sí mismo, no a elementos externos a él.
- **Mediador:** Es un estilo de negociación en donde interviene la ayuda de un tercero, que intenta promover un acuerdo para que un conflicto finalice.
- **Motivación intrínseca:** Se refiere a la fuerza interna de una persona que lo lleva a realizar determinada acción.
- **Neurociencia cognitiva:** Ciencia que se encarga del estudio de los mecanismos biológicos relacionados con la cognición.
- **Pensamiento:** Aquellas imágenes o verbalizaciones internas que lleva a cabo el ser humano.
- **Pensamiento lógico:** Tipo de pensamiento que actúa de forma racional o convencional, está asociado al hemisferio izquierdo del cerebro.
- **Pensamiento creativo:** Tipo de pensamiento que actúa de forma lateral, se relaciona con la imaginación y está asociado al hemisferio derecho del cerebro.
- **Plasticidad cerebral:** Es la capacidad que tiene el cerebro para formar nuevas conexiones nerviosas.

Bibliografía

- Bachrach, E. (2012). *Ágilmente*. México: Grijalbo. ISBN: 978-607-311-500-1
- Bond, S. (2013). *Haz tu cerebro más inteligente: 9 hábitos para aumentar tu creatividad, tu capacidad de pensar y tu concentración*. Argentina: Kier. ISBN: 9789501730142

Innovación con propósito de vida.

- Credisoft. (s.f.). *Descubriendo el hemisferio derecho e izquierdo*. Recuperado el 6 de febrero de 2015 de:
http://www.credisoft.com.co/santaluisa/Articulo_Marzo.pdf
- Círculo de lectores. (2009). *Conviértete en un genio, potencia los dos hemisferios cerebrales*. España: Galdós.
ISBN: 9788498672459
- De Bono, E. (2013). *El pensamiento lateral*. Manual de creatividad. México: Paidós.
ISBN: 978-84-493-2945-6
- Didato, S. (2010). *¿Quién eres?, el gran libro de los test*. México: Grupo Editorial Tomo.
ISBN: 978-607-415-273-9
- Marina, J. y Marina, E. (2013). *El aprendizaje de la creatividad*. España: Planeta.
ISBN: 9788434406353
- Sánchez, M. (2013). *Desarrollo de habilidades de pensamiento: creatividad*. México: Trillas.
ISBN: 9789682444418

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.