

Solicito por favor corrección de la calificación del punto 13 del examen final de Innovación para el Desarrollo, argumento porque razón me quedó bien contestado:

1. La pregunta es sobre los **recursos para potenciar la creatividad**, no sobre las consideraciones que nos sirven para caracterizar el flujo (la **fluidez** si es uno de los recursos para potenciar la creatividad).
2. La opción Liderazgo transaccional (b) no se menciona en el apartado de la lectura sobre este tema.
3. Las opciones Desarrollo de nuestros potenciales (c) y Concentración intensa (d), son consideraciones que nos sirven para caracterizar el flujo, **no son recursos para potenciar la creatividad**.
4. Los **recursos para potenciar la creatividad** son 5, y ninguno se menciona en las opciones de respuesta [por eso marqué la opción Ninguna de las anteriores (a)]:
 - La fluidez.
 - Los seis sombreros para pensar.
 - Programación Neurolingüística – PNL
 - Visualización.
 - Relajación

Adjunto fotografías de la pregunta mal calificada y del texto guía, subrayando con amarillo los argumentos que enuncié:

Pregunta 13
Incorrecta Puntuación 0.00 sobre 1.00 Marcar pregunta

Según el material desarrollado en el curso de innovación para el desarrollo, seleccione los recursos para potenciar la creatividad

Seleccione una:

- a. Ninguna de las anteriores. ✘
- b. Liderazgo transaccional
- c. Desarrollo de nuestros potenciales
- d. Concentración intensa

Recursos para potenciar la creatividad:

1. La fluidez: CSIKSZENTMIHALYI habla de este concepto de flujo como "el estado en el cual las personas se hayan tan involucradas en la actividad que nada más parece importarles, la experiencia, por sí misma, es tan placentera que las personas la realizarán incluso aunque tenga un gran coste, por el puro motivo de hacerla".

Algunas consideraciones que nos sirven para caracterizar el flujo son:

- Concentración intensa: atención puesta en aquello que estamos realizando.

- ▶ Conciencia ordenada: sucede cuando la atención se utiliza para obtener metas realistas y cuando las habilidades encajan con las oportunidades para actuar.
- ▶ Conciencia casi automática: no requiere esfuerzo porque la información llega a la conciencia de forma congruente con nuestras metas, la energía psíquica fluye sin esfuerzo de forma automática.
- ▶ Desarrollo de nuestros potenciales: las actividades que producen la experiencia de flujo no pueden ser fáciles que aburran ni tan difíciles que causen ansiedad, debe ser una experiencia que nos enriquezca personalmente.
- ▶ Es activo: hacemos que nos suceda, no depende de la actividad sino de cómo la hacemos. Podemos llegar a tener una experiencia de flujo con actividades que antes no nos lo proporcionaban. Igualmente, no siempre fuimos con nuestra actividad favorita.
- ▶ Perder el control: surge de forma tan natural que uno no se da cuenta y no controla sus actividades porque estamos tan embebidos que no al volver al control salimos del estado de flujo.
- ▶ Autotética: es un fin en sí misma y no un medio para conseguir otra cosa. Existe una gran motivación intrínseca que nos lleva a realizarla aunque no nos reporte ningún beneficio económico o de otra índole e incluso nos suponga un esfuerzo.
- ▶ Felicidad: nos llena de gozo, satisfacción y disfrute aunque no necesariamente sea agradable en el momento que ocurre.
- ▶ Todas las personas hemos tenido, al menos alguna vez esta experiencia, pero lo mejor de todo es que podemos potenciar nuestra
- ▶ Sombrero negro: aquí priman el juicio y la cautela y se pone en manifiesto las desventajas y debilidades de nuestra posible solución.
- ▶ Sombrero amarillo: en él priman los beneficios y oportunidades que tenemos.
- ▶ Sombrero verde: creatividad, se pueden combinar las diferentes técnicas que hemos visto.
- ▶ Sombrero azul: es el sombrero del control y la gestión, acá se resume que se ha hecho y se llega a conclusiones.

3. Programación Neurolingüística – PNL

La Programación Neurolingüística es la ciencia de experiencia subjetiva. Esencialmente, las personas son estudiadas y analizadas con el fin de discernir las estrategias mentales con las

capacidad para alcanzar la fluidez más frecuentemente y que eso nos incrementará nuestra felicidad.

2. Los seis sombreros para pensar

Los seis sombreros representan seis maneras de pensar y se deben considerar como direcciones de pensamiento más que como etiquetas de pensamiento. Es una herramienta para facilitar la solución de un problema desde diversos puntos de vista. Este método promueve mayor intercambio de ideas entre más personas.

Para desarrollarla se propone seis sombreros de diferentes colores, cada uno representa una dirección del pensamiento que debemos afrontar a la hora de abordar un problema. Los sombreros pueden ser imaginarios y cada miembro del grupo de trabajo escoge cual será el color a utilizar, esto con el fin de indicar el tipo de pensamiento que se está empleando, es importante aclarar que todos deben tener el mismo sombrero simultáneamente. Luego se cambia de color, otro miembro del grupo lo escoge y todos trabajan con el nuevo sombrero de forma simultánea.

La acción de ponerse y de quitarse el sombrero es esencial para generar un pensamiento más proactivo, no importa el orden de los sombreros, se recomienda que el último sombrero debe ser el azul, aún así, es únicamente una recomendación.

Los colores de los sombreros son:

- ▶ Sombrero blanco: debemos centrarnos en los datos disponibles que tenemos, la información con la que contamos.
- ▶ Sombrero rojo: con este nos centramos en las emociones, los sentimientos y la intuición, los miembros del grupo comentan sus sentimientos sin justificarlos.

La estrategia que se sigue es provocar en las personas un momento particular de desarrollo creativo para, así, poder conocer de manera más eficaz el modelo de pensamiento, la fisiología y el contexto que apoya sus procesos creativos. Cada una de estas tres etapas tiene una fisiología distinta y puede ser empleado por los individuos que quieren mejorar su funcionamiento creativo. El PNL es útil para identificar en qué contexto las personas tienen predisposición a ser más creativos. Muchas personas requieren de un contexto determinado para ser creativas. Desde un espacio determinado a una actividad concreta. Identificando esos contextos se ayuda a las personas a recordar la necesidad de la creatividad y su capacidad en ese sentido.

4. Visualización:

La característica básica de esta técnica es la preponderancia de su no verbalidad. La utilización de este método se basa en la idea de que el

que ellos suelen conseguir resultados. Una vez que las estrategias son descifradas, ellos están disponibles para mejorar la capacidad del resto.



lenguaje estructura el pensamiento de una forma lógica para que sea posible la comunicación. Se da prioridad a la visual sobre la verbal, se consigue mayor rapidez y versatilidad de éste. Con la visualización se puede utilizar para anticipar la vivencia de sensaciones que se experimentarán en un futuro, de esta forma conseguiremos reducir la ansiedad y el rendimiento será mucho mayor. También es útil para anticipar espacios futuros, es decir, orientar la imaginación hacia la producción de ideas. Consiste en representar la imagen del objeto en la mente y conservarla durante todo el tiempo de realización. También es importante que sólo piense en imágenes y sensaciones. Déjelas que fluyan, no utilice su lenguaje interno.

Póngase cómodo en un lugar tranquilo sin interrupciones. Vamos a percibir a través de los cinco sentidos, piense en algo:

- ▶ Vista: piense en la apariencia externa. Vea sus colores, sus formas, sus tamaños,

deténgase a mirar su textura. Fíjese en detalles, en cómo es por dentro.

- ▶ Oído: piense en los ruidos cercanos y lejanos, si lo que piensa emite ruidos, que sonidos emite, cuál es su timbre, su intensidad, su tonalidad.
- ▶ Olfato: traiga a su memoria el aroma sutil que desprende la fruta antes de ser pelada, y después el olor más intenso cuando es partida. Trate de captar el aroma de un zumo.
- ▶ Gusto: paladee su sabor, muérdalo, saboréelo. ¿Percibe diferencias entre los sabores?
- ▶ Tacto: pálpelo note la diferencia de sus texturas ¿qué sensaciones le produce al tocarlo?
- ▶ Practique con distintos objetos: conseguirá que las sensaciones sean más intensas.

5. Relajación:

Descansar nos permite realimentarnos para potenciar nuestra creatividad o poder de creación. El descanso es conveniente cuando nos saturamos de una idea o un tema.

Beneficios que reportan los ejercicios de relajación:

- ▶ La respiración es normal, no forzada.
- ▶ Sensación de recuperación y de eliminación de tensiones.
- ▶ Activación de la circulación.
- ▶ Estimulación de la imaginación y la intuición.
- ▶ Potenciación de la concentración y la atención.
- ▶ Hipotonía muscular.