

Com certeza já dissemos muitas vezes: “hoje não estou nada criativo”; “falta-me criatividade”, ou mesmo “há pessoas mais criativas do que outras”. Estas afirmações do dia-a-dia levam-nos a refletir sobre a seguinte questão: **É possível tornar uma pessoa mais criativa? Como podemos fazer a gestão da criatividade?** Leia e descubra as respostas a estas questões. Boa Leitura!

Na apresentação deste guia, pedimos-lhe que responda à questão apresentada, e consoante a sua resposta leia o ponto indicado.



Podemos ficar mais criativos?

Sim – Passe para o ponto 2.

Não – Passe para o ponto 3.

2

Ser criativo

A criatividade pode ser treinada, isto é, nós podemos adotar comportamentos que possibilitem desenvolvermos a nossa criatividade. A criatividade não é algo inexplicável e não depende apenas de um resultado inconsciente. A criatividade depende também de um trabalho árduo e consciente na procura de soluções. Todos os indivíduos têm um potencial criativo pois em alguns momentos desejamos que algo que bloqueia a nossa produtividade seja desbloqueada e novas soluções sejam implementadas.

3

Potencial Criativo

É certo que podem existir pessoas mais criativas do que outras mas ser criativo não é apenas sinónimo de ser original e talentoso. A criatividade é **um processo mental que envolve mais do que uma habilidade para gerar novas ideias**. O pensamento criativo envolve a tomada de conhecimento das dificuldades, dos problemas, das ausências de informação, elementos desaparecidos, anomalias, erros, etc, e a procura de hipóteses para solucionar esses erros e avaliar as soluções a seguir e os resultados a atingir. As pessoas podem ficar mais criativas se estiverem predispostas a ouvir e a observar mais atentamente o seu contexto e extrair desse contexto possíveis soluções. Isto é, aproveitarem a **tensão criativa** (energia para solucionar um problema ou questão, de forma a estabelecer a ponte entre a realidade percebida e a realidade desejada) para encontrarem respostas úteis e inovadoras.



*O acaso só favorece a mente preparada
Louis Pasteur*



Processo de desafiar as ideias estabelecidas e procedimentos habituais a fim de encontrar soluções novas, tendo consciência dos obstáculos e percepção dos benefícios que podem decorrer de uma abordagem original.

Possibilita encontrar caminhos para lidar com os desafios e identificar oportunidades. Contribui para o sucesso das áreas em que o indivíduo está envolvido.

Como posso fazer a gestão da minha criatividade?

A gestão da minha criatividade pode ser feita mediante a utilização de algumas das técnicas que contribuem para obter soluções inesperadas e valiosas para a execução das nossas tarefas. Apresentamos de seguida algumas das técnicas que podemos utilizar para gerir a nossa criatividade.

1 – Técnica de associação de ideias – Utilize metáforas para explicar a sua tomada de decisão e procure relacionar os pensamentos. As ideias não surgem isoladas no contexto, procure a causa e efeito das suas ideias, semelhanças e aspetos que divirjam da ideia inicial.

2 – Técnica de perguntas – Fazer perguntas é um requisito importante para gerir a criatividade. As perguntas possibilitam desenvolver a intuição, atuando como chaves criativas que abrem portas à validade das ideias. Ao utilizar a técnica de perguntas, podemos fazer *combinações de preposições*.

Ponto 1 – Até... de...desde...em... para...quê;

Ponto 2 – Quem... quando... onde... qual ... quanto ... quê... como.

Exemplo de combinações:

Quem: - Até quem? Com quem? De quem? Em quem? Para quem? Por quem?

3 – Técnica de adicionar adjetivos – Consiste em criar uma lista de adjetivos para um conceito comum, de modo a encontrarem-se alternativas para o conceito em análise. Por exemplo, para o conceito de *processos flexíveis* poderíamos enumerar uma lista de adjetivos que traduzissem os adjetivos flexíveis: processos alternativos; processos abertos; processos maleáveis, desdobráveis etc.



4 – Técnica dos sentidos – Se envolvermos todos os nossos sentidos (visual, tato, auditivo, olfativo, gustativo) na procura de soluções, teremos mais e melhores experiências de criação de ideias, as quais são também mais facilmente recordadas.

5 – Técnica do Brainstorming (chuva de ideias) – É uma técnica a ser realizada com grupos de 3 a 8 pessoas, onde cada membro contribui com várias ideias sobre um determinado assunto. Todas as ideias são bem-vindas, mesmo as que parecem à partida menos concretizáveis. O que importa aqui é a quantidade de ideias que são geradas, passando-se posteriormente à seleção das ideias.



A Recordar ...

A gestão da criatividade possibilita evitar fatores que bloqueiam a tensão criativa (força/ energia que precisamos gastar com a finalidade de unir a nossa visão com a realidade desejada) e encontrar soluções inovadoras.