

PSICOLOGÍA

■ Nuria Martínez · Psicóloga de Azos

Creatividad: ¿genética o aprendizaje?

"La creatividad no es un lujo, sino una estrategia de supervivencia humana". (José Antonio Marina)

Escuchamos constantemente lo importante que es ser creativo y utilizar la imaginación para superar estos momentos de crisis, pero ¿sabes cómo ser creativo? ¿Qué es exactamente la creatividad? Quizás pienses que es una cualidad o don exclusivo de unos pocos. Sigue leyendo y verás que no.

Se define creatividad como la producción de una idea, un concepto, una creación o un descubrimiento que tiene los elementos de: novedad, originalidad, utilidad y que satisface tanto a su creador como a otros durante algún tiempo.

A partir de los años 60 las distintas orientaciones de psicología han puesto un mayor énfasis en el estudio de la creatividad debido a su importancia para el individuo. Existen así distintas teorías al respecto, tests para medirla y métodos para desarrollarla.

Desde la perspectiva de la psicología cognitiva (psicología que estudia los procesos de pensamiento) **la creatividad es la habilidad de darle diferentes respuestas o soluciones a un mismo problema.** - Interesante y práctico ¿no?, sobre todo en esas ocasiones en que no se ve la salida.

Es la facultad que nos permite sobrevivir y progresar en un entorno cambiante y acelerado. Es además, un componente básico de la felicidad porque todos aspiramos a ampliar nuestras posibilidades de acción y sentirnos estancados e impotentes nos resulta insufrible. Es resultado de distintos procesos de pensamiento que tenemos

todas las personas, tales como: percepción, memoria, aprendizaje, razonamiento, motivación...

Tiene una parte **genética**; nacemos con mayor o menor potencial de creatividad y es hereditaria; y otra de **aprendizaje** y desarrollo sobre la que influye el ambiente.

Es decir, que si todos nacemos con un cierto potencial para ser individuos creativos y lo desarrollamos desde la infancia, se convierte en una actitud y un rasgo de nuestra personalidad; podremos ser adultos resolutivos en las pequeñas o grandes crisis del día a día y por tanto satisfechos con uno mismo y felices.

Quizás podamos pararnos unos minutos a observar a nuestro alrededor a esas personas que nos parece que manejan con éxito las situaciones problemáticas o a nosotros mismos en esas ocasiones en que hemos salido airoso y satisfechos de un problema ¿hemos sido creativos?

Personas creativas

Las personas creativas se caracterizan por:

- **Apertura mental:** Se exponen a distintas situaciones y ambientes, observando lo nuevo. (Alta capacidad de observación)
- **Memorizar lo observado** para crear su propio archivo de conocimientos y recursos.
- **Motivación interna.** Se plantean

retos por la mera satisfacción personal y no por la consecución de premios.

- **Flexibilidad de pensamiento:** no utilizar lo conocido de la misma forma sino combinarlo con otros recursos para obtener la solución novedosa.

- **Autoconfianza** y juicio independiente para poder tener ideas que se apartan de lo convencional.

- **Ambiente** que propicie y reconozca las ideas creativas.

Como desarrollar la creatividad en los niños

- Deja que vivan experiencias diferentes, la lectura es un buen recurso para mostrarle otras formas de pensar y hacer; se puede jugar con ellos a inventar finales distintos.

- Permíteles que pongan las normas del juego o cambien las establecidas.

- Anímales a pensar diferentes soluciones a los problemas que les surjan, no le des la solución.

- Déjales tomar pequeñas decisiones. Favorece su autonomía y autoestima.

- Reconócele verbalmente cuando tenga ideas propias, planteé soluciones o formas alternativas de hacer las cosas siempre y cuando se llegue a un resultado satisfactorio.