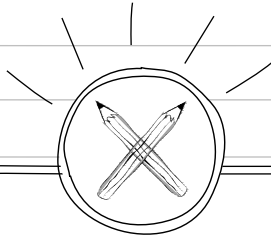




Quadern de pensar

PENSO, AIXÍ CREO



AQUEST ÉS EL
QUADERN DE PENSAR DE

SI PER ALGUN MOTIU
TE L'HAS TROBAT,
ESCRIU-ME A



Hola

Hola, em dic * i seré el teu detonant per a pensar creativament durant les pròximes setmanes.

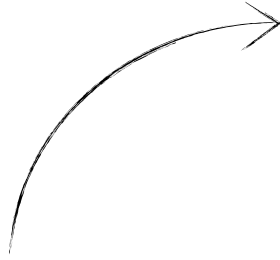


* Començarem pensant amb llibertat absoluta, sense aplicar cap tècnica ni condicionant. Es tracta de mirar fixament el maniquí i imaginar com pots anomenar-lo a partir d'ara. En el globus de pensament pots anar apuntant amb llapis els possibles noms que et puguin anar sorgint. Potser n'hi ha algun que t'inspira ràpidament, però no t'atabalis si no en trobes de seguida un que et faci prou el pes. Pren-te tot el temps que et calgui i, sobretot, emprèn aquest primer repte com una diversió. Està demostrat que en una atmosfera agradable les sinapsis cerebrals poden produir espurnes de pensaments més brillants.

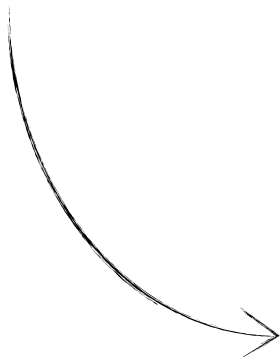
ÍNDEX

O COM ESTÀ PENSAT I ORGANITZAT AQUEST QUADERN

INTRODUCCIÓ o unes paraules per a situar-nos	92
PENSA COM CREES o dit d'una altra manera: sang, suor, llàgrimes i... ..	90
Què tenen en comú les ments més creatives?.....	87
Crea amb tots els sentits.....	85
Crea per a solucionar problemes.....	76
PENSA LATERALMENT, és a dir, pensa per a crear.....	72
El qüestionament creatiu (preguntar, crear un desordre, SCAMPER).....	71
Les alternatives (focus simple, ventall de conceptes, analogies, bissociació, sinèctica) ...	65
Les provocacions: mètode de la fugida, del pont (inversió, exageració, distorsió i expressió d'anhels) i de l'atzar. PO, POMAT i POPER.....	59
TO-LO-PO-SO-GO, CoRT i barrets, com a processos de pensament	52
Sis parells de sabates per a l'acció	48
PENSA DIVERGENTMENT o «Fins ara, De Bono. Hola, Guilford»	45
PENSA VISUALMENT amb ideatoons.....	40
PENSA A LA TEVA MANERA amb tècniques intractives.....	36
Escriptura o dibuix lliure, cal·listènia mental, 3B, imatges hipnagògiques, connectar-se amb un altre problema, serendipitat).....	35
PENSA EN COMPANYIA o eines per a la co-creació.....	26
Brainstorming i tècniques organitzades.....	25
PENSA ALLÒ QUE HAS PENSAT o com avaluar les idees	18
SUCCES i lideratge creatiu.....	13
EXTRES o pàgines en blanc per a quan la ment no està en blanc.....	7



PENSO, LOGO CREO
ICH DENKE, ALSO ERSCHAFFE ICH
PENSO, AIXÍ CREO
COGITO, ERGO CREO
PENTSATZEN DUT, GERO SINENSTEN DUT
PIENSO, LUEGO CREO
I THINK, THEREFORE I CREATE
JE PENSE, DONC JE CRÉE...



Introducció

Potser el primer que et sorprendrà d'aquest quadern és que està paginat a l'inrevés. No, no es tracta d'una equivocació, sinó que és fruit d'una constatació: la de posar en dubte totes les convencions que ens envolten. Edward de Bono, a qui aviat coneixeràs, es va fer un bon dia aquesta pregunta: Per què les pàgines dels llibres es solen pagar a partir del número 1?

Si es fa a l'inrevés, és més ràpid i fàcil saber quantes pàgines ens queden per a acabar la lectura. Obvi, oi? Doncs sembla que no tant, perquè portem segles fent-ho igual. Som animals de costums. La bona notícia és que, quan ens ho proposem, també podem ser unes feres de la creativitat i la innovació.

Aquest quadern tracta d'això, de posar-nos a pensar per a intentar ser més creatius. Per a aquesta tasca, hem demanat ajuda a un maniquí que es convertirà en el catalitzador de tot el procés. A partir d'ell es vehicularan tots els exercicis que s'aniran proposant al llarg de les pàgines i es posaran en pràctica tècniques creatives diverses. Quan arribis a la pàgina 1, no tornaràs a veure un maniquí de dibuix com un simple maniquí de dibuix.

Alguna pregunta?

Segur que tens un munt de dubtes i t'agradaria poder cosir a preguntes a algú. Tranquil·litat. D'això es tracta.

Amb els exercicis que trobaràs en aquest quadern comprovaràs que, al cap i a la fi, pensar creativament es resumeix en tres qüestions fonamentals:

1. PREGUNTAR, PREGUNTAR I PREGUNTAR. A ALTRES I A NOSALTRES MATEIXOS (PERQUÈ PENSAR ÉS FER-SE PREGUNTES).
2. FER ASSOCIACIONS POC HABITUALS PER CONNECTAR EL QUE NINGÚ HAVIA CONNECTAT ABANS.
3. CANVIAR DE PERSPECTIVA CONTÍNUAMENT.

Ara pensaràs que amb aquest *spoiler* no cal continuar. Error. Aquestes tres claus no serveixen de res sense la base de l'esforç i el desig real de fer les coses de manera diferent i de forma sistemàtica.

Així, caldrà esforçar-se a:

1. PREGUNTAR CONTÍNUAMENT AL MANIQUÍ.
2. ASSOCIAR EL MANIQUÍ AMB TOT TIPUS DE CONCEPTES, COM MÉS EXTRAVAGANTS MILLOR.
3. VEURE I IMAGINAR EL MANIQUÍ DES DE MULTITUD DE PERSPECTIVES DIFERENTS.

Doncs això: 3, 2, 1... a pensar.

Pensa com crees

Imagina't el teu maniquí tacat de sang. Ara, sobre un bassal de suor.

Finalment, en un mar de llàgrimes. Quan ja tinguis les tres imatges en la teva ment, intenta plasmar-les sobre el paper.

SÍ, AQUÍ, CADASCUNA EN UNA CASELLA. POTS UTILITZAR COLORS, ÉS CLAR.



--	--	--

Acabes de projectar tres imatges que segurament mai t'havies plantejat. Potser t'ha resultat fàcil amb la sang (encara que també desagradable), però plasmar els matisos entre la suor i les llàgrimes haurà estat més complicat.

L'interessant és que mentre dibuixaves també especulaves sobre qui havia assassinat el teu maniquí, per què hi havia tanta suor, quin era el motiu de les seves llàgrimes...

Has començat a imaginar tres històries, tres pel·lícules diferents amb un mateix protagonista. O potser han acabat convergint en una mateixa trama...

Algú que en sap molt, de pel·lícules i de ser creatiu, el novel·lista, guionista i publicitari Carlos Ruiz Zafón, va escriure a **El joc de l'àngel (2008)**:

«La inspiració arriba quan es claven els colzes a la taula, el cul a la cadira i es comença a suar. Tria un tema, una idea, i esprem-te el cervell fins que et faci mal. D'això, se'n diu inspiració».

Per a expressar la mateixa idea, Picasso afirmava que les muses sempre el trobaven treballant, i Edison que la creativitat consisteix en un 1% d'inspiració i un 99% de transpiració. I és que el treball creatiu requereix, abans que res, treball. Per això esdevé encertada la metàfora extreta del famós discurs de Winston Churchill. Tot i que, afortunadament, a més de «sang, suor i llàgrimes» quan ens posem a crear també obtenim...

... plaer.

Certament, resulta sempre gratificant descobrir coses que altres no han descobert abans, dir el que altres no han dit, veure el que altres no veuen, crear una combinació impensable fins al moment.

Ser creatius ens fa feliços. De fet, com afirma el psicòleg Michael Fordyce, la felicitat sol estar associada amb èpoques de creació.

Tècnicament, el pensament creatiu és una activitat autotèlica perquè es gaudeix del que produeix l'experiència en si. L'art, la música o l'esport, per exemple, també són habitualment activitats autotèliques perquè es realitzen per a sentir el plaer de l'experiència que proporcionen.

Per contra, la majoria de les activitats que realitzem en la nostra vida són exotèliques. Atès que bàsicament dediquem un 40% del nostre temps desperts a realitzar «tasques de manteniment» (rentar-nos, vestir-nos, menjar, netejar...), és convenient reservar alguns minuts al dia a alguna cosa que ens satisfaci per si mateixa. I que aquesta cosa sigui pensar. Creativament, és clar.

Per què esperar? Torna a pensar en el teu maniquí. Imagina que cobra vida, que té sentiments, gustos, preferències...

Quina activitat podria fer-lo feliç? Procura que sigui alguna cosa especial, poc habitual. Perquè el teu maniquí és especial, únic i, per tant, li has de dissenyar una vida imaginària especial i única.

FES AQUÍ UN ESBÓS AMB TOT EL QUE SE T'ACUDEIXI. 



Què tenen en comú les ments més creatives?

Després d'entrevistar i estudiar a noranta-una de les persones més innovadores del món en diferents disciplines (des de científics a actors), el catedràtic i professor de Psicologia i Educació de la Universitat de Chicago, Mihaly Csikszentmihalyi, va concloure que la capacitat per a descobrir el que un pot fer bé, i gaudir fent-ho, són els trets que tenen en comú totes les ments creatives:

«A les persones creatives els encanta el que fan [...]. No és el que fan, sinó com ho fan. [...] Han d'haver desenvolupat un sistema nerviós en el qual el descobriment de novetats estimula els centres de plaer situats al cervell».

M. Csikszentmihalyi (1998). *Creatividad. El fluir y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona: Paidós.

En altres paraules, a les persones creatives els agrada reptar-se a si mateixes, sortir de la seva zona de confort. I per a seguir gaudint amb el que fan, necessiten anar incrementant la seva complexitat. No ho poden evitar. Perquè els agrada. Així, el procés creatiu resulta sempre incremental. Compliquem una mica més el repte anterior i imagina com seria la vida feliç del maniquí sense un peu. O amb un ull al clatell. O si hagués de carregar inevitablement amb una motxilla plena de pedres. O...

APUNTA A CONTINUACIÓ LES TEVES IDEES:



1.
2.
3.
4.

5.
6.
7.
8.
9.
10.
11.
12.

Si no en tens prou amb aquesta llista de dotze idees i se t'ocorren algunes més, és que ja comences a entrar en el ritme... del plaer creatiu.

Si no és el teu cas, no et preocupis. Vol dir que encara estàs sota la influència de l'entropia, un mecanisme de supervivència inserit en els nostres gens pel qual sentim plaer quan estem còmodes, relaxats i ens trobem bé sense gastar energia. És una força encara més primitiva i poderosa que l'impuls de creació. Però aquí es tracta de lluitar contra l'entropia i gastar energia mental. Seguim.

Crea amb tots els sentits

«Em fa feliç no tenir una definició [de creativitat]. La creativitat és gairebé infinita. Involucra cada sentit -vista, oïda, gust, tacte i olfacte- i probablement elements extrasensorials. Molts aspectes de la creativitat no es veuen, són de naturalesa no verbal i inconscient. Fins i tot si sabéssim què és exactament la creativitat, no podríem definir-la amb paraules».

Cita d'E.P. Torrance en el llibre de R. Sternberg (1988). *The nature of creativity, contemporary psychological perspectives*. Cambridge: Cambridge University Press.

Ellis Paul Torrance va ser un dels psicòlegs nord-americans que més va investigar sobre creativitat i va inventar els test TTCT (Torrance Test of Creative Thinking). La seva visió holística de la creativitat ens inspirarà ara per a fer exercicis d'estimulació sensorial creativa. Amb tots els sentits.

OLFACTE

El teu maniquí comença a desprendre una olor intensa. Pensa en una olor de la teva infància o en alguna altra que et porti bons records. Millor encara, inventa't una olor agradable. Impossible? Si no ho intentes, mai serà possible. Pot ser una combinació d'olors universals, amb matisos d'aromes menys comunes. Concentra't només en el teu olfacte i descriu amb la màxima precisió com és aquesta fragància.

La tens? Doncs aquí tens la resta de la pàgina en blanc per a especular sobre per què, de sobte, el teu maniquí ha començat a desprendre aquesta olor. I d'aquí a un guió de cinema o a l'argument per a un còmic hi ha la distància que tu vulguis que hi hagi (d'entrada, si et falta espai aquí, pots utilitzar les pàgines del final del quadern).

VISTA



Comença vestint el teu maniquí per veure'l d'una manera totalment diferent. Pots utilitzar trossos de tela, trossos de paper o els materials que se t'acudeixin per a convertir-lo en un personatge que, a poc a poc, es va dotant de personalitat (ja li has posat nom, saps què el fa feliç, de què fa olor...).

Quan el tinguis llest, fes-li una foto i, un altre dia, desvesteix-lo i torna'l a vestir d'una altra manera diferent... i fes-li una altra foto. I així, tantes vegades com vulguis.

DESPRÉS LES POTS IMPRIMIR I EMMARCAR AQUÍ:

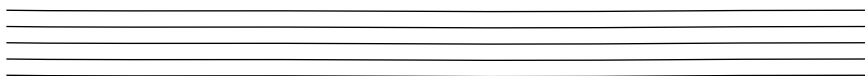
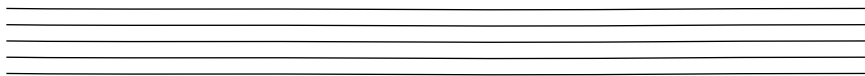
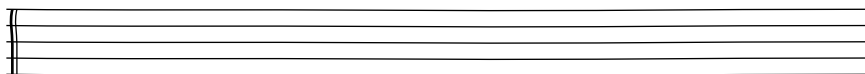
--	--	--	--

Intenta, com a mínim, fer-ho quatre vegades (una per a cada estació de l'any, per exemple), però si se t'ocorren més *outfits*, deixa'n constància en les pàgines extres. Mai se sap si un acabarà dedicant-se al disseny de moda.

OÏDA

El teu maniquí pot arribar a ser un instrument musical. Quan el canvies de postura pots sentir com li cruixen les articulacions. I això és música per a les oïdes de qualsevol reumatòleg. Bromes a part, amb la fusta de la base, l'eix metàl·lic i tots els moviments que permet el maniquí pots intentar construir una petita melodia.

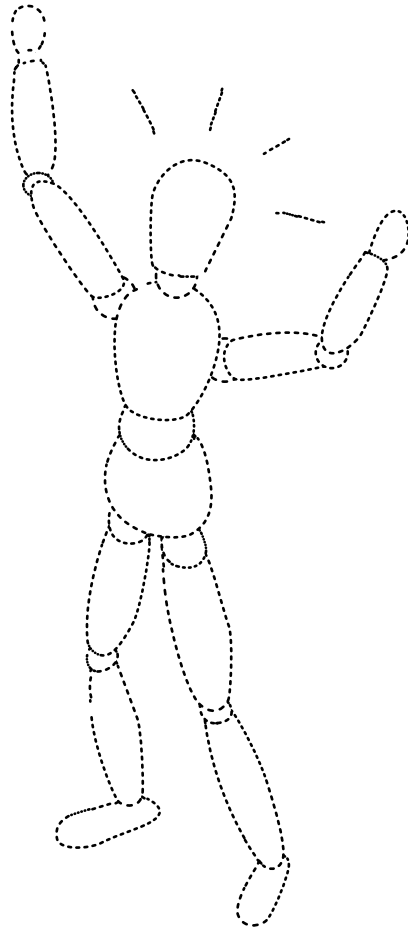
SI TENS CONEIXEMENTS DE LENGUATGE MUSICAL, AQUÍ TENS UN PENTAGRAMA PER A ANOTAR LES PRIMERES NOTES.



En cas contrari, pots gravar la melodia amb el teu mòbil. Més endavant, reproduueix-la i estaràs escoltant el so de la teva creativitat. A més, sempre podràs posar-li lletra o intentar visualitzar-ho en una imatge, per a la portada d'un disc, o en tot un *storyboard* per a un videoclip.

TACTE

Tanca els ulls i palpa el teu maniquí intentant memoritzar cada detall. Mentre ho fas, posa't a la pell d'una persona invident i pensa en altres usos possibles que pugui tenir el maniquí per a aquesta persona (que no sigui el de dibuixar). Dedicat a aquesta tasca cinc minuts exactes i anota totes les idees que vagin sorgint al voltant del dibuix en braille.



GUST

Fantasiaja ara amb la possibilitat que el maniquí estigui fet d'un altre material que no sigui fusta. Aquest material ha de ser comestible i irresistible. Quin seria? Per a què serviria? Qui el compraria? On es vendria? Si en algun moment dubtes sobre cap a on poden portar aquest tipus de pensaments, recorda que el dissenyador francès Philippe Starck va crear fa uns anys WA/HH, un esprai que en aspirar-lo generava una immediata sensació d'embriaguesa. I es venia per més de 1.500 dòlars la unitat.

MATERIAL	ÚS	PÚBLIC	PUNT DE VENDA



I EL QUE FALTAVA, EL SISÈ SENTIT

Digues-li sensibilitat. Intuïció. Pressentiment. Espurna... El tenim tots i ens passa a tots. Després de pensar contínuament en alguna cosa concreta (com en el teu maniquí) sorgeix una idea intuïtiva que et pot portar a una gran idea o a la solució d'un gran problema.

Regala't ara el plaer d'un descobriment inèdit, tot i no ser conscient de sistematitzar cap procés creatiu. Pot trigar alguns dies, però tingues en ment l'objectiu de buscar-li una utilitat al maniquí que el converteixi en un element imprescindible en qualsevol lloc del món.

Pots començar per alguna cosa simple, com que el maniquí serveixi per a deixar les claus del cotxe sempre en el mateix lloc (penjades del seu braç), però segur que qualsevol dia et llevés amb una idea molt millor.

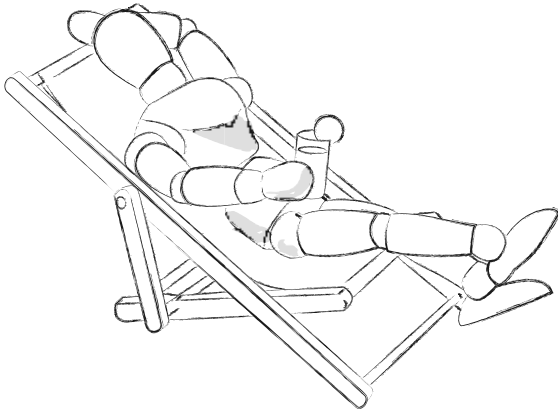
Només necessites temps, ganes, concentració i aquestes línies per a anotar la teva millor idea:

I SI ARA PENSES AMB TOTS ELS SENTITS ALHORA?

Mike Vance, president de la Creative Thinking Association of America, va encunyar el terme **sensation** per a designar el pensament simultani amb tots els sentits. Ho va fer durant l'època en la qual va treballar per a Walt Disney i, tot i que es tracta d'una tècnica sofisticada, sembla evident que donava bons resultats.

No t'espantis. No hauràs de practicar ara aquesta tècnica de nivell expert. Si has fet tots els exercicis anteriors, ja hauràs posat el teu pensament creatiu a flor de pell. No importa, de moment, el resultat que hagis obtingut; dóna per bo l'esforç d'haver pensat, un per un, amb tots els teus sentits.

FEM UNA PAUSA?



• • • • • • • •

Crea per a solucionar problemes

Un dels aspectes que més sorprenen el catedràtic de Psicologia Aníbal Puente és que en revisar la literatura sobre creativitat i solució de problemes es fa evident l'escassa comunicació que ha existit entre els especialistes i investigadors de tots dos camps, tot i ser tan propers com en realitat són.

Va ser l'escola de psicologia de la Gestalt, l'enfocament que s'oposava al conductisme, que va iniciar les investigacions sobre solució de problemes. Més tard, Edward de Bono va formular el corpus del pensament lateral basant-se en moltes d'aquestes investigacions, en què es reconeixia la importància de la percepció dels elements que intervenen en un problema.

Els gestaltistes van identificar dos mecanismes contra els quals cal enfrontar-se per començar a pensar creativament:

- L'EINSTELLUNG O HABITUACIÓ
- LA FIXACIÓ FUNCIONAL

Descobrim a continuació en què consisteixen.

L'EINSTELLUNG O HABITUACIÓ

És el mecanisme que ens permet trobar solucions ràpidament però, al mateix temps, ens pot impossibilitar el descobriment d'altres alternatives.

Un dels psicòlegs de la Gestalt, Luchins (1959), va demostrar que quan es té prou experiència en una forma concreta de resoldre un problema, tendim a fer servir aquesta forma de manera persistent i mecanitzada, encara que n'hi hagi d'altres de més fàcils i ràpides.

L'*einstellung*, per exemple, ens permet anar de casa a la feina sense pensar, però al mateix temps ens impedeix descobrir nous camins, potser no més curts però sí més ràpids, més agradables o més inspiradors.

LA FIXACIÓ FUNCIONAL

Es refereix a la incapacitat per a utilitzar objectes en tasques que no siguin les usuals: la forquilla per a menjar, l'ampolla per a contenir líquids o el maniquí de dibuix per a esbossar correctament figures anatòmiques.

La batalla contra l'habitució i la fixació funcional ha de lliurar-se cada dia, encara que sigui en petites dosis.

Per exemple, col·loca el teu maniquí en un lloc diferent cada dia. I fes-te fotografies amb ell. O dibuixa'l des de diferents perspectives. O intenta posar-lo en postures impossibles. Fins i tot podries canviar-li el nom!

També pots pensar noves utilitats: convertir-lo en un rellotge de sol, en un organitzador d'anells, en un petjapapers...

APUNTA A CONTINUACIÓ TOT EL QUE SE'T PASSI PEL CAP PER CANVIAR ELS TEUS HÀBITS AMB EL MANIQUÍ I LES SEVES FUNCIONS.



I ara, posa't a pensar d'una altra manera...

Pensa lateralment

A partir d'aquí comença la pràctica del pensament lateral, un concepte encunyat per Edward de Bono, reconegut com una autoritat mundial pel que fa a tècniques creatives.

A diferència del pensament lògic (que ell anomena vertical), en el qual l'ordre del pensament és lineal i cada fase ha de ser justificada per passar a la següent, en el pensament lateral s'amplia la visió que es té sobre els problemes i s'utilitza informació que aparentment no té res a veure.

AQUÍ ENS ATURAREM EN ELS TRES GRANS ENFOCAMENTS DEL PENSAMENT LATERAL :

- EL QÜESTIONAMENT CREATIU
- LES ALTERNATIVES
- LES PROVOCACIONS

El qüestionament creatiu



NO CRÍTICA, NI JUTJA NI CERCA DEFECTES

Encara més, el qüestionament creatiu es nega a acceptar que la manera actual de fer les coses sigui necessàriament la millor i parteix de la base que és només una entre diverses possibilitats. Els japonesos perfeccionen fins i tot allà on no hi ha errors; qüestionant també el que funciona. Per què el maniquí té aquesta mida?

- LES PECES PODRIEN TENIR UNA ALTRA FORMA?
- PER QUÈ ÉS DE FUSTA?
- CAL QUE S'AGUANTI VERTICAL?
- PER QUÈ LA BASE ÉS PLANA?
- PER QUÈ NO ÉS UNA DONA?
- PER QUÈ...?

Evidentment, també pots formular altres preguntes: com?, quan?, on?, per a què?, quant?, qui?, què?, etc.

DIBUIXA EN AQUESTA PÀGINA SENZILLS CROQUIS DE COM PODRIA SER EL MANIQUÍ AMB ALTRES DISSENSYS, PERÒ AMB LA MATEIXA FUNCIÓ.

Després de qüestionar la manera de dissenyar el maniquí, qüestiona ara el concepte bàsic que el sustenta; per què ha de servir només per a practicar el dibuix de figures humanes?

Es pot utilitzar per a alguna altra cosa?

Una tècnica que pot ajudar-te aquí consisteix a **crear un desordre**.

Desordena el maniquí mentalment, desconstrueix-lo i construeix-lo novament per trobar altres usos a partir de les teves suposicions: podria convertir-se en un llum?, en un espantaoceells urbà?, en un trencaclosques?, en...?

DIBUIXA AQUÍ I A LA PÀGINA SEGÜENT TOTES LES IDEES QUE SE T'ACIDEIXIN.



()

Una altra tècnica per a aplicar l'enfocament del qüestionament creatiu és **SCAMPER**. Va ser proposada per Bob Eberlee a partir de la llista de verificació verbal d'Alex Osborn, el creador del *brainstorming*, i consisteix en una mena d'acròstic de preguntes. A partir d'aquestes preguntes, amb verbs que obliguen a plantejar-se canvis, es pretén millorar un producte o servei existent.

Si el botànic i químic George Washington Carter va descobrir més de tres-cents usos diferents per a un simple cacauet, què podries aconseguir tu després d'aplicar SCAMPER al teu maniquí?

Fes-li totes les preguntes i anota en el quadre les idees que sorgeixin a partir de les teves respostes: quina part **s**ubstituiries?, amb què ho podries **c**ombinar?, què li **a**daptaries?, quin element podries **m**odificar o engrandir?, quins altres usos **p**roposaries?, què **e**liminaries o encongiries?, com ho podries **r**ecompondre?

S	SUBSTITUIR?	
C	COMBINAR?	
A	ADAPTAR?	
M	MAGNIFICAR O MODIFICAR?	
P	PROPOSAR ALTRES USOS?	
E	ELIMINAR O ENCONGRIR?	
R	REORGANITZAR O RECOMPONDRE?	

Les alternatives ↷

Per a Edward de Bono, l'operació bàsica de l'activitat creativa és la recerca d'alternatives.

No obstant això, resulta difícil buscar alternatives quan sembla que no les necessitem. Com en el cas del maniquí, si compleix la seva funció, per què cal dedicar temps a tractar de millorar-lo? Precisament aquí està el punt de partida per a començar a treballar creativament: el consell de De Bono és que passem d'allò general a allò concret (el que ell anomena focus simple).

Fixa't en els cargols del maniquí i busca alternatives diferents. Per exemple, què passaria si els substituïssim per peces imantades? Aquesta seria una primera alternativa, ara et toca a tu continuar. Com més llarga sigui la llista, millor.

Com afirma Michalko, quan es generen alternatives no hi ha res a perdre i es pot guanyar tot.

1.
2.
3.
4.
5.
6.
7.
8.
9.
10.

Ara posa el focus en la peanya del maniquí, després en les espatlles, els colzes, els genolls, la cintura, etc.

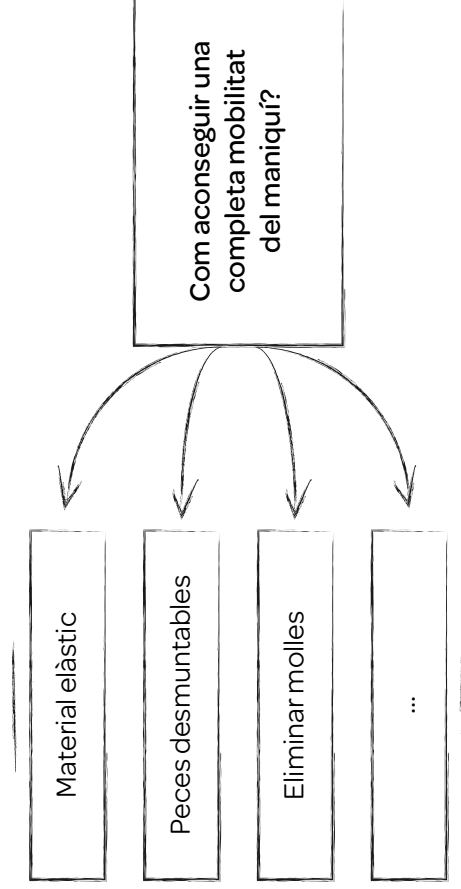
DISSECCIONA'L PER PARTS AMB PRECISIÓ GAIREBÉ QUIRÚRGICA I VÉS ESTUDIANT TOTES LES ALTERNATIVES QUE SE T'ACUDEIXIN

FOCUS SIMPLE EN...	ALTERNATIVES

Si et resulta complicat buscar alternatives, també pots practicar la tècnica del **ventall de conceptes**. De Bono proposa centrar-se en un punt fix, un objectiu o propòsit i, a partir d'aquí, anar retrocedint. No cal demostrar que el punt de partida és correcte. Pot ser totalment incorrecte. El que importa és que, a mesura que el pensament avança, es vagin obrint alternatives.

Normalment, el ventall de conceptes es comença escrivint a la dreta del paper el propòsit del pensament. Per exemple, si t'has adonat que el maniquí no pot fer tots els moviments que t'agradaria, pots escriure: Com aconseguir una completa mobilitat del maniquí? I a l'esquerra es van anotant solucions possibles.

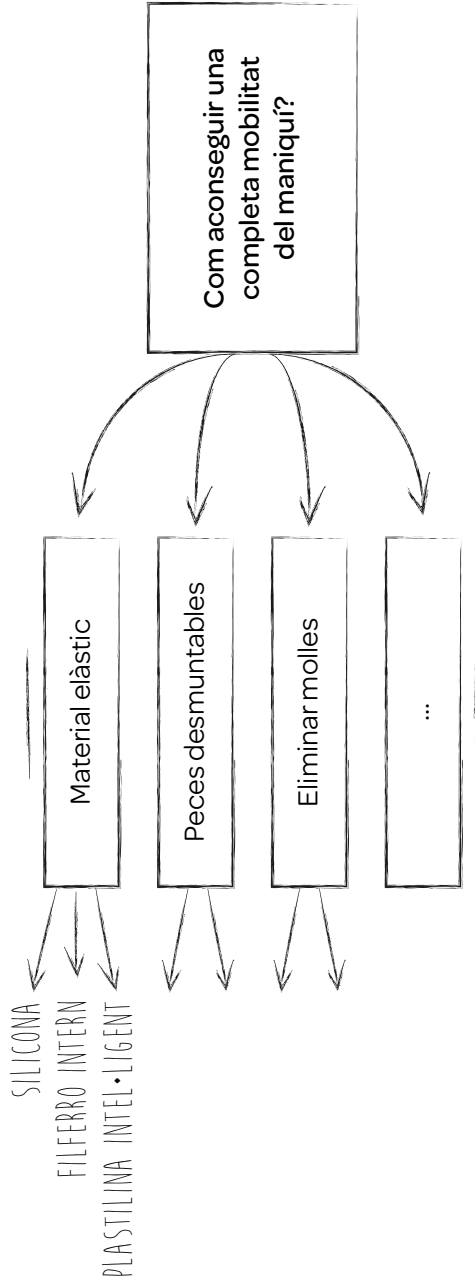
Ara et toca a tu: escriu a l'esquerra del propòsit més conceptes, instruccions o enfocaments que poden conduir-nos a ell.



Ara escriu rutes alternatives que puguin conduir a cadascun dels conceptes. Aquí només se'n desenvolupa un. Tu has de fer el mateix per a la resta.

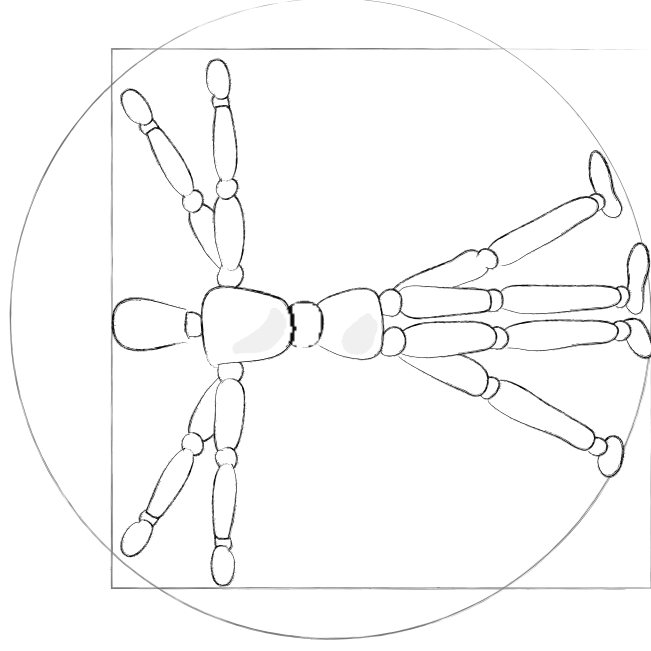
Pot ser que acabis tenint la idea que el maniquí ha de ser de nitinol (un aliatge de níquel i titani amb memòria de forma), però com que és molt car, segur que has de seguir pensant i buscar noves alternatives.

El ventall de conceptes també pot treballar-se en la direcció oposada, però en aquest cas és recomanable no definir el propòsit global, sinó preguntar-se per què cal canviar alguna cosa.



La tècnica de les **analogies** també pot ser útil per a buscar alternatives... i trobar-les. Consisteix a aplicar el coneixement, mètode o funcionament d'unes disciplines en unes altres.

El ja esmentat Aníbal Puente afirma que moltes de les claus del pensament productiu arriben al preconscient des del subconscient mitjançant pensaments analògics. I com més rars o menys òbvies o exactes siguin les analogies, més possibilitat hi haurà d'arribar a possibles solucions no plantejades fins al moment. Això és així perquè es compleix la llei de la continuïtat de Leonardo da Vinci, segons la qual el cervell humà no pot concentrar-se deliberadament en dos objectes o idees separats, per molt diferents que siguin, sense formar una connexió entre ells.



Arthur Koestler, un dels autors de referència en l'àmbit de la creativitat, anomena **bissociació** al procés pel qual es posen en contacte idees que no estan relacionades (a diferència de l'associació, que defineix les connexions prèviament establertes entre idees).

Així doncs, es pot afirmar que la creativitat es produeix mitjançant la bissociació: conscient o inconscient.

Aquestes explicacions al voltant de les connexions creatives van propiciar que William Gordon ideés la **sinèctica o mètode sinèctic**, que tracta, en resum, de fer una cadena d'analogies a partir d'un problema concret.

Per a realitzar una sessió de sinèctica es requereix molta pràctica prèvia i un moderador experimentat, per la qual cosa aquí la simplifiquem en dues activitats: fer conegut allò estrany i fer estrany allò conegut.

Repta't a mirar el teu maniquí com quelcom desconegut i, a continuació, relaciona'l amb les analogies més estranyes que se t'acudeixin.
Per exemple: imagina que ets un selenita que acaba d'arribar a la Terra i el primer que troba és el maniquí. Què pensaries?

A continuació, imagina't el contrari: ara ets tu qui es troba amb un selenita que et diu que el maniquí és una cosa de vital importància per a ell. Per què?



Les provocacions

El físic Albert Einstein tenia una fantasia recurrent que utilitzava com a experiment mental, com una autoprovocació: imaginava el que veuria si viatgés a la velocitat de la llum.

Li resultava útil perquè l'obligava a desviar-se del recorregut habitual del pensament. Una cosa que la resta dels humans anomenem sortir de la zona de confort.

Doncs bé, Edward de Bono proposa uns mètodes (fugida, pont i atzar) per a preparar provocacions i, a més, una mena de prefix (PO) que indica que s'està presentant una provocació. Just darrere de PO s'ha d'escriure una afirmació que sabem que és falsa però que utilitzem per a evadir-nos de la nostra manera habitual de pensar.

La provocació és irracional i no cal justificar-la.

EL MÈTODE DE LA FUGIDA

Es tracta de triar una cosa que es doni per feta (per exemple, que els maniquins de dibuix es comprin en botigues especialitzades) i intentar fugir d'això. En aquesta línia, una provocació possible seria: PO, no cal comprar-se un maniquí.

Se t'ocorren idees a partir d'aquest plantejament?

En aquest cas, aquí tens una primera ajuda: si busques a la xarxa «maniquí de paper», trobaràs vídeos en què s'ensenya a construir maniquins casolans. Ergo, no caldria comprar-se'l.

Ara et toca a tu, escriu altres provocacions sobre el maniquí i, per a cadascuna d'elles, una idea.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

EL MÈTODE DEL PONT

De Bono convida a intentar que les provocacions siguin audaces i mecàniques, és a dir, que no tinguin al darrere una idea prèvia d'on poden portar-nos. Altrament, tots tenim tendència a triar aquelles que encaixen amb les idees que ja tenim. Dins d'aquest mètode, hi ha quatre tècniques que solen donar bons resultats:

(A)

Inversió: parteix de l'observació d'una situació o fet normal per, després, donar-li la volta en sentit invers. Per exemple: partim del fet que el maniquí sempre és de fusta i expressem aquesta provocació: PO, el maniquí és de vidre.

Qui sap, potser la transparència del vidre et suggereix la possibilitat de fer un maniquí de plàstic i, d'aquí, inflable, que puguis portar a qualsevol lloc perquè no ocupa espai quan no el necessites.

ET TOCA A TU. PRACTICA EL MÈTODE DEL PONT PER INVERSIÓ.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

(B)

Exageració: consisteix a prendre alguna dimensió o mesura i exagerar més enllà del que és normal. Per exemple, en lloc d'un maniquí de 20 centímetres: PO, maniquí de 20 mil·límetres.

I ja tens un clauer!

ARA TU:

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

(C)

Distorsió: tracta d'exposar la seqüència normal de com ocorren les coses (o el patró de relacions habitual) i després alterar-la o canviar-la deliberadament. PO, introdueixo el maniquí a la caixa per començar a treballar. D'aquí pot inspirar la idea de convertir el maniquí en un autòmat i que hagi d'introduir una moneda per veure els seus moviments dins d'una urna transparent. Però pots pensar moltes més coses:

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

(D)

Expressió d'anhels: aquesta és una tècnica una mica més difícil que les anteriors perquè tracta de crear la provocació pràcticament del no-res. Però estem aquí per a intentar-ho. PO, el maniquí es mou sol i em proposa postures per a dibuixar.

Doncs no era tan difícil, oi?

Es tractaria d'incorporar un mecanisme senzill (com el de les joguines antigues) que aprofiti l'energia potencial perquè les seves articulacions es moguin.

ÀNIM, PRACTICA L'ÚLTIMA DE LES TÈCNiques DEL MÈTODE PONT:

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

PO.

IDEA.

EL MÈTODE DE L'ATZAR:

De Bono també proposa que les provocacions les dicti la sort. És així de fàcil: agafa un diari o un diccionari o una revista o una pantalla qualsevol del teu ordinador i tanca els ulls. Amb el dit índex assenyala en un punt qualsevol d'aquest diari, diccionari, revista o pantalla i mira amb quina paraula has coincidit. Imagina que és esternocleidomastoïdal. No t'espantis i no et facis trampes al solitari intentant buscar una altra paraula, per molt a prop que estigui de la que t'ha tocat. La provocació es formularia així:

MANIQUÍ PO ESTERNOCLIDOMASTOIDAL.

Com hem vist, està demostrat que el cervell humà no pot concentrar-se deliberadament en dos objectes o idees separades sense, al final, formar una connexió entre elles. Pren-te el teu temps i ja veuràs com acabaràs trobant connexions fins i tot amb la paraula més extravagant.

En lloc d'imatges, també pots recórrer a fotografies, dibuixos o objectes que tinguis a mà. Però sempre han de ser elegits a l'atzar. No ho oblidis: estàs jugant a pensar.



FES UNA PROVA

MANIQUÍ PO.

IDEA.



Decidit a proveir-nos de més eines per a la provocació, De Bono va inventar altres paraules:

POMAT vol dir «possible matèria» i obliga a pensar en una matèria màgica amb què es pot fer tot el que es vulgui. Per exemple: Necessitem una mica de POMAT per aconseguir que el maniquí mostri expressions a la cara, en funció de la postura en què el volem posar.

POPER vol dir «PO-persona» i predisposa a pensar en algú capaç de fer el que perseguim. Per exemple: Necessitem un POPER que transporti el maniquí a la realitat augmentada.

L'ús deliberat de les provocacions ens permet comportar-nos de forma esbojarrada, dins d'un context controlat. No cal molt de temps per a cada tècnica (en molts casos, n'hi ha prou amb trenta segons). El que sí que cal és que les practiquis amb freqüència. I, en principi, fer-ho individualment resulta més convenient, ja que la sensatesa del grup podria impedir el desenvolupament d'una idea excèntrica.

Per a crear cal saltar límits, destruir barreres. Cal excedir-se.

EXCEDEIX-TE PENSANT I ACABANÀS CREANT.

A hores d'ara està clar que a De Bono el fascinen els trucs mnemotècnics, però ara, a més de tècniques concretes per a pensar creativament, descobriràs que proposa processos de pensament, guiats per etapes (o síl·labes) molt definides.

Un d'aquests processos és **TO-LO-PO-SO-GO** i, amb cadascuna de les síl·labes, ens convida a seguir aquestes cinc etapes:

TO indica la meta, el propòsit o objectiu del pensament. A on anem? Què volem obtenir? Què vull fer?

LO es refereix a la informació disponible i que necessitem (incloues les percepcions). Quina informació tinc (i quina informació necessito)?

PO és l'etapa de la possibilitat, la generativa. Com ho fem? Quina és la solució? Com arribar-hi?

SO redueix, revisa i tria entre les possibilitats. És la fase del resultat, de la conclusió, decisió i elecció. Quina alternativa trio?

GO posa en pràctica el pensament. Com materialitzo la idea?

Imagina que ets el fabricant dels maniquins i, segons alguns estudis de mercat que has encarregat, si no canvies el *packaging* del producte perdràs milers de vendes.

DEDICA UNS MINUTS A CADA SCUMA DE LES FASES ANTERIORS I ANOTA AQUÍ LES TEVES IDEES:

TO. _____

LO. _____

PO. _____

SO. _____

GO. _____

Un altre dels processos que proposa De Bono és el programa de pensament **CoRT** (Cognitive Research Trust), que va ser dissenyat per a l'ensenyament de l'assignatura Aprendre a pensar a Veneçuela. D'entrada, les sigles que el componen poden espantar una mica, però veuràs que són tot sentit comú... per tenir idees fora del comú.

MMI: més, menys i interessant. Es tracta de dirigir l'atenció als punts més, després als menys i, finalment, als interessants del desafiament que abordes.

CTF: considerar tots els factors. Hauries de fer una mirada telescòpica i microscòpica del problema, abans de posar-te a treballar.

CiS: conseqüències i seqüeles de l'acció. Consisteix en prospectar el futur.

MFO: metes, fins i objectius. Tres paraules que emfatitzen una mateixa idea: cal tenir molt clar què pretens aconseguir.

PPI: primeres prioritats importants. Sovint resulta imprescindible establir un ordre de prioritats que ha de complir-se.

APO: alternatives, possibilitats i opcions. Tres paraules que insisteixen en la tècnica de les alternatives que ja hem practicat.

VaP: visió d'altres persones. Qui més està implicat en el teu desafiament i quins són els seus punts de vista respecte a això?

En definitiva, per a De Bono, el procés del desafiament és la forma més senzilla de creativitat, però requereix disciplina (sang, suor... records?). De fet, consisteix a dirigir l'atenció a qualsevol objecte (què et sembla el maniquí?) i desafiar la manera en què està fet, contestant a tres preguntes bàsiques:

- A. HO NECESSITEM REALMENT?
- B. PER QUÈ ESTÀ FET D'AQUESTA MANERA?
- C. DE QUINA ALTRA MANERA ES PODRIA FER?

SOM-HI: MIRA EL TEU MANIQUÍ ALS ULLS I INTERROGA'L AMB AQUESTES TRES PREGUNTES FINS QUE CONTESTI.

A.

B.

C.

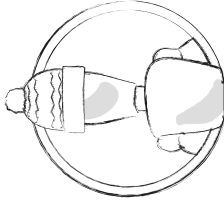
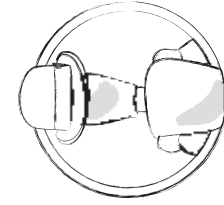
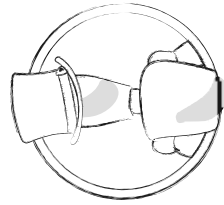
Finalment, ens traiem el barret amb De Bono perquè també proposa una pràctica de pensament per fases molt més gràfica i, aparentment, més lúdica: els **sis barrets per a pensar**, que desenvolupa en un llibre de títol homònim.

De manera molt resumida, consisteix a abordar un problema des de sis punts de vista diferents, posant-se metafòricament (o no) un barret diferent cada vegada.

El barret blanc representa el pensament analític i es fonamenta en dades i informació estricta.

Amb el **barret vermell**, en canvi, cal pensar des de les emocions i els sentiments.

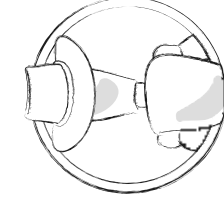
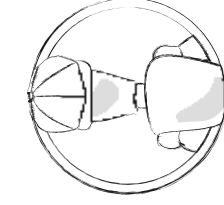
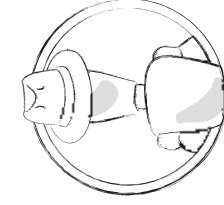
El barret verd és el de la creativitat. En aquesta fase s'utilitza qualsevol de les tècniques del pensament lateral per a aportar idees.



Amb el **barret groc** es busca la factibilitat de les idees que s'han tingut amb el barret verd. S'ha de procurar mantenir en tot moment una actitud positiva i lògica, sense aturar-se als punts febles. Amb aquest barret sentiràs que les teves idees poden funcionar.







És el moment de pensar tot al contrari amb el **barret negre**. Ara representes el paper de jutge i has d'aplicar el judici crític. L'objectiu és evitar errors futurs. Sospesa els desavantatges de les idees que han anat sorgint.

Finalment, posa't el **barret blau** per a resumir, concloure i decidir. Tens l'ocasió de reflexionar sobre tot el procés que has seguit i apuntar quin ha de ser el següent pas: l'acció.



Imagina que l'empresa que fabrica el maniquí de dibuix t'acaba de contractar per tal que puguis dissenyar la campanya de relançament del seu producte. No coneixes el sector i et falta informació. On aniries a buscar-la? Amb qui contactaries? Què preguntaries?

Posa't cadascun dels barrets durant no més de cinc minuts i anota totes les idees que vagin sorgint.

Una idea val poc (fins i tot gens) si no es porta a la pràctica. Si creus que és complicat, tens de nou a De Bono per a donar-te un cop de mà. Bé, unes sabates.

En el seu llibre *Seis pares de zapatos para la acció*, De Bono es concentra en l'acció de la mateixa manera que en *Seis sombreros para pensar* se centra en el pensament. Parteix de la idea que cada situació requereix un estil diferent d'acció i utilitza unes sabates metafòriques per a facilitar la seva posada en pràctica.

Les **sabates blaves** són les de la rutina, la disciplina i la formalitat.

Les **sabatilles d'esport grises** són silencioses i informals i s'usen per a reunir informació i pensar-hi.

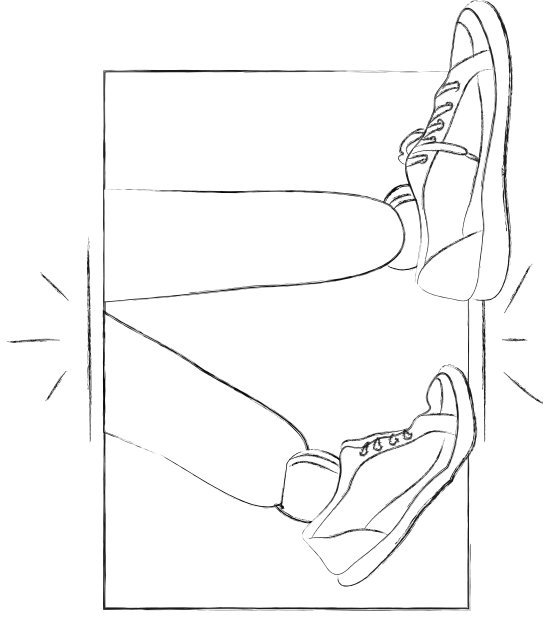
Les **sabates marrons** són les pràctiques perquè s'adapten a tot gràcies a la seva flexibilitat.

Les **botes taronges** de goma s'utilitzen per a les emergències, les crisis i les situacions de perill.

Les **sabatilles roses** són còmodes i han d'inspirar simpatia, compassió i ajuda.

I les **botes porpres** de muntar són per a l'autoritat, per a assegurar que es respecten els deures, les obligacions i les expectatives.

En línies generals, tots tenim una preferència per una forma de pensar i actuar, però és recomanable conèixer-les totes per adaptar-se a cada situació o problema creatiu que calgui resoldre.



Tria alguna de les idees que t'hagin sorgit a partir de la tècnica dels sis barrets i vés calçant-te tots els parells de sabates per començar a portar-la a l'acció.

SABATES BLAVES	
SABATILLES GRISES	
SABATES MARRONS	
BOTES TARONGES	
SABATILLES ROSES	
BOTES PORPRES	

Fins aquí hem practicat algunes tècniques del pensament lateral individual (encara que sovint, les tècniques dels barrets i les sabates es practiquen en grup, assumint cada integrant un paper).

.....

PREN-TE UN RESPIR I AGAFA IMPULS,
QUE SEGUIM CREANT.

.....

Pensa divergentment

Deixem també descansar una bona estona a De Bono per aproximar-nos a una de les figures més destacades -i pionera- del pensament creatiu: J.P. Guilford, que va formular una teoria de la creativitat i va definir el concepte del pensament divergent com l'habilitat per a descobrir respostes noves i insòlites a un problema.

El 1950, quan va ser nomenat president de l'Associació Americana de Psicologia, va pronunciar una conferència sobre la importància d'estudiar la creativitat, a més de la intel·ligència. De fet, s'havia dedicat a l'estudi de la primera perquè les forces aèries nord-americanes s'havien adonat que els tests d'intel·ligència eren insuficients per a seleccionar els millors pilots (que eren els que sabien reaccionar de manera innovadora davant de situacions d'emergència).

Segons la seva teoria del llindar, quan el coeficient intel·lectual (CI) no arriba a un valor determinat (entre 115 i 120), també està limitada la creativitat, però si el CI supera aquest llindar, la creativitat es mostra com una dimensió independent. En altres paraules: la creativitat necessita una certa intel·ligència, però no necessàriament molta.

Guilford va definir el perfil de les persones creatives a partir de tres factors: la fluïdesa, la flexibilitat i l'originalitat. Així doncs, si vols pensar creativament de manera sistemàtica, has d'entrenar aquestes qualitats.

EXERCICI DE FLUÏDESA

La fluïdesa d'expressió es refereix al rendiment verbal. Per tant, es tracta de formar frases que tinguin sentit, amb només quatre paraules. Posem per cas: maniquí, sord, ascensor i flamenc.

Per exemple: A l'ascensor hi havia un maniquí i un flamenc i la resta vam fer-nos els sords.

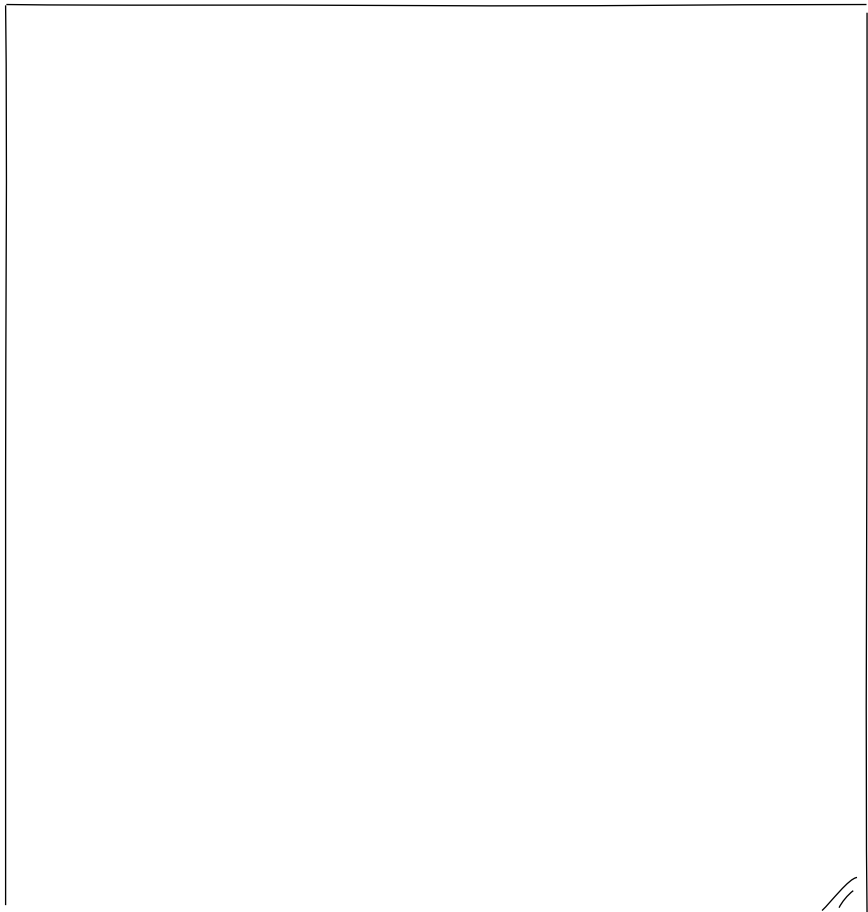
ESCRIU A CONTINUACIÓ TRES FRASES MÉS:

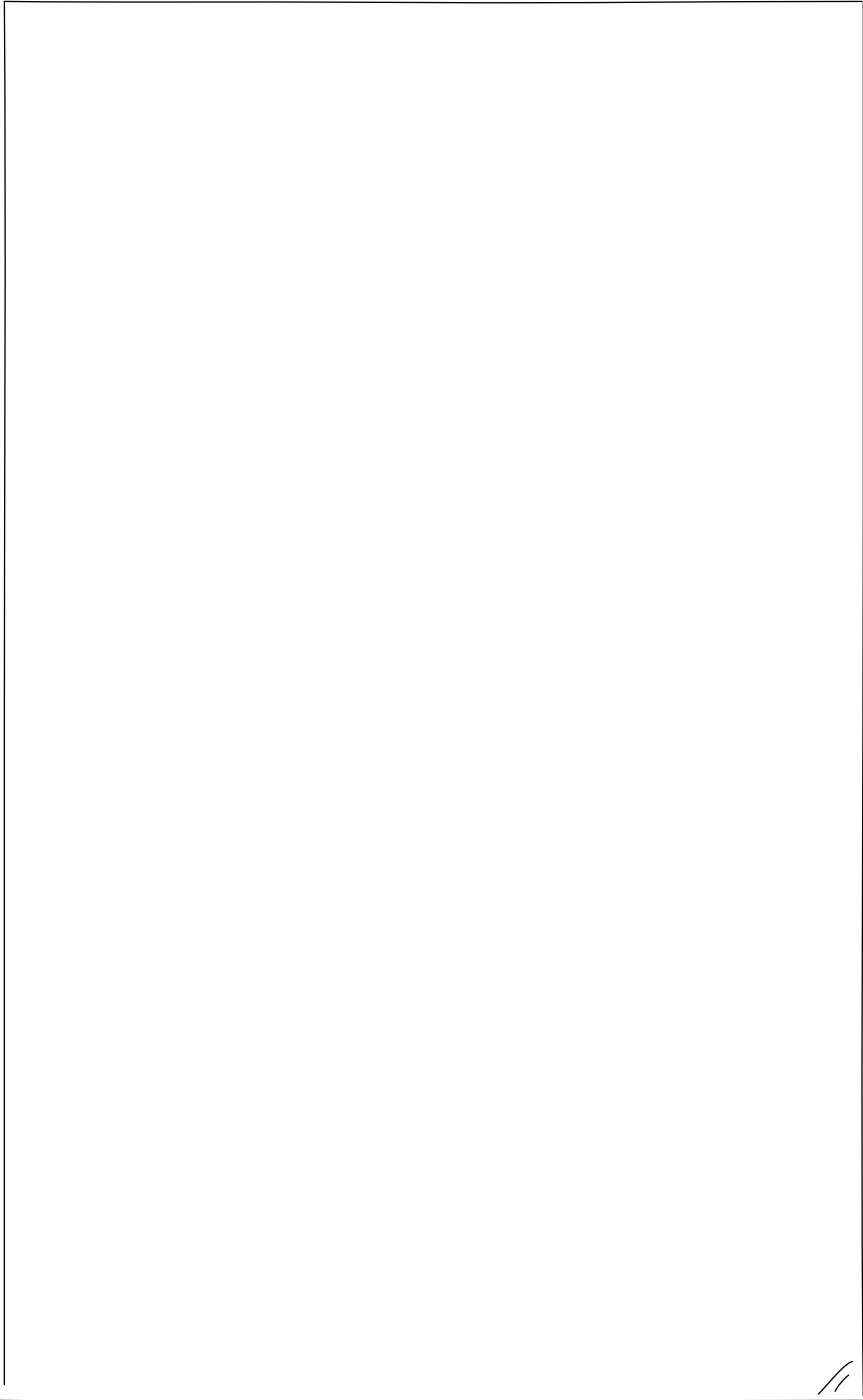
EXERCICI DE FLEXIBILITAT

La flexibilitat suposa certa fluïdesa, però amb un grau major de transformació. L'exercici clàssic de flexibilitat és el test d'usos del totxo (brick uses test), que consisteix en enumerar, en deu minuts, totes les formes possibles d'utilitzar un maó.

Ja que en exercicis anteriors ja has proposat usos del maniquí, dedica ara deu minuts a dibuixar-lo en postures diferents. Però fes-ho sense tenir a prop el maniquí per no manipular-lo. Visualitza les postures mentalment i dibuixa-les.

TENS TOTA AQUESTA PÀGINA I LA SEGÜENT PER A FER-HO. I, RECORDA, QUAN HAGIN PASSAT DEU MINUTS, ATURA'T.

A large empty rectangular box with a thin black border, intended for drawing. In the bottom right corner of the box, there is a small, stylized signature or mark consisting of two slanted lines.



//

Piensa visualment ☺

Michael Michalko, al seu llibre *ThinkerToys*, proposa una tècnica basada en el que ell anomena *ideatoons* per estimular el pensament visual, ja que pensa que tenim tendència a dependre massa del pensament verbal.

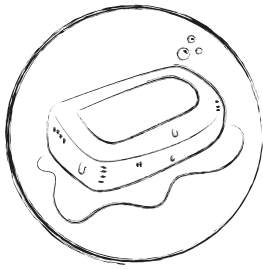
Michalko argumenta que no hi ha motiu per creure que el pensament verbal sigui millor que el visual ja que tots dos coexisteixen en la nostra ment. De fet, la concepció gràfica (esbossar, fer gargots o dibuixar) és complementària a la concepció verbal i pot ajudar a reunir noves idees.

Els *ideatoons* són símbols visuals que pots crear per a substituir paraules. No cal que t'entreguis a dibuixar símbols sofisticats perquè l'important és el significat que donis a les teves representacions gràfiques. Davant de qualsevol problema que vulguis plantejar, pots dibuixar tants *ideatoons* com vulguis i anar fent combinacions de parelles entre ells per forçar l'**associació** d'idees.

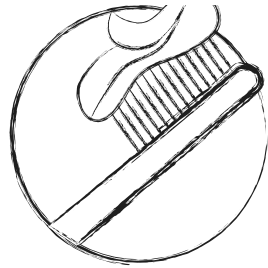
Com més estranya sembli l'associació, més gran serà la probabilitat de generar una idea extraordinària.

Si vas per aquesta pàgina és que ja portes uns dies manipulant el teu maniquí i, és clar, després de tant de tràfec, segurament no està impol·lut com el primer dia. Una taca de carbonet aquí, una mica de cola allà, un traç de retolador més enllà...

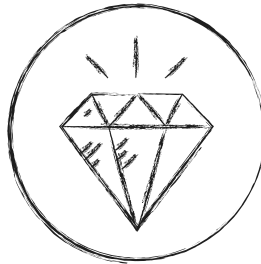
Planteja't, per exemple, com netejar el teu maniquí. En aquest cas, podries dibuixar els *ideatoons* següents (que es refereixen als conceptes que s'indiquen a sota):



SABÓ



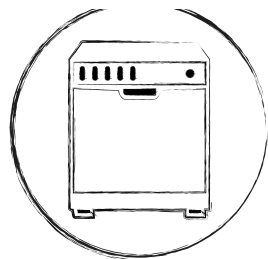
RASPALL



BRILLANTOR



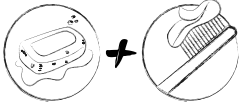
DIFICULTAT



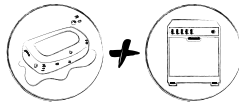
RENTAPLATS

Combinar sabó i brillantor, per exemple, podria derivar en la senzilla solució d'overnissar el maniquí per facilitar la neteja posterior de determinades taques.

SEGUEIX FENT TOTES LES COMBINACIONS POSSIBLES AMB ELS IDEATOONS PROPOSATS:



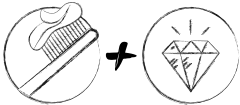
.....
.....



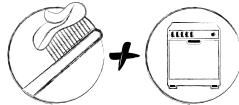
.....
.....



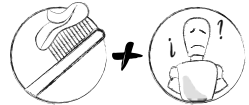
.....
.....



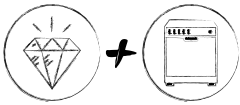
.....
.....



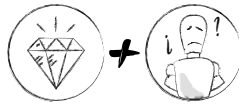
.....
.....



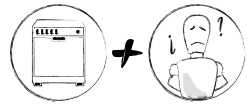
.....
.....



.....
.....



.....
.....



.....
.....

Planteja ara un nou problema amb el maniquí, dibuixa els *ideatoons* que vulguis i sorprèn-te amb les solucions que vagin sorgint.



PROBLEMA

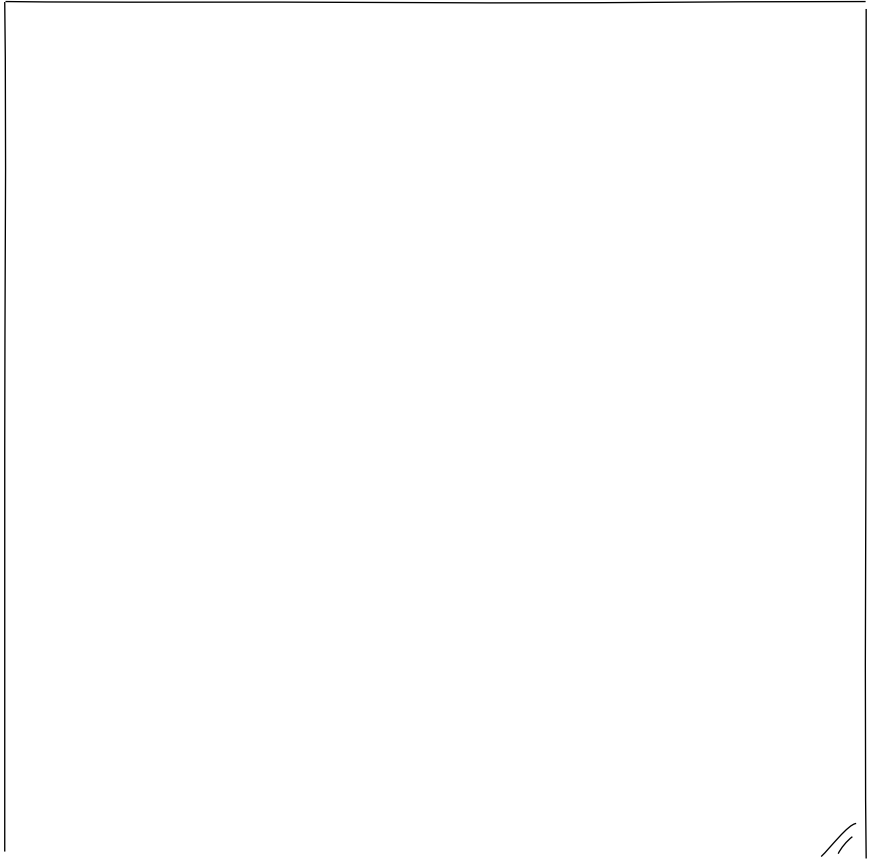
IDEATOONS

IDEES

Pensa a la teva manera

Si a aquestes alçades del quadern sents un cert bloqueig i penses que li has donat moltes voltes al maniquí, pots practicar la tècnica de l'**escriptura lliure**. O del dibuix lliure.

És aparentment la més fàcil de totes perquè no té normes. Però és també molt difícil perquè has d'aconseguir posar la ment en blanc i deixar que la mà faci la resta amb un bolígraf o llapis. Anota o dibuixa tot el que la mà et dicti perquè tindràs posat el cervell en mode de conducció automàtica.

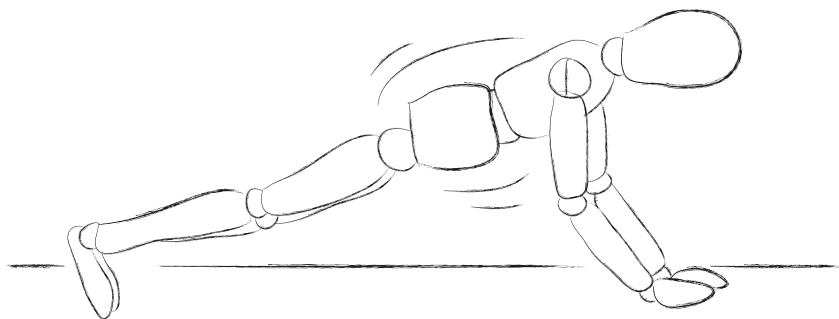


Les tècniques creatives ajuden a crear, però... com es crea una tècnica creativa?

És qüestió de seguir pensant. I, per a això, res millor que obligar-se a fer una sessió de gimnàstica o **cal·listènia mental diària**. Com més practiquis, més fluïdesa aconseguiràs i podràs prendre consciència de com et fas teva cada tècnica i, fins i tot, crear-ne una de pròpia.

-
- OBLIGA'T A DONAR-LI UN LOOK DIFERENT AL MANIQUÍ: UN DIA EL POTS FOLRAR AMB PÈTALS DE FLORS; UN ALTRE, FICAR-LO EN UNA PEIXERA...
 - OBLIGA'T A CANVIAR-LO DE LLOC: UN DIA A LA CUINA (POT SER QUE T'INSPIRI UNA RECEPTA...), UN ALTRE AL BALCÓ...
 - OBLIGA'T A FER FOTOS DES DE DIFERENTS ANGLES, PERSPECTIVES, ENQUADRAMENTS, FOCUS...
 - OBLIGA'T A ESCRIURE MICRORELATS SOBRE EL MANIQUÍ MENTRE ESTÀS A L'AUTOBÚS O EN EL TRAJECTE DE METRO FINS A CASA. NO CAL QUE ESCRIGUIS MOLT. PER EXEMPLE: «DESMUNTA'T I CAMINA» PODRIA SER SUFICIENT SI T'AGRADEN ELS MICRORELATS ABSURDS O IRREVERENTS
-

Pensar per pensar és un gran exercici, ja que el cervell és com un múscul. Com més s'exercita, el nombre de connexions o sinapsis cerebrals és més gran.



Quan hagi agafat l'hàbit diari de pensar creativament durant uns minuts, enfronta't a desafiaments una mica més complicats. Per exemple, aquí tens un parell de propostes:

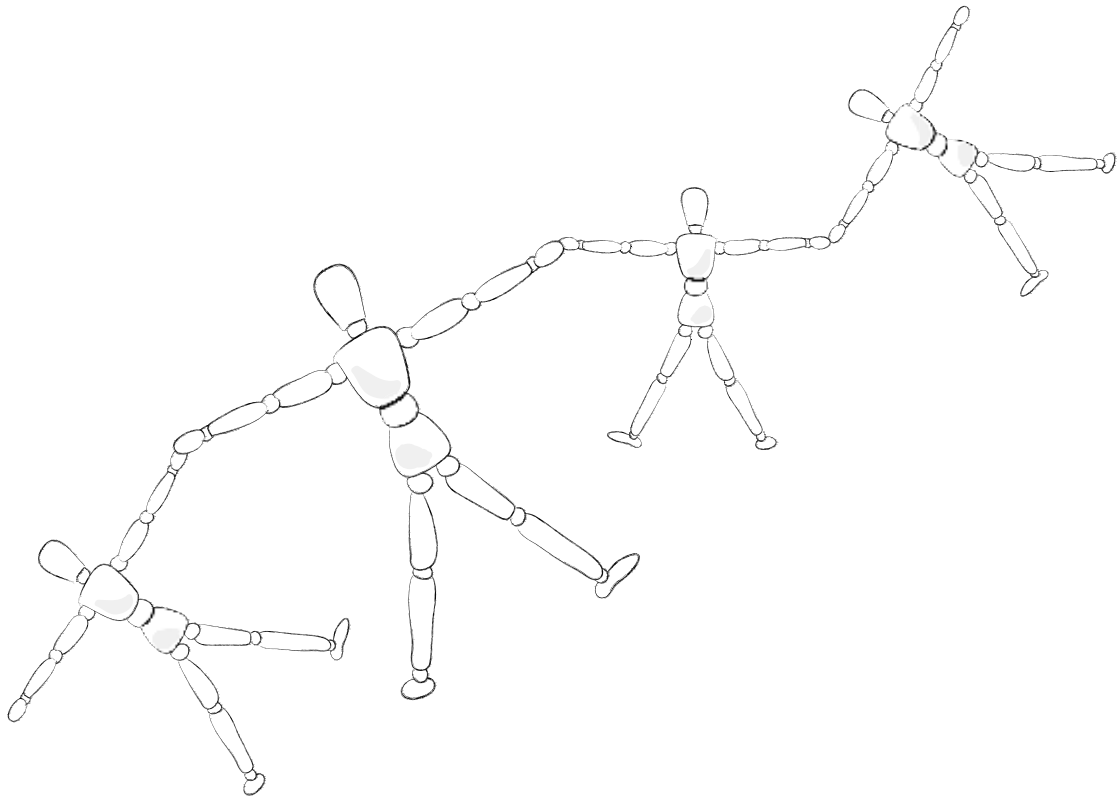
- INVENTA'T UN ACUDIT EN QUÈ APAREGUI UN MANIQUÍ

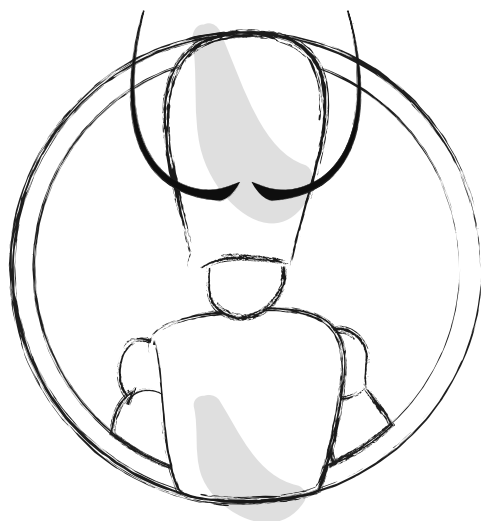
- FES UN GUIÓ I DIBUXA UN CÒMIC DE VUIT VINYETES EN QUÈ EL MANIQUÍ SIGUI PROTAGONISTA



Col·loca el maniquí en llocs on pugueu veure'l diàriament, tant tu com els que convisquin amb tu. D'aquesta manera recordaràs que has de fer que el pensament creatiu esdevingui un hàbit i passarà l'inevitable: el contagi. Els altres s'aniran convertint en còmplices del teu procés i també et suggeriran idees.

Aviat descobriràs que la creativitat és energia. Energia que mou ments.





Has practicat moltes tècniques i estàs en condicions de comprovar que de vegades les millors idees arriben quan no intentes trobar-les. És el moment de posar a prova **les 3 B**: bus, badalls i bany.

Amb les 3 B els psicòlegs sintetitzen les activitats en què deixem d'enfrontar-nos analíticament a un problema, però durant les quals la ment segueix treballant.

Mentre viatgem amb autobús, quan estem endormiscats o quan prenem una dutxa, ens distanciem prou del problema i permetem que sorgeixin percepcions més clares. Això és a causa del principi d'incubació.

La incubació funciona perquè la ment subconscient està contínuament processant informació. Però només si tenim interès real en solucionar un problema, serà més probable que el subconscient generi idees. La ment ha de treballar molt en un assumpte de manera conscient abans d'utilitzar el subconscient. Per això la frase «sang, suor i...» està plena de sentit.

Albert Einstein i Winston Churchill feien la migdiada quan els aclaparava algun tema. I Salvador Dalí practicava la tècnica hipnagògica per aprofitar creativament els seus somnis surrealistes.

Segurament ja tens identificades algunes activitats de desconexió que et faciliten moments eureka. En lloc de les 3 B, potser en el teu cas es tracti de 3 C (cinema, cuina, camp) o 3 M (massatge, música, museu) o 3 P (pintar, passeig, platja) o...

Siguin quines siguin, tant si coincideixen amb una mateixa lletra com si no, mira de considerar-les, des d'ara, com a part del teu procés creatiu. Els teus temps de desconexió són grans oportunitats per a connectar amb «la gran idea», no et culpabilitzis per ells.

Connectar-se a un altre problema pot resultar, paradoxalment, una altra forma de desconexió. Treballar en diversos fronts alhora pot ser molt estressant, però al mateix temps, estimulants i productius.

En un mateix dia planteja't, per exemple, resoldre aquests dos problemes:

- EL MANIQUÍ HA DE PESAR 20 GRAMS, COM MÀXIM
- HAS D'EDITAR UN TUTORIAL ATRACTIU PER ESTIMULAR LES VENDES DEL MANIQUÍ

Concedeix-te de tant en tant la llibertat de veure allò que no estàs buscant. Practica la **serendipitat** (una troballa afortunada i inesperada).

William Shockley, Premi Nobel de Física, la descriu com un procés de «metodologia de la decisió creativa» i alguns investigadors en diuen àngel bibliotecari: aquest moment inexplicable en el qual trobem, sense buscar-la, una cosa que resulta clau per a resoldre un problema que portem temps intentant resoldre. I això només passa si fem altres coses: anar al cinema, fullejar revistes que no solem comprar, fixar-nos en coses a les quals normalment no donem importància, parlar amb persones molt diferents, etc.

Michael Michalko anomena a totes aquestes formes de desconnexió **tècniques intuïtives** perquè mostren la manera d'aprofitar la part dreta del cervell per a percebre intuïcions i solucions completes, sobtades, que parteixen de l'inconscient. Pensa que, d'alguna manera, en algun nivell del nostre cervell, ja coneixem la resposta. La qüestió és trobar en quin nivell, conscient o inconscient, es troba aquesta resposta.

A Picasso li devia semblar fàcil quan afirmava: «Jo no busco, trobo».

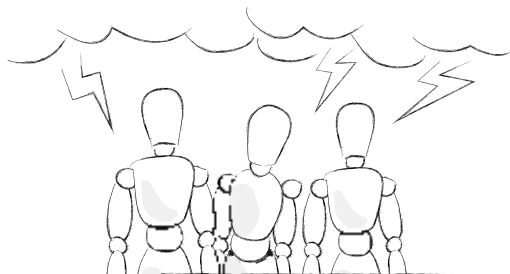
Allunyar-se del problema sobre el qual s'està meditant ajuda, doncs, al procés creatiu. Ens acostem al que Koestler anomena ah! (el moment de la troballa creativa artística), a l'ahà! (l'avenç científic) o al ha, ha! (l'humor en totes les seves formes).

Posa en pràctica aquests tres nivells de creació i busca:

- UN AH! MENTRE PINTES SOBRE UNA PETITA TELA, O FAS UN COLLAGE, O QUAISEVOL ALTRA EXPRESSIÓ ARTÍSTICA I LLIURE AMB EL MANIQUÍ
- UN AHÀ! MENTRE PENSES QUE EL TEU MANIQUÍ PODRIA RESOLDRE UN PROBLEMA MÈDIC IMPORTANT
- UN HA, HA! MENTRE IDEES UNA BROMA EN LA QUAL UTILITZIS EL MANIQUÍ

Utilitza les pàgines extres del quadern o qualsevol altre suport per a fer els exercicis, però després deixa constància en aquesta pàgina i en la següent dels resultats, encara que sigui breument.

Pensa en companyia



«Les idees s'encenen unes a les altres com espurnes elèctriques».

Aquesta afirmació de l'escriptor alemany Johann Jakob Engel és especialment aplicable quan es realitza un esforç de pensament grupal. Algú diu alguna cosa, que li suggereix una altra idea a algú, que al seu torn inspira a una altra persona...

Una de les tècniques grupals més populars i en què més «aparell elèctric» neuronal es pot produir és, com pots suposar pel seu nom, el *brainstorming* o tempesta d'idees.

Va ser sistematitzada per Alex F. Osborn, un dels fundadors de l'agència de publicitat BBDO, durant els anys quaranta del segle passat per potenciar la participació dels talents més joves durant les reunions de treball.

Es va basar en les *pra-barshana* (*pra*, «fora d'un mateix»; *barshana*, «problema, qüestió»), unes reunions que practiquen des de fa més de quatre-cents anys alguns professors de religió a l'Índia i en les quals no es permet la discussió crítica (però sí pensar fora d'un mateix).

El *brainstorming* no consisteix en una reunió lliure, sense disciplina, en què els participants parlen i discuteixen sobre idees, sinó que hi ha unes normes estrictes que cal seguir.

És una eina de treball grupal, amb un mètode estructurat i en un ambient relaxat.

LES REGLES DEL BRAINSTORMING



1. **PROHIBIT CRITICAR.** Totes les idees que sorgeixen tenen el mateix valor. Qualsevol d'elles pot ser la clau de la solució. El judici, per tant, es reserva per a més endavant
2. **VISCA LA ESPONTANEÏTAT.** Com més extravagants siguin les idees, millor.
3. **MILLOR QUANTITAT QUE QUALITAT.** En un *brainstorming* no es busquen solucions, sinó possibilitats. Així, els participants no senten la pressió de trobar idees factibles. Però sí moltes idees.
4. **OBJECTIU: COMBINAR I MILLORAR.** Es tracta que d'una idea en surtin altres per analogia, oposició... Com deia el novel·lista Thomas Disch, la creativitat és la capacitat de veure relacions on no n'hi ha.

EL BRAINSTORMING IDEAL

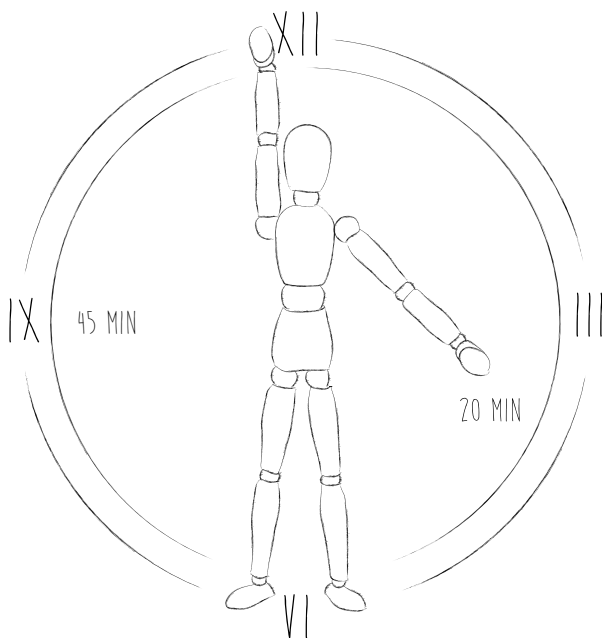
Ha de tenir uns **objectius** clars: és a dir, sobre quin tema cal buscar idees.

Ha de tenir els **participants** idonis: entre vuit i dotze, no molt jerarquitcats i en equilibri.

Ha de tenir un **conductor** efectiu: que expliqui l'objectiu, formuli preguntes per assegurar que s'ha entès tot, impedeixi que algú monopolitzi, estimuli els qui no participen, administri el temps, creï un clima de confiança i dinamitzi quan sigui necessari.

Algú s'ha d'ocupar d'anotar-ho tot, amb la màxima objectivitat: a més d'enregistrar la sessió (amb àudio i / o vídeo), es recomana que un **apuntador** llisti totes les idees que vagin sorgint (sense censurar-ne cap).

Ha de durar el temps just: **entre 20 i 45 minuts**, com a màxim.



TIPUS DE BRAINSTORMING:

DE FLUX LLIURE

És el més habitual. Els participants intervien de manera espontània, segons les associacions que facin amb les idees dels altres. És tasca del conductor animar aquells que no intervien prou.

PER ORDRE

S'estableixen torns perquè tots participin de manera equilibrada. No obstant això, si algú no té res a aportar quan li arriba el seu torn, el pot cedir al següent.

SILENCIÓS

També anomenat *brainwriting*, consisteix a escriure les idees en un paper i, quan ja no se'ns passi res més pel cap, deixar-lo al centre d'una taula perquè els altres puguin llegir-lo i, al mateix temps, agafar el paper d'un altre participant i anotar darrere de les seves idees les que ens inspirin per associació, analogia, contrast... i així successivament fins que cada participant hagi escrit en tots els papers.

Aquests són els tipus de *brainstorming* més convencionals, però també es pot practicar el *flystorming* (amb un avió de paper que dicti l'ordre de participació en funció de la proximitat del lloc on aterri) o qualsevol variant que ens vulguem inventar.

Intenta-ho: proposa a continuació un tipus de *brainstorming* que resulti encara més lúdic que el *flystorming*. L'única condició és que hauràs d'utilitzar d'alguna manera el teu maniquí.

ANOTA A LA PÀGINA SEGÜENT LES IDEES QUE SORGEIXIN.

JA TENS LES IDEES. ARA, QUÈ?

Després del *brainstorming* (del tipus que sigui), ve la selecció, classificació i quantificació de les idees. Hi ha eines professionals per a fer aquesta feina, però aquí ens conformarem amb l'eina del sentit comú i les classificarem segons si són realistes (idees factibles i d'utilitat immediata), embrionàries (idees interessants, però que encara requereixen una mica d'exploració) i intrigants (idees que a priori semblen descartables, però inspiren noves maneres d'enfocar el problema en qüestió).

Intenta ara classificar totes les idees que has tingut en aquestes categories, sense que en quedi cap de solta (si tenies la temptació de descartar-ne alguna, és el moment de donar-li una volta més per reconvertir-la i recuperar-la).

REALISTES	EMBRIONÀRIES	INTRIGANTS

MÉS ENLLÀ DEL BRAINSTORMING

Hi ha moltes més tècniques creatives grupals, la majoria inspirades en la psicologia de grups. La professora Mariola García Uceda les anomena tècniques organitzades i n'apunta algunes:

1. **TÈCNiques DE DESESTRUCTURACIÓ.** Situen els participants en una atmosfera sense estructures, que facilita l'accés a allò que mai havien imaginat. Per exemple, es poden treure els mobles d'una sala, treballar estirats a terra, reunir-se a la nit, suspendre la comunicació parlada (i substituir-la per gestos, onomatopeies o dibuixos), etc.
2. **REPRESENTACIÓ DE PAPERS O DRAMATITZACIÓ.** Es demana als participants que representin un paper per resoldre una situació. Poden proposar-se rols clàssics (l'aventurer, el conservador, l'optimista, el pessimista...) o inspirats en altres tipus de perfils (el barrufet alegre, el barrufet rondinaire... o el MacGyver, el pirata, el Peter Pan...).
3. **SOMIAR DESPERT.** Aquesta tècnica permet a una persona, estimulada i amb el suport del grup, deixar-se portar completament cap a les zones del somni i l'inconscient. Es tracta, en definitiva, de submergir-se en la fantasia i els desitjos més profunds de cadascú.
4. **RETRAT XINÈS.** Recorda el joc de nens «si fos una persona, seria...», «si fos un animal, seria...». Cada membre del grup ha de donar una resposta a cada condició (com més ràpid, millor, així s'exercita la fluïdesa) i proposar-ne de noves (per exemple: «si fos un maniquí, pensaria...»).
5. **GRUP CEC.** Consisteix a fer parlar el grup sobre un tema abstracte, sense dir-li quin problema concret s'amaga després de l'exploració. Si, per exemple, es busca millorar la mobilitat del maniquí, es pot plantejar el concepte flexibilitat.

EL PENSAMENT CREATIU, A DIFERÈNCIA DEL
RACIONAL, MAI S'EQUIVOCA.

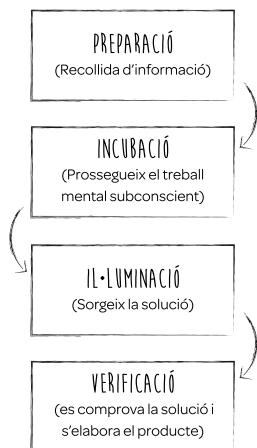
PERÒ POT, I HA D'AVALUAR-SE.

Pensa allò que has pensat

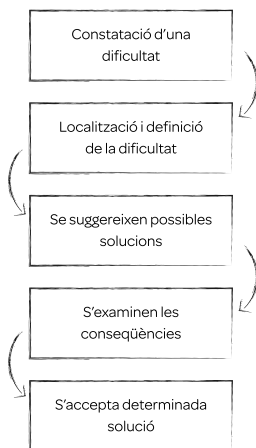
Portes dies, setmanes, donant-li voltes al teu maniquí. Si repasses la feina que has fet, segurament identificaràs les etapes del procés creatiu que has seguit en alguna de les següents propostes:

.....

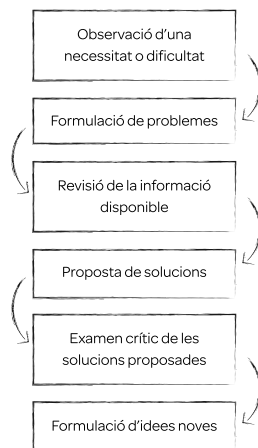
FASES DE LA PRODUCCIÓ CREATIVA SEGONS WALLAS



FASES DE LA SOLUCIÓ DE PROBLEMES SEGONS DEWEY



FASES TÍPIQUES DEL PROCÉS D'INVENCió SEGONS ROSSMAN



FONT: A. PUENTE (1999). EL CEREBRO CREADOR (PÀG. 124). MADRID: ALIANZA EDITORIAL.

.....

Si has arribat fins aquí, felicitats. Probablement sentiràs certa satisfacció per alguna de les idees que has tingut. Però si no és així, no et preocupis: és la recerca el que compta, no la troballa.

L'important és la motivació i l'esforç. Aprendre els mètodes no és suficient si mai s'utilitzen. En el seu llibre *El cerebro creador*, Aníbal Puente presenta proves contundents que demostren que la creativitat pot millorar-se mitjançant l'entrenament.

Certament, la creativitat s'entén com un procés incremental: amb entrenament augmenta la capacitat creativa de les persones.

Referent a això, Linus Pauling, Premi Nobel de Química, va ser contundent davant la pregunta «què cal fer per tenir bones idees?»: cal tenir-ne moltes i rebutjar les dolentes.

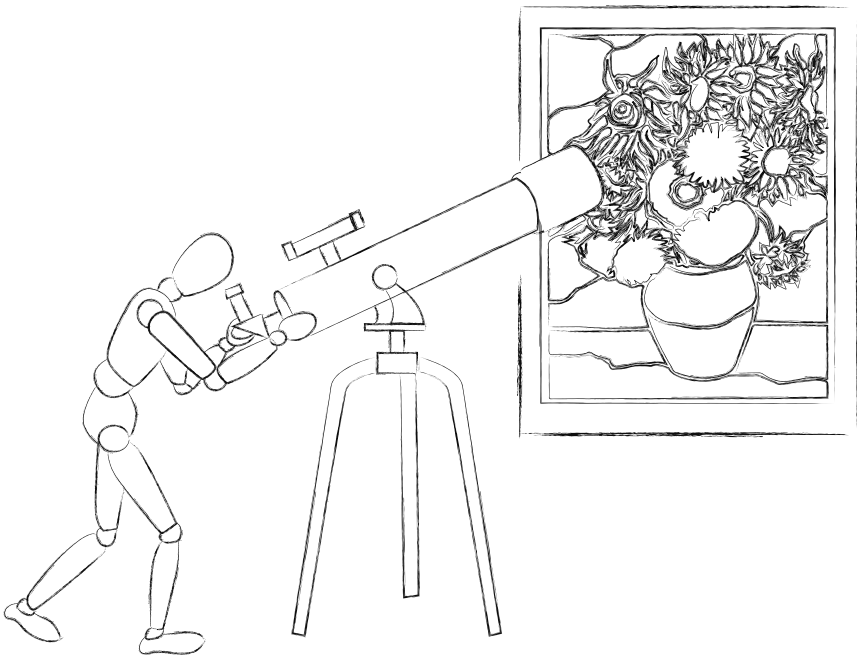
Els grans creatius es distingeixen per la seva capacitat per a garbellar les idees bones i les dolentes. Però com ho fan?

Csikszentmihalyi apunta tres elements clau per a l'estudi sistemàtic dels productes creatius:

- LA PERSONA O TALENT CREADOR
- EL CAMP O DISCIPLINA EN QUÈ LA PERSONA TREBALLA
- L'ENTORN QUE EMET JUDICIS SOBRE LA QUALITAT DELS INDIVIDUS I PRODUCTES

És a dir, que una persona pot ser molt creativa, però si no està reconeguda pel seu àmbit de treball, el producte de la seva creativitat difícilment veurà la llum.

Això explica per què a Van Gogh no se li va reconèixer la seva genialitat fins després de la seva mort o per què a Galileu Galilei se'l va perseguir tan implacablement.



Edward de Bono sosté que al pensament creatiu no se li poden atribuir «desastres». Quan aquests ocorren són imputables a una incorrecta avaluació de les idees. Per tant, aquesta fase (no estrictament creativa) requereix el seu temps perquè és on hi ha els riscos que comporta la presa de decisions.

De manera molt resumida, De Bono proposa classificar les idees segons aquests paràmetres:

- A. DIRECTAMENT UTILITZABLES
- B. BONES, PERÒ NO PAS PER A NOSALTRES
- C. BONES, PERÒ NO ARA (I ES DESEN A LES GOLFES)
- D. S'HAN DE TREBALLAR MÉS
- E. POTENTS, PERÒ NO UTILITZABLES
- F. DE POC VALOR
- G. IMPRACTICABLES

Repassa el quadern i tria, per a cadascuna d'aquestes categories, una sola idea.

- A.
- B.
- C.
- D.
- E.
- F.
- G.

Per a De Bono, en el procés d'avaluació cal considerar aquests aspectes:

- **ELS BENEFICIS DE LA IDEA.** Si no n'aporta cap, no val la pena seguir estudiant-la.
- **LA FACTIBILITAT.** Si no sembla viable immediatament, s'ha de valorar l'esforç que cal invertir per a aconseguir que ho sigui.
- **ELS RECURSOS** que es necessiten per a fer-la i que normalment es subestimen.
- **LA CONCORDANÇA** de la idea amb les característiques de la organització que la promou. Si no hi ha una certa coherència, serà difícil dur-la a terme.
- **ELS FACTORS ESSENCIALS DE LA IDEA.** Tant els vitals (per exemple, que sigui rendible, legal...) com els letals (per exemple, que suposi un perjudici al medi ambient).
- **LA FLEXIBILITAT DE LA IDEA,** perquè pugui adequar-se a un entorn d'incertesa, canviant.
- **LA POSICIÓ DE RETROCÉS.** Si la idea fracassa, cal valorar les pèrdues que suposa aquest fracàs.
- **LA VERIFICABILITAT.** És a dir, preveure si es pot testar la idea abans.
- **ELS RISCOS** que comporta la idea, per intentar minimitzar-los.
- **LA DECISIÓ FINAL:** es pot establir un sistema de punts sobre els anteriors aspectes que ajudi a modelar la importància de cada un, però també es pot fer una comparació directa entre les alternatives disponibles. De vegades és útil fer servir la lògica retrospectiva, imaginant que la idea ja s'ha dut a terme; i, sempre, tenir en compte les emocions que ens desporten les idees. Al final, totes les decisions es prenen emocionalment.

Chip i Dan Heath, en el seu llibre *Made to Stick*, utilitzen un acrònim que és fàcil de recordar per definir el seu mètode d'avaluació d'idees: SUCCEES.

SIMPLE: les idees que funcionen són sempre molt simples. Les reconeixes quan penses: «com és que no se m'havia acudit abans a mi?».

UNEXPECTED: les bones idees són inesperades. Ens impacten perquè ens semblen molt innovadores.

CREDIBLE: les idees han de ser creïbles. Encara que siguin falses, han de ser versemblants, com en les novel·les de realisme màgic o les pel·lícules de ciència-ficció.

CONCRETE: les bones idees no poden quedar-se en l'abstracció, han de ser concretes, factibles, «tocables».

EMOTIONAL: les idees que funcionen apelen directament a l'emoció, ens toquen la fibra.

STORY: una bona història és la millor companyia per a una bona idea. Les paràboles bíbliques en són un bon exemple.

La poetessa Hilde Domin deia que «en tot art, has de ser el teu propi crític». Tria la idea que consideres millor d'aquest quadern i aplica-li el mètode SUCCES per saber si pot tenir èxit.

S	
U	
C	
C	
E	
S	

Als veritables creatius no els valen les dreceres del plagi. Perquè són enganyoses. En realitat, no són dreceres. Són camins sense sortida.

Els que ho entenen així no conceben la vida ni el treball sense el pensament creatiu. La creativitat és per a ells més que un *modus operandi*; és el seu *modus vivendi*. I això els porta a exercir un lideratge natural.

I tu, tens qualitats de líder creatiu?

Aníbal Puente afirma que un líder creatiu:

- REESTRUCTURA RÀPIDAMENT EL GRUP I LA SITUACIÓ
- FA SERVIR LA SEVA EXPERIÈNCIA PER A RESOLDRE LES DIFICULTATS
- VOLUNTÀRIAMENT PREN DECISIONS QUE IMPLIQUEN RISC
- DISTRIBUEIX RESPONSABILITATS I ASSUMEIX LES CONSEQÜÈNCIES DE LES SEVES DECISIONS
- ACTUA SOBRE ASPECTES QUE NO SÓN DE LA SEVA INCUMBÈNCIA
- TÉ CURA DEL GRUP I PREN MESURES FORA DELS PROCEDIMENTS ESTÀNDAR
- COMPARTeix TASQUES DESAGRADABLES
- DESENVOLUPA UN PATRÓ DE COMPORTAMENT DE SUPORT MUTU

Et reconeixes en aquest llistat de qualitats? Si has realitzat tots els exercicis d'aquest quadern, hauràs exercitat el teu múscul creatiu jugant amb el maniquí. Però si vols aconseguir un lideratge creatiu, no et conformis amb ser un bon «jugador», proposa't ser un bon «entrenador» de tu mateix. Segueix practicant i procura pensar creativament en tots els àmbits de la vida.

Com aconsella la investigadora Kathleen Taylor, cal «conrear el nostre jardí sinàptic».

Fins aquí, has practicat algunes de les tècniques o mètodes creatius més comuns, però n'hi ha moltíssims més, alguns ideats com a programes comercials: anàlisi morfològica, llista d'atributs, Basadur, bloc de notes col·lectiu, circulació d'idees, Delphi, estratals, flor de lotus, Googlestorming, mètode 635, pensament metafòric, obvietats, oposats, sinapsis, *sleep-writing*, *storyboarding*, TGN (tècnica del grup nominal), TRIZ i un llarg etcètera en el qual també hi caben les tècniques o mètodes que tu t'inventis.

Interioritza aquelles que més t'agradien, de tal manera que, amb la pràctica, les automatitzis i no siguis conscient que les estàs utilitzant. L'objectiu final és que no hagis de pensar en les tècniques perquè puguis centrar-te en PENSAR.

Qualsevol camí és vàlid per a arribar a una bona idea. Això sí, adquireix l'hàbit d'anotar totes les teves idees. A les pàgines extres d'aquest quadern o de qualsevol altre. I de tant en tant, revisa-les: et sorprendrà la teva capacitat creativa i segur que t'inspirarà noves idees.

No oblidis seguir tenint curiositat per tot (preguntar, preguntar i preguntar), fer connexions (com més estranyes, millor) i mantenir les ganes de treballar.

FINALMENT: I SI...?

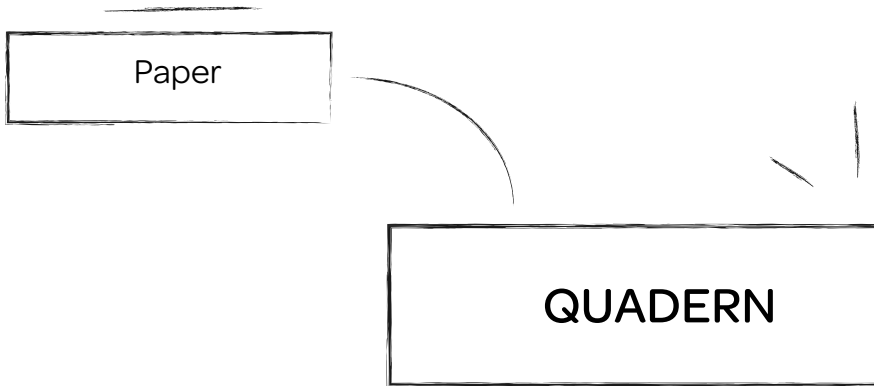
Molts creatius, durant la fase de producció d'idees, solen començar les frases d'aquesta manera per generar alternatives i noves connexions.

I si ara deixes de pensar en el maniquí i et centres simplement en aquest quadern?

I si utilitzes, a més, una tècnica que segurament ja has utilitzat en altres ocasions, com el **mapa mental**?

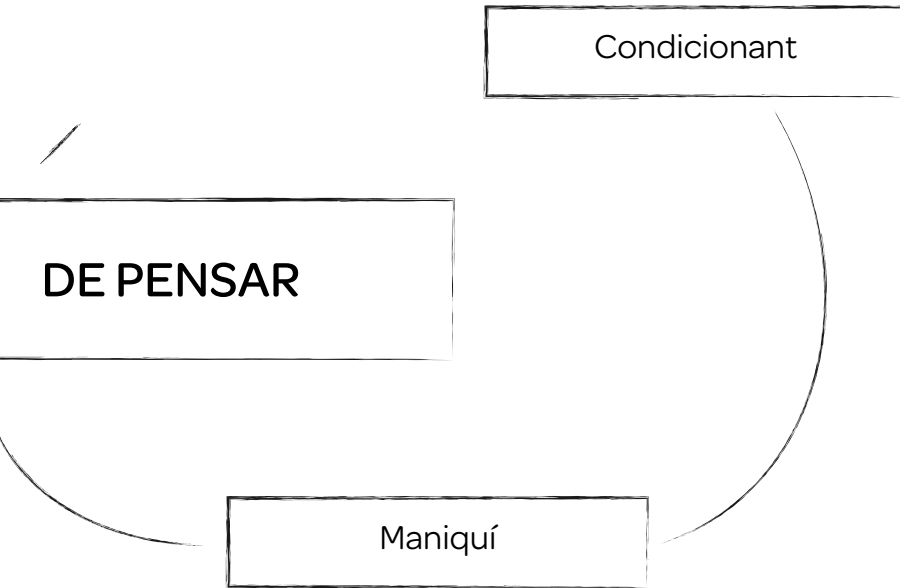
I si amb ella et proposes analitzar els punts forts i febles del quadern i suggereixes millores?

AQUÍ S'ESBOSSA UN INICI D'UN MAPA MENTAL, PERÒ HAS D'OBRIR NOVES VIES DE PENSAMENT PER ASSOCIACIÓ D'IDEES.



Marca't un mínim de trenta-cinc idees associades, però com més gran sigui el mapa mental, més possibilitats tindràs de proposar millores.

I SI T'ATREVEIXES A COMPARTIR-LES AMB [SSIVERA@UOC.EDU](mailto:ssivera@uoc.edu)?



«La mayoría de la gent no es preocupa pas més per com pensa del que s'interessa per caminar o respirar».

Edward de Bono

«Les noves idees sorgeixen de les diferències. Neixen de tenir perspectives diferents i juxtaposar teories diferents [...]. Els nous conceptes i els grans passos cap endavant, en un sentit molt real, procedeixen de l'imprevist, d'una barreja de persones, idees, bagatges i cultures que per norma general no estan barrejats.»

Nicholas Negroponte, fundador del Media Lab del MIT

«Hi ha moltes persones que tenen talent i ganes, i moltes no arriben mai a res. Aquest és només el principi per a fer qualsevol cosa a la vida [...]. Allò que fa a l'atleta, o a l'artista, és el treball, l'ofici i la tècnica. La intel·ligència amb la qual neixes és simplement munició. Per arribar a fer alguna cosa amb ella cal que transformis la teva ment en una arma de precisió».

Carlos Ruiz Zafón, El joc de l'àngel

Primera edició: setembre 2016

© Sílvia Sivera Bello

Tots el drets reservats

© d'aquesta edició FUOC 2016

Disseny: Oberta UOC Publishing, SL

Dipòsit legal: B-16.840-2016

Cap part d'aquesta publicació, incloent-hi el disseny general i la coberta, no pot ser copiada, reproduïda, emmagatzemada o transmesa de cap manera ni per cap mitjà, tant si és elèctric com químic, mecànic, òptic, de gravació, de fotocòpia o per altres mètodes, sense l'autorització prèvia per escrit dels titulars del copyright.



Aquest quadern de pensar és una proposta de Sílvia Sivera Bello, creativa publicitària i professora de la UOC.

Si amb ell has exercit algunes tècniques creatives i has aconseguit cert grau d'automatització...

... Si a més has comprovat de manera evident que tots podem ser creatius (si ens ho proposem), a partir de qualsevol detonant que ens fixem...

... I si sents que ara la teva ment està més receptiva a noves idees... junts heu aconseguit els **objectius**.

De tota manera, si tens suggeriments o vols resoldre algun dubte, contacta amb ella: **ssivera@uoc.edu**

PENSO, AIXÍ CREO

PENSO, LOGO CREO

ICH DENKE, ALSO ERSCHAFFE ICH

COGITO ERGO CREO

PENTSATZEN DUT, GERO SINESTEN DUT

PIENSO, LUEGO CREO

I THINK, THEREFORE I CREATE

JE PENSE, DONC JE CRÉE



PID_ 00236543