

ESTILOS DE PENSAMIENTO

Descubriendo tu forma de pensar

Zaira Vicente Adame



ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

1. ESTILOS DE PENSAMIENTO RELACIONADOS CON LA CREATIVIDAD

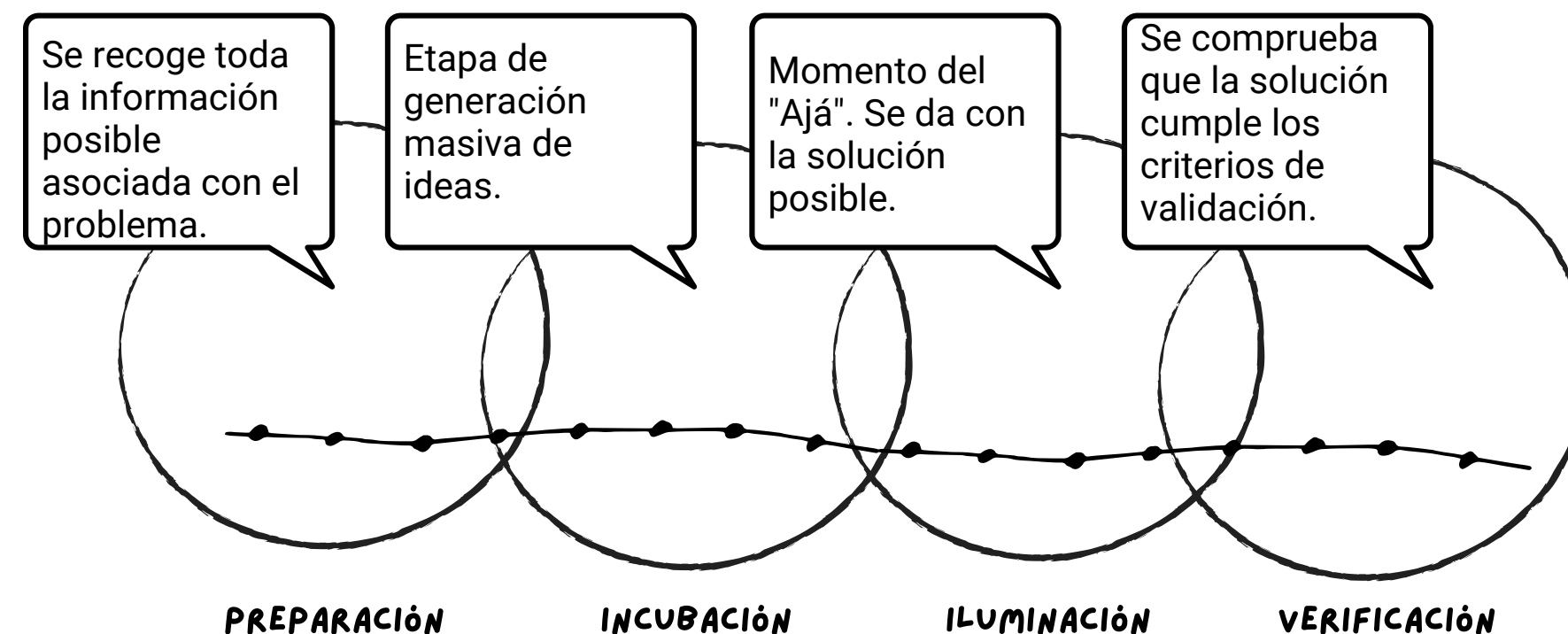
En todos los procesos mentales relacionados con el intelecto cada persona utilizamos diferentes tipos de pensamiento.

Al tomar una decisión, al realizar cálculos mentales, en nuestras reflexiones, activamos diferentes procesos mentales en los que se involucran distintas partes de nuestro cerebro.

De los distintos tipos de pensamiento que se han identificado, varios están relacionado con el pensamiento creativo.

Esto no quiere decir que todos se activen a la vez, si no que algunos se especializan en diferentes fases del proceso creativo.

En la figura se presentan las principales fases del proceso creativo y las principales actividades que se dan en cada una de ellas.



INVESTIGA SOBRE TU INCLINACIÓN CREATIVA...

- ¿Qué fase del proceso creativo dirías que se te da mejor?

ACTIVIDADES

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR



EID

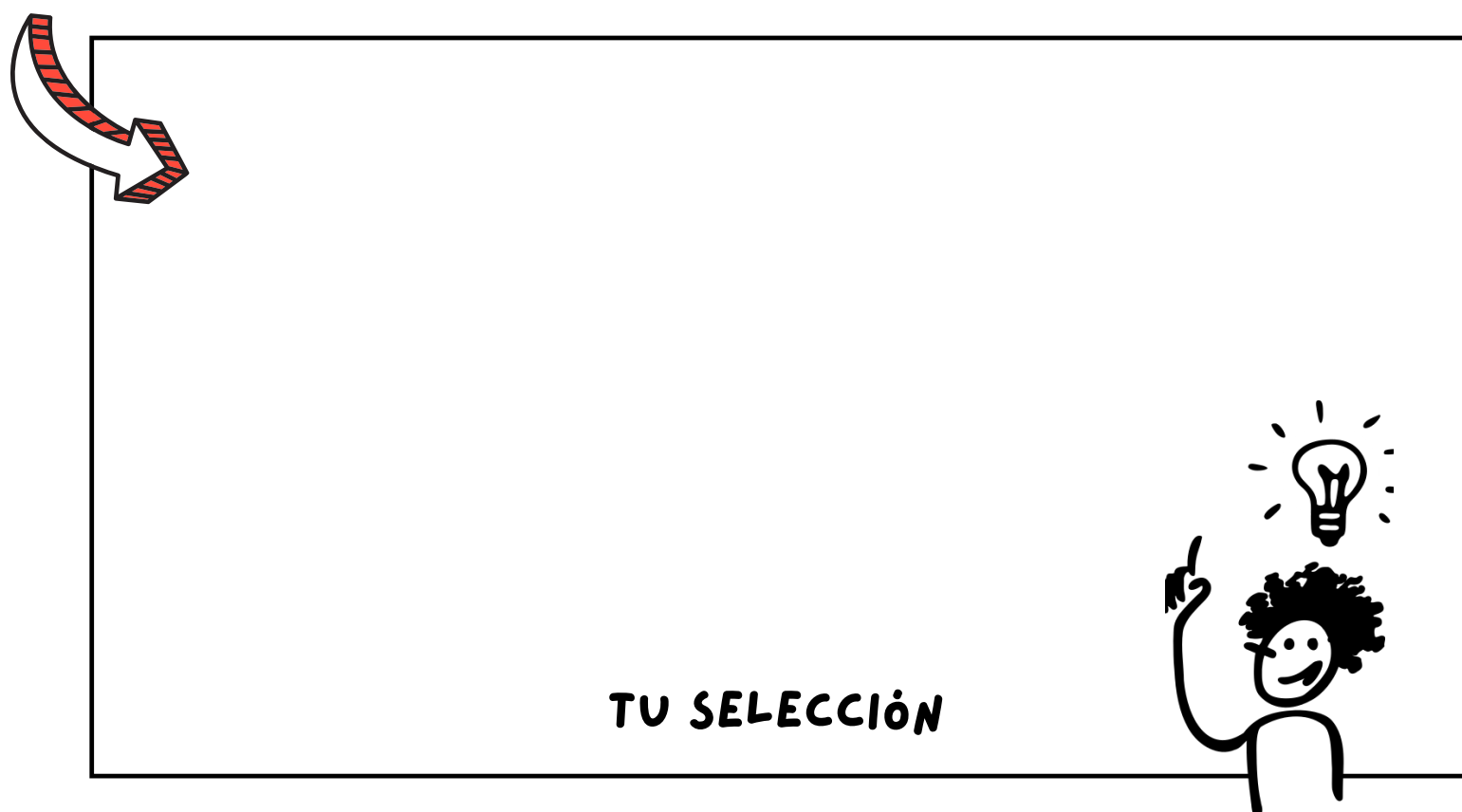
ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

2. TU ESTILO CREATIVO PREFERENTE

A continuación tienes un listado con 20 características de estilos de pensamientos diversos.

Elige las 10 que más vayan contigo, con tu forma de pensar y de posicionarte ante los problemas.



TU SELECCIÓN

E ES HABITUAL EN MÍ...

- USAR LA METÁFORA
- USAR LA LÓGICA
- LO ONÍRICO
- LA RAZÓN
- UTILIZAR EL HUMOR
- UTILIZAR LA COHERENCIA
- TOLERAR LA AMBIGÜEDAD
- REQUERIR PRECISIÓN
- AYUDARME DEL JUEGO
- AYUDARME DEL TRABAJO
- LO APROXIMADO
- LO EXACTO
- TIRAR DE FANTASÍA
- CENTRARME EN LO REAL
- INCLUIR LA PARADOJA
- LO DIRECTO
- LO DIFUSO
- ESTAR CENTRADO
- BUSCAR GENERALIZACIONES
- BUSCAR LA ESPECIFICIDAD

EID



ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

PENSAMIENTO SUAVE

USA LA METÀFORA

PRÒXIMO A LO ONÌRICO

UTILIZA EL HUMOR

TOLERA LA AMBIGÜEDAD

SE AYUDA DEL JUEGO

ES APROXIMADO

TIENE COMPONENTES DE FANTASÌA

ES PARADÒJICO

ES DIFUSO

BUSCA GENERALIZACIONES

PENSAMIENTO DURO

USA LA METÀFORA

PRÒXIMO A LO ONÌRICO

UTILIZA EL HUMOR

TOLERA LA AMBIGÜEDAD

SE AYUDA DEL JUEGO

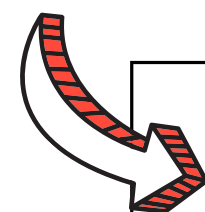
ES APROXIMADO

TIENE COMPONENTES DE FANTASÌA

ES PARADÒJICO

ES DIFUSO

BUSCA GENERALIZACIONES



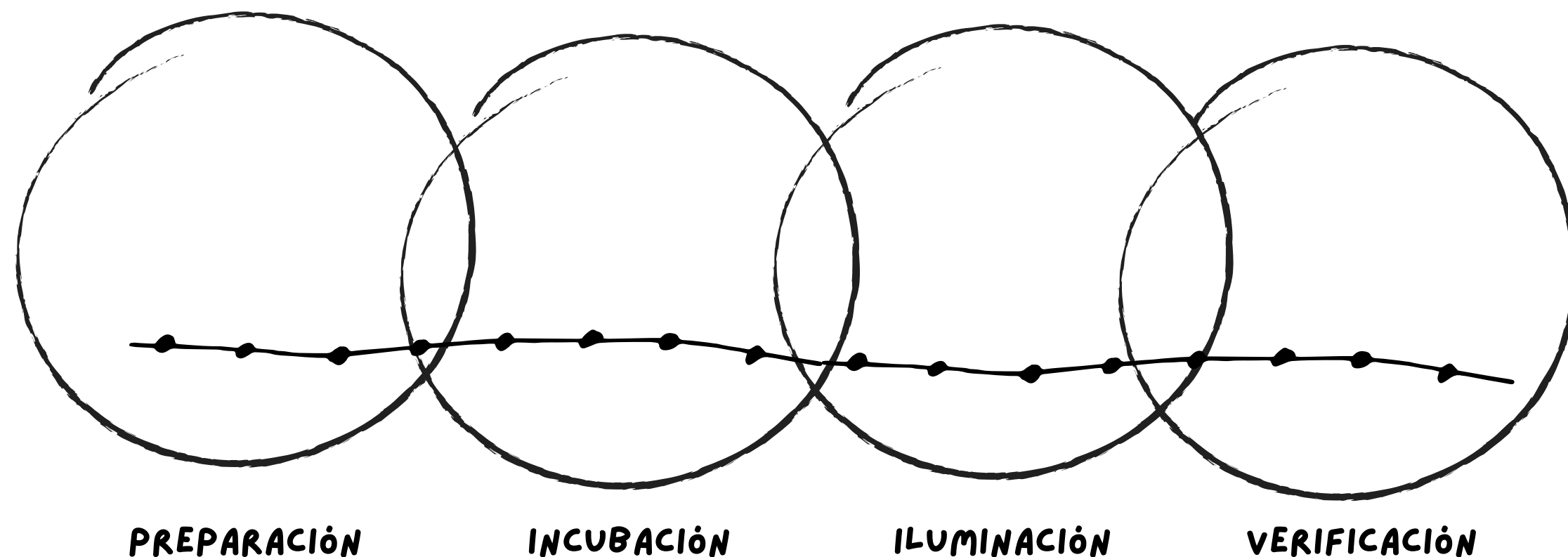
Activa las 10 características que has seleccionado y averigua qué estilo predomina (Suave / Duro) en tus procesos creativos.

MI ESTILO PREFERENTE ES...

ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

Los estilos de pensamiento "Suave/Duro" se especializan en diferentes fases del proceso creativo:



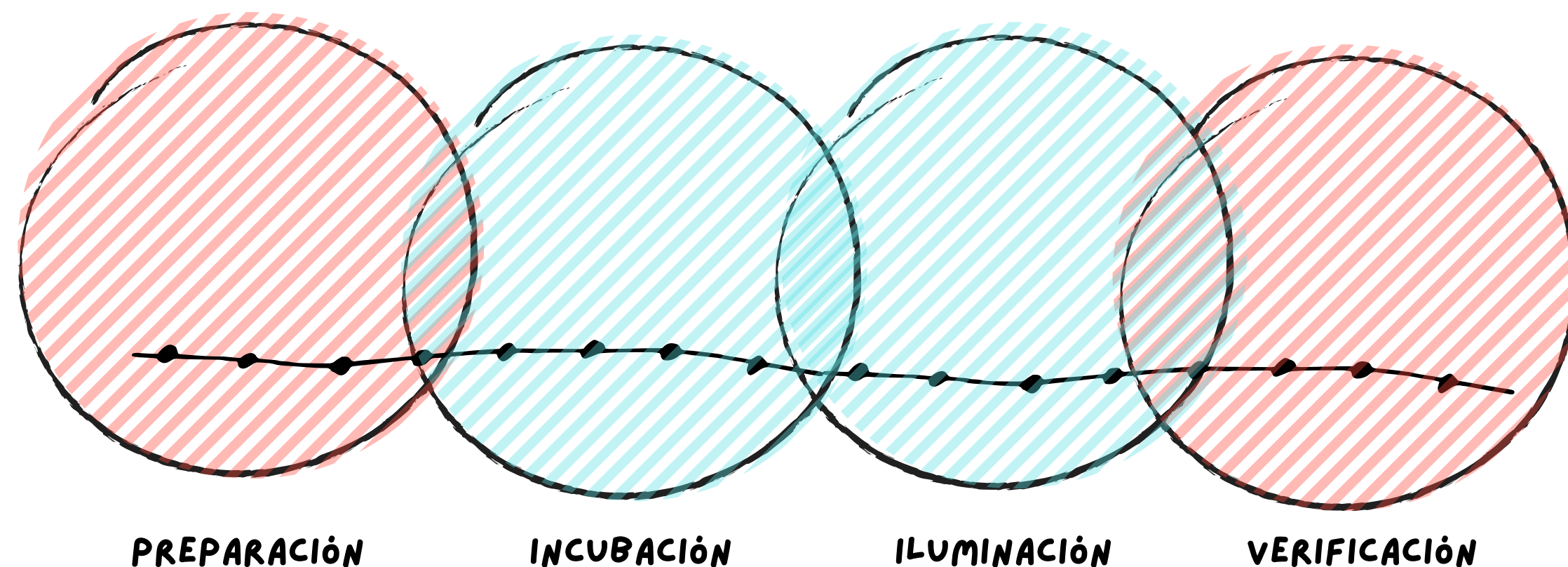
INVESTIGA SOBRE TU INCLINACIÓN CREATIVA...

- ¿Sabrías relacionar cada estilo de pensamiento con las fases del proceso creativo en las que se utiliza habitualmente?

ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

Aquí tienes la relación entre los estilos de pensamiento "Suave/Duro" y las fases del proceso creativo:



PENSAMIENTO SUAVE:

Se caracteriza por ser un pensamiento aproximado, que utiliza la metáfora y tolera la ambigüedad. Se relaciona con la ideación y los procesos de incubación de ideas.

PENSAMIENTO DURO:

Hace referencia a un pensamiento específico, riguroso coherente y lógico que tiene gran precisión y exactitud. Interviene en las fases de preparación y verificación.

CONCLUSIONES

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR



EID

ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

3. PENSAR DIFERENTE, PENSAR MEJOR

Se entiende por pensamiento creativo la capacidad de pensar de forma distinta, original y opuesta a lo habitual (pensamiento no creativo) haciendo que las ideas se salgan de la norma establecida o que las respuestas se conviertan en soluciones alternativas y diferentes.

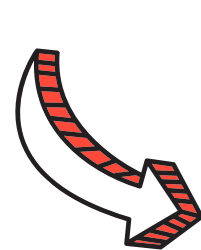
El pensamiento se puede activar de distintas formas y en función de qué tipo de activación hagamos y de cómo nos enfrentemos a los problemas, hablaremos de pensamiento creativo o pensamiento tradicional o lógico.

Desde el punto de vista de la neuropsicología, al trabajar nuestro pensamiento creativo estamos activando nuevas conexiones en el cerebro.

Estas nuevas conexiones permiten que te habitúes a pensar de forma distinta, original e incluso opuesta a lo habitual. Lo cual repercutirá en el tipo de ideas, respuestas y soluciones que serás capaz de aportar a medida que avances en tu entrenamiento.

Tienes bien incorporada la estructura del pensamiento convencional o lógico. El cual ha hecho especial hincapié en la práctica de la memoria y la repetición, obviando aspectos como la analítica o la inventiva.

Se trata pues, de desarrollar la cara opuesta del pensamiento lineal, y activar otras destrezas características del pensamiento creativo.



E.

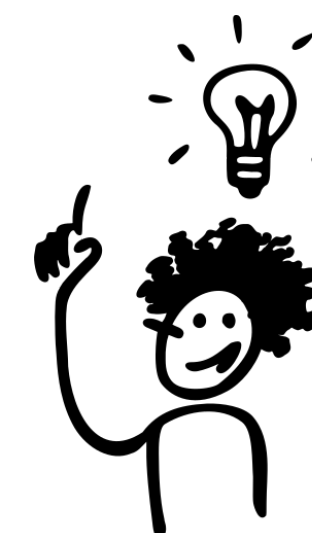
PENSAMIENTO CREATIVO

- ALTA FLEXIBILIDAD
- FLUIDEZ DE IDEAS
- ELEVADA IMAGINACIÓN
- CAPACIDAD DE IMPROVISACIÓN
- COMBINACIÓN DE IDEAS

VS

PENSAMIENTO LÓGICO

- ALTA RIGIDEZ
- POBREZA DE IDEAS
- BAJA IMAGINACIÓN
- BAJA ELABORACIÓN
- POBREZA RELACIONAL



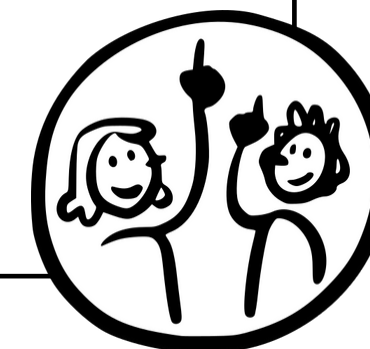
EID

ESTILOS DE PENSAMIENTO

DESCUBRIENDO TU FORMA DE PENSAR

A large empty rectangular box intended for writing conclusions.

RECOGE TUS CONCLUSIONES





Shaping your world