

IDEAS PARA ESTIMULAR LA Creatividad

luzriquelme.com



● **piensa:**
soy una persona creativa 

➔➔➔
Ve por un camino que
nunca hayas tomado



● **juega**

● **mueve los ojos**



● **apláudete** 
cada vez que hagas algo bueno

● **estima tiempos, distancias y pesos** 

● **busca figuras en**
mosaicos, patrones,
texturas, nubes, telas,
etc

● **haz pausas, y diviértete**



● **¡atrévete!**
hace algo que nunca hayas hecho
Por cada cosa mala que te ocurra
recuerda al menos 3 buenas



● **todos los días realiza ejercicios de creatividad**



● **escribe lo que sueñas**



● **acepta leer algo que no hayas leído**



● **Ten amigos de otra parte del mundo**

● **haz una lista de 10 cosas imposibles**
luego piensa cómo se haría posible cada una



● **cambia el modo, no hay tareas rutinarias**
sólo hay modos rutinarios de hacer una tarea



● **inicia una colección**

● **ve películas fantásticas**



● **Relaciona un deporte con tu trabajo**



● **cuando tengas una idea anótala y después mira si sucedió**



● **piensa cómo se inventó cualquier artefacto que uses**



● **usa un color que no te guste**



● **canta en la ducha mientras caminas en la oficina**



● **prueba alimentos que nunca te has atrevido a comer**



● **relaciona una canción con tu trabajo**

● **establece relaciones entre personas, cosas, ideas o hechos**



● **di la respuesta "incorrecta" o poco natural a una pregunta**



● **conversa con los abuelos, escucha sus historias**



● **haz crecer tus conocimientos así tendrás nuevos puntos de vista**



● **pregunta a los niños cómo harían una cosa u otra y observa su lado creativo**



● **detente y observa lo que haces cada día por tu vida**



● **medita colabora sé altruista**



● **toma notas escribe historias haz dibujitos**



● **viaja a algún lugar nuevo!**



● **piensa en lo que más te gusta hacer y hazlo**

● **pregúntate por qué las cosas son como son**