



CRIATIVIDADE É ESSENCIAL PARA DESCOBRIR AS MELHORES E MAIS RÁPIDAS RESPOSTAS

Guia prático para ser criativo em cima da mesa



Nunca se falou tanto em criatividade, ser criativo ou usar a criatividade como fator de diferenciação. Mas, afinal, o que é isso de ser criativo? São tantos os conceitos à volta da "criatividade" que se torna numa tarefa quase impossível escolher uma única definição. Mas, vamos por partes.

A palavra criatividade vem do latim *creatus*, que significa criar, do verbo infinitivo *creare*. Resumidamente, a criatividade é a capacidade que o indivíduo tem em criar algo. E isso quer dizer que apenas quem cria algo é criativo? Não, de todo! Para libertar a criatividade é preciso ter apenas os estímulos corretos.

A criatividade é uma qualidade adquirida e iniciada logo na infância. "Quando somos crianças, somos constantemente criativos. Somos uma esponja na descoberta do mundo que nos rodeia. Somos seres únicos a olhar para o que nos rodeia. Como se acreditássemos que podemos mudar as cores do mundo", responde Luci Pais. "Ser criativo é deixar voar o pensamento. Não usar filtros. É acreditar nas suas ideias. É acreditar que aquilo que fazemos pode mudar a vida de alguém, seja de que forma for, mesmo que seja apenas roubar um sorriso", acrescenta.

Ao contrário do que se possa pensar, criar não é um processo caótico. É muito racional, até. E na verdade, a criatividade faz parte do dia a dia. "Infelizmente, muita vezes a sociedade corta-nos as pernas, não só pelas regras existentes, como pelo sistema educacional que vai passando de geração em geração", lamenta Luci Pais.

Logo não pode haver o medo de errar ou falar apenas sobre as ideias que fazem sentido. As crianças são criativas precisamente porque não aprenderam a ter medo da crítica e não se importam com o fracasso. "A criatividade é tão mais rica e profunda quando partilhada. Porque várias mentes juntas põem a máquina dos pensamentos e dos sonhos a andar. Só podemos agradecer àqueles que ousam e àqueles que deixam outros ousar", argumenta.

A liberdade anda, por isso, de mãos dadas com a criatividade. "Ser livre significa pôr em ação aquilo que pensamos, nas mais diferentes formas de expressão, desde que não prejudiquemos o outro e acrescentemos valor. Ou mesmo nas coisas mais banais do dia-a-dia. Que seria do mundo sem as mulheres e homens que ousaram fazer algo diferente. E que hoje perfeitamente aceitável".

"Talvez um dia um sistema educativo criativo deixe as nossas crianças serem aquilo que realmente ambicionam", reitera. "Olhar para uma criança a desafiar-se e a desafiar-nos, é algo poderoso. Meter o pé numa poça de água, andar à chuva, vestirem-se como gostam, escutar o que dizem...", prossegue.

E as tecnologias: inibem ou potenciam a criatividade dos jovens/crianças? "As tecnologias são como tudo na vida: é necessário o devido equilíbrio. Se habituarmos os nossos filhos a estarem fechados em casa, não podemos pedir mais do que crianças mais introvertidas e, provavelmente, viciadas nas novas tecnologias. Existe a necessidade de mostrar o mundo fora das quatro paredes de um lar. Um mundo onde podem brincar, correr, saltar, cair, rir, falar alto...". Ainda assim, há o outro lado da medalha, em doses equilibradas. "Os jovens podem encontrar nas novas tecnologias um mundo de ideias. Podem também reconstruir as suas, tendo por base o que vão assimilando no mundo digital".

Ser criativo é pensar fora da caixa. É ser original e não replicar o que foi feito milhares de vezes. Todos possuem criatividade em diferentes habilidades. Qual é a tua?

texto SARA VIEIRA

Opinião



Marco Clemente

Descobre o teu lado mais criativo

Criar (criativos)

Porto seguro e rampa de lançamento, ao mesmo tempo.

Ser pai de adolescentes é um desafio. Antes bastava alimentar, acarinhar, cuidar, garantir que tinha tratado de todas as suas necessidades fisiológicas, deixar brincar e explorar. Agora, as prioridades e necessidades deles são diferentes. Sinto-me tão novato e tão inexperiente quanto eles, mas a sensação que impera em mim é o deslumbramento e o entusiasmo. Uma oportunidade para eu mesmo me lembrar desta fase espantosa da nossa vida, na qual a procura pela novidade, a conexão social, a intensidade emocional e a exploração criativa estão ao rubro. Onde a vida se vive de forma intensa, presente.

Ser pai de adolescentes é um desafio. Antes bastava alimentar, acarinhar, cuidar, garantir que tinha tratado de todas as suas necessidades fisiológicas, deixar brincar e explorar. Agora, as prioridades e necessidades deles são diferentes

Agora, que são mais autónomos, cabe-me sobretudo cuidar das suas necessidades emocionais. Reconhecer e dar importância ao que fazem, ser o porto seguro que dá confiança e segurança, criar as oportunidades para enriquecer o seu conhecimento, facilitar as suas relações e convívio para que fortaleçam a sua sensação de pertença, manter uma forte ligação. Vê-los tal como são. Estar sempre ali, para dar a mão. Permitir que a sua individualidade se afirme e a criatividade possa emergir. Cabe-me observar, escutar, estar atento. Criar as melhores condições para a sua auto-descoberta, auto-conhecimento. Tudo isto mantendo uma forte ligação com eles e relação de confiança.

Ser vulnerável, tolerável, companheiro, amigo.

Que os meus filhos sintam que podem voar e regressar, sempre que quiserem.

Serei eu criativo? E tu?



GERAÇÃO S+

Somos ou não criativos? Eis a questão... Não há qualquer dúvida de que todos o somos. Não há também qualquer dúvida que em qualquer momento da nossa vida – seja crianças ou adulto – já o fomos. Quer saber a verdade?! Somos todos os dias nas mais pequenas tarefas. Confirme:

Intuição. Aquele momento do dia em que nada parece correr bem. Falta aquele por menor para fazer algo diferente e sem menos esperarmos surge aquela ideia, como que por intuição. Isto é ser criativo, tirando partido da nossa imaginação.

Mindfulness. Ainda que nem sempre seja fácil de traduzir o seu significado por miúdos, há uma explicação simples: Sabe aquilo que tanto gosta de fazer e nem pestaneja?! Aquilo que ninguém, nem nada lhe rouba a atenção? A isto chama-se o AQUI e o AGORA.

Criatividade para todos. "A Criatividade é contagiosa. Passa-a". Uma das frases eternizadas por Albert Einstein. Quando deixamos os nossos pensamentos ganharem asas, acabam por concretizarem-se. Não deixe a criatividade apenas para si, partilhe-a, porque sozinho nada faz.

O "inventor". Todos temos um familiar, amigo ou conhecido que não perde a oportunidade de inventar novas coisas. O segredo está em enaltecer o trabalho feito e não em destruir sonhos ou metas.

Racional ou criativo. Um lado do cérebro desperta o nosso lado criativo, enquanto o outro o racional. ESQUERDO – lógico, racional, analítico, objetivo, sequencial, atento ao detalhe. DIREITO – Livre arbítrio, visual, intuitivo, holístico, subjetivo, atento ao todo. Independentemente do lado que usamos mais, a criatividade não vive apenas num.