

## Lección 2:

### Reducir o neutralizar los obstáculos que limitan tu potencial creativo

Analicemos detenidamente cada uno de los ladrillos de los muros que limitan o neutralizan tu potencial creativo.

#### *El ladrillo de las reglas y las tradiciones:*

Uno de los ladrillos de ese muro es la **presión de las reglas y las tradiciones**...a lo largo de nuestra historia vital hemos integrado determinadas pautas que nos condicionan en la generación de ideas.

*Es por ello que pienses sobre cuáles son las reglas que aceptas hoy y que podrías replantearte.*

#### *El muro de la presión de la lógica y lo razonable*

Cuantas veces a lo largo de tu vida has recibido los siguientes mensajes:

*“Eso no se dice”, “Eso no se toca”, “Eso no se hace”, “Eso no se pregunta”, “Eso no se puede”*

Constantemente recibimos mensajes de este tipo desde los diferentes contextos de desarrollo: la escuela, la familia, el grupo de iguales, y la sociedad en general.

*Te invitamos a que reflexiones sobre estos mensajes y que analices la repercusiones que pueden tener de cara al desarrollo del potencial creativo.*

### ***El ladrillo del conformismo:***

Supone el temor a arriesgarnos, a salirnos de la norma, a ver las cosas de una manera diferente, a pensar y sentir que las cosas son así porque siempre han sido así.

*En este punto te invitamos a recuperar todas esas ideas que no has desarrollado o expresado para no ser rechazado.*

### ***El ladrillo de la crítica y la censura:***

Existe una gran gama de “frases asesinas” que circulan socialmente y que critican y censuran

condicionando nuestro comportamiento y convirtiéndose en auténticos frenos del desarrollo de nuestro potencial creativo.

*Analizamos detenidamente las siguientes **frases asesinas y heterodevaluativas**:*

- *No se puede hacer. Es inútil, nunca se conseguirá*
- *Ya lo hemos probado*
- *Faltan medios*
- *Demasiado tiempo*
- *No ha llegado el momento*
- *¿Podrías formularlo en términos concretos?*
- *Esto es así y no puede ser de otra manera*
- *¿Por qué cambiar? Siempre se ha hecho así*
- *... Además, todo el mundo piensa como yo*
- *No es lógico, ni razonable*
- *Nunca funcionará, fíate de mi experiencia*
- *Deja de soñar y pon los pies en la tierra*

- *Si hubiera una forma mejor de hacerlo, ya se sabría*

Estas frases son integradas de tal manera que se convierten en mensajes intrínsecos reformulándose en estas **frases autodeevaluativas**.

- *Soy demasiado mayor para cambiar mis hábitos*
- *Personas más dotadas que yo ya se han dejado los dientes*
- *No sé nada*
- *Soy demasiado tímido*
- *Nunca he tenido la posibilidad*
- *Temo hacer el ridículo*
- *No creo en ello*
- *Fulanito si puede ser creativo ¿pero yo?*
- *Se es creativo o no, y yo no estoy entre los elegidos*
- **NO SOY CREATIVO/A**

## **A QUE TE SUENAN, ¿VERDAD?**

*¿Cuántas veces las has escuchado?*

*¿En cuantas ocasiones te has sorprendido  
formulándolas?*

*¿Cómo te han condicionado?*

### ***El ladrillo del miedo y la vergüenza:***

Después de analizar los anteriores ladrillos del muro de la creatividad, podemos concretar que el ladrillo más sólido es el miedo y la vergüenza a la creatividad:

- ✓ *El miedo a equivocarnos*
- ✓ *El miedo a no volver los pies en la tierra*
- ✓ *El miedo a ser castigado socialmente*
- ✓ *El miedo a ser diferente*
- ✓ *.....*

**“ANTE TUS MIEDOS PLANTEATE...**

