

Criatividade

Um forte aliado para o seu sucesso cotidiano

Criatividade é, geralmente, associada à imaginação criativa dos escritores, pintores, compositores e outros artistas, o que é correto. Entretanto, o que nem sempre se considera é que a mesma capacidade imaginativa pode ser aplicada às situações práticas do dia-a-dia. Toda vez que surge uma situação complicada, um problema de difícil solução, uma oportunidade nova, a sua criatividade é desafiada. Seu lado criativo é que vai encontrar saídas alternativas para velhas e novas situações.

Existe, portanto, uma *criatividade prática*, que se diferencia da *criatividade imaginativa* dos artistas, somente porque se aplica a situações reais e palpáveis. Esta criatividade prática, objetiva, é um atributo indispensável para reduzir o stress, aumentar a produtividade e criar chances de sucesso para qualquer profissional.

No dia a dia de trabalho, como também no relacionamento social e familiar, a maioria das situações segue um padrão previsível. Pessoas rotineiras dão respostas prontas e soluções pré-formuladas para essas situações. Já as pessoas criativas buscam respostas novas, que proporcionem maior satisfação, racionalizem o uso dos recursos necessários ou, simplesmente, quebrem a rotina.



Descobrimo a criatividade

Ser criativa não significa, necessariamente, inventar algo novo, inédito e grandioso. Na maioria das vezes, a pessoa criativa se ocupa de reinventar o que já existe, reformulando o que já foi feito inúmeras vezes da mesma maneira e, solucionando, de uma maneira nova e elegante, um problema já solucionado.

Freqüentemente, uma solução “nova” é, na verdade, a conjugação de dois métodos já existentes, ou a aplicação de uma técnica desenvolvida para outra área de atividade. Às vezes, esta solução é o uso de um material novo ou de um instrumento diferenciado para aquela aplicação.

A criatividade está tanto nas grandes como nas pequenas coisas. Observe os aparelhos e equipamentos utilizados para exames clínicos, observe o seu microcomputador e o sistema aplicativo que você usa todos os dias, e verá a criatividade humana em ação. Depois, tome em suas mãos um clipe para papéis. Avalie o esforço criativo necessário para transformar um simples pedaço de arame naquela mola mágica que, além de prender papéis, serve também para ser quebrada, aliviando o stress. Foram gastos anos de pesquisa e estudos, passando por diversos modelos, até que alguém genial chegou ao formato do clipe, consagrado pelo uso e preferido entre cem em cada cem secretárias.

Vantagens de ser criativa

– Mas o que se ganha com isso? – é a pergunta que se apresenta quando a criatividade é considerada como um instrumento aplicável aos serviços cotidianos. E evidente que os grandes inventores fazem fortunas ao solucionarem grandes problemas com seus inventos, mas o que ganha uma secretária sendo mais criativa?

Em primeiro lugar, uma pessoa criativa consegue encontrar soluções mais rapidamente para os problemas comuns e, principalmente, solucionar com facilidade os problemas de maior complexidade. Ou seja, a criatividade faz de você, uma secretária mais eficiente.

Outra vantagem é que uma pessoa criativa consegue desenvolver rotinas operacionais mais simples e eficazes para as atividades rotineiras, economizando trabalho, esforço e reduzindo o stress. Se existe uma maneira trabalhosa de fazer as coisas, a pessoa criativa encontrará uma maneira mais simples e que dê menos trabalho.



Uma solução criativa, em geral, agrega qualidade e produtividade à rotina de trabalho, pois quem é criativo está sempre procurando maneiras mais simples de fazer as coisas, com melhor qualidade e utilizando menos recursos.

Soluções criativas reduzem o stress por diversos motivos: simplificam a vida, reduzem o trabalho, proporcionam resultados e, freqüentemente, são divertidas, alegrando o ambiente de trabalho.

Como desenvolver a sua criatividade?

A criatividade é uma capacidade natural, que todas as pessoas têm, mas que nem todas utilizam com freqüência. E, como “tudo o que não se usa, atrofia”, precisamos exercitar diariamente a nossa criatividade, para aproveitarmos, ao máximo, todo o nosso potencial.

Faça um programa diário de “condicionamento para a criatividade” e verá que, além de melhorar sua performance, o dia-a-dia também ficará mais divertido.

Comece alterando suas rotinas mais simples; depois, vá experimentando mudar a maneira de fazer coisas mais importantes. Essas mudanças na rotina funcionarão como uma “ginástica mental”, estimulando sua criatividade.

- **Volte para casa** por um caminho diferente do habitual. Fazendo sempre o mesmo caminho de casa para o trabalho (e vice-versa), você liga o “piloto automático”, deixando de prestar atenção ao percurso. Quando passa por caminhos diferentes, sua mente fica alerta, seus olhos e ouvidos captam muito mais informações.
- Ao utilizar o **microcomputador**, execute as tarefas acionando rotinas alternativas. Por exemplo, quando formatar um texto, você pode usar o mouse ou o teclado, indiferentemente, para fazer algumas tarefas. Alternando esses dispositivos, você se obriga a pensar sobre o que está fazendo, o que é um ótimo exercício.
- Vista **roupas diferentes**, ouse experimentar algumas combinações de cores que não costuma usar. Repense o seu guarda-roupa e altere alguns critérios, na próxima compra de roupas.
- Ouvir **música** é bom, mas é ainda melhor quando você experimenta variar, ouvir intérpretes novos, música instrumental, gêneros diferentes dos que ouve todos os dias. A música, quando quebra a rotina, é um poderoso estimulante da criatividade.
- Leia **livros, revistas e jornais** diferentes, para variar. Seu universo cultural precisa se enriquecer com informações diferenciadas.
- Leia **poesia**, que é uma forma altamente criativa de linguagem. Experimente ler alguns poemas em voz alta, aprenda a sentir o prazer de ouvir sua voz dizendo frases muito especiais.
- Varie sua **alimentação**, experimente comer pratos variados. Crie coragem para provar iguarias exóticas. Busque receitas novas e experimente ser criativa na cozinha. Vá almoçar em lugares diferentes.
- Saia e converse com **pessoas diferentes**.
- Quando estiver diante de um problema de difícil solução, “**saia do quadrado**”, observando a cena como se estivesse fora dela. Torne-se um expectador de si própria. Esse distanciamento dará a você a liberdade para encontrar soluções novas.



- Coloque uma pitada de **romance** na sua vida, especialmente se a sua vida conjugal anda muito rotineira. A criatividade é um excelente tempero para o amor.
- Surpreenda seus **familiares e colegas de serviço**, fazendo algo diferente dos seus hábitos.
- Aprenda a fazer **algo novo**, como, por exemplo, falar espanhol. Tome aulas de dança, cultive um novo hobby. Esses treinamentos serão úteis em inúmeras situações.
- Cultive seu **bom humor**, pessoas criativas geralmente são alegres e bem-humoradas.
- Se você é adepta de uma **religião**, estude sua doutrina atentamente. O conhecimento dá consistência à fé, emprestando-lhe um novo colorido.
- Acostume-se a **correr riscos**, pois quem toma atitudes criativas arrisca-se a errar. Lembre-se que o erro faz parte do jogo, que a única forma de não errar é não fazer nada de novo. E, a longo prazo, isso certamente dará errado.

Algumas características das pessoas criativas:

- Curiosidade
- Bom humor
- Capacidade de improvisar
- Entusiasmo
- Capacidade de fugir da rotina e “sair do quadrado”
- Vontade de acertar
- Comprometimento com os resultados e com as outras pessoas envolvidas.

