



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

## Emociones Conexión vital

### Conexión emociones

*Competencias socioemocionales para  
el desarrollo integral y la salud mental  
de niños, niñas y adolescentes*

Secretarías de Educación

## Módulo 2

### Tema 3

## Tema 3

### Introducción al pensamiento creativo

**Conceptualización:** La creatividad está relacionada con la capacidad de generar nuevas ideas, que sean originales, resolver problemas de diferentes maneras, y pensarse el contexto de una manera poco convencional. El proceso creativo implica entonces cuatro tipos de habilidades que ayudan a que esto suceda, la fluidez, que se refiere a la rapidez y cantidad de respuestas sobre una situación específica, la flexibilidad, que se refiere a la posibilidad de pensar diferente ante las mismas situaciones, si has obtenido resultados negativos utilizando las mismas técnicas, por qué no utilizar algunas nuevas, la originalidad, que se relaciona con la capacidad de innovar para cada individuo, y la elaboración que consiste en mejorar de manera progresiva o con detalles esa idea novedosa o creativa para mejorar su calidad (Aranguern, 2013).

Un buen desempeño cognitivo articulado a un óptimo estado emocional produce un mayor rango de creatividad y por lo tanto desarrolla nuevos y novedosos pensamientos ante circunstancias de la vida diaria que nos generan, estrés, dolor, angustia, miedo, tristeza y nos llevan a encontrar soluciones nuevas que nos saquen con éxito de estas circunstancias, motivo fundamental del porqué la promoción del pensamiento creativo hace parte de la resiliencia.

La promoción del pensamiento creativo no tiene ninguna edad límite, es decir, puede promoverse, aprenderse y utilizarse a lo largo de la vida, en la infancia y la adolescencia, la mayor plasticidad cerebral pone un gran nicho para su promoción, motivo por el cual es necesario, generar actividades lúdicas con fines pedagógicos que promuevan esta capacidad. Por ejemplo, el juego libre, el reconocimiento de capacidades propias, la relajación y la respiración, que ayudan a mejorar las interconexiones en el cerebro.

En este punto se busca la creación de nuevas opciones de respuesta ante situaciones conflictivas o incómodas que lleven a los participantes a generar una real educación emocional, y mecanismos adaptativos y efectivos de respuesta ante un contexto y las emociones que este produce.

#### Momento 1 - Juego de Conocimientos

#### Creación de historia conjunta con dibujos

##### Sensibilización:

El facilitador indica al grupo como la actividad pretende identificar el pensamiento creativo con base en diferentes métodos de aprendizaje, específicamente en la educación virtual.

### Actividad central

Se le pedirá al grupo completo que se numeren con los números 1, 2 y 3; luego los números 1 se reúnen, los números 2 y los números 3. Cada grupo recibirá del facilitador su tarea. El grupo no. 1 recibirá un video para usarlo como herramienta y enseñar a sus compañeros del grupo no. 2 a bailar Bachata. Los participantes del grupo no. 3 tendrán la tarea de observadores, por lo que se dividen en los dos grupos para darse cuenta de cómo se enseña y cómo se aprende.

El facilitador le presenta al grupo no.1 las condiciones para enseñar con el video:

- a. Solo pueden usar palabras habladas.
- b. Por medio de un manual escrito
- c. Solo mímica.

Antes de empezar el ejercicio, se pueden proponer cambios de grupo privilegiando que quienes tienen habilidades para bailar estén en el grupo no. 1 el que va a enseñar. Este grupo tendrá 10 minutos para preparar la actividad, teniendo en cuenta que deben preparar las tres formas de enseñanza sugeridas.

Comienza el proceso de enseñanza en orden, 10 minutos para cada forma de aprendizaje. Entre tanto el grupo de observadores está atento en cada paso del proceso, desde la planeación hasta la ejecución.

En plenaria se exponen las parejas de baile conformadas y los logros alcanzados, propiciando un momento divertido. Luego el grupo se organiza en círculo para escuchar los comentarios que tienen los observadores sobre el proceso, identificando cómo se sintieron con cada forma de enseñanza-aprendizaje.

### Cierre

La conclusión pretende privilegiar la experiencia de los grupos enseñando y aprendiendo, señalando las particularidades y las características individuales que están presentes y que facilitan o no aprender, crear, buscar diferentes maneras de llegar a las diferentes soluciones para lograr un reto. Es importante llevar al grupo a encontrar cómo pueden aplicar lo aprendido en sus trabajos, en sus hogares, en su estudio.

**Tiempo de ejecución:** 90 minutos.

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos. Reproductor de audio para el video. Video de BACHATA.

**Recursos:** Video <https://www.youtube.com/watch?v=2WSnzSqH1FA>

## Momento 2 – Interacción y preguntas

### Creatividad y pensamiento creativo en las emociones

#### Sensibilización

El facilitador, luego de hacer un ejercicio de respiración corto con el grupo pretendiendo su atención y relajación para escuchar la lectura que hará a continuación:

#### Definiendo el pensamiento creativo

El pensamiento creativo es muy importante para responder ante determinadas situaciones de la vida. En las últimas décadas nuevas investigaciones psicológicas orientadas a comprender y desarrollar las capacidades del individuo, especialmente las del intelecto, evidencian la importancia que tiene el pensamiento creativo, cuando el individuo se enfrenta a un problema que tiene que resolver. Las investigaciones acerca del funcionamiento de la mente y la personalidad humana han sido el objeto de estudio y han despertado el interés en el pensamiento creador en todas las épocas. Torrance (1977: 126) define el pensar creativo como:

“Un proceso, el proceso de intuir vacíos o elementos necesarios que faltan, de formar ideas o hipótesis acerca de ellos, de someter a prueba estas hipótesis y de comunicar los resultados; posiblemente para modificar y someter de nuevo a prueba las hipótesis”.

Esta actividad creadora mental, ha sido también definida como la iniciativa que se manifiesta en la habilidad de uno a abandonar la secuencia normal del pensamiento, para pasarse a una secuencia totalmente distinta, pero productiva.

De acuerdo con lo anterior, se plantean algunas características que parecen diferenciar a las personas creativas de las que no lo son. Así se presenta a la persona creativa como bastante flexible en los patrones de pensamiento e interesada en ideas complejas. Además, tiene una personalidad amplia, interesada en lo inusual y tiende a ser sensible a lo estético.

El pensamiento creativo se pone en acción cada vez que la persona se encuentra ante una determinada circunstancia que requiere de él una resolución, que emane de un conocimiento sensible y una flexibilidad mental, adicional a una correcta regulación emocional

Hecha la lectura, el facilitador le pedirá al grupo que aporte en el tablero los mecanismos que utilizan de manera regular para promover el pensamiento creativo; es fundamental en este punto que se identifiquen actividades que generen la creatividad desde el rol de promotores de planes, programas y proyectos en el componente socioemocional.

### Cierre

La actividad se cierra señalando la importancia de abrir la mente a lo inusual para tener ideas creativas que permitan solucionar problemas que parecieran no tener solución, en conclusión, los Loros siempre pueden aprender a hablar.

**Tiempo de ejecución:** 60 minutos

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos.

### Momento 3 – Reto de Equipo

#### Aprendiendo Origami

El arte del Origami es una técnica oriental, que sin usar tijeras ni pegante, solo con el plegado logra obtener figuras variadas muy estructuradas. Es un recurso utilizado para fomentar habilidades manuales, creatividad y entretener, además de ser un recurso terapéutico en muchos procesos dolorosos y relacionados con la ansiedad. En esa actividad se busca que el grupo aprenda y enseñe a hacer origami utilizando dos estrategias educativas (instructivo-video).

#### Actividad central

El facilitador conformará dos grupos, los cuales se ubicarán en los extremos del salón. A uno de los grupos se le entregará el material impreso en donde se explica de manera detallada cómo hacer una figura. Al otro grupo se le entregará el video, el cual puede reproducirse por celular, donde cada persona aprende como hacer exactamente la misma figura.

Se les da 15 minutos para que puedan hacer el trabajo individual.

Luego se reúnen todos y se reúnen en el grupo de parejas para comparar resultados de origami y compartir cómo fue la experiencia de aprender a hacer estas figuras, con los métodos señalados.

Se realiza una mesa con todos para compartir experiencias de la actividad.

### **Cierre**

Se debe concluir con base en la experiencia del grupo cuál tipo de aprendizaje es más efectivo y cómo pueden aplicar esto en sus roles de trabajo o en sus actividades de estudio, como debe tomarse el tiempo y la dedicación para estas actividades.

**Tiempo de ejecución:** 40 minutos

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos.

### **Recursos:**

- Material escrito de origami: <https://saposyprincesas.elmundo.es/ocio-en-casa/manualidades-para-ninos/manualidades-faciles-animales-origami/>
- Videos de Origami: [https://www.youtube.com/watch?v=6hDvrXpdX\\_w](https://www.youtube.com/watch?v=6hDvrXpdX_w)

## **Momento 4 – Procesamiento y aclaración de conceptos**

### **Sensibilización:**

El pensamiento creativo y su promoción debe ser parte de las nuevas actividades a desarrollar en la vida diaria, por lo tanto, este momento busca generar ese espacio creativo dirigido a la articulación a los nuevos mecanismos de relacionamiento y a la promoción de nuevas ideas

### **La Lluvia de Ideas**

La lluvia de ideas muchas veces es considerada como una pérdida de tiempo, sin embargo, enfocada de la manera adecuada llega a ser una de las mejores maneras para innovar. Esta actividad busca identificar las capacidades, mecanismos y fortalezas del grupo de trabajo, para ayudar a promover el pensamiento creativo en otras poblaciones.

### Actividad central

#### a. Lluvia de ideas individual

En este punto de manera individual se solicita a cada participante que exponga tres o cuatro actividades que creen que funcionarían con ellos mismos para la promoción de pensamiento creativo, enfocado a la puesta en marcha del desarrollo de competencias socioemocionales y resiliencia.

#### b. Lluvia de ideas grupal

Basados en las actividades individuales, se realiza un ejercicio de votación por las actividades que TODOS los participantes consideran que podrán servirles a los grupos. Para generar conciencia y promover el desarrollo de capacidades socioemocionales. Se seleccionarán tres actividades las cuales quedarán como parte de los compromisos del módulo, para su implementación y seguimiento.

### Cierre

Hay que reconocer que existen diversas maneras de promover el pensamiento creativo, y que no es solo una actividad para los niños y las niñas; de la creatividad de los adultos, dependen muchas veces la toma de decisiones relevantes para la familia, la comunidad y el mismo país.

**Tiempo de ejecución:** 40 minutos

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos.

### Momento 5 – Puesta en Marcha – Articulación

#### Sesiones de trabajo conjunto salud y educación

### Sensibilización

Representación en plastilina.

**Objetivos:** Analizar el momento en el que se encuentra el grupo y estimular el pensamiento creativo de manera individual.

**Materiales necesarios:** Espacio amplio con mesas y sillas, caja de plastilina por persona y una tabla que soporte el peso de la plastilina.

### Actividad central

La persona que dirige la actividad explica que el grupo ha venido pasando por una serie de situaciones y momentos a lo largo de su recorrido, esta presentación puede ser ilustrada con situaciones concretas que hayan sucedido y momentos por los que ha pasado el grupo. En ese instante van a representar el momento que está atravesando el grupo por medio de una escultura de plastilina.

El líder de la actividad da al grupo el bloque de plastilina sobre la tabla

A continuación, disponen de 30 minutos para darle forma a la escultura, pero no deben hablar durante ese rato. Pueden tallar la plastilina en grupo o bien, cogiendo un trozo y trabajándolo de manera individual, para después unirlo al resto. También, pueden deshacer lo que haya hecho otro compañero, etc. Lo importante es que saquen toda su creatividad.

Pasado el tiempo, el grupo analizará la escultura obtenida y se planteará un debate en el que los miembros expresen cómo se han sentido llevando a cabo la actividad y si se encuentran satisfechos con el resultado final. De esta manera, también se da campo a las personas que realizaron el trabajo de forma individual o se coordinaron con otros compañeros, si han sentido que su trabajo ha sido respetado por los demás. Para este debate es muy importante que el líder de la actividad tome apuntes acerca de lo expresado por cada participante y así poder compartirlo al final.

**Tiempo de ejecución:** 40 minutos

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos.

### Momento 6 – Compromisos y evaluación

#### Estimulando el pensamiento

#### Sensibilización

Incentivar la creatividad y la dinamizar el pensamiento, perder el sentido de la vergüenza y generar un saludo creativo, distinto a lo común.



### Desarrollo de la actividad

El líder de la actividad da la indicación que todos deben organizarse en forma de círculo estando de pie, de esta manera se van a saludar unos con otros. Al principio pueden hacerse ejemplos de diferentes maneras de saludarse, como los Hippies, Boys-scout, etc.

De esta manera se deja un tiempo prudente para que puedan implementar el saludo como les apetezca, siendo creativos, y sin temor a ser juzgados por los demás.

A continuación, y pasado el tiempo establecido el facilitador da por finalizada la actividad.

Ejecución: que cada participante salude a su compañero de forma original y que los demás lo imiten.

### Evaluación

- ¿Se han cumplido los objetivos propuestos en esta dinámica?
- ¿Los materiales han sido los adecuados?
- ¿el tiempo ha sido suficiente?
- ¿La dinámica ofrece herramientas para dar solución a la situación planteada en la actividad

**Tiempo de ejecución:** 40 minutos

**Materiales para llevar a cabo la actividad:** Cartelera, marcadores, hojas blancas, lápices o esferos.

### Recuerde:

Se ha evidenciado que el aprendizaje de videos, específicamente en actividades técnicas es muy efectivo para generar pensamiento creativo.



El futuro  
es de todos

Gobierno  
de Colombia

# Emociones Conexión vital

