

SEFORA ROSA - HR & ACCOUNT MANAGER.

# LA CREATIVITA'



[WWW.PPJOB.IT](http://WWW.PPJOB.IT)

# UNA STORIA

 "CI VUOLE UN FIORE"

C'era una volta un re che viveva nel grande e ricco regno chiamato "America 80". Negli anni il regno cresce sempre più, diventa un punto di riferimento importante per il suo popolo. E continuava a crescere perchè la sua magia era quella di dare alla gente tutto ciò di cui aveva bisogno. Cose sempre nuove, innovative, che erano d'aiuto in ogni campo della vita quotidiana. Per qualunque necessità, chi bussava alle porte del regno, sapeva di trovare ciò di cui aveva bisogno.

Un giorno, però, accadde qualcosa di inaspettato.

Un gruppo di cittadini si presentò alla corte del re per avanzare una richiesta.

Nessuno - nè alla corte, nè nel regno intero, seppe essere di aiuto.

Nulla.

Sembrava non esistesse davvero nulla in grado di soddisfare quella richiesta.

Il re decise allora di chiedere aiuto al suo storico e fedele amico. Il re del del "regno del Continuum". Era certo che le sue capacità, unite alla famosa follia che gli attribuivano, potessero venirgli in soccorso.

Il re del regno del Continuum fu molto onorato della richiesta e non esitò ad accettare l'incarico con bramosia. Chiamò a sè i più fedeli dei compagni e partì in missione. Cosa voleva quella gente?

Giunti in "America 80", trascorsero così lunghe giornate tra veglie, contemplazioni, ascolto di storie della gente. Solo il popolo poteva aiutarli a capire.

L'impresa fu molto ardua. L'umore del re del regno del Continuum si trasformava giorno dopo dopo.

Sembrava stesse perdendo la speranza anche lui.



# UNA STORIA

Avevano parlato ed incontrato oramai quasi tutte le famiglie, visitato quasi tutte le case del regno. E non si riusciva a venire a capo della richiesta.

Rimaneva solo un'ultima abitazione da visitare, un ultimo popolano da ascoltare.

Il re del regno del Continuum era quasi persuaso dal desiderio di mollare tutto e tornarsene a casa sua.

Un suo fidato consigliere, tuttavia, gli suggerì di non mollare proprio ora. C'era ancora un'altra opportunità, un'altra persona da ascoltare ed osservare.

Poteva ancora sperare nella scintilla...

Certamente più rincuorato il re del regno del Continuum andò a riposare.

La notte trascorse lenta e tormentata.

Fece finalmente giorno e tutti si prepararono per l'ultima impresa.

Credevano poco in una soluzione, oramai.

Giunsero tuttavia a casa dell'ultima signora del regno da incontrare. L'anziana signora li fece accomodare e vedendoli un pò tristi ed abbattuti gli propose una tazza di buon caffè caldo. Il re e la sua corte ringraziarono ed accettarono. Tanto oramai non avevano più fretta.

La signora con entusiasmo e un pò di emozione si scusò per le spalle ed iniziò la preparazione. Si accorse che ne era rimasto poco di caffè. Doveva fare attenzione a non commettere errori.

Ma ecco che l'errore venne a lei! Senza che neanche se ne accorgesse tutto l'orzo a terra!

Terribilmente amareggiata, delusa e sdegnata si scusò ed andò a prendere cencio e ramazza - oramai più grandi e pesanti di lei - e iniziò a fatica a pulire.



# IL FINALE



"MA CERTO! ECCO!!!" - urlò d'un tratto il re del regno del Continuum spaventando i presenti.

Si rivolse alla sua corte ed ordinò di andare al più presto dal suo amico, il re del regno America 80. Aveva trovato la risposta, aveva la soluzione.

Salutò la signora ed uscì di tutta lena.

Arrivato dall'amico gli raccontò della sua visione tutto eccitato. Non riconobbe la stessa reazione, anzi.

Se ne dispiacque, ma non mollò.

Tenta, ritenta, tenta, ritenta, tenta, ritenta ...

Nulla.

Decise allora di tornare dall'anziana signora. Non si presentò a mani vuote, ma portò con sé un bel carico di caffè e .....  
..... una nuova, nuovissima ramazza.

Leggera, fine, elegante, poco ingombrante, non tanto lunga, comoda da riporre e da ripulire.

La gentile signora, senza parole e col cuore colmo di amore e commozione, non poté che dire: "Oh, grazie! E' esattamente quello che stavo aspettando da tanto tempo. E non solo io, ma anche tutti i popolani".

E da quel giorno l'intero regno brillò di una nuova luce. La luce della gratitudine e della speranza.

... e vissero tutti felici, contenti ... e più leggeri.

Sefora R.



## LA MORALE

Avete riconosciuto la storia?  
Probabilmente.  
O chissà.

Quella che ho cercato di raccontare in una forma diversa dal solito è una storia di Procter & Gamble.  
E in particolare l'invenzione della - udite udite - SCOPA SWIFFER.

Continuum è il nome reale della società di consulenza a cui affidarono

l'outsourcing ideativo e creativo del nuovo prodotto che - in house - non si riusciva a trovare.

E davvero il team di consulenti passò ore ed ore ed ore a vedere e rivedere filmati registrati di persone che svolgevano faccende domestiche (il prodotto che si cercava era per la pulizia dei pavimenti). Ed ore ed ore davvero investite in visite presso le abitazioni. Capirono, dopo infinite osservazioni, che la gente non voleva un prodotto migliorativo, ma un sostituto.

L'illuminazione arrivò proprio quando un giorno stavano osservando una signora che puliva il pavimento della cucina da un fondo di caffè. Lo ha raccolto e subito dopo ha passato un panno inumidito per raccogliere gli ultimi granelli. Quel panno inumidito fu l'INSIGHT.

Un materiale usa e getta.

idea rifiutata inizialmente, accettata poi dopo perseveranti tentativi di spiegazione.

Oggi?  
Crazie Swiffer



## RACCONTO DI CREATIVITA'

Questa storia - assieme ad altre - è decisamente tra le più interessanti da prendere in considerazione per parlare di CREATIVITA'.

Hanno OSSERVATO qualcosa che "era nella realtà", hanno IMMAGINATO come poter migliorare qualcosa, come sarebbe stato con una scopa diversa, hanno immaginato qualcosa di ISPIRATO all'esistente, ma che ancora NON esisteva. Hanno INTUITO una modalità realizzativa sostenibile ed hanno AGITO.

E questa azione è stata solo l'inizio del processo.

LA CREATIVITA'



# ATTO VS PROCESSO

"Quante volte abbiamo sentito parlare di atto creativo? Probabilmente tante e tutte legate all'idea che la creatività è un guizzo di un momento, dettato da chissà quale magico talento interiore e dote biologica. "... che fortuna che hai! Queste sono cose che o ci nasci o ci nasci!"

Ma se la creatività è da intendersi come "la capacità di creare qualcosa di nuovo e utile allo stesso tempo, facendosi ispirare dall'ascolto e dall'osservazione e lasciandosi guidare da intuizione, immaginazione e libertà" non può essere rinchiusa nella parola "atto".

Il processo creativo è strettamente connesso ai meccanismi dell'attenzione, ciò che ci rende curiosi ed interessati alle cose.

Possiamo quindi considerare l'attenzione come una grande OPPORTUNITA', una RISORSA. Di crescita, conoscenza, creazione, innovazione. E' un processo che parte da noi, dal nostro ascolto interno - di desideri, sogni, bisogni - e poi si sviluppa all'esterno. E' qui che inizia la sua trasformazione verso l'essere un ATTO orientato ad un OBIETTIVO e risultato interno (AUTOREALIZZAZIONE) ed esterno (INNOVAZIONE).

Quante abilità sono coinvolte in questo - apparentemente - breve viaggio. Tante, tantissime.

Possiamo iniziare dalla frase:

"L'eleganza sta nella semplicità"



# IL SEMPLICE

"Il processo creativo nasce dalla richiesta, (o curiosità) - interna/esterna - di cambiare qualcosa. Di innovare. Di trovare il nuovo in qualcosa o per qualcosa.

Lo stesso processo invece parte dalla ricerca del SEMPLICE. La SEMPLIFICAZIONE è il procedimento cognitivo che permette lo sviluppo delle fasi successive.

Semplificare vuol dire "saper cogliere l'elemento caratterizzante di qualcosa e/o di qualcuno". Scomporre, Apprendere, capire.

Facile?

Sì, se possiedo metodi e modelli per la semplificazione. E cosa mi permette di acquisire metodi e modelli?

L'OSSERVAZIONE. Trovo l'elemento, se so osservare. So osservare se so orientare e porre la giusta ATTENZIONE su oggetti, persone, relazioni, reazioni, emozioni, sentimenti (miei e/o altrui).

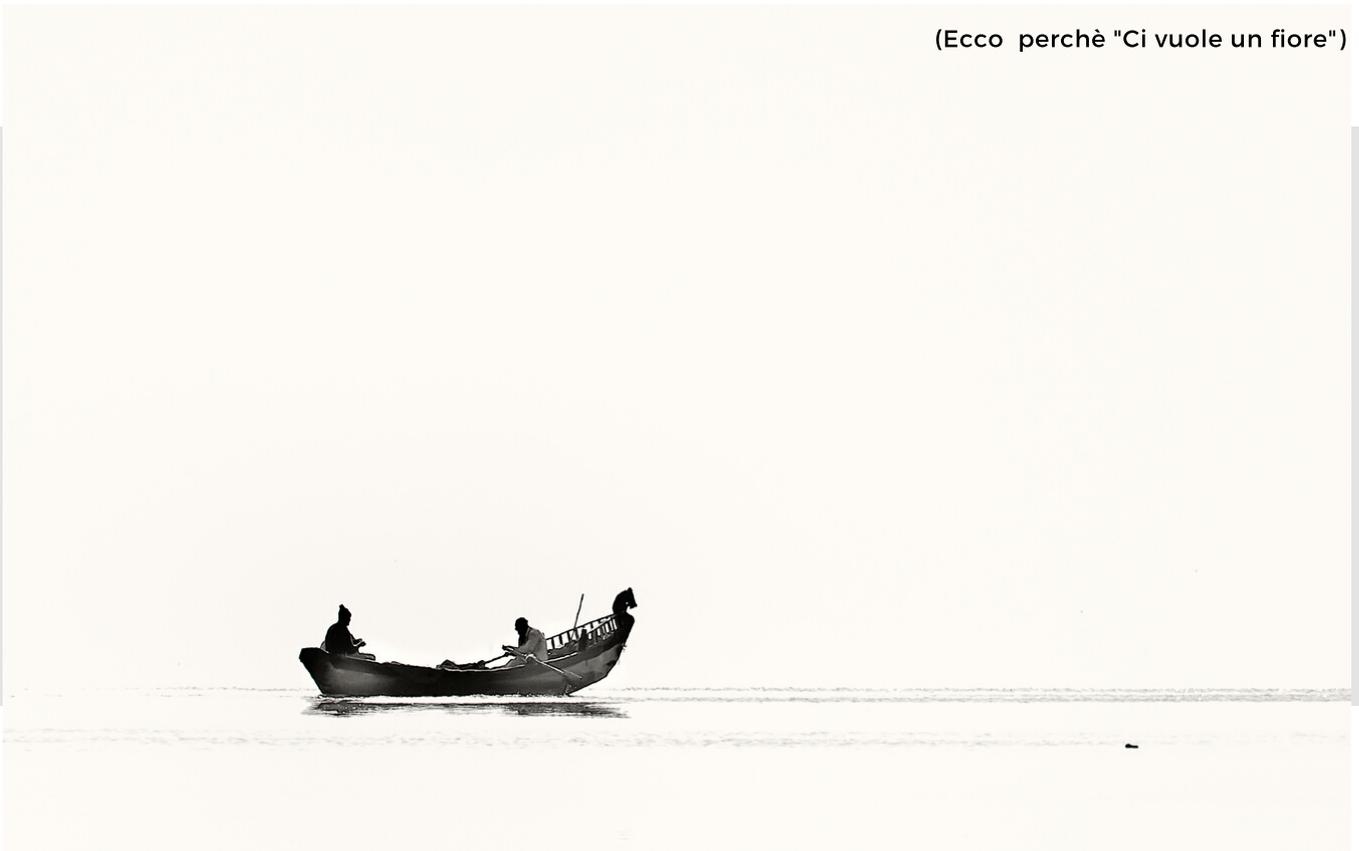
Attenzione significa IMMAGINAZIONE E INTUIZIONE: captare qualcosa di nuovo; accorgersi di qualcosa che fino ad ora non ho visto e non hanno visto; IMMAGINARE "quel posto che non c'è"; creare l'immagine di qualcosa che non c'è. E se creo, INNOVO, trasformo, diversifico, evolvo, rivoluziono.

Se ho innovato mi sentirò

AUTOREALIZZATO. E se sono autorealizzato sono più CONSAPEVOLE e starò bene, mi sentirò più felice, gioioso, vivo, energizzato, mi sentirò capace di "controllare le circostanze esterne e le emozioni interne", anche quando ambigue e imprevedibili. Starò BENE. Il livello di BENESSERE percepito aumenta e mi potrò orientare verso la generazione e scelta di nuovi SCOPI.

Attivare un processo creativo equivale ad aumentare il proprio stato di benessere!!

(Ecco perchè "Ci vuole un fiore")



# LA CREATIVITA' E I SUOI LEGAMI

Attraverso la metafora musicale abbiamo potuto riconoscere gli aspetti che favoriscono lo sviluppo della creatività.

Questi aspetti rappresentano delle vere e proprie caratteristiche che possono essere allenate e apprese.

Stimolare questi tratti può essere un primo valido spunto per sviluppare con efficacia la creatività.

Di seguito i "nodi da stringere":

CURIOSITA'

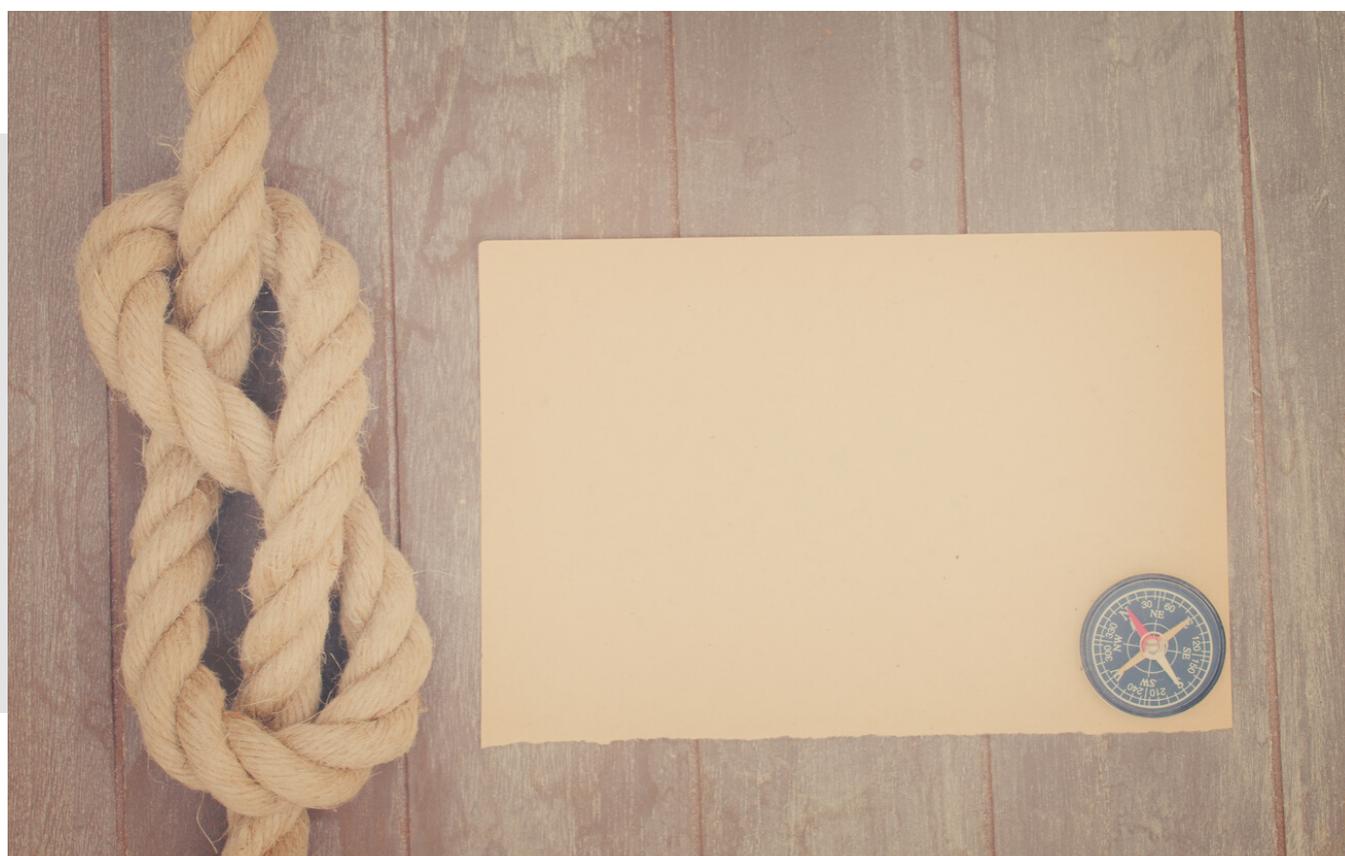
RICERCA E CONOSCENZA

SPINTA AL RINNOVAMENTO

INTELLIGENZA EMOTIVA

CAPACITA' IDEATIVA

TOLLERANZA ALL'INCERTEZZA



## FOCUS

Dai legami precedentemente indicati è evidente che la creatività non può essere un atto magico, nè può essere considerata solo fantasia, immaginazione.

Che cammini sotto braccio alla felicità si, e che la mente creativa possa aprire la strada a nuove forme di azione e pensiero, anche.

Osservazione, pensiero, memoria, rottura schemi consueti, nuovi elementi, sperimentazione (provare, provare, provare). Possibile fallimento, accettazione, tenacia, perseveranza e determinazione nel riprovare.

Sembrano collegamenti banali, forse ovvi. Non scontati, immediati e semplici da costruire. E' un processo cognitivo molto complesso. La più elevata forma di intelligenza.

Le caratteristiche distintive della parte destra del nostro cervello (intelligenza emotiva, pensiero laterale, empatia, flessibilità, agilità, esuberanza, intuito, consapevolezza del "qui e ora", umorismo, ironia, visione positiva) sono e saranno sempre più determinanti nella costruzione della nostra strada verso l'autorealizzazione.

Il pensiero logico si deve integrare con il pensiero creativo.

# UN PÒ DI CHIAREZZA

Spesso si tende ad associare alla creatività parole quali, fantasia, immaginazione, e altre.

Sono davvero sinonimi?

Provo a rispondere facendomi aiutare dalle parole di Munari.

**FANTASIA:** "tutto ciò che prima non c'era, anche se irrealizzabile". E' la più libera.

**INVENZIONE:** "tutto ciò che prima non c'era ma molto pratico e senza problemi di estetica".

**CREATIVITA':** "tutto ciò che prima non c'era ma realizzabile in modo essenziale e globale"

Immaginazione: " la fantasia, l'invenzione, la creatività, pensano - l'immaginazione vede". Fa vedere. I suoi mezzi possono essere:

- parole (orali)
- scrittura
- disegno, pittura
- cinema
- musica
- scultura

E come riesce a far vedere?

La realtà viene da noi percepita attraverso i sensi e rielaborata da operazioni di "intelligenza logica". Lo scopo del nostro cervello è capire, dare un senso, un significato; creare immagini da imprimere e fissare in memoria. Queste immagini - che sono ora la nostra conoscenza - verranno - di volta in volta - messe in relazione tra esse.

Se ne deduce che tutte le relazioni (creative, fantistiche, etc..) partono da cosa e quanto conosciamo.

## E ALLORA VI VOGLIO CHIEDERE

- Cosa conoscete?
- Quanto conoscete?
- Come conoscete?
- Quanto cercate di conoscere?
- Come cercate di conoscere?
- Cosa cercate di conoscere?
- Dove cercate la conoscenza?

- Come cercate la conoscenza?
- Quando cercate la conoscenza?
- Quanto cercate la conoscenza?

Queste sono alcune domande preliminari che è giusto porci.

Poi possiamo chiederci "Cosa posso fare per conoscere di più? Per stimolare immaginazione e creatività?"

E qui le risposte possono essere molteplici e tutte finalizzate alla possibilità di sperimentare.

E sapete quale è la più antica ed efficace forma di sperimentazione, conoscenza e stimolo per l'apprendimento?

### IL GIOCO

- Giocate?
- Come giocate?
- Quanto giocate?
- Perché giocate?



## FACCIAMO UN GIOCO

La mia curiosità, la voglia di cercare, ricercare, integrare mi hanno portata a sperimentare diversi strumenti, discipline e metodologie. Tutti accomunati dal desiderio di arricchire il mio "baule dei giochi". Quelli che - attraverso il divertimento - ci permettono di crescere e sviluppare un maggior senso di benessere.

Qui, oggi, porto in campo il mio titolo di Yoga Laughter & Gibberish Leader. E ancora più in dettaglio un gioco Gibberish.

Cos'è il Gibberish?

LA CREATIVITA'

E' una pratica che consiste nel produrre "suoni senza senso" e pronunciare "parole senza significato".

Trae ispirazione dal "non-sense" teatrale e la finalità è quella di portarci - pian piano - a liberarci dalla "gabbia delle parole e i preconcetti che ci condizionano". Silenzia la mente.

E' uno strumento della creatività.

### PROVA

La tua canzone preferita.  
Cerca su youtube la base musicale.  
Inizia a cantare. Cantala. MA ...non con le sue parole vere. Inizia a dire parole a caso, ma che sono a tempo e ritmo con l'originale. Lasciati ispirare solo dalla melodia e dalle tue sensazioni ed emozioni.

**"procatu sizu giantostro. Finics ghiutare sblacit iz luf trecchiutoli. Batr, batr, batr .... nitucs batr, accudliup viplasett". Questa la mia canzone.**

Divertimento e abbattimento dei livelli di stress e rigidità cognitiva assicurati.

Provate, provate, provate.

# GIUNTI AL FINALE

Le ricerche neuroscientifiche ci hanno raccontato tanto del nostro cervello. Che è triadico, che è ingannevole, che ha due emisferi.

Già C.G.Jung ci raccontava che ci sono due modi di pensare: uno per logica e ragionamento e l'altro per fantasie e sogni. Il primo favorisce la conoscenza del mondo esterno, il secondo invece ne permette l'adattabilità nel cambiamento.

Dare spazio al secondo è determinante per il nostro benessere.

E lo mettiamo in azione ogni qual volta ci immergiamo in attività manuali, pratiche, creative, in qualsiasi possibile area di applicazione operativa (colorare, disegnare, dipingere, riordinare, cantare, suonare, scrivere, ballare, cucinare, modellare, fotografare, coltivare, cucire, etc..).

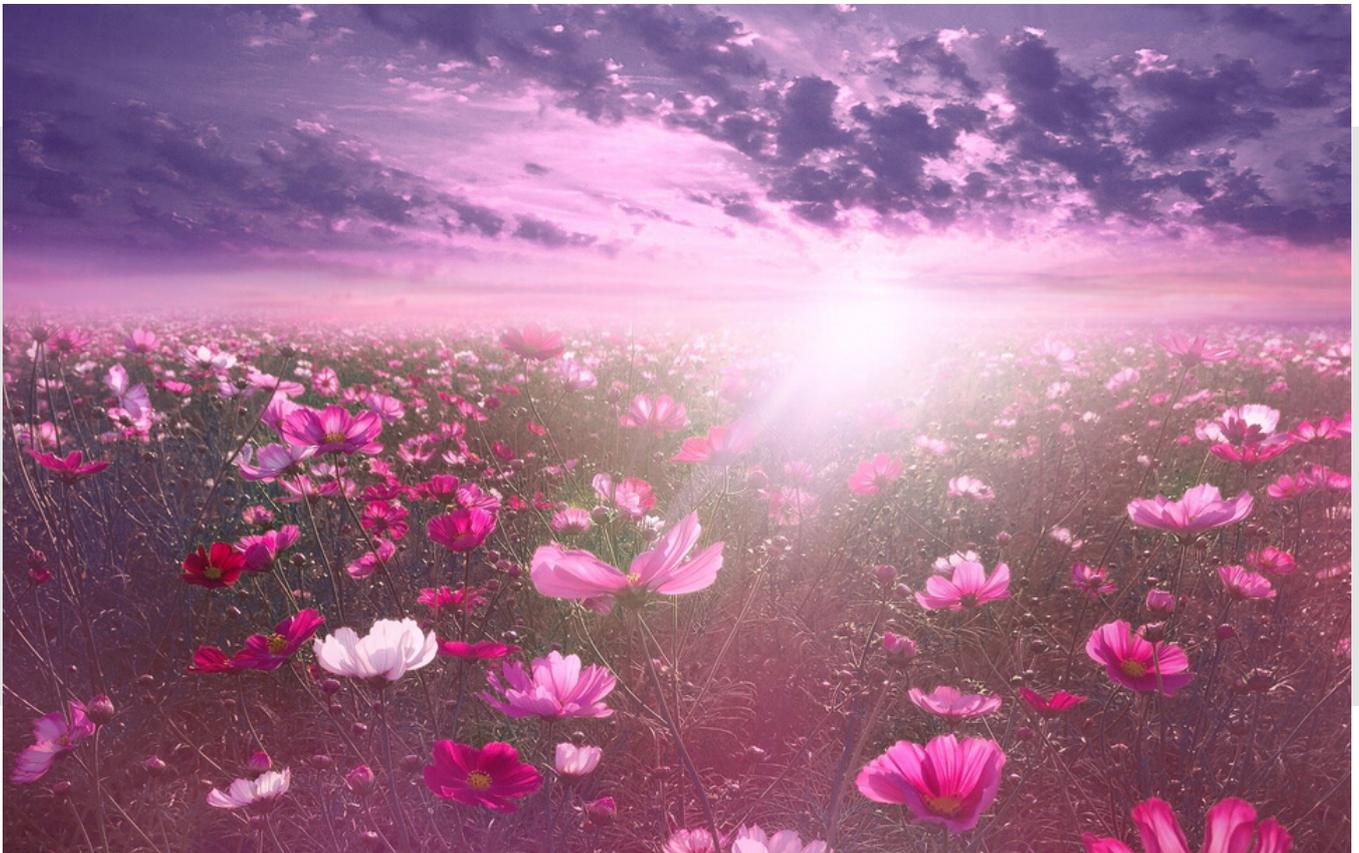
Devi solo trovare la tua arte, quella che lascia fluire la tua riserva naturale di energia creativa. La stessa energia che ti permetterà di trovare soluzioni impensate e impensabili per te fino a quel momento. Quella che attiverà il tuo intuito e il tuo entusiasmo.

Concediti la possibilità del pensiero divergente e divertiti con te stesso/a.

I vantaggi possono essere grandiosi, in ogni ambito della vita che sognavi o che sogni.

A presto,

S R



# GRAZIE

#PPJOB  
#YOURCOLORFULCHOICE

