GIRONA NOTICIES.COM
+ Periodisme

¿Qué es la creatividad para el yo?

Actualidad Empresarial | 20/04/2022 | 00:00

La creatividad se puede definir como la capacidad de generar ideas y relaciones nuevas entre elementos ya existentes para alcanzar un objetivo. Esta capacidad se encuentra presente en todas las personas, pero, en ocasiones, se ve ocluida por comportamientos y tareas rutinarios.

Por otro lado, este concepto aparece también como elemento de desarrollo personal mediante la expresión artística. Tanto es así que, a través de los cursos online de La Paradoja Creativa, se promueve la experiencia creativa a través de disciplinas como la fotografía, la pintura, el collage, la danza y la escritura, entre otras.

Fomentar la creatividad con La Paradoja Creativa

Esta plataforma de cursos busca unir profesionales de distintos sectores que utilicen dinámicas de trabajo creativas y artísticas para poder aprender y enseñar de manera colaborativa. De este modo, se intenta aumentar el autoconocimiento de los alumnos, mejorar el manejo de sus emociones y, en definitiva, que sean más creativos. Para ello, se utilizan la imaginación y la creación artística como vehículos para que los estudiantes comprendan sus experiencias internas, generando estados de trascendencia, satisfacción y liberación.

Algunos de los cursos que se pueden realizar en esta web son los de escritura terapéutica, danzaterapia, fotografía terapéutica y marca personal.

Los mismos están dirigidos a quienes tengan interés en fomentar los procesos creativos mediante herramientas expresivas, así como para aquellos que tengan nuevas ideas y necesiten un lugar para potenciarlas y llevarlas a cabo.

Impulsar el bienestar a través de la creatividad

En La Paradoja Creativa, se parte del supuesto de que la creatividad es inherente al ser humano. Si bien hay muchas personas que creen no ser creativas y no tener talento artístico alguno, este concepto en el más amplio de sus sentidos no solo implica el arte, la belleza o la innovación, sino que también permite conocerse a sí mismo, gestionar mejor los conflictos y tener un vínculo saludable con el entorno. Por lo tanto, lo que se requiere es un espacio en el que se estimule la introspección a favor de un crecimiento personal.

De esta manera, en una sociedad que dedica más tiempo al trabajo en detrimento de actividades

espiritualmente enriquecedoras, inscribirse en los cursos online exclusivos de esta plataforma puede significar darle un giro a la rutina y, a su vez, conectarse con el interior, impulsar el bienestar y encontrar soluciones novedosas a los problemas a través del arte y la creatividad.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/172326-que-es-la-creatividad-para-el-yo.htm