



**Nombre del alumno:** Leyvi Jacqueline Hernández Aguilar.

**Nombre del profesor:** María Verónica Román Campos.

**Nombre del trabajo:** Ensayo.

**Materia:** Pensamiento y lenguaje.

**Grado:** 5°

**Grupo:** A

**De Psicología**

Comitán de Domínguez Chiapas a 30 de Marzo de 2025.

## **La creatividad en el campo de la psicología.**

La creatividad es la capacidad de generar nuevas ideas, originales e innovadoras para la resolución de problemas o la creación de proyectos con una lluvia de ideas. Ayuda a potenciar el desarrollo personal y hacer más eficaz y eficiente. Se emplea en diferentes ámbitos de la vida, personal, educativa, laboral, etc. Son las habilidades de poder generar algo nuevo con ideas ya antes obtenidas transformando algo nuevo e impactante.

La creatividad es una herramienta fundamental en la psicología, permite a los psicólogos poder adaptarse a las necesidades individuales del paciente, así como desarrollar nuevas estrategias terapéuticas y generar enfoques innovadores en la investigación. En la terapia juega un papel importante la creatividad porque si el paciente no coopera y no se expresa de la manera en la que esperamos, podemos generar y crear estrategias como actividades dentro de la terapia para poder hacer que el paciente se exprese de una manera mucho mejor y que aporte para poder llevar una terapia con resultados. Así como también en la evaluación psicológica una mezcla de diferentes tipos de evaluación creando algo nuevo y con más eficacia y el diagnóstico y tratamiento interpretar los resultados de una manera creativa para comprender la complejidad de cada individuo, básicamente es importante en todo el proceso terapéutico.

### **TEORIA DE LA CREATIVIDAD: PENSAMIENTO DIVERGENTE.**

Esta teoría fue propuesta por J.P GUILFORD, según esta teoría se basa en buscar múltiples soluciones a un problema en vez de solo buscar uno y optar por ese. Diferencio dos tipos de pensamientos el pensamiento convergente y el pensamiento divergente.

- El pensamiento convergente, busca una única solución al problema, las opciones son más concretas y cerradas, es útil para el razonamiento lógico.
- El pensamiento divergente, busca múltiples ideas y soluciones a un problema, es clave en la innovación de la resolución de problemas, implica la creatividad, la imaginación y la exploración de diversas posibilidades.

Guilford propuso cuatro habilidades esenciales del pensamiento divergente:

- **Fluidez:** es la capacidad de poder generar nuevas ideas rápidamente (lluvia de ideas).
- **Flexibilidad:** es la capacidad de cambiar de perspectiva y generar ideas en distintas categorías, poder adaptarse a la situación.
- **Originalidad:** permite poder crear o renovar ideas únicas y novedosas.
- **Elaboración:** es el proceso por el cual se va a generar todas las ideas juntas para lograr el objetivo establecido y que será innovador.

La teoría del pensamiento divergente de Guilford, menciona que no es solo un talento innato si no que se puede desarrollar con el tiempo y la práctica, fomenta la fluidez, la flexibilidad, la originalidad y la elaboración que permite mejorar la creatividad y la capacidad de la innovación en diferentes aspectos de la vida.

Uno de los investigadores que amplió esta teoría fue Ellis Paul Torrance, quien desarrollo pruebas específicas para medir la creatividad y exploro formas para fomentarla en la educación. Creo las pruebas de Terrance de pensamiento creativo (TTCT), que evalúan la creatividad tanto de niños como adultos por medio de actividades como dibujar o responder preguntas, promoviendo estrategias como el juego, la exploración y el cuestionamiento constante.

#### EJEMPLO PRACTICO DE CREATIVIDAD EN PSICLOGÍA: USO DE LA TERAPIA DE JUEGO EN NIÑOS CON ANSIEDAD.

- Sofía de 7 años, presenta síntomas de ansiedad social, le da miedo interactuar con otros niños, y no habla en clase.

Aplicación creativa en la terapia:

El uso de la creatividad en este caso es fundamental porque permite al terapeuta implementar juegos y actividades que pueden ayudar a expresar diversas situaciones que le pasan a Sofía y de esa manera no se siente presionada y puede expresar sus sentimientos y emociones.

Conforme avanzan las terapias Sofia se sentirá en confianza y podrá expresarse de mejor manera, hablando y expresando lo que siente ya con palabras sin tener miedo.

### CONCLUSIÓN.

La creatividad forma parte de nuestra vida en general, en los diferentes aspectos de nuestra vida, en la implementación de nuevas ideas, originales, únicas e innovadoras. Cada persona es diferente y muchas de ellas son mas creativas que otras, pero todas las personas pueden ser creativas ya que se puede desarrollar con el tiempo y la práctica, es algo que hacemos todos los días como en la resolución de problemas. Para los futuros psicólogos será una herramienta fundamental para las terapias en la creación e implementación de nuevas estrategias.