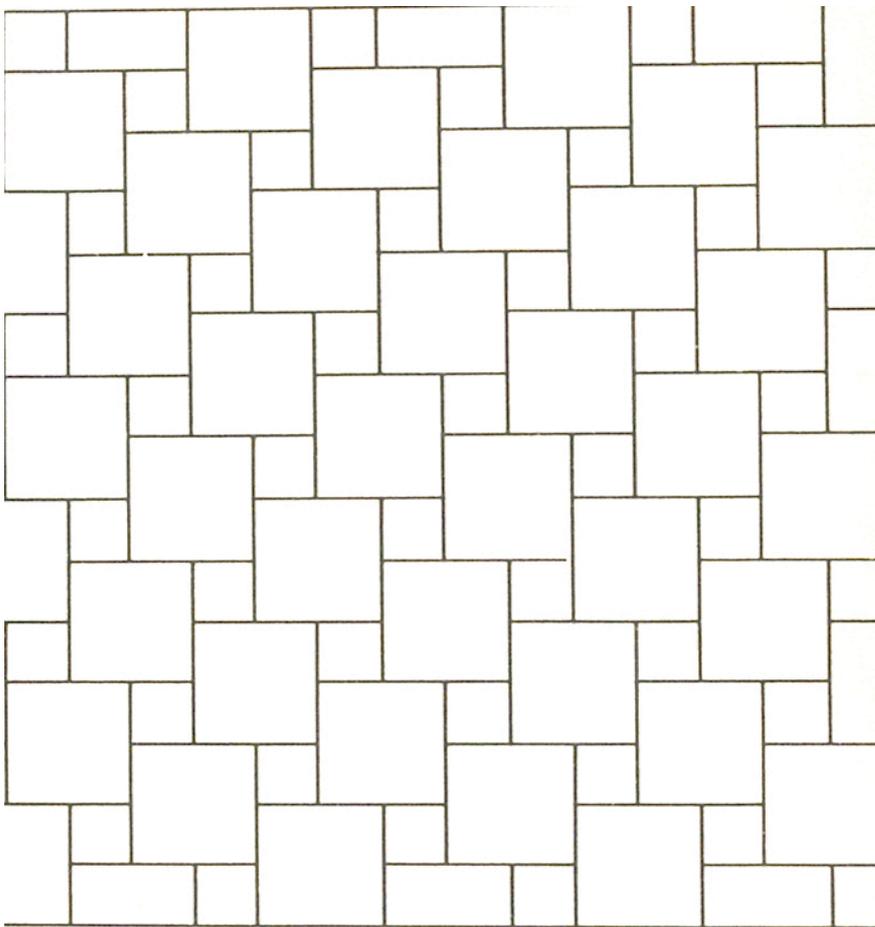


Los retos para ejercer tus habilidades de *insight*

Como hemos visto, para poder relajar la fijación mental y poder hallar una solución a un problema que parece no tenerla, necesitamos reestructurar nuestra mirada al reto que intentamos resolver. Para ello debemos entrenar nuestra mirada a ver patrones, es más, a buscar diferentes patrones en la misma situación.

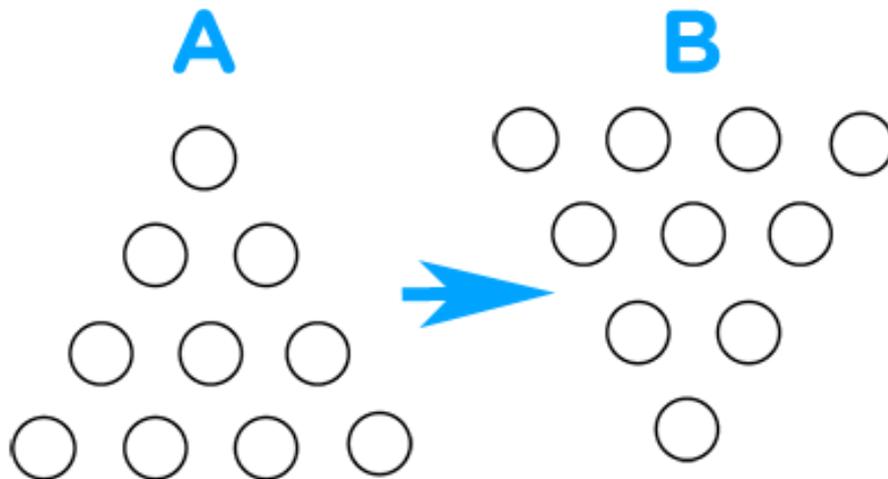
Para ejercitarte un poco, ¿qué patrones puedes encontrar en esta imagen?



(Fuente: Bono, E. d. (1990). *Lateral thinking. Creativity step by step* (2nd ed.). New York, NY: Harper Perennial.)

Aquí tienes una serie de retos que solo se pueden resolver a través del proceso de insight. Recuerda que para que insight ocurra, necesitas salir de la fijación de tu percepción inicial. Para ello tienes que buscar patrones distintos de aquellos que ves al principio, y cuestionar tus suposiciones. Hazte constantemente estas preguntas: ¿Qué patrón hay aquí? ¿Y qué otros patrones hay? ¿De qué otra manera puedo mirarlo? ¿Qué suposiciones hago? ¿Estoy segur@ que son ciertas? ¿Y si no?

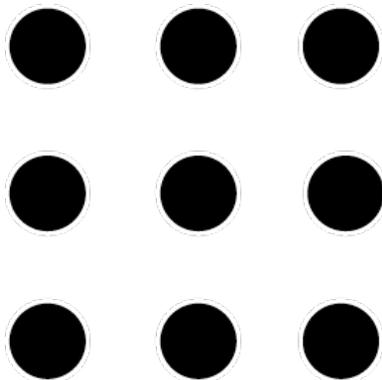
1.



La tarea es convertir el patrón inicial A en el patrón B moviendo solamente 3 puntos.

(Fuente: Metcalfe, J. (1986). Premonitions of insight predict impending error. *Journal of Experimental Psychology: Learning, Memory, Cognition*, 12, 288-294.)

2. Este reto es bastante famoso, así que es muy probable que ya lo conozcas.



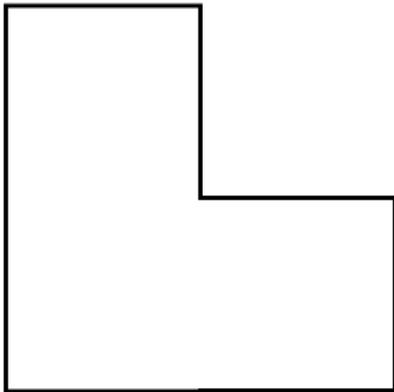
Tienes que conectar los nueve puntos con no más de cuatro líneas rectas sin separar el boli del papel (es decir, las líneas tienen que estar conectadas).

Los que no conocen este reto, que intenten a resolverlo. Los que lo conocen, que lo prueben con otras condiciones.

Prueba conectar los puntos con solo tres líneas rectas. ¿Y con dos? ¿Y qué tal solo con una?

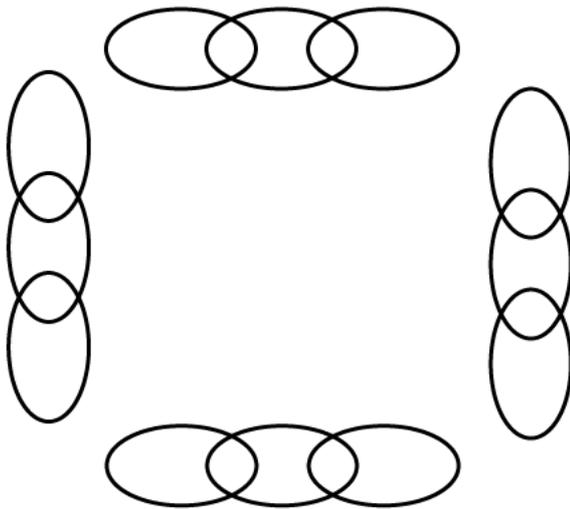
(Fuente: Michalko, M. (2006). *Thinkertoys* (2nd ed.). Berkley, CA: Ten Speed Press.)

3. Divide esta figura en cuatro figuras que tengan absolutamente el mismo tamaño y forma:



(Fuente: Finke, R. A., Ward, T. B., & Smith, S. M. (1992). *Creative cognition: Theory, research and applications*. Cambridge, MA: A Bradford Book, The MIT Press.)

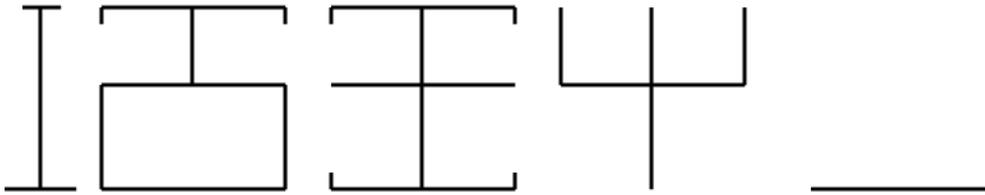
4.



Tu tarea es conectar la cadena, pero puede abrir y cerrar no más de 3 vínculos.

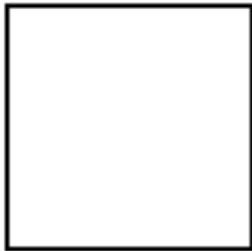
(Fuente: Finke, R. A., Ward, T. B., & Smith, S. M. (1992). *Creative cognition: Theory, research and applications*. Cambridge, MA: A Bradford Book, The MIT Press.)

5. Completa la secuencia:



(Fuente: Finke, R. A., Ward, T. B., & Smith, S. M. (1992). *Creative cognition: Theory, research and applications*. Cambridge, MA: A Bradford Book, The MIT Press.)

6. ¿Cuántas maneras de dividir un cuadrado en cuatro partes del mismo tamaño y forma puedes encontrar?



(Fuente: Bono, E. d. (1990). *Lateral thinking. Creativity step by step* (2nd ed.). New York, NY: Harper Perennial.)