

## TÈCNiques D'ESTIMULACIÓ CREATIVA

- Tècnica d'analogies: Demana una resposta que faci servir analogies per il·lustrar conceptes de manera creativa.
- Tècnica de metàfores: Demana una resposta que faci servir metàfores per descriure la situació o el problema d'una manera original i visual.
- Tècnica de combinacions inusuals: Demana una resposta que combini elements aparentment no relacionats d'una manera nova i sorprenent.
- Tècnica de preguntes provocadores: Demana una resposta que formuli preguntes desafidores o provocatives per estimular el pensament crític i la reflexió.
- Tècnica d'inversió de suposicions: Demana una resposta que qüestionï o inverteixi suposicions comunes sobre el tema o el problema.
- Tècnica de solucions no convencionals: Demana una resposta que proposi solucions creatives i fora del comú per abordar el problema.
- Tècnica de pensament lateral: Demana una resposta que apliqui el pensament lateral per trobar solucions originals i sorprenents.
- Tècnica de brainstorming: Demana una resposta que generi idees de manera lliure i sense restriccions, tot fomentant la creativitat i l'exploració de noves possibilitats.
- Tècnica d'enfocaments disruptius: Demana una resposta que desafii l'estatus quo i proposi enfocaments innovadors i disruptius per al problema.
- Tècnica de perspectives fora del comú: Demana una resposta que adopti perspectives poc convencionals o inusuals per oferir noves idees i solucions.
- Tècnica d'escenaris hipotètics: Demana una resposta que explori possibles escenaris futurs imaginaris i com es podrien abordar.
- Tècnica d'associacions lliures: Demana una resposta que explori associacions lliures entre conceptes aparentment no relacionats per generar idees noves.
- Tècnica de joc de rols: Demana una resposta que involucri un joc de rols, on els participants assumeixin diferents identitats i perspectives per abordar el problema.
- Tècnica de pensament lateral amb restriccions: Demana una resposta que apliqui el pensament lateral dins de límits o restriccions específiques per estimular la creativitat.
- Tècnica de tècniques de creativitat específiques: Demana una resposta que utilitzi tècniques de creativitat com el SCAMPER (substituir, combinar, adaptar, modificar, posar en un altre ús, eliminar, revertir) o el pensament lateral d'Edward de Bono.
- Tècnica de desafiaments creatius: Demana una resposta que respongui a un desafiament específic o una pregunta creativa dissenyada per estimular noves idees.
- Tècnica de pluja d'idees amb paraules clau: Demana una resposta que faci una pluja d'idees utilitzant paraules clau o conceptes clau relacionats amb el problema o la situació.
- Tècnica d'enfocament de disseny thinking: Demana una resposta que utilitzi els principis del disseny thinking per abordar el problema des d'una perspectiva centrada en l'usuari i la innovació.
- Tècnica de narrativa creativa: Demana una resposta que expliqui una història o una narrativa creativa que explori el problema des de diferents angles i perspectives.
- Tècnica de provocació o estímul: Demana una resposta que s'inspiri en una provocació o estímul específic, com ara una imatge, una cita o una situació hipotètica, per generar noves idees i enfocaments.
- Tècnica de pensament divergent: Demana una resposta que explori una àmplia gamma de possibilitats i perspectives diferents sobre el problema, sense limitar-se a una solució específica.

- Tècnica de connexió emocional: Demana una resposta que busqui establir una connexió emocional amb el problema o la situació, explorant com les emocions poden influir en les solucions proposades.
- Tècnica d'improvisació: Demana una resposta basada en la improvisació i la creativitat en el moment, sense necessitat de planificació prèvia.
- Tècnica d'analogies visuals: Demana una resposta que utilitzi analogies visuals, com ara dibuixos o diagrames, per representar el problema o la solució d'una manera creativa.
- Tècnica d'experimentació: Demana una resposta que proposi idees per experimentar i provar noves solucions de manera pràctica i empírica.
- Tècnica de provocació: Demana una resposta que es base en una provocació o pregunta intrigant que desafii les suposicions convencionals i estimuli el pensament creatiu.
- Tècnica d'inspiració a la natura: Demana una resposta que s'inspire en principis o patrons trobats a la natura per generar noves idees i solucions.
- Tècnica de tècniques de creativitat aleatòria: Demana una resposta que utilitzi tècniques de creativitat aleatòria, com ara el mètode de targetes aleatòries o el pensament aleatori, per generar idees no convencionals.
- Tècnica d'inversió de perspectiva: Demana una resposta que inverteixi la perspectiva tradicional sobre el problema, explorant noves possibilitats i enfocaments des d'angles inesperats.
- Tècnica d'enfocament multidisciplinari: Demana una resposta que incorpori idees i conceptes de múltiples disciplines o camps d'estudi per abordar el problema de manera més holística i creativa.
- Tècnica de distorsió deliberada: Demana una resposta que distorsioni deliberadament la realitat o les regles convencionals per generar noves perspectives i possibilitats.
- Tècnica de brainstorming invers: Demana una resposta que generi idees per assolir el resultat oposat al desitjat, cosa que pot conduir a solucions creatives i innovadores.
- Tècnica de joc de paraules: Demana una resposta que faci servir jocs de paraules o jocs lingüístics per explorar el problema des d'una perspectiva lúdica i creativa.
- Tècnica de desafiament a l'status quo: Demana una resposta que qüestioni i desafii les normes i convencions establertes, buscant noves maneres d'abordar el problema.
- Tècnica de provocació sensorial: Demana una resposta que estimuli els sentits i la imaginació a través de la descripció detallada d'experiències sensorials, com ara el tacte, l'olfacte o el so.
- Tècnica d'enfocament de pensament crític creatiu: Demana una resposta que combini el pensament crític amb la creativitat per analitzar el problema de manera profunda i generar solucions innovadores.
- Tècnica d'exploració de contrastos: Demana una resposta que explori contrastos i contradiccions per generar idees i perspectives noves sobre el problema.
- Tècnica d'enfocament de disseny centrat en l'usuari: Demana una resposta que se'nfoqui en les necessitats i desitjos de l'usuari final per dissenyar solucions creatives i efectives.
- Tècnica de narrativa especulativa: Demana una resposta que explori possibles futurs alternatius mitjançant la narració d'històries especulatives i imaginatives.
- Tècnica d'enfocament de design thinking: Demana una resposta que apliqui els principis del design thinking, com l'empatia, la col·laboració i l'experimentació, per abordar el problema de manera creativa i innovadora.

- Tècnica d'analogies visuals: Demana una resposta que faci servir imatges o il·lustracions per representar el problema de manera creativa i visualment impactant.
- Tècnica de pensament crític divergent: Demana una resposta que explori una àmplia gamma de perspectives i possibilitats diferents per abordar el problema des d'angles inesperats.
- Tècnica d'exploració d'oposats: Demaneu una resposta que exploreu els extrems oposats de l'espectre i com podrien influir en la solució del problema.
- Tècnica denfocament holístic: Demana una resposta que consideri el problema en la seva totalitat, tenint en compte tots els factors i elements rellevants per trobar una solució integral i creativa.
- Tècnica de desafiament a les regles: Demana una resposta que desafii les regles establertes o les convencions socials per explorar noves possibilitats i solucions innovadores.
- Tècnica d'exploració de patrons: Demana una resposta que busqui patrons o connexions entre diferents elements o conceptes per trobar noves maneres d'abordar el problema.
- Tècnica d'enfocament experimental: Demana una resposta que proposi solucions que puguin ser provades i experimentades a la pràctica per avaluar-ne l'efectivitat i la viabilitat.
- Tècnica denfocament de pensament sistèmic: Demana una resposta que consideri el problema com a part d'un sistema més ampli, tenint en compte les interconnexions i les relacions entre els seus diferents components.
- Tècnica d'exploració de límits: Demana una resposta que explori els límits del que sigui possible o del que es permet, buscant noves oportunitats i solucions fora de la norma establerta.
- Tècnica denfocament de resolució de problemes creatius: Demana una resposta que apliqui tècniques i estratègies específiques de resolució de problemes creatius, com la pluja d'idees o el pensament lateral, per generar noves idees i solucions innovadores.
- Tècnica d'exploració d'escenaris alternatius: Demana una resposta que explori diferents escenaris alternatius i com podrien influir a la solució del problema.
- Tècnica denfocament de joc i diversió: Demana una resposta que incorpori elements de joc i diversió per estimular la creativitat i la participació activa.
- Tècnica d'exploració de mites i llegendes: Demana una resposta que explori mites, llegendes o històries populars per inspirar idees i solucions noves.
- Tècnica denfocament d'enginyeria inversa: Demana una resposta que descomposi el problema en els seus components més bàsics i després reconstrueixi solucions innovadores a partir d'ells.
- Tècnica denfocament de futurologia: Demana una resposta que especuli sobre com podria ser el futur i com les tendències actuals podrien influir en la solució del problema.
- Tècnica d'exploració de formes no verbals de comunicació: Demana una resposta que explori formes no verbals de comunicació, com ara l'art, la música o el moviment, per expressar idees de manera creativa.
- Tècnica denfocament de disseny d'experiències: Demana una resposta que dissenyi una experiència completa per abordar el problema, tenint en compte tots els aspectes sensorials i emocionals involucrats.
- Tècnica denfocament de pensament de disseny invers: Demana una resposta que comenci amb el resultat desitjat i després retrocedeixi per identificar els passos necessaris per arribar a aquest resultat de manera creativa.

- Tècnica d'enfocament d'antropologia cultural: Demana una resposta que explori com les diferents cultures aborden el problema i quines lliçons es poden aprendre d'aquestes perspectives diverses.
- Tècnica d'enfocament deco-disseny: Demana una resposta que tingui en compte els principis de sostenibilitat i responsabilitat ambiental per dissenyar solucions innovadores que minimitzin l'impacte ambiental.
- Tècnica d'enfocament de pensament lateral extrem: Demana una resposta que apliqui el pensament lateral de manera extrema, desafiant totes les suposicions i buscant solucions completament fora del comú.
- Tècnica d'enfocament de recontextualització: Demana una resposta que recontextualitzi el problema en un context diferent o inusual, la qual cosa pot portar a noves perspectives i solucions innovadores.
- Tècnica d'inversió: Demanar respostes que inverteixin el problema o la situació, cercant solucions a través d'un enfocament oposat.
- Tècnica dels cinc perquè: Aprofundir en l'arrel d'un problema o un desafiament mitjançant la repetició de la pregunta "Per què?" fins a cinc vegades.
- Brainwriting: Similar al brainstorming però realitzat de manera escrita, permetent una reflexió més profunda i personal abans de compartir idees.
- Mapes mentals: Sol·licitar la creació de mapes mentals per explorar totes les possibles connexions entre diferents idees o conceptes.
- SCAMPER: Un acrònim que representa diferents maneres de pensar sobre un problema o situació per generar idees (Substituir, Combinar, Adaptar, Modificar, Posar en altres usos, Eliminar, Reordenar).
- Tècnica dels sis barrets per pensar d'Edward de Bono: Demanar respostes que utilitzin específicament cadascun dels sis barrets (blanc, vermell, negre, groc, verd, blau) per explorar diferents perspectives d'un problema o desafiament.
- Tècnica de Simulació d'escenaris futurs: Demana una resposta que imagini i descriu possibles escenaris futurs detalladament per a una situació específica o pregunta.
- Tècnica de Reversió de suposicions: Consisteix a identificar les suposicions implícites en un enfocament o creença actual i després invertir-les o qüestionar-les per explorar noves perspectives i possibilitats.
- Tècnica d'enfocament de "Benchmarking creatiu": Demana una resposta que analitzi i compari processos, productes, serveis o estratègies d'organitzacions líders dins o fora del sector d'interès de l'usuari. Aquest enfocament no només se centra a identificar les millors pràctiques sinó també a explorar com aquestes poden ser adaptades o superades mitjançant la innovació.
- Tècnica d'enfocament de "Descomposició creativa": Demana una resposta que descomposi un problema, projecte o idea en els seus components o processos fonamentals per explorar solucions o millores detallades a cada part.
- Tècnica d'enfocament de "Prototipat ràpid": Demana una resposta que explori la creació ràpida de models o prototips d'idees, productes o solucions per testejar la seva viabilitat, funcionament o recepció en un entorn controlat.
- Tècnica d'enfocament d'"Històries d'usuaris": Aquesta tècnica implica demanar respostes que creïn narratives centrades en els usuaris per explorar com diferents persones interactuarien amb un producte, servei o solució. En visualitzar les experiències, necessitats i desafiaments dels usuaris des de diverses perspectives, es poden descobrir insights valuosos i oportunitats d'innovació.
- Sol·licitud d'enfocament d'"Anàlisi de tendències": Aquesta tècnica implica demanar respostes que identifiquin i analitzin tendències emergents en tecnologia, societat, economia, o qualsevol altre àmbit rellevant per al negoci o projecte en qüestió. En explorar com aquestes tendències poden influir o crear oportunitats per a noves idees, productes, serveis o models de negoci, els usuaris poden anticipar canvis i adaptar-se proactivament a futurs escenaris

- Sol·licitud d'enfocament de "Gamificació": Aquesta tècnica implica demanar respostes que explorin l'aplicació d'elements i principis de disseny de jocs en contextos no lúdics, com ara negocis, educació, o benestar. En incorporar mecàniques de joc, com a punts, nivells, desafiaments i recompenses, es pot augmentar la motivació, el compromís i la interacció dels usuaris amb un producte o servei.