SCHEDA OPERATIVA

Visualization

Finalità

Individuare soluzioni creative ai problemi.

Descrizione della tecnica

Poiché la mente sembra reagire molto più creativamente alle immagini piuttosto che alle parole, questa tecnica considera la possibilità di utilizzare la visualizzazione come metodo per stimolare l'individuazione di soluzioni creative. È sufficiente chiudere gli occhi e visualizzare il problema da risolvere e pensare a soluzioni possibili a ciò che si visualizza.

Materiali

Un luogo rilassato in cui potersi concentrare in silenzio.