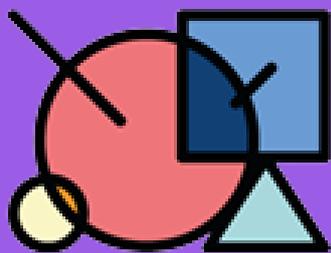




# MICRO TAREA



# S4B



**Nota para el usuario:** Después de familiarizarse con cada píldora de vídeo, el usuario tendrá la oportunidad de realizar varias tareas/actividades/juegos para practicar y seguir desarrollando la habilidad respectiva.

## Innovación

### Soluciones no convencionales

### MICRO TAREA 3

#### 01 ¿Cuáles son los objetivos de la tarea?



El objetivo principal de la microtarea "Soluciones no convencionales" es desarrollar un enfoque innovador y abierto de la resolución de problemas mediante la búsqueda de soluciones alternativas y creativas. Al participar en esta microtarea, aprenderá a romper con los patrones de pensamiento tradicionales, a aceptar la ambigüedad y a explorar diversas inspiraciones para abordar los retos con nuevas perspectivas.

#### 02 ¿Qué aprenderán los profesores?



##### Lo que aprenderás:

- **Romper con el pensamiento convencional** - Descubrirá cómo cuestionar sus ideas preconcebidas y planteamientos convencionales a la hora de abordar problemas. Esta habilidad es esencial para adaptarse a situaciones nuevas e inesperadas, tanto a nivel personal como profesional.



- **El valor de la resolución creativa de problemas** - A través de esta microtarea, comprenderás la importancia de la resolución creativa de problemas para encontrar soluciones únicas y eficaces. Adoptar la creatividad y la innovación puede conducir a avances y mejoras en diversos aspectos de la vida.
- **Técnicas para integrar ideas diversas** - Explorando inspiraciones de diversas fuentes, como la naturaleza, el arte o industrias no relacionadas, aprenderás a sintetizar ideas y conceptos diversos, dando lugar a soluciones innovadoras que pueden no haber sido evidentes utilizando métodos tradicionales.

## 03 Tareas y proceso



### Instrucciones:

#### **1. Identificar un problema o reto recurrente.**

Tómese un tiempo para reflexionar sobre su vida cotidiana, su trabajo o sus proyectos personales. Identifica un problema o reto recurrente con el que te encuentres regularmente.

#### **2. Establecer un objetivo para soluciones no convencionales.**

Comprométase a generar al menos tres soluciones no convencionales para el problema identificado. Permítase pensar con originalidad y acepte la posibilidad de explorar ideas poco convencionales.

#### **3. Aceptar la ambigüedad y evitar la autocensura.**

Durante el proceso de ideación, resiste la tentación de censurar o juzgar tus ideas antes de tiempo. Acepta la ambigüedad y deja que tu creatividad fluya libremente.

#### **4. Explore inspirations from various sources**

Busque inspiración en diversas fuentes, como la naturaleza, el arte, la ciencia o sectores no relacionados. Busca patrones o conceptos que puedan desencadenar soluciones únicas.



## 5. Documente sus soluciones no convencionales.

Escriba detalladamente sus ideas y conceptos no convencionales. Toma nota de en qué se diferencian de los enfoques tradicionales y de su impacto potencial en el problema identificado..

## 6. Selecciona e implementa una solución

Revisa las soluciones no convencionales que has generado y selecciona una que destaque o resuene contigo. Implementa la solución elegida y ponla en marcha.

## 7. Reflexiona en los resultados

Tras aplicar la solución elegida, tómate su tiempo para reflexionar sobre los resultados. Piense en la comparación entre el enfoque no convencional y los métodos tradicionales y en lo que ha aprendido de la experiencia.

**He aquí algunos ejemplos de problemas que requieren soluciones poco convencionales para ilustrar el concepto de microtarea:**

### **Problema: dificultad para despertarse temprano**

- *Solución poco convencional 1:* Instala una cafetera automática que prepare una taza de café recién hecho junto a la cama a la hora deseada.
- *Solución no convencional 2:* Crea una lista de reproducción matutina con música energizante que vaya aumentando gradualmente para despertarte suavemente.
- *Solución poco convencional 3:* Coloca el despertador al otro lado de la habitación y ponlo a reproducir tus discursos motivadores favoritos.

### **Problema: abrumado por las tareas cotidianas.**

- *Solución poco convencional 1:* Cree un "menú de tareas" con diferentes categorías de tareas, como aperitivos, platos principales y postres. Realiza tareas de distintas categorías a lo largo del día para añadir variedad y reducir la monotonía.



- *Solución no convencional 2:* Utiliza un temporizador y establece una sesión de trabajo de 25 minutos seguida de una "pausa creativa" de 5 minutos para garabatear o soñar despierto. Repite este ciclo para mantener la concentración y la claridad mental.
- *Solución no convencional 3:* delega tareas en "asistentes virtuales" imaginarios, asignando personalidades y especialidades a cada uno para que el proceso resulte más atractivo y entretenido.

### **Problema: procrastinación frecuente.**

- *Solución poco convencional 1:* Designa una "Zona de Procrastinación" en tu casa donde puedas procrastinar libremente sin sentirte culpable. Cuando hayas descansado, vete a la "Zona de productividad" para trabajar.
- *Solución poco convencional 2:* Adopta la "Regla de los cinco minutos", por la que te comprometes a trabajar en una tarea durante sólo cinco minutos. A menudo, lo más difícil es empezar, y puede que una vez que empieces te des cuenta de que es natural continuar.
- *Solución poco convencional 3:* Crea una "lista de reproducción de la procrastinación" con tus canciones favoritas que puedas escuchar sólo mientras trabajas. La anticipación de escuchar tu música favorita te motivará para empezar las tareas con prontitud.

### **Problema: dificultad para recordar nombres.**

- *Solución poco convencional 1:* Asocie cada nombre a una característica o historia única. Por ejemplo, si conoces a alguien que se llama Lily, imagínatela con un ramo de lirios en la mano.
- *Solución poco convencional 2:* Convierte el recuerdo de nombres en un juego creando pruebas mentales para ti mismo, intentando recordar los nombres de las personas que has conocido antes.
- *Solución poco convencional 3:* Utiliza rimas o juegos de palabras para relacionar nombres con frases memorables. Por ejemplo, si conoces a alguien llamado Sam, piensa en "Sam el de la gran sonrisa".