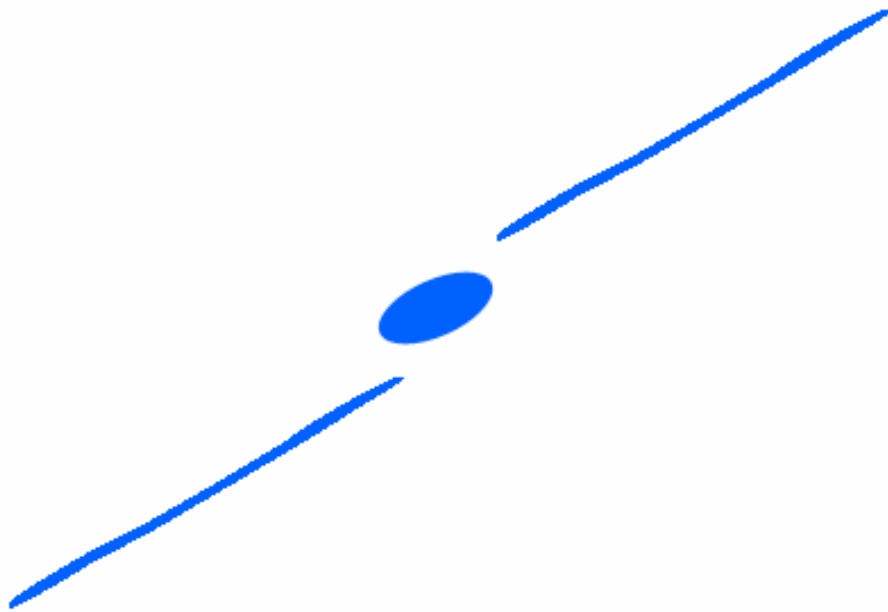


La créativité par la pratique



Stimulation de la créativité

Le domaine qu'est la créativité s'est beaucoup enrichi durant ces dernières années et continuera à s'enrichir dans les années qui viennent. Le lecteur trouvera ici une sorte de point de départ à partir duquel il pourra explorer des directions nouvelles.

L'objectif premier de ces notes, essentiellement pratique, est de faire le point sur les principales sources référencées dans le domaine de la créativité. La littérature à ce sujet est très grande et au delà de ma capacité de lire et d'intégrer. Ce texte est donc une réflexion de ce que j'ai pu saisir. Vous pouvez compléter votre information en consultant un des nombreux livres sur le sujet (voir bibliographie)

L'objectif second est de vous donner un maximum d'outils pour pouvoir pratiquer rapidement, seul ou en groupe, la créativité.

Bienvenue en créativité.



Dr Eric Lardinois
Maître de Conférences à la Polytechnique de Mons
Chargé de cours à l'Université Paris 13

La créativité est le plaisir de jouer avec les idées, de taquiner la réalité, d'imaginer un autre monde : **le vôtre.**

La créativité, c'est quoi ?

Bien que le mot est assez récent (~ 40 ans), la créativité est aussi vieille que l'humanité. La créativité est une aptitude humaine. C'est l'aptitude à produire du nouveau. La créativité est simplement la production d'idées nouvelles et appropriées qui concerne n'importe quel domaine de l'activité humaine, allant de la science à l'art, en passant par l'éducation, les affaires et la vie quotidienne. Ces idées doivent être originales - différentes de ce qui a déjà été fait - mais elles ne peuvent pas être simplement bizarres; elles doivent être appropriées aux problèmes et aux occasions qui se présentent.

La pratique de la créativité n'est pas exceptionnelle : tous les jours, nous produisons du nouveau (nouvel itinéraire, nouvelle recette de cuisine, nouveau comportement), tous les jours nous faisons de la créativité, mais plus ou moins, suivant les circonstances, plus ou moins suivant les personnes.

De tout temps, l'homme a utilisé cette aptitude pour produire des idées nouvelles face à un problème qui se trouvait face à lui.

La créativité est un puissant moyen d'adaptation, une source essentielle de progrès et de développement dans tous les domaines.

La créativité, c'est l'art de se poser des problèmes et de leur proposer des solutions.

La créativité consiste à produire des solutions originales et efficaces à un problème préalablement bien posé.

A quoi ça sert ?

Il convient en effet de distinguer l'aspect « utilitaire » de la créativité, utilisée pour répondre à une nécessité, d'un autre aspect plus ludique, spontané, lui aussi inhérent à la nature humaine. Car l'être humain est aussi par nature curieux, découvreur, réalisateur : il ne crée pas uniquement par nécessité, mais aussi « pour le plaisir », de façon spontanée.

Un jour, il y a bien longtemps, un homme a eu l'envie de cueillir quelques fleurs et d'en faire un bouquet... Ce n'était pas là une réponse à un problème devant être impérativement surmonté ; il n'y avait pas dans le fait de cueillir des fleurs une véritable nécessité d'adaptation. Cet être agissait pour son propre plaisir, peut-être aussi pour celui de son entourage...

Nous mettons là le doigt sur un aspect important de la créativité : pour chacun d'entre nous, créer est quelque chose de naturel, spontané, et apporte en soi du plaisir, concourant ainsi au bonheur de celui qui crée.

En résumé, il y a donc une créativité de type « utilitaire », destinée à résoudre des problèmes en tous genres, et une créativité de type « gratuite », ayant pour but premier l'expression de soi, le plaisir et l'épanouissement qui en découlent.

La créativité, source d'idées, n'est qu'un début. C'est la première étape du processus d'innovation, qui correspond à la mise en œuvre de ces idées nouvelles et appropriées.

L'innovation, c'est un processus qui consiste à introduire sur le marché, dans une technique, dans un mode de vie, une façon de faire nouvelle, un produit, une **idée**. On ne peut innover sans avoir à la base une idée.

La créativité fait partie du processus d'innovation.

La naissance d'une idée

L'idée naît d'un choc fortuit entre un problème et un stimulant extérieur à ce problème. Invention et création ne naissent jamais de rien. Elles consistent toujours dans la restructuration, la recomposition, la réorganisation d'éléments ressortissant de réalités préexistantes.

$$\text{A} + \text{B} \rightarrow \text{C}$$

BISOCIATION

A. Koestler *Le cri d'Archimède.*

Dans A, on identifiera selon le cas un problème, une insatisfaction, une attente, une difficulté, une préoccupation, une anomalie, une gêne, un danger, un besoin, une frustration, un point faible, ou une question tout simplement, etc.

Comment ça marche ?

Le cerveau est le centre de toute notre activité intellectuelle. A ce titre, il est la composante fondamentale de la créativité. Pour comprendre comment stimuler la créativité, il faut comprendre le processus de formation d'une idée dans notre cerveau.

Au début des années 60, le biologiste californien Roger Sperry étudie 16 patients dont le corps calleux avait été sectionné pour des raisons médicales. Dans une suite d'expériences et de démonstrations, il prouve de manière irrévocable que les hémisphères sont spécialisés. Selon le docteur Roger Sperry, qui a reçu le prix Nobel de physiologie et médecine en 1978 pour cette découverte :

- l'hémisphère gauche est le domaine du langage, de la parole, de l'écriture. Il est le siège privilégié de la rationalité, le centre de la pensée analytique, logique et symbolique. Il permet de quantifier, de décomposer un problème, en procédant méthodiquement, de façon linéaire et séquentielle. Il dissèque l'information dans tous ses détails et fait une chose à la fois. L'hémisphère gauche gouverne la pensée logique et abstraite. Il est le siège de l'analyse, de la rigueur et de la recherche des causes et des effets.
- l'hémisphère droit est le centre de la pensée analogique et globale, de l'intuition et de l'imagination. Il voit les informations dans leur ensemble, les traite simultanément et en fait la synthèse. Il voit les liens entre les choses, associe et crée de nouvelles structures imaginaires. Son mode d'approche n'est pas verbal mais visuel, spatial et concret. Le droit saisit le monde dans sa richesse et sa variété. Il cherche des structures et intègre les composantes et les organise en un tout.

Hémisphère cérébral gauche	Hémisphère cérébral droit
- Analyse - Raisonnement - Recherche des causes et des effets - Prise de décision - Sensations corporelles - Pensée logique - Pensée abstraite - Esprit mathématique - Langage : mots, chiffres, musique - Verbal - Traitement en séquences, en série - Linéarité - Progressivité temporelle	- Synthèse - Intuition - Recherche des structures et des relations - Esthétique - Recherche des gestalts (des formes) - Pensée concrète - Globalité - Analogies - Spatial - Visuel - Traitement simultané - Instantanéité - Intègre les parties en un tout

Bien qu'ayant des spécialisations différentes, les deux hémisphères fonctionnent en interaction, se complètent et se contrôlent mutuellement, chacun d'entre eux apportant une appréhension différente de la réalité.

Le créatif doit tirer profit de cette interaction. L'idée créative n'est pas, en effet, qu'une idée originale, neuve; c'est aussi une idée utile qui va permettre de générer des effets mesurables.

Si les différentes zones du cerveau sont identifiées, il reste encore à mettre au point le processus de naissance d'une idée. C'est le processus créatif, le processus de création d'une idée nouvelle.

On peut donc séparer le cerveau en deux zones (droite et gauche) qui définissent deux méthodes traditionnelles d'approche d'un problème. Ce qui permet d'avoir deux méthodes pour aborder un problème. La première méthode est mathématique, rationnelle. Elle est *convergente* car elle se centre sur le problème et la découverte de la solution par raisonnement logique. La seconde méthode est plus intuitive, irrationnelle. Elle est *divergente* car elle s'éloigne du problème. La divergence est typique des enfants, des artistes. Elle se perd avec l'âge et la formation. La convergence provient de notre éducation scientifique et technique.

Sur un problème donné, la pensée convergente tente de raisonner, d'attaquer logiquement le problème. La pensée divergente tente de s'éloigner du problème, attaque le problème de manière plus irrationnelle. Si seule la pensée divergente est en exercice, il est plus que probable que la solution au problème ne soit jamais trouvée, en tout cas pas dans le monde physique (ex : peinture moderne). On obtient des solutions plus oniriques. Si seule la seconde méthode est utilisée, on s'attaque directement au problème, sans originalité (ex : résolution d'une équation second degré). Pour les problèmes plus complexes, il faut la conjonction des deux types de pensée (diverger pour inventer ; converger pour appliquer). Cependant il faut veiller à garder les deux modes séparés sinon les deux méthodes s'interfèrent. On appelle cela le principe de séparation.

Ce principe est le résultat fondamental de l'étude du cerveau humain. Toute méthode de créativité doit respecter ce principe. Toute réflexion organisée respecte également ce principe. C'est également un repère pour classer les méthodes de travail. On classe les méthodes sur le rapport (divergence/convergence). La peinture expressionniste serait 100% divergente. Tandis qu'une méthode comme le tableau de Mendeleïev est 100% convergente.

Modèle d'idéation de Wallis

Ce modèle décompose le processus en 4 phases distinctes :

■ Préparation

Étape pendant laquelle le **problème est défini** précisément. C'est essentiellement une **étape logique**, mais une étape indispensable pour la compréhension du problème.

■ Incubation

On *cogite*, le but de cette phase est de **se laisser pénétrer par le problème**. Plus exactement, on laisse la partie droite du cerveau s'exciter sur le problème. C'est l'étape préliminaire à la création proprement dite des idées. Il faut que **le problème soit emmagasiné par le côté droit**. Cette phase dépend énormément de la complexité du problème. Il se peut même que pour des problèmes assez complexes celle-ci soit impossible et le cerveau n'emmagasinera dès lors qu'une partie du problème.

■ Illumination

C'est la **phase de divergence**. La **partie droite du cerveau va générer des idées** dans toutes les directions. Cette phase est fortement dépendante des deux étapes précédentes. Toutes les idées seront générées sur base de la compréhension (phase 2) du problème (phase 1). Les idées sont émises sans aucun contrôle de leur logique.

On comprend dès lors que les méthodes de créativité ne devront pas seulement favoriser cette phase-ci directement. En fait améliorer les 2 premières phases améliore cette étape-ci naturellement.

■ Vérification

Cette phase valide les idées générées en phase d'illumination. Elle les compare avec les schémas logiques provenant de notre éducation. Le principe des méthodes de créativité sera de suspendre cette phase pour éviter qu'une idée originale soit évincée pour une question d'éducation, d'habitude, ... !

Le mode de pensée créatif peut être divisé en deux parties :

- La pensée divergente : habileté intellectuelle à penser à des idées originales, diverses et élaborées.
- La pensée convergente : habileté intellectuelle à évaluer de manière logique, à critiquer et à choisir la meilleure idée parmi toute une sélection d'idées.

La pensée créative n'est donc pas l'utilisation unique de l'imagination. Elle se distingue donc de cette aptitude qu'est l'imagination.

L'imagination est l'aptitude qui permet de s'éloigner de la réalité pour concevoir des fantaisies imaginaires, des rêveries, des fantasmes. L'imagination est l'ingrédient de base de la créativité. La créativité, c'est plutôt l'aptitude à transformer les fruits de l'imagination, qui sont personnels, en création, c'est-à-dire en signes, communicables aux autres : traces écrites (l'œuvre littéraire), traces graphiques (l'œuvre graphique ou plastique), traces sonores (musique), traces techniques (nouveaux produits), traces conceptuelles nouveaux concepts sociaux, mathématiques, philosophiques, etc...), signes comportementaux (nouvelles manières de vivre, nouveaux gestes, nouvelles danses, nouveaux langages), etc... Pour favoriser la créativité, il faut donc à la fois encourager l'imagination et apprendre à transformer cette imagination en production, en création, en innovation.

Et moi, suis-je créatif ?

Il ne faudrait pas penser que « trouver des solutions », « avoir des idées », « imaginer » soit réservé à quelques « génies » du domaine scientifique ou artistique, ou à des professionnels de la créativité tels que les publicitaires.

Nombreuses sont les personnes qui tendent à penser, et à dire « Je ne suis pas créatif », voulant en fait dire par là : « Je n'ai pas beaucoup d'idées ».

En réalité, nous avons tous un important potentiel de créativité, que nous n'exploitons que partiellement, mais qui est bel et bien à notre disposition.

Nous avons tous de grandes possibilités, que nous utilisons simplement trop peu la plupart du temps.

Contrairement à ce que certains prétendent :

- tout le monde a un potentiel créatif,
- celui-ci est indépendant du sexe de la personne, de son âge, de son quotient intellectuel, de son niveau d'instruction.

Autrement dit, quels que soient votre sexe, votre âge, votre niveau d'instruction, vous pouvez trouver de bonnes idées, des solutions originales à un problème.

Outre une certaine quantité d'informations et de connaissances stockées dans nos mémoires, l'imagination, l'inventivité, le sens de l'improvisation ou de l'anticipation sont des composantes de ce que nous appelons créativité. Nous disposons tous de ces différents éléments, et surtout, nous pouvons les développer par la pratique. Il nous suffit, pour exploiter au mieux notre potentiel créatif, d'acquérir par l'entraînement une certaine tournure d'esprit, et d'oser changer certaines de nos habitudes, de nous donner plus d'autorisations.

Retenons ce principe simple :

J'ai en moi toutes les ressources nécessaires pour créer

La créativité, c'est également un état d'esprit, une attitude intérieure, une veine d'or. C'est oser s'ouvrir à l'inconnu, au jamais vu, au jamais pensé.

Le secret : telle une éponge, profiter à 100% de son environnement

Sa matière première : la curiosité. Quelqu'un qui se nourrit d'informations très diverses a forcément plus de chances de créer du neuf

Cela demande des efforts. Mais on y gagne un bien inestimable : une meilleure connaissance de soi car on rentre en contact avec son être profond. Renouer avec ses émotions, ses sensations, son intuition, son histoire... les techniques de créativité n'ont pas d'autre objectif.

C'est une disposition intérieure, accessible à tous.

Mais il faut avoir la volonté de créer, d'écouter ses intuitions, de s'imprégner des tendances, savoir écouter et ne pas hésiter à proposer des alternatives.

Créer c'est porter un regard critique sur ce qui nous entoure, pour faire mieux, plus facile, plus simple, plus économique, et dans un souci constant d'efficacité.

Créer suppose d'avoir confiance en soi et travailler avec différentes méthodes sur des idées nombreuses. Ne soyez jamais humble lorsque vous créez, visez l'impossible et arrangez-vous pour le rendre possible.

Pour créer, il ne s'agit pas d'apprendre à avoir des idées (elles proviennent naturellement de votre imagination), mais de développer des méthodes efficaces pour produire ces idées. Trouver des idées est si facile. Trouver des idées est une tâche qui est vraiment à la portée de tous. Nous avons tous des idées qui proviennent du fruit de notre imagination, et plus on y fait appel, plus celle-ci se développe. Nous ne possédons pas de « capital imagination », les réserves sont donc inépuisables. En effet, les travaux de l'UCLAS'S Brain Research Institut montrent que la capacité créative du cerveau humain est pratiquement sans limite.

Mais produire des idées dans le but de développer de nouveaux produits suppose de savoir ce que l'on souhaite créer, et d'orienter sa réflexion avec méthode.

Etre créatif c'est :

- se ménager le temps de diverger, de rêver, de s'éloigner des données contraignantes du problème à résoudre pour y revenir ensuite enrichi,
- considérer que chaque problème admet un grand nombre de solutions et que la moisson du plus grand nombre de solutions possibles accroît la probabilité d'apparition de la solution la mieux adaptée,
- accepter de ne pas rejeter à priori une idée même si elle paraît totalement inadaptée au problème posé,
- aller voir ailleurs si la solution ne s'y trouve pas,
- ne pas refuser de soumettre le problème à d'autres, à des profanes qui le regarderont d'un œil neuf et l'éclaireront de leur candeur.

Pourquoi donc ce potentiel est-il si peu utilisé ? Car certains de nos acquis et aussi certaines de nos tendances naturelles se présentent comme autant d'obstacles à cette utilisation. Mais il est important de souligner que tous ces obstacles peuvent être surmontés.

Effectivement, il existe des freins à la créativité : produire du nouveau consomme de l'énergie, c'est fatigant, parfois angoissant, (pourquoi changer, c'est si confortable de faire pareil) ; l'habitude, les comportements répétitifs, la copie, l'obéissance aux maîtres, la reproduction ; la peur du risque (si je me trompe que va-t-il se passer, que va-t-on penser de moi ?). Il existe également un frein lié au manque d'entraînement à la créativité, à l'ignorance des méthodes qui facilitent la production de nouveau, à l'absence d'encouragement de cette aptitude (dans la famille, à l'école, dans la société).

La formation à la créativité a pour fonction de développer l'aptitude naturelle à produire du nouveau (comme la gymnastique a pour fonction de développer certains muscles), d'entraîner à lever les freins, d'apprendre à organiser les conditions favorables à l'expression des innovations.

Les freins, les blocages à la pensée et au comportement créatif

Freins relatifs au cerveau gauche

- Crainte de commettre une erreur,
 - Arrêt sur la première solution,
 - Difficulté de changer de modèle de pensée,
 - Utilisation systématique du « non » critique,
 - Trop grande foi dans les statistiques, dans le passé,
 - Trop grande foi dans la logique,
 - Incapacité de se relaxer, à incuber,
 - Incapacité à se mettre en contact avec tous ses sens.
-
- Peur de se détendre,
 - Sécurité du connu,
 - Croyance que rêver est enfantin,
 - Fixation sur le côté pratique et/ou économique,
 - Difficultés à percevoir les relations inhabituelles entre les choses,
 - Croyance « je ne suis pas créatif »,
 - Croyance que réfléchir est une perte de temps,
 - Croyance qu'agir vaut mieux que réfléchir,
 - Peur du travail en groupe.

Freins relatifs au cerveau droit

- Tendance du tout ou rien,
 - Présentation de pseudo-solutions à un problème mal défini,
 - Difficultés de distinguer faits et problèmes,
 - Difficultés de distinguer la cause de l'effet,
 - Difficultés de voir un problème en sous problèmes,
 - Manque de ressorts pour passer à l'action.
-
- Peur de passer pour un farfelu,
 - Peur d'être mis de côté,
 - Dépendance à l'égard des autres,
 - Désir d'appartenance, de conformisme,
 - Crainte et méfiance vis-à-vis des supérieurs,
 - Croyance qu'il est inconvenant de douter de tout.

Aller au-delà les obstacles

Tous ces freins sont appliqués le plus souvent de manière inconsciente ; le fait de les rendre conscients permet en lui-même de les surmonter dans bon nombre de cas. Le plus grand défi que nous ayons à relever, c'est d'aller au-delà de ce que nous croyons possible et non d'accomplir car la plupart des obstacles à la créativité sont en nous.

Les techniques de créativité

Pourquoi des techniques ? N'est-ce pas un paradoxe que de partir dans l'irrationnel avec des "techniques", des "méthodes", qui sont par définition des conduites mentales rigides, organisées; n'est-ce pas remplacer une structure ancienne par une nouvelle, tout aussi contraignante; n'est-ce pas un empêchement au rêve, à l'association libre, à l'éloignement vers l'imaginaire? La réponse se situe à différents niveaux.

a) Les techniques ont déjà une utilité négative.

Celle de détruire la cohérence du problème. Elles ont une fonction de démolition avant d'être des techniques de construction. Le fait de prendre toutes les fonctions d'un objet par exemple, et de les considérer "à l'envers" (si le four refroidissait, si le cendrier jetait les cendres) ou de supprimer, un à un, tous les éléments (si l'ordinateur n'avait pas de clavier, de souris, de disque dur, etc.) désarticule, dynamite l'enchaînement des choses. Elles sont des instruments de déformation d'un réel tellement lourd, solide, plombé par l'habitude, qu'on ne le remet jamais en cause.

b) Elles sont des instruments de formation.

On ne prend pas si facilement l'habitude de penser à côté, on ne perd pas si facilement l'habitude de raisonner. Les techniques sont un entraînement méthodique semblable à celui des sportifs avant le départ.

c) Elles ont une fonction de support.

Partir à la recherche de stimulus "utiles", des inducteurs dans le champ infini des informations potentielles est a priori presque impossible, et en tout cas angoissant. Les techniques fournissent un support. Elles mettent "en prise", elles relancent au moment où l'on est "à sec". Elles sécurisent.

A l'origine, elles proviennent de l'observation attentive de la démarche des créateurs. Comment font-ils ? Essayons de faire comme eux. Elles sont construites autour du mode de pensée créative. Leur structure repose sur le principe de divergence/convergence. Elles permettent de s'éloigner du problème pour y revenir avec d'autres informations.

Les différents moments de la créativité en groupe

On passera successivement par sept phases.

Phase 1 : la formulation du problème (entrer dans l'univers du problème)

Chercher des idées, c'est savoir d'abord quel est le problème à résoudre. C'est évident et pourtant que de groupes se sont perdus dans les méandres de l'imagination sans s'en sortir ou sans trouver de réponse à des problèmes mal définis, mal délimités. Que cherche le groupe exactement, quel objectif atteindre, quelles sont les contraintes ?

La formulation peut servir à remettre en cause le problème. Est-ce réellement cela notre problème ?? Ayez un sens critique face au problème. Est-ce le bon problème ? Pour vous y aider pratiquer la techniques des 5 pourquoi (demandez pourquoi et refaite cette demande 4 nouvelle fois en fonction des réponses reçues).

La formulation précise du problème, c'est-à-dire l'inventaire le plus exhaustif possible de toutes les informations s'y rapportant débouchant sur l'établissement du cahier des charges. Il s'agit d'arriver à des formulations précises des questions posées autour des problèmes. Elles seront abordées par les résultats attendus : en fixant une destination et des attentes à satisfaire. Vous pouvez utiliser les techniques QQQOCCP ou CETOCSIC pour aborder le problème sous tous ses angles :

QQQOCCP : Convient pour tous les sujets (y compris dans la vie quotidienne) que ce soit l'analyse d'une image.

Il suffit de se poser les 7 questions et débroussailler le terrain à partir des mots-clés du sujet (on peut procéder en étoile avec mots-clés au centre). Ensuite, il faut construire la réflexion (2^{ème} étape), en illustrant ses propos par des exemples qui peuvent être puisé dans le réel (actualité, médias, histoire, linguistique...) et dans la fiction (littérature, cinéma, théâtre...)

Q : qui (renvoie aux personnes)

Q : quoi (renvoie aux choses aux définitions)

Q : quand (renvoie à la notion de durée, de chronologie)

O : où (renvoie aux lieux, au cadre)

C : combien (renvoie aux quantités et aux questions pécuniaires)

C : comment (renvoie aux méthodes, à la manière aux moyens, aux outils)

P : pourquoi (renvoie aux causes (parce que...) et au but (pour))

CETOCSIC : Permet d'envisager 8 différents aspects d'un même problème, à utiliser pour des sujets qui mobilisent des connaissances de plusieurs disciplines, en s'assurant qu'aucun aspect essentiel n'a été oublié.

C : contextuels (environnement physique et humain des activités...)

E : économiques (finances, placements, circulation argents, investissements...)

T : techniques (procédés, moyens, méthodes, machines, outils...)

O : organisationnels (structure, répartition des tâches, autorité...)

C : commerciaux (clients, marketing, produits, quantité, qualité...)

S : sociaux (individus, groupes, institutions...)

I : individuels (psychologie, connaissances, aptitudes, motivations...)

C : communicationnels (circulation de l'information, relations...)

Assurez-vous de la pertinence des informations servant à la formulation du problème et à la caractérisation de la situation que le commanditaire se propose d'atteindre. Durant cette phase, il faut se donner le temps de bien comprendre le problème, bien l'assimiler, poser des questions afin de clarifier la demande, ...

Phase 2 : la reformulation

La reformulation conjointe du problème et du cahier des charges qui consiste dans la « traduction » du problème, souvent formulé en langage d'expert, dans le langage du groupe qui peut être constitué de profanes.

Astuce : vous pouvez traduire votre problème pour qu'il soit compréhensible par un enfant. Chaque mot, expression, ... doit être exprimée sans ambiguïté. Tout le monde même les non experts (les enfants) pourront comprendre de quoi on parle, où on va. Après la reformulation, faites valider le nouvel intitulé du problème par le commanditaire, le demandeur afin qu'il puisse enrichir ou recadrer le travail.

Phase 3 : l'imprégnation.

Elle remplace l'incubation individuelle et vient hâter en la forçant, celle du groupe. Si la phase précédente (reformulation conjointe) consistait en une « retraduction » du problème dans le langage rationnel du groupe, celle-ci possède pour objectif sa traduction dans un langage plus affectif, irrationnel. Elle permet d'entrer dans le problème par « l'autre porte », elle vise la prise en charge affective du problème par le groupe de recherche. Elle est destinée d'une part à générer de l'énergie pour la résolution, d'autre part à créer une « obsession », cette « névrose » qui se résoudra dans la démarche de recherche.

Astuces : la technique « *Et si ...* » et si le problème était un verbe, lequel serait-il et pourquoi ? Et si le problème était une chanson, laquelle serait-elle et pourquoi ? Et si ...

Autre technique « *changez de lunettes* », abordez le problème avec les lunettes d'un autre (autre point de vue, autre angle de vision). Exemples avec les lunettes d'un Japonais de 35 ans, d'un photographe amateur, d'un journaliste de télévision, d'une hôtesse d'accueil,...

Phase 4 : la purge ou l'élimination des premières solutions.

Cette phase consiste dans un « brainstorming sauvage » destiné à formuler les premières solutions qui apparaissent à la suite de cette première confrontation du rationnel et de l'imaginaire, et ainsi à éviter « l'effet de rideau » provoqué par l'apparition de ces premières solutions chez les participants.

En début de séance, faire exprimer par le groupe de façon « sauvage » toutes les idées qu'il peut avoir sur le sujet. On ne cherche pas des solutions nouvelles mais on essaye de vider le stock d'idées connues qui pourraient perturber la phase créative. Il faut conserver ces idées. Il faut veiller à ce que tout le monde puisse s'exprimer.

Cette étape a pour but d'éviter d'être, dès le départ, imperméable à l'apparition d'autres solutions tant il est vrai que l'on a tendance à se "bloquer" sur les premiers embryons de solutions et à les considérer comme pertinents alors qu'ils ne font généralement que reproduire nos schémas de pensées habituels.

Phase 5 : la divergence.

C'est la phase de stimulation à proprement parler. Elle consiste dans la recherche d'évocations, d'images, de symboles, de stimuli, dont les rapports avec le problème peuvent paraître extrêmement ténus.

C'est à ce niveau que les techniques de stimulation de la créativité (recherches du pas de côté, dérapage contrôlé de la pensée...) sont utilisées. L'objectif étant d'aller chercher des stimuli, des inducteurs. C'est-à-dire un déclencheur de solutions, relié au problème par un "rapport d'ordre lointain", situé dans un domaine hétérogène au champ du problème, non pas forcément très éloigné, peut-être analogique, associé par la parole, associé par un lien subjectif, par un lien inconscient, qu'importe, pourvu qu'il soit "à côté".

Ce qui suppose, si l'on veut accroître les chances, de multiplier la liste des champs parallèles, de multiplier la quantité d'informations potentielles parmi lesquelles on puisse puiser.

Il existe une multitude de techniques de créativité. Elles se regroupent par famille :

- Les techniques aléatoires,
- Les techniques analogiques,
- Les techniques d'altération,
- Les techniques oniriques,
- Les techniques combinatoires.

Phase 6 : le croisement (ou bisociation).

C'est la principale phase de production d'idées à proprement parler.

Le croisement consiste dans la mise en relation successive et systématique de chacun des matériaux évoqués lors de la phase de divergence avec la formulation du problème. Il s'agit donc là du décodage de la production symbolique précédente (divergence) en termes de pistes de solutions. C'est une espèce de forçage de la mise en relation, phase d'effort extrêmement consommatrice d'énergie.

Le but étant de trouver un rapport entre ces inducteurs et le problème afin de faire émerger une solution ou une piste de solution.

Phase 7 : la mise en forme des idées et l'évaluation des solutions.

Elle comporte un premier temps de formulation des solutions possibles et un second temps de confrontation de ces solutions au cahier des charges, établi dès avant la recherche proprement dite.

Il est fréquent et en un sens rassurant et normal, qu'au cours d'une séance de créativité, on réinvente des choses qui existent déjà, soit qu'on les ignore, soit que l'idée arrive sous une forme si différente qu'on ne se rend pas compte tout de suite, qu'on a réinventé une chose bien connue. Peu importe que cela existe déjà. Ce qui vient d'être dit est un point de départ, non une arrivée, et puisque cela existe déjà, il faut faire autre chose de cette idée, la transformer et non pas couper les ailes à l'imagination en l'affabulant d'un nom.

Les idées recueillies lors des séances de production d'idées ne sont jamais ou très rarement parfaitement adaptées au problème de départ. C'est pourquoi, il est nécessaire de forcer la réponse à s'adapter à la question. Quitte à la retoucher, la réviser, la transformer.

Au sortir de la phase de croisement, on se trouve en présence d'idées en vrac, inarticulées entre elles, dont le seul lien est, qu'elles constituent des réponses partielles ou totales au problème posé. Il importe donc de rapprocher ces idées et de sélectionner celle qui sera mise en oeuvre.

Toutes les idées obtenues doivent être analysées dans le but d'en sélectionner une ou plusieurs qui sera mise en œuvre ou développée.

Comment faire ?

- Lister toutes les idées produites,
- Relier entre elles les idées qui peuvent l'être sous un "concept générique" c'est la méthode de clustering,
- Elaborer une grille de sélection des concepts ainsi obtenus en pondérant les critères de sélection (ex : difficulté de mise en place technique, légale... de la solution, originalité, crédibilité, coût, compatibilité avec l'image de la société...) Toutes les études utiles à l'évaluation des solutions devront avoir été réalisées même succinctement (faisabilité, recherche des contraintes...)

- Identifier les concepts génériques les mieux notés et les faire valider en termes de faisabilité par chaque direction métier susceptible de devoir les appliquer,
- Faire sélectionner par le commanditaire le concept générique satisfaisant au mieux au double critère "note/faisabilité".

Exemple de critères

Idée	1	2	3	4
Efficacité	Résout peu ou pas le problème	Résout une part du problème posé	Résout largement le problème posé	Répond parfaitement au problème posé.
Originalité	Proposition classique, évidente	Proposition inspirée de solution courante	Proposition en partie innovante	Proposition totalement inédite
Faisabilité	Parait très difficile à mettre en œuvre	Peu facile à concrétiser	Faisable en grande partie	Totalement réalisable.

Les différentes techniques de créativité

Attention, ce n'est pas la technique qui trouve des idées mais celui qui s'en sert.

Pour pouvoir obtenir un bon résultat, vous devez respecter 4 règles fondamentales. Elles sont issues des travaux d'Alex Osborn, le père du Brainstorming. Ces règles sont valables pour TOUTES les techniques de créativité.

C → la critique est abolie. L'expression concrète du non-jugement, c'est l'expression "pourquoi pas".

Si l'on marchait au plafond, pourquoi pas. Cela ne veut pas dire qu'on accepte cette proposition, mais qu'on suspend son jugement, le temps de jouer avec cette idée, pour peut-être en faire naître autre chose, un autre type de plafond, un autre type de chaussures, un autre type de maison, ou rien.

Q → la quantité est privilégiée. Plus vous aurez des idées, plus grande sera votre chance d'en avoir des originales. « Rien n'est plus dangereux que d'avoir une idée »

F → les idées farfelues sont les bienvenues. "Si une idée valait la peine d'être pensée, c'est qu'elle vaut la peine d'être dite." (Rickards et Moger, 1999)

D → démultiplier les idées. Au lieu de les critiquer, il est préférable de les enrichir. Même dans les idées qui paraissent les plus idiotes, les plus éloignées, ... il y a quelque chose de bon à prendre.

• Les techniques aléatoires

Leur finalité est de faire croiser des univers des champs de pensée normalement éloignés les uns des autres afin de créer des croisements originaux.

Ces méthodes s'appuient sur des stimulations aléatoires, destinées à provoquer et exploiter le hasard volontairement.

Elles utilisent des objets, des lettres ou des mots dits inducteurs tirés au sort dans des listes ou dans des dictionnaires et qui vont servir de base à des associations d'idées.

Les inducteurs proposés (images, mots, ...) servent à guider l'équipe pour aller au delà de la première solution ou de la solution la plus évidente.

Chacun essaiera de trouver une connexion/un rapport entre l'objet et la mission. Même si cela ne vous semble pas une bonne idée pour résoudre le problème, un autre pourra rebondir dessus et en suggérer une autre. Pour vous aider, faites des associations d'idées.

L'inducteur est un point de départ, forcément éloigné, et qu'autour de ce point de départ, les chercheurs vont associer, vont rêver et constituer un large champ centré sur le stimulus aléatoire. Puis, à l'intérieur de ce champ, puiser un autre stimulus (à partir d'arbre, on peut produire aussi bien scierie, arbre généalogique, arbre de transmission, etc.) qui ne sera plus cette fois aléatoire, mais produit en fonction du problème.

Liste de Kent et Rosanoff → ces mots possèdent un grand pouvoir d'évocation.

Table, sombre, musique, mal au cœur, homme, profond, mou, affamé, montagne, maison, noir, mouton, confort, main, court, fruit, papillon, moelleux, commandement, chaise, sifflement, femme, froid, lent, souhait, rivière, blanc, beau, fenêtre, rugueux, citoyen, pied, araignée, aiguille, rouge, sommeil, colère, tapis, fille, haut, travailleur, aigre, estomac, tige, lampe, rêve, jaune, pain, justice, garçon, lumière, santé, bible, souvenir, troupeau, bain, chaumière, rapide, bleu, affamé, prêtre, océan, tête, poète, long, religion, whisky, enfant, amer, marteau, assoiffé, cible, square, beurre, docteur, fort, voleur, lion, joie, lit, lourd, tabac, bébé, lune, ciseaux, calme, vert, sel, roi, fromage, fleur, effrayé.

Comment concevoir qu'entre un mot au hasard ou un mot choisi sur cette liste, et le problème précis qui est posé, il puisse y avoir une correspondance automatique. La réponse tient au fait que le mot au hasard n'est pas utilisé lui-même, mais considéré comme le point de départ d'une chaîne d'association établie, non plus au hasard, mais en fonction du problème énoncé au préalable, et aboutissant à un mot stimulus, que l'on isole finalement et qui cette fois n'est plus "au hasard", mais relié au problème

Astuce : Les images stimulent les idées ! Pour enrichir vos sessions de génération d'idées, essayez des images.

La recherche démontre que les sessions de créativité sont plus productives si on y retrouve plusieurs stimulants : la musique, les objets, les jouets, les odeurs, tout ce qu'on peut utiliser pour activer nos sens et notre cerveau !

Trouvez, prenez, empruntez, arrachez toutes les revues, catalogues, dépliants, brochures que vous pouvez ! Découpez les images, les devises, les lettres; tout ce qui peut visuellement provoquer des idées. Ne soyez pas trop exigeant(e)s dans votre choix !

Collez les sur un bristol. Vous pouvez catégoriser ces images : enfants, individus, concepts, environnement, structures, nourriture, etc.

Lors de vos sessions, demandez simplement aux participant(e)s d'utiliser les images pour générer des idées nouvelles et différentes.

- **Les techniques analogiques**

Dans les techniques de créativité, le raisonnement par analogie est souvent préféré au raisonnement hypothético-déductif. Il permet des décalages, des décentrages, ouvre l'esprit sur des univers différents et permet de réaliser l'éloignement nécessaire à la création originale. Il ouvre un champ à un ensemble de solutions tandis que le raisonnement rationnel renvoie toujours à la recherche de "la" solution.

Comme l'écrit Colette Mathieu-Batsch : "la succession de plusieurs analogies aide l'esprit à s'éloigner du problème, à lever les blocages liés à une attaque directe infructueuse, et par un chemin détourné souvent illogique, à aborder le problème sous un autre angle".

Avec les techniques analogiques, on isole au sein de la formulation du problème une ou plusieurs structures simples, relations ou fonctions à satisfaire puis rechercher dans un champ éloigné comment ces structures ou relations seront reproduites ou comment ces fonctions sont satisfaites.

Au lieu d'attaquer de front un problème, on le transpose, on le compare avec autre chose. Comme l'écrit Gordon : "Il s'agit, par ce mécanisme, de mettre en parallèle des faits, des connaissances ou des disciplines différentes." C'est transposer dans un autre champ.

Vous avez un problème de mécanique, déplacez-le en cherchant un problème "analogue" dans la biologie, dans l'histoire du cinéma, ou dans la fabrication de chaussures.

En pratique, définissez bien le point de départ. Le mécanisme analogique étant par nature divergent, vous risquez de produire des stimuli qui ne sont plus analogiques du tout.

Vient ensuite la phase d'éloignement. A partir de là, organisez une phase imaginative qui consiste à produire des analogies.

Le concept de fermeture, à quoi cela vous fait-il penser ? Qu'est-ce qui se ferme ?

Les créateurs vont chercher des analogies dans le domaine végétal, animal, minéral, économique, historique, mécanique, électrique, ils inventent ainsi toutes les analogies de fermeture.

Ils pourraient aussi faire des analogies temporelles (comment faisait-on dans le passé, comment fera-t-on dans le futur ?).

Pour terminer, il faut trier. Effectivement, vous disposez maintenant d'une grande liste d'analogies qui ont été produites en groupe, par association, et qui sont notées sur des tableaux.

Il s'agit donc de choisir parmi ces stimuli, ceux qui vont faire l'objet du croisement.

Il est bon de rappeler la formulation de départ.

Comment procéder au choix ?

L'objectif à atteindre est que les participants choisissent un stimulus qu'ils "ressentent" comme relié au problème.

Il existe plusieurs types de techniques analogiques : les analogies directes, les fantastiques, les historiques, et la bionique (l'art de copier la nature).

Explication de la démarche avec les analogies directes

Reformulation du problème : Le groupe s'efforce de traduire le problème par une ou plusieurs relations ou fonctions simples.

Faire lister par le groupe un certain nombre de domaines éloignés de celui du problème,

Rechercher au sein des champs précédemment listés des fonctions ou des relations analogues à celles isolées dans la formulation et analyser la manière dont elles sont satisfaites,

Croiser les résultats obtenus et s'efforcer de discerner comment les relations isolées dans d'autres champs sont susceptibles de résoudre la problématique.

Exemple "Trouver un nouveau concept de fenêtres d'appartement"

Reformulation fonctionnelle du problème :

Isoler au sein de ce problème une ou plusieurs fonctions simples (Ex : s'ouvrir et se fermer),

Lister un certain nombre de domaines éloignés (Ex : Biologie, politique...),

Rechercher dans chacun de ces champs comment sont satisfaites les fonctions s'ouvrir et se fermer (Ex : en biologie la fonction ouverture/fermeture est satisfaite par les lèvres, éléments souples élastiques, mus sur leur périphérie par des éléments musculaires),

Transposer les solutions découvertes au champ du problème (Ex : Une fenêtre en matière plastique, souple, transparente et élastique qui s'ouvrirait par le milieu en relâchant un cordon qui resserré la maintiendrait fermée)

Les analogies fantastiques :

Il s'agit d'imaginer ce que deviendrait le problème posé si certaines caractéristiques (sociales, biologiques, physiques...) de notre monde étaient transformées ou supprimées.

Exemple "Comment serait résolu notre problème de circulation de l'information au sein de l'entreprise si..."

Abandonnez-vous à l'illusion à la science ou à la politique fiction pour répondre à cette interrogation.

• Les techniques d'altération

La finalité de ces techniques est de rendre insolite le familier en démontant le concept ou l'objet sur lequel porte la recherche et exercer sur chacun des morceaux ainsi obtenus des déformations afin de susciter des recompositions originales. La méthode la plus usitée est le concassage.

Il faut éclater le problème, casser le problème, et surtout casser les liens qui existent entre ses éléments.

Le problème - objet, chose - auquel on est habitué, il faut en faire une notion insolite. C'est la meilleure manière de s'imprégner du problème, de "s'obséder" du problème, que de le désarticuler, de jouer avec, comme font les enfants avec leurs jouets qu'ils démontent "pour voir ce qu'il y a dedans".

Cette approche est généralement suivie d'une reformulation.

En pratique, avant la séance de créativité proprement dite, pendant la phase de formulation, établissez un tableau sur lequel se trouvent notés tous les composants du problème.

On utilise généralement la répartition suivante :

- Le concept (par exemple, un disjoncteur se rattache au concept global de coupure ou d'ouverture-fermeture).
- Les éléments (description détaillée des matériaux, composants, dimensions, poids).
- Les fonctions (par exemple, un livre a pour fonction de conserver de l'information, de diffuser cette information, pour apprendre, distraire, etc.).
- Le contexte (ce qu'il y a "autour", où est situé l'objet, qui s'en sert, etc.).
- Les utilisateurs (au sens large; pour un problème d'hôtel par exemple, aussi bien les clients [et parmi ces clients, les clients de longue durée, les enfants...], que le personnel de service...).

Ensuite, s'éloigner, en considérant chacun des éléments du problème (c'est-à-dire tout ce qui a été noté dans le tableau) avec une approche particulière, sous un angle démolisseur. Pour cela, on utilise une action d'altération. Altérez chaque élément en vous aidant du tableau ci-dessus. Par après croisez et proposez des idées ou pistes de solutions.

Les actions

**On augmente
ou on diminue**

Tableau d'altération Les composantes

- Le poids, la taille, le volume
- *Le prix,*
- *La fréquence d'usage, la durée*
- *Le nombre des utilisations possibles*
- *La solidité, la sécurité*
- L'esthétique
- *Le nombre des fonctions, des accessoires*
- *L'utilité sociale*

© Eric Lardinois, 2005

On supprime

- Certaines fonctions
- *Certains éléments du problème ou du contexte*
- *Certaines performances*

On inverse

- La structure
- *Les fonctions*
- *La démarche*
- *La chronologie des faits*

On modifie

- Les temps et les lieux d'usage
- L'usage
- L'utilisateur
- Les composants
- La source d'énergie
- La matière
- Le mouvement

On combine

- Avec des éléments amont (objets fonctions)
- Avec des éléments aval (objets fonctions)
- Avec des objets voisins

On embellit ou on enlaidit

- Pour la vue
- Pour l'ouïe
- Pour l'odorat

Exemple : "Trouver des idées de nouveaux concepts de nettoyage des dents"

Eléments	Fonctions	Utilisateurs	Environnement
tube/manche poil de la brosse pâte	nettoyer assainir haleine blanchir	homme femme enfants vendeur dentiste	gobelet tablette salle de bains lavabo robinet

Reprendre chacun de ces éléments et exercer dessus les déformations consignées dans la table d'altération

Exemple : on augmente la taille du manche qui contient le tube et la brosse, la pâte sort en appuyant sur le manche...

Reprendre chacune des images évoquées lors de cette divergence et les ramener au problème concret.

- **Les techniques oniriques**

La technique de base la plus utilisée en entreprise,est le rêve éveillé volontaire : l'animateur entraîne son groupe, en utilisant des techniques de décontraction, de déconnexion du quotidien, en un mot, d'éloignement vers un imaginaire où chacun exprime ses "rêves".

Un animateur, après quelques exercices de décontraction, emmène un groupe d'une dizaine de personnes en "voyage", en décrivant, par exemple, une jolie campagne verdoyante où, par hasard, elles rencontrent les personnes ou les objets sur lesquels elles doivent réfléchir.

Exemple : si vous travaillez sur des produits laitiers, vous faites visiter "en rêve" une ferme extraordinaire, vous découvrez le ramasseur de lait, vous dialoguez avec les vaches, vous discutez avec la fermière, visitez la fromagerie, etc, puis au loin, apparaît l'usine de transformation...

LE REVEIL EVEILLE COLLECTIF

Objectifs :

- 1- Expérimentation collective de l'imaginaire.
- 2- Expérience d'association.

Consigne :

Première phase : se donner un but de voyage ou d'action (les possibilités de l'imaginaire sont illimitées).

Exemple : la descente du cratère d'un volcan, l'exploration des fonds marins, aider le soleil à faire son chemin, aller chercher le feu au fond de la caverne, etc.

Deuxième phase : il ne faut pas se borner à inviter le groupe à imaginer, par exemple, qu'il plonge pour descendre explorer les fonds marins, mais il faut que chacun se sente bien en situation dans le monde imaginaire.

Description suggestive et "positive" de l'image de départ choisie. Exemple :

"Vous êtes sur une plage, devant vous la mer et le ciel sont bleus. Le sable sous vos pieds nus est chaud. Vous baissez vos regards et voyez vos pieds posés sur le sable (afin de bien "ressentir l'image" physiquement).

"Dites comment vous vous voyez, comment vous vous sentez, qu'est-ce que vous faites. Associez sur les images des autres."

Si le groupe ne parvient pas à descendre dans l'imaginaire : observation de comportement et évaluation de l'émission déceler les blocages, les tricheries, les rejets, les rigolades, les surplus de conscience en alerte, etc. Si le groupe voyage bien, le faire revenir au moment opportun sur terre, lentement, avec douceur, avec précaution.

CONTRE-INDICATION :

Il faut, pour faire cette expérience, que la formation du groupe soit déjà avancée, et que le climat soit bon.

A chaque type de situation angoissante, proposer des images sécurisantes de même ordre.

- **Les techniques combinatoires**

Une autre approche créative consiste à décomposer le problème, l'objet de la recherche en différents éléments pour les croiser et les combiner de manière systématique. L'outil de la démarche combinatoire est essentiellement la matrice de découverte, c'est-à-dire une grille à deux axes, horizontal et vertical, ou tableau à double entrée permettant de mettre deux variables en relation.

Des grilles pour inventer !

Il y a différentes façons de construire une matrice de découverte et donc une variété de modèles possibles. Voici probablement le processus le plus classique :

On commence par choisir deux rubriques (par exemple besoins et ressources, produits et techniques, outils et tâches, usagers et objets, pièces et fonctions, cas et moyens...) que l'on place en tête de chacun des axes du tableau;

On répertorie les éléments caractéristiques de chacune d'elles que l'on veut faire se rencontrer et on les place sur l'axe correspondant;

On remplit ensuite le tableau, en croisant dans chacune de ses cases un élément d'une rubrique avec un élément de l'autre.

En parcourant les cases une à une, on constate que tantôt les croisements d'éléments ont déjà été exploités dans la réalité, tantôt non. A côté des cases pleines, il y a donc des cases vides, ce sont ces manques qui sont intéressants, ils constituent une invitation à l'invention, un appel à l'imagination. Cette technique révèle les lacunes ou les potentialités d'un cadre de travail ou de vie, d'un produit ou d'un système, et force à se demander si on en a exploré toutes les possibilités.

Exemple "Trouver un nouveau produit cosmétique"

Pour solutionner cette problématique on pourra avoir recours :

- à une matrice carrée : Les variables consignées en abscisse et en ordonnée sont identiques, on peut ainsi faire une matrice des différentes fonctions afin de déboucher sur des formulations conceptuelles.

	Vernir	Epiler	Nourrir	Assouplir	Insensibiliser	Désodoriser	Parfumer	Tonifier
Vernir								
Epiler								
Nourrir								
Assouplir								
Insensibiliser								
Désodoriser								
Parfumer								
Tonifier								

A partir de cette matrice, on pourrait ainsi imaginer de créer un produit qui parfume et insensibilise à la fois.

- à une matrice rectangulaire : Les variables consignées en abscisse et en ordonnée sont différentes.

Fonctionnalités Contenu/contenant	Vernis à ongle	Fond de teint	Rouge à lèvres	Déodorant	Epilatoire	Shampooing	Dentifrice
Spray							
Stick							
Poudre							
Pâte en pot							
Crème en tube							
Liquide en flacon							

A partir de cette matrice, on pourrait ainsi imaginer de créer un dentifrice en poudre qui serait conditionné dans un stick.

Quelques principes pour favoriser et savourer la créativité

- Soyez curieux, avide de découvrir. Observez, expérimentez, engrangez toutes sortes d'informations et faites toutes sortes d'expériences.
- Rompez avec les habitudes qui entraînent la routine. Changez volontairement de petites choses dans votre quotidien : variez vos trajets, vos gestes, vos paroles...
- Osez penser différemment, osez l'incongru, le détonant. Sortez des sentiers battus. Pour créer du neuf, mieux vaut n'être pas conformiste. Le principe est : « Pourquoi pas autrement ? »
- Faites le pari du possible : considérer d'emblée quelque chose comme impossible bloque la créativité. Le principe est : « Pourquoi pas ? »
- Amusez-vous à associer, rapprocher des éléments habituellement éloignés.
- N'hésitez pas à envisager des hypothèses extravagantes selon le principe « Et si rien ne fonctionnait selon les règles habituelles ? »
- Recherchez systématiquement plusieurs solutions possibles à un problème. Emettez un maximum d'idées, même si elles paraissent à première vue absurdes. Laissez le créatif s'exprimer avant de laisser le critique faire son office.
- Vous avez un problème à résoudre et un peu de temps devant vous ? Après avoir bien posé le problème, acquies des informations utiles, choisissez de ne plus y penser pendant quelque temps : détendez-vous, prenez des loisirs. C'est en état de relaxation mentale que les idées ont le plus de facilité pour émerger. Laissez le problème mijoter tranquillement dans l'inconscient : notre inconscient travaille d'autant mieux pour nous que nous lui faisons confiance. Votre inconscient vous fournira très certainement une bonne solution, au moment où vous vous y attendrez le moins.
- Le principe de relaxation vaut en toutes circonstances pour favoriser la créativité : la détente physique et mentale permettent à l'inconscient, donc à l'intuition de s'exprimer pleinement.

Voici quelques exercices d'entraînement :

Usages inattendus

- Regardez autour de vous des objets familiers, choisissez-en quelques-uns, puis imaginez tous les usages inhabituels (pour lesquels ils n'ont pas été prévus) que l'on pourrait en faire : a) dans la vie courante b) sur une île déserte

Améliorer l'ordinaire

- Imaginez toutes les améliorations qui pourraient être apportées à des objets d'usage quotidien tels que stylo, baignoire, paire de chaussures... Ne vous demandez pas si elles sont réalisables. Rêvez, faites de la prospective, de la science-fiction !

Enchaînements d'idées

- Prenez un mot, à partir d'une source quelconque (texte, objets de l'entourage...), et procédez au jeu bien connu des enchaînements par association d'idées. Ces enchaînements peuvent être basés sur la sonorité des mots, sur leur sens, sur des associations d'origine inconsciente... La rapidité des enchaînements permet à la spontanéité s'exprimer.

Recherche d'analogies

- Choisissez deux mots désignant des objets (à plusieurs personnes, faire choisir ces objets par deux personnes différentes). Trouvez toutes les analogies qu'il peut y avoir entre ces deux objets.
- Ex : une fourchette et une chaise (s'utilisent pour manger, peuvent être constituées de métal, contiennent la lettre "c"...)

Et si les choses fonctionnaient autrement ?

- Imaginez les conséquences de toute sorte qui se produiraient si certaines lois naturelles étaient différentes, si des événements extraordinaires survenaient, si les choses fonctionnaient autrement. Imaginer ces circonstances est déjà un exercice de créativité !
- Ex : pénurie ou pléthore de certaines matières premières ou alimentaires, la gravité terrestre est divisée par deux, les journées durent 12h ou 36 h, les êtres humains sont capables de voler comme des oiseaux, la température moyenne est de 25° sur toute la planète, il est interdit de construire des immeubles de plus de trois étages...

Dans la peau de l'autre

- Imaginez que vous êtes quelqu'un d'autre : une personne que vous côtoyez dans la rue ou dans un magasin, un collègue de travail, un travailleur immigré, une personne du sexe opposé, un enfant (peut-être le vôtre), un grand patron, une personne très âgée, un habitant d'un pays lointain, quelqu'un ayant une profession très différente de la vôtre...
- Essayez "d'entrer dans la peau" de l'autre, de ressentir ce qu'il peut ressentir dans la situation où vous le voyez ou l'imaginez...

Pour en savoir plus :

Cossette Claude : *La créativité en action*. Les éditions Transcontinentales inc. Québec. 1998

Jaoui Hubert : *Créatifs au quotidien. Outils et méthodes*. Edition Hommes et Perspectives, Marseille, 1994.

Sutton Robert, *11,5 idées décalées pour innover*, Editions Village Mondial, Paris, 2001

Ecole de *Creativité*

ID-Solution

1^E, avenue Général Michel
6000 Charleroi

www.idsolution.be
www.idsolution.ch