

## **APERTURA A LA CRÍTICA**

1. Realiza una reflexión de una cuartilla donde expreses ¿qué sentiste cuando recibías retroalimentación de tu propuesta?

Cuando recibí la retroalimentación de los jueces sobre mi propuesta, sentí una mezcla de emociones. Por un lado, me sentí emocionado y agradecido de que reconocieran el valor de mi proyecto y lo consideraron bueno en general. Por otro lado, también sentí un poco de decepción al saber que todavía había aspectos sin resolver y áreas que necesitaban mejorarse. Sin embargo, entendí que esta retroalimentación era valiosa y una oportunidad para perfeccionar mi idea. En general, me sentí motivado para abordar los desafíos y continuar mejorando.

2. Explica ¿cuáles son tus fortalezas respecto a la recepción de crítica?, ¿cuáles son tus debilidades?

Fortalezas:

- Soy una persona receptiva y trato de mantener una mentalidad abierta cuando recibo críticas constructivas.
- Entiendo que las críticas bien intencionadas son oportunidades para crecer y mejorar.
- Puedo separar las críticas objetivas del proyecto de las críticas personales.

Debilidades:

- A veces me cuesta no sentirme un poco a la defensiva o frustrado inicialmente cuando recibo críticas, aunque luego puedo procesarlas mejor.
- Puede ser difícil para mí no tomar algunas críticas de manera personal, especialmente si siento que he invertido mucho esfuerzo en el proyecto.
- Ocasionalmente puedo tener la tendencia a justificar o explicar en exceso mis decisiones en lugar de simplemente escuchar y considerar las críticas.

3. Describe ¿qué puedes hacer para mejorar tu apertura a la crítica?, ¿cómo debes actuar?

Para mejorar mi apertura a la crítica, puedo enfocarme en desarrollar una mayor conciencia y autocontrol emocional. Debo recordarme a mí mismo que las críticas constructivas son valiosas y no deben tomarse como ataques personales. También puedo practicar la escucha activa y evitar reaccionar defensivamente de inmediato. En su lugar, debo tomar tiempo para procesar las críticas y analizar objetivamente su validez y cómo puedo aplicarlas para mejorar mi proyecto. Además, puedo buscar retroalimentación de manera proactiva y cultivar una actitud de aprendizaje continuo.

4. ¿Consideras que una evaluación puede aportarte beneficios al momento de un proceso creativo? ¿Es relevante?

Considero que una evaluación externa puede aportar beneficios significativos al proceso creativo. Cuando trabajamos en un proyecto, a menudo estamos demasiado inmersos en él y podemos perder perspectiva u obviar áreas de mejora.

Una evaluación objetiva por parte de personas externas puede ayudarnos a identificar aspectos que no habíamos considerado, brechas en nuestro enfoque o fortalezas que no habíamos reconocido. Además, la evaluación puede desafiar nuestras suposiciones y empujarnos a explorar nuevas ideas o enfoques que pueden enriquecer nuestro trabajo. En resumen, es altamente relevante ya que nos brinda una mirada fresca y perspectivas valiosas para refinar y mejorar nuestro proceso creativo.

5. ¿En el proceso creativo al intervenir personas externas al proyecto nos ofrecen mejores condiciones para una crítica constructiva? ¿porqué?

Definitivamente, la intervención de personas externas al proyecto puede ofrecer mejores condiciones para una crítica constructiva. Cuando estamos demasiado involucrados en nuestro propio trabajo, podemos desarrollar ceguera de perspectiva y sesgos que dificultan la autocrítica de manera objetiva. Las personas externas, al no estar emocionalmente vinculadas al proyecto, pueden ofrecer una mirada más imparcial y destacar aspectos que nosotros podríamos pasar por alto. Además, al tener diferentes antecedentes y experiencias, pueden aportar perspectivas únicas y sugerir enfoques alternativos que no habríamos considerado. Esta diversidad de opiniones y puntos de vista externos puede enriquecer enormemente el proceso creativo y ayudarnos a evitar limitaciones o puntos ciegos en nuestro pensamiento.