

## MÉTHODES D'IDÉATION :

### 35. CONTRAINTES CRÉATIVES



#### 35. CONTRAINTES CRÉATIVES

*Les limites peuvent véritablement doper la créativité ! Lorsque tout est possible et qu'aucune limite n'est définie, il peut être difficile de débiter un projet ou d'être créatif. Cette méthode souligne la nécessité de créer un cadre de travail ou un ensemble de « contraintes » stimulant, qui favorisera la concentration nécessaire et dopera la créativité. .*

**Supports nécessaires :** papier et stylos

**Temps imparti :** 45 minutes–1,5 heure.

#### Comment ?

**1)** Individuellement, envisagez le projet en cours et ce que vous apprécieriez qu'il se produise pendant cinq minutes.

**2)** Débutez une séance de remue-méninges partagée pour émettre des idées quant aux contraintes, limites ou règles. Tout est sur la table et les contraintes peuvent concerner le temps que vous pouvez accorder au projet, l'aspect que doit arborer un élément, les matériaux et couleurs utilisés, les activités qui peuvent être planifiées ou la manière dont vous travaillez sur le projet.

**3)** Évaluez les contraintes qui conviennent au projet, mais qui sont également agréables et engageantes pour vous en tant que groupe. Choisissez un nombre limité de contraintes qui créent un cadre de travail pour l'idéation et le travail sur le projet.

**4)** Poursuivez avec des idées créant des solutions respectant les contraintes que vous avez imposées.