

Curso de Capacitación en Técnicas y Recursos de Arteterapia

Módulo 4

PENSAR

LA MENTE CREATIVA

El diseño es una disciplina en posesión de un pensamiento específico y distinguible de otros tipos de pensamiento, como el legal, el científico o el artístico. También es una disciplina dueña de una metodología de trabajo particular, que es aplicada en la



industria para la creación de productos y servicios. Como forma de pensamiento, desarrolla sus propios sensores para captar y medir la información y, sobre esa base, actuar y transformar el contexto.

El cliente acude al diseñador planteando un problema de comunicación, por tanto el trabajo de éste consiste en descomponer el problema en los diferentes aspectos que lo crean, analizándolos de modo particular con el fin de definirlo, primeramente al problema en su instancia de situación actual. Y en segundo lugar, la solución, como situación a la que se quiere llegar.

La habilidad del diseñador se da en el momento de coordinar de manera creativa las soluciones a cada uno de los aspectos que lo componen y reunir las en una solución global viable.



Bruno Munari, en éste sentido, dice en su libro ¿Cómo nacen los objetos?: “Un problema particular de diseño es un

conjunto de muchos subproblemas. (...) Cada subproblema tiene una solución óptima que no obstante puede estar en contradicción con las demás. La parte más ardua del trabajo del diseñador será la de conciliar las diferentes soluciones con el proyecto global. La solución del problema general consiste en la coordinación creativa de las soluciones de los subproblemas”. (1)

Muchas veces al enfrentarnos a un problema de diseño, por desconocimiento o por considerar que las “ideas-soluciones” llegarán en un momento mágico de inspiración perdemos de vista el método que nos garantiza llegar a buen puerto. En mayor o menor medida y según el grado de entrenamiento y pasión que cada creador pone en su tarea al momento de diseñar, coincidirán en una sucesión de pasos naturales o innatos en la generación de una idea, que básicamente será la de observar y analizar el problema, cuestionar y documentarse para luego experimentar posibles soluciones que le permitan al fin proyectar y construir la mejor opción para resolverlo.



También sabemos que como personas creativas tendemos a contemplar los hechos comunes desde nuevas perspectivas, generando preguntas que a otros no se les ocurriría formular y eso nos ocupa luego en el buscar respuestas, apartando de la mente viejas ideas mirando maravillados el

mundo con ojos de niños.

Las personas creativas poseemos pensamiento flexible, siempre deseosos de considerar muchas soluciones diferentes a un problema concreto, y también, por lo general, buen sentido del humor, ya que resulta divertido relacionar ideas de un modo lúdico e inusual.



Indagando más profundamente en la mente creadora, las neurociencias ofrecen una reflexión sobre arte y creatividad que posibilitan echar luz sobre la gestación y el desarrollo de las ideas no convencionales.

Observamos como ambos hemisferios cerebrales conforman nuestra más importante herramienta de trabajo, necesitando de ambas en igual medida, ya que de esa manera aceleramos nuestras habilidades operativas.

Resumidamente, hoy sabemos que nuestro hemisferio izquierdo está vinculado con los procesos lógicos, el análisis de datos, el lenguaje y la decodificación de símbolos, nuestra visión de detalle, sistema y secuencia, es el responsable de los procesos paso a paso y de las expresiones consientes.

En tanto que el hemisferio derecho es el encargado de los procesos creativos, se ocupa de la síntesis de la información, de la imaginación e

intuición, de nuestra visión de contexto, con una relevancia más amplia que nos permite el escaneo multifuncional de nuestro entorno y es el responsable de los procesos inconscientes.

Con el fin de que ambos lados del cerebro trabajen de forma conjunta y complementaria es necesario activar el cuerpo calloso, cuya función es la de servir como vía de comunicación entre ambos hemisferios, éste es constituido por un gran haz de fibras nerviosas que los unen.

Los ejercicios de Brain Gym favorecen a la neuroplasticidad, y son capaces de cambiar la química de nuestro cuerpo, brindándonos sensación de bienestar y predisponiéndonos de mejor manera a encontrar soluciones. Los neurotransmisores permitirán sinapsis más productivas y estaremos disfrutando del momento creativo.

“Algunos proponen que la innovación surge cuando áreas del cerebro que no están generalmente conectadas logran comunicarse y coactivarse. El interés en una tarea creativa lleva a un alto estado de motivación que produce una atención sostenida, necesaria para mejorar el rendimiento en otros dominios cognitivos. La creatividad puede ser entrenada pero también hay una carga genética que la predispone.” (2)

Conociendo estos aportes de las neurociencias es que toma mayor significación a mi parecer, las fases del proceso creativo propuesto por el publicista James Webb Young (3), nuestro hemisferio izquierdo queda complacido con la secuencia de cinco fases ordenadas, donde ninguna de ellas puede darse sin que la precedente haya quedado concluida, dándole importancia al tiempo de incubación a nuestro hemisferio derecho, para que al rodearse de estímulos nos brinde sus mejores ideas.

Este proceso es una técnica operativa que puede ser aprendida y controlada, sabiendo que una idea es una nueva combinación de elementos viejos, también que la posibilidad de elaborar nuevas combinaciones aumenta con la capacidad de ver relaciones.

A continuación, enumero las fases del proceso creativo para evidenciarlas ante nuestros trabajos, y chequear si realmente le damos la importancia que tiene al momento de encontrar soluciones.



FASES DEL PROCESO CREATIVO



1- FASE DE PREPARACIÓN:



Selección e identificación del problema, recopilación de documentación e información vinculada.

2- FASE DE TRABAJO DE LAS IDEAS RECOPIADAS: Manipulación y digestión mental del material recopilado.

3- FASE DE INCUBACIÓN: Nuestro hemisferio derecho a pleno uso, es el momento de la aparición de los procesos inconscientes, los cuales, un tanto azarosos nos conducen a la solución. Es el momento de Relajación

Mental, reduciendo el funcionamiento racional de la inteligencia y enriqueciéndonos de distracciones estimulantes de la imaginación y las emociones (escuchar música, leer, ir al teatro o al cine, etc.). ¿Interesante, no? Hay que dejar que el inconsciente digiera el problema.

4- FASE DE ILUMINACIÓN O INSPIRACIÓN: Surge la idea, seguramente cuando uno menos la espera. Ésta es la forma en que aparecen, justo cuando uno ha dejado de esforzarse por encontrarla, y ha cubierto un período de descanso y distracción tras la búsqueda.

5- FASE DE VERIFICACIÓN: Aquí el creador comprueba y formula su creación en términos ordenados dándole su configuración final y desarrollando la idea que pondrá en práctica. En esta fase se somete a la creación bajo las leyes de la lógica para comprobar validez y cumplimiento de objetivos.

Al final de esta fase puede darse que el producto obtenido sea válido, o no, es decir que parezca una solución viable y no lo sea, en dicho caso se considerará



como una fase intermedia de incubación con reintegración al proceso. Algunos autores creen que existe una última fase vinculada a la difusión y socialización de la creación.

En el último tiempo, **diseño + docencia + neurociencia cognitiva** se han convertido en mi mayor fuente de motivación, el poder vincularlas en mi labor diaria me llenan el alma. Espero mi aporte en este artículo los inspire

a seguir indagando, sean curiosos, compartan sus experiencias y sigamos creando!

Aut. Natalia Arnodo, (Alumna de la Asociación en la carrera de Consultoría Educativa en Neuroaprendizaje, en Espacio Namaste, Campana)

Referencias y bibliografía:

- (1) Bruno Munari - ¿Cómo nacen los objetos? – Pág. 46.
- (2) Facundo Manes – 13/02/10 [Clarín] Cómo nacen las ideas sorprendentes que fundan el arte

