

La Creatività

*Il grande sentiero non ha porte,
migliaia di strade vi sboccano.
Quando si attraversa quella porta
senza porta si cammina liberamente
tra cielo e terra.
Mumon*

Il forte impulso degli studi sulla creatività ha inizio negli anni 50, precedentemente pochi ricercatori avevano percorso nuove strade contrapponendo al pensiero logico le potenzialità dinamiche e produttive del pensiero creativo.

Grazie alle maggiori conoscenze sui meccanismi della mente, si sono sviluppate ricerche per promuovere nelle persone la scoperta delle proprie capacità creative.

J.P. Guilford nel 1950 pubblica un articolo dal titolo "Creativity" in *American Psychologist* dove accanto al pensiero convergente - verticale (logico - deduttivo), che aveva caratterizzato la ricerca scientifica del passato, individua un pensiero divergente o laterale meno vincolato a schemi rigidi ed in grado di produrre molteplici alternative.

Molte sono state, in seguito, le ricerche e gli autori che si sono occupati di creatività, tra questi, oltre al citato J.P. Guilford, vanno ricordati: A. Osborn, G. Wallas, J.W. Gordon e E. De Bono.

Definire la creatività è poco creativo in quanto una definizione è già di per se limitante, in quanto limita un concetto in poche parole.

Inoltre c'è un altro aspetto in quanto la parola creatività è una di quelle parole che abbracciano nell'uso corrente così tanti significati da diventare ambigua.

Partendo da queste considerazioni proviamo ad approfondire il significato della parola creatività.

Di origine latina, il termine “creazione” esprime l’idea di cosa fatta, vale a dire creata, ma l’etimologia della parola creazione comprende anche la “crescita”: crescere, svilupparsi, creare continuamente, trarre dal nulla.

Di seguito vediamo alcune definizioni della creatività.

La creatività è:

- libertà, è essere se stessi al mondo;
- capacità di esprimere un pensiero originale;
- capacità di vedere nuovi rapporti, di produrre idee e intuizioni insolite che aprono quindi nuovi orizzonti.

La creatività è un concetto pervasivo che può essere adottato indifferentemente nei più disparati campi di attività dell’essere umano e che permea il suo stesso modo di essere e di agire.

E ancora la creatività è un modo libero di vedere e sentire il mondo e di stabilire nuovi rapporti tra le cose; un insieme di attitudini e capacità riferibili a qualsiasi campo dello scibile e dell’agire umano.

La Creatività può essere definita come l’attitudine a rompere gli schemi tradizionali di risposta attraverso la libertà.

La Creatività è progettare, è gettare in avanti (gettare-pro).

Vediamo altre definizioni della creatività:

Erich Fromm: capacità di vedere e di rispondere.

Rollo May: processo che porta qualcosa di nuovo nell’esistenza.

Kahlil Gibran: avere idee è raccogliere fiori, pensare è fare ghirlande.

Umberto Galimberti: carattere saliente del comportamento umano, particolarmente evidente in alcuni individui capaci di riconoscere, tra pensiero ed oggetti, nuove connessioni che portano a innovazioni e cambiamenti.

Donald W. Winnicott: è un universale, appartiene al fatto di essere vivi.

Carl Rogers: l'espressione più piena di quella tendenza a realizzare se stessi e a sviluppare in modi realmente efficaci le proprie potenzialità, che costituisce la molla stessa dell'esistere e della crescita psicologica.

Gli uomini d'arte, i musicisti, i pittori, i creativi, i poeti, non sottopongono le loro scelte al vaglio critico della razionalità, ma permettono all'energia psichica di fluire liberamente. In questo modo sono in grado di creare un nuovo rapporto d'azione con il mondo esterno attraverso la "sintesi magica" di cui parla Silvano Arieti (1979).

Nella varie situazioni della nostra vita tendiamo ad utilizzare modalità ripetitive e solite nel "leggere il mondo" questo possiamo definirlo IO quotidiano (IOQ). Poco frequente è invece ricorrere ad una modalità che permetta di vedere nuove possibilità definiamo questo IO creativo (IOC).

E se fosse molto più interessante prendere in carico se stessi per trasformare il proprio modo di vedere e il proprio modo di essere, piuttosto che abbandonarsi a una contemplazione di sé molto spesso sterile?

La creatività nel quotidiano è proprio questo: non ritenere che le cose, per non si sa quale congiunzione astrale o determinismo psicologico siano stabilite una volta per tutte ma, al contrario, rendersi conto che niente è irreparabile.

Cambiare il mondo in cui si vive è per prima cosa cambiare se stessi: attraverso la ginnastica dell'immaginazione, applicando la forza dell'immaginazione all'inerzia della realtà.

L'immaginazione utilizzata consapevolmente è una leva capace di sollevare montagne di routine e di smuovere abitudini consolidate.

L'IOC va gradualmente lasciato emergere: perché ciò avvenga la condizione necessaria è abbandonare temporaneamente il proprio sapere e le proprie

esperienze consolidate, fare il vuoto, sospendere il giudizio, per molti sul piano del vissuto corrisponde a "diventare un altro sé".

Ecco allora che lavorare sulla propria creatività significa dare spazio all'IOC che attraverso la propria creatività esprime il vero sé, permette l'irrompere della propria soggettività; contrariamente all'IOQ, che rappresenta un IO socialmente utile attraverso il quale si offre un'immagine accettabile di sé, si recita e con il quale in genere tutti dicono la stessa cosa,

Creatività e specializzazione emisferica

Il cervello è la componente principale del sistema nervoso umano. Il cervello lo si può rappresentare come l'unione di tre strati sovrapposti:

- 1- il <cervello automatico> che presiede alla regolazione delle funzioni fisiologiche di base (battito cardiaco, respirazione, ecc..) e che abbiamo in comune con i rettili (da qui la definizione "cervello rettile");
- 2- il <cervello emozionale> che governa le reazioni emotive e istintive e che deriva dai primi mammiferi insettivori;
- 3- il <cervello razionale> localizzato essenzialmente nella corteccia, che copre le rimanenti masse cerebrali come un mantello ricco di scissure e circonvoluzioni, e costituisce una formazione tipica dei mammiferi superiori.

Il cervello è diviso in due emisferi, sinistro e destro, che controllano ciascuno la metà opposta del corpo.

Sperry in alcune ricerche neurofisiologiche sul funzionamento dei due emisferi cerebrali, disconnessi tra di loro per resezione del corpo calloso, e dallo studio delle loro funzioni separate, ha scoperto l'assimmetria di funzionamento degli emisferi cerebrali (Darley et al., 1995, 78).

Tali studi hanno evidenziato che l'emisfero sinistro (detto pratico-scientifico) governa le funzioni che regolano l'analisi, il ragionamento, la linearità, la progressività ecc., in pratica le funzioni razionali.

L'emisfero destro (detto magico-artistico), invece, presidia le funzioni di sintesi, l'intuizione, la sensazione, le immagini, la globalità, l'istantaneità, ecc....

L'educazione soprattutto nelle culture occidentali spinge a sviluppare maggiormente le funzioni dell'emisfero sinistro, bloccando i processi d'immaginazione dell'emisfero destro.

L'emisfero destro-magico coglie la realtà come una "arborescenza": vale a dire che intorno, per esempio, ad una parola convergono associazioni di altre parole, altre immagini.

Altre abilità specifiche dei due emisferi sono le seguenti:

<u>Emisfero sinistro (pratico)</u>	<u>Emisfero destro (magico)</u>
- Prevede/prepara il futuro	- Immagina/crea il futuro
- E' reattivo/si adatta al cambiamento	- E' attivo/causa il cambiamento
- E' preveggenza/anticipa	- Progetta/da origine
- Stabilisce le finalità/focalizza i risultati	- Immagina, si focalizza sui sogni
- Si pone obiettivi/specifica gli esiti	- Crea storie/propone situazioni
- E' sistematico/è strutturato	- E' inventivo/fantastica

Così, per sviluppare la nostra attitudine creativa, tutto ci spinge a cominciare ascoltando la voce della spontaneità, senza per questo delegarle tutto il potere. Anche qui, dobbiamo restare nell'utile dialettico di entrambi gli emisferi.

La capacità creatività dipende dalla plasticità neuronale e dall'interscambio equilibrato di informazioni tra i due emisferi (bilanciamento). Usare le potenzialità di entrambi gli emisferi fornisce un mix abilità efficaci.

Lo sviluppo della creatività consente di pensare fuori dagli schemi noti e di raggiungere conclusioni nuove adatte a risolvere un problema o a cogliere un'opportunità, attivando appunto quella parte del cervello "generatrice" di un pensiero "diverso".

Noi viviamo in una società che predilige le funzioni logiche dell'emisfero sinistro (processi secondari) mentre rifiuta in larga misura quelle qualità spontanee, intuitive ed artistiche che sono proprie dell'emisfero destro (processi primari). I poteri dell'immaginazione, della visualizzazione creativa, della fantasia vanno sempre più atrofizzandosi.

Questo implica un cambio di "atteggiamento", un superamento dei blocchi che ostacolano la propria capacità creativa.

La seguente storia Zen esemplifica bene questo concetto:

Una tazza di tè

Nan-in, un maestro giapponese dell'era Meiji (1868-1912), ricevette la visita di un professore universitario che era andato da lui per interrogarlo sullo Zen.

Nan-in servì il tè. Colmò la tazza del suo ospite, e poi continuò a versare.

Il professore guardò traboccare il tè, poi non riuscì più a contenersi. <E' ricolma.

Non ce ne entra più!>.

<Come questa tazza,> disse Nan-in <tu sei ricolmo delle tue opinioni e congetture.

Come posso spiegarti lo Zen, se prima non vuoti la tua tazza?>.

Pensiero verticale e pensiero laterale

Edward De Bono, studioso della creatività, negli anni '60 ha coniato il termine *lateral thinking*, ossia pensiero "laterale", per contrapporlo all'altra forma di pensiero da lui definita "verticale" (De Bono, 1994, 5).

E. De Bono propone il seguente aneddoto per cogliere le differenze tra il pensiero verticale e quello laterale:

L'usuraio

Molti anni fa, ai tempi in cui un debitore insolvente poteva essere gettato in prigione, un mercante di Londra si trovò, per sua sfortuna, ad avere un grosso debito con un usuraio. L'usuraio, che era vecchio e brutto, si invaghì della bella e giovanissima figlia del mercante, e propose un affare. Disse che avrebbe condonato il debito se avesse avuto in cambio la ragazza.

Il mercante e sua figlia rimasero inorriditi della proposta. Perciò l'astuto usuraio propose di lasciar decidere alla Provvidenza. Disse che avrebbe messo in una borsa vuota due sassolini, uno bianco e uno nero, e che poi la fanciulla avrebbe dovuto estrarne uno. Se fosse uscito il sassolino nero, sarebbe diventata sua moglie e il debito di suo padre sarebbe stato condonato. Se la fanciulla invece avesse estratto quello bianco, sarebbe rimasta con suo padre e anche in tal caso il debito sarebbe stato rimosso. Ma se si fosse rifiutata di procedere all'estrazione, suo padre sarebbe stato gettato in prigione e lei sarebbe morta di stenti.

Il mercante, benché con riluttanza, finì con l'acconsentire. In quel momento si trovavano in un vialetto di ghiaia del giardino del mercante e l'usuraio si chinò a raccogliere i due sassolini. Mentre egli sceglieva, gli occhi della fanciulla, resi ancora più acuti dal terrore, notarono che egli prendeva e metteva nella borsa due sassolini neri. Poi l'usuraio invitò la fanciulla a estrarre il sassolino che doveva decidere la sua sorte e quella di suo padre.

Immaginate ora di trovarvi nel vialetto del giardino del mercante. Che cosa fareste nei panni della sfortunata fanciulla? E, se doveste consigliarla, che cosa le suggerireste? Quale tipo di ragionamento seguireste?

Usando il pensiero verticale, probabilmente il suggerimento fornito alla ragazza potrebbe essere tra questi e non le sarebbe di grande aiuto:

- rifiutarsi di estrarre il sassolino;
- mostrare che la borsa contiene due sassolini neri smascherando così l'usuraio imbroglione;
- estrarre uno dei sassolini neri e sacrificarsi per salvare il padre dalla prigione.

Queste soluzioni non sono però utili alla soluzione del problema.

Chi si servisse del pensiero laterale potrebbe arrivare a soluzioni risolutive del problema ad esempio:

- la ragazza prende un sassolino nella borsa e se lo lascia sfuggire dicendo che tanto basta guardare dentro la borsa il colore di quello rimasto deducendo così che aveva scelto il sassolino bianco.

Vediamo più in dettaglio le specificità dei due tipi di pensiero:

- pensiero verticale: è il pensiero logico e sequenziale che si fonda sulla programmazione lineare di una serie di gradini logici da affrontare uno dopo l'altro. E' come mettere assieme una pila di cubi a formare una torre, è come salire una scala.

Il pensiero verticale è tipico della mente che ragiona, della logica stringente e orientata verso risposte precise, con prove di tipo chiuso. La mente in questo caso segue regole ben precise, sentieri già battuti.

- pensiero laterale: si fonda sulla ricerca deliberata di nuove prospettive, nuovi punti di vista da cui esaminare il problema, angoli visuali innovativi che permettono che consentono di rompere gli schemi percettivi abituali e

trovare un approccio al tempo stesso semplice, originale ed efficace alla questione da risolvere. E' il pensiero esplorativo e generativo che porta a nuove idee, nuovi concetti. Il pensiero laterale è il pensiero che si allontana dal noto e dall'atteso, soprattutto non è utilizzato per dimostrare ipotesi precostituite.

Infatti per generare nuove risposte bisogna ricorrere al pensiero laterale, tipico di quando ci si allontana dal noto, dall'atteso, da sentieri battuti.

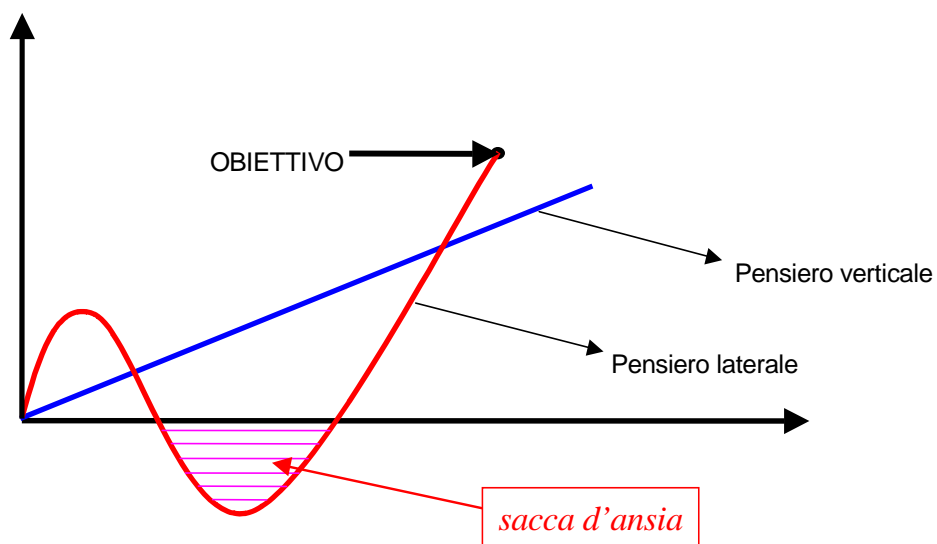


Fig. 1 - Pensiero verticale e laterale

Nella figura 1 si può notare che la strada percorsa dal pensiero laterale sembra non poter centrare l'obiettivo e il soggetto dovrà essere capace di sostare nel regno dell'incertezza (sacca d'ansia), del non poter approdare alla soluzione. Ma ecco che un immagine porta alla soluzione al raggiungimento dell'obiettivo, mancato invece dal procedere del pensiero "tradizionale" verticale.

“Con il pensiero verticale, afferma De Bono, uno si muove solo se c’è una direzione in cui muoversi; con il pensiero laterale uno si muove per creare una direzione”.

De Bono ci fornisce questa immagine:

“Non puoi scavare una buca in un punto diverso del terreno scavando sempre più in profondità la medesima buca”.

Vediamo un altro esempio che evidenzia l’efficacia di “prendere altre strade” per la soluzione di un problema.

Mosca o ape?

Se mettiamo una bottiglia, con dentro delle mosche e delle api, in posizione orizzontale con il fondo rivolto verso una finestra, noteremo che le api cercheranno ostinatamente la via di uscita in direzione della finestra senza successo, mentre le mosche agitandosi in tutte le direzioni troveranno la via d’uscita attraverso il collo della bottiglia.

Questo comportamento può essere considerato una metafora dell’atteggiamento che adottiamo davanti ai problemi difficili. Se ci fidiamo troppo delle nostre abitudini e dei processi logici (nel caso dell’ape dirigersi dove la luce è più viva), rischiamo di rimanere imbottigliati anziché trovare la via d’uscita.

Attraverso la creatività (svolazzare in tutte le direzioni fino a scoprire il varco propizio) ci diamo invece l’opportunità di uscire fuori dai limiti del problema.

Riassumendo quattro sono i fattori che descrivono il pensiero laterale caratteristico della creatività. Essi sono la fluidità, la flessibilità, l’originalità e l’elaborazione:

- fluidità: è la capacità dimostrata da un soggetto di fornire il maggior numero possibile di risposte ad una domanda data;

- flessibilità: è il numero di categorie concettuali alle quali le risposte del soggetto possono essere ricondotte;
- originalità: è la facoltà di esprimere idee nuove e realmente innovative;
- elaborazione: è l'abilità del soggetto di dare una veste concreta ed operativa alle proprie idee.

Quanto più questi fattori sono presenti nell'individuo, tanto più egli potrà sperimentare la capacità creativa che gli appartiene.

Il processo creativo

“La letteratura sul processo creativo è piena di esempi di improvvisi flash intuitivi da parte di artisti e inventori. L’implicazione è che l’intuizione ha qualità magiche, un miracolo divino. Ciò che spesso non viene detto è che l’inventore ha passato mesi o anni elaborando il suo materiale, che è stato la sua ossessione, che i suoi ingredienti sono stati in incubazione nel suo cervello” (Zinker, 2002, 56).

Il processo creativo, come tutti i processi mentali parte da alcuni elementi dati, sarebbe inverosimile pensare a qualcosa che viene creato dal nulla e alla fine tale processo fornisce un dato che è nuovo per la persona, non puramente ricordato o percepito, e non costruito a memoria o per mezzo di una semplice procedura deterministica.

“Quello che io sto facendo è di ricercare le “costanti” dei meccanismi fantastici, le leggi non ancora approfondite dell’invenzione, per renderne l’uso accessibile a tutti. Insisto nel dire che, sebbene il romanticismo l’abbia circondato di mistero e gli abbia creato attorno una specie di culto, il processo creativo è insito nella natura umana ed è quindi, con tutto quel che ne

consegue di felicità di esprimersi e di giocare con la fantasia, alla portata di tutti” (Rodari, 1973, 195).

Vediamo come esempio il seguente racconto proposto da Rodari:

L'errore creativo

Da un lapsus può nascere una storia , non è una novità. Se, battendo a macchina un articolo, mi capita di scrivere <Lamponia> per <Lapponia>, ecco scoperto un nuovo paese profumato e boschereccio: sarebbe un peccato espellerlo dalle mappe del possibile con l'apposita gomma; meglio esplorarlo, da turisti della fantasia. Se un bambino scrive nel suo quaderno <l'ago di Garda>, ho la scelta tra correggere l'errore con un segnaccio rosso o blu, o seguirne l'ardito suggerimento e scrivere la storia e la geografia di questo <ago> importantissimo, segnato anche nella carta d'Italia. La Luna si specchierà sulla punta o nella cruna? Si pungerà il naso?

In ogni errore giace la possibilità di una storia. “Sbagliando si impara” è il vecchio proverbio, il nuovo potrebbe essere “Sbagliando si inventa”.

Arieti (1979) individua principalmente le seguenti due condizioni che favoriscono il processo creativo:

la prima condizione è “la capacità di stare solo che può essere considerata una parziale deprivazione sensoriale” grazie alla quale l'individuo, riducendo la sua esposizione agli stimoli convenzionali e uniformanti della società, ha la possibilità di guardarsi dentro e ascoltare il proprio mondo interno;

la seconda condizione è l'inattività che consente di sottrarre l'attenzione alle occupazioni esterne favorendo “l'emergere di quelle fantasticherie, spesso scoraggiate perché considerate fuori dalla realtà, ma estremamente utili per brevi incursioni in mondi irrazionali”.

Diversi studiosi della creatività hanno cercato di comprendere il processo creativo scomponendolo in distinte fasi. G. Wallas elabora una teoria sul processo creativo che sarà poi ripresa con pochi cambiamenti da molti altri.

Per Wallas (1926) la nascita di un'intuizione passa attraverso quattro principali fasi:

Preparazione - Incubazione – Illuminazione - Verifica.

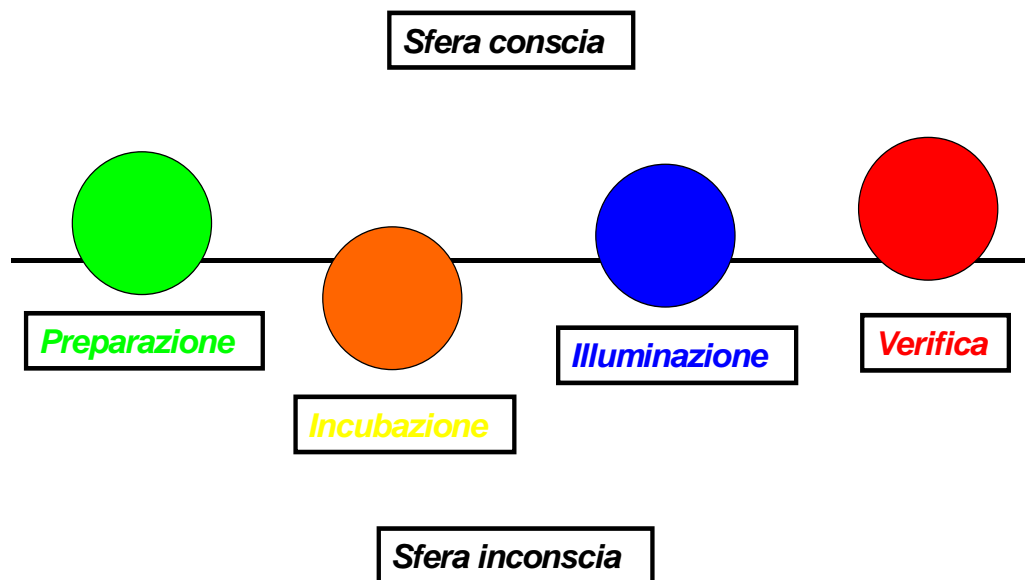


Fig. 2 - Il Processo Creativo

Vediamo nel dettaglio le fasi, indicate da Wallas, del processo creativo rappresentate nella figura 2:

1 - la prima fase della preparazione si configura come un momento preliminare, durante il quale l'individuo raccoglie dati, pensa in modo libero, cerca e ascolta suggerimenti, vaga con la mente;

2 - la seconda fase, lo stadio dell'incubazione è deducibile dal fatto che tra il periodo della preparazione e quello dell'illuminazione trascorre un tempo variabile spesso lungo. Di questo momento è molto interessante l'aspetto dell'elaborazione inconscia, nella quale i meccanismi di "aggregazione delle parti" operano all'insaputa della persona;

3 - l'illuminazione: è la fase più commovente, dove poco prima vigeva la confusione e l'oscurità, ora le soluzioni e le idee appaiono e affluiscono con chiarezza, può essere un'intuizione improvvisa, o una visione chiara, o una sensazione, qualcosa tra un'impressione e una soluzione, altre volte invece è il risultato di uno sforzo prolungato;

4 - la verifica chiude questa sequenza; essa è necessaria affinché la soluzione possa superare la valutazione critica dell'innovatore o di un gruppo. In questo momento avviene la messa a punto definitiva del prodotto creativo, in tutti i suoi particolari.

Si sottolinea che ogni fase ha caratterizzazioni diverse rispetto alle componenti conscia e inconscia.

Per Mednick (Pagnin et al, 1974, 78) nella capacità associativa delle idee risiederebbe la caratteristica del pensiero creativo. I meccanismi che tendono a favorire delle situazioni associative assumono tre forme diverse:

1. La serendipità: (ovvero la fortuna aiuta le menti preparate) è una modalità nella quale le combinazioni avvengono in modo fortuito, è la presenza casuale in un ambiente di stimoli appropriati ad evocare nuove associazioni: così due idee che non hanno legami possono essere messe insieme perché gli oggetti che evocano queste idee possono per caso trovarsi insieme nell'ambiente. Tale nome è stato coniato da Horace Walpole riferendosi ai personaggi di una favola "I tre Principi di Serendip" famosi per la loro abilità di scoprire cose che non cercavano.

2. L'associazione per somiglianza: è quando due elementi evocano delle similarità nelle loro proprietà e negli 'stimoli che generano" o funzioni.

3. La mediazione: elementi lontani tra loro sono avvicinati da uno o più elementi intermedi: "per esempio puoi mettere insieme le idee X e Z, che di solito non avrebbero nulla in comune, per mezzo dell'idea Y che è associata ad ognuna delle altre due".

Le persone così come le parole possono essere caratterizzate dall'avere i pensieri dominati da gerarchie associative ripide o piatte, intendendo originali coloro che fanno associazioni in modo piatto, in quanto atipiche e non prevedibili: non vi è una sola risposta nel loro pensiero che la sua produzione possa essere accuratamente predetta. In conclusione, è a questi individui che sarà più facile pervenire ad una soluzione di tipo creativo.

Gianni Rodari nel seguente racconto illustra il potere creativo e di liberazione che può avere una parola (Rodari, 1973, 7):

Il sasso nello stagno

Un sasso gettato in uno stagno suscita onde concentriche che si allargano sulla sua superficie, coinvolgendo nel loro moto, a distanze diverse, con diversi effetti, la ninfea e la canna, la barchetta di carta e il galleggiante del pescatore. Oggetti che se ne stavano ciascuno per conto proprio, nella sua pace o nel suo sonno, sono come richiamati in vita, obbligati a reagire, a entrare in rapporto tra loro. Altri movimenti invisibili si propagano in profondità, in tutte le direzioni, mentre il sasso precipita smuovendo alghe, spaventando pesci, causando sempre nuove agitazioni molecolari, Quando poi tocca il fondo, sommuove la fanghiglia, urta oggetti che vi giacevano dimenticati, alcuni dei quali ora vengono dissepoliti, altri ricoperti a turno dalla sabbia. Innumerevoli eventi, o microeventi, si succedono in un tempo brevissimo. Forse nemmeno ad aver tempo e voglia si potrebbero registrare tutti, senza omissioni.

Non diversamente la parola, gettata nella mente a caso, produce onde di superficie e di profondità, provoca una serie infinita di reazioni a catena, coinvolgendo nella sua caduta suoni e immagini, analogie e ricordi, significati e sogni, in un movimento che interessa l'esperienza e la memoria, la fantasia e l'inconscio e che è complicato dal fatto che la stessa mente non assiste passiva alla rappresentazione, ma vi interviene continuamente, per accettare e respingere, collegare e censurare, costruire e distruggere.

Ecco che una parola qualunque può funzionare come parola magica per disseppellire campi della memoria che giacevano sotto la polvere del tempo.

Blocchi alla creatività

Una delle opinioni più diffuse è che la creatività sia privilegio di poche persone di talento (artisti o geni), di conseguenza, chi ritiene di non avere capacità creative tende a sopravvalutarla come una qualità irraggiungibile, quasi magica, un talento estroso, oppure a svalutarla e respingerla come un qualcosa di frivolo, stravagante e inutile. Molti ne temono addirittura l'influenza disgregante.

Questo atteggiamento dannoso e inibente è frutto di una diffusa disinformazione: le ricerche condotte negli ultimi decenni hanno dimostrato che tutti noi possediamo una capacità creativa. Numerose sono le "prove" del fatto che la creatività può essere recuperata in coloro che sembrano averla persa o in cui il potenziale creativo è seppellito da blocchi e condizionamenti individuali e ambientali.

La maggior parte degli individui ha un rilevante potenziale creativo compreso dentro di sé, in attesa di essere portato alla luce. E' fuori discussione che la maggior parte delle persone usa solo una piccola parte del proprio potenziale;

tale condizione è probabilmente legata al fatto che il processo di erosione della nostra creatività innata comincia molto presto e continua per tutta la vita.

Prima in famiglia e poi sin dai primi anni di scuola ognuno è costretto ad adeguarsi ad un sistema educativo che soffoca progressivamente la propria libertà di immaginazione e produzione di idee.

Apparentemente mentre ogni persona si prepara e si costruisce per una maturità responsabile, l'acculturazione e i processi di maturazione attraverso i quali la maggior parte delle persone passa, portano ad un tale punto di conformismo che curiosità creativa e senso del fantastico cessano quasi di esistere.

“Una certa libertà dal pregiudizio con cui ci accostiamo al reale. Questa mancanza di stereotipi, di cliché, di conformismo, insomma, dona uno sguardo innocente, come è innocente lo sguardo dell'infanzia, ovvero uno sguardo spontaneo, non indirizzato, ancora aperto all'esperienza. Ricordiamo il bambino della favola di Andersen che vedeva il Re nudo (I vestiti nuovi dell'imperatore). E' infatti questa libertà percettiva, cognitiva e affettiva che si avvalgono le personalità creative alla maniera di Maslow” (Carotenuto, 1991, 293).

La creatività è un'abilità presente in ogni persona, anche se in misura differenziata, spesso però può essere inibita e bloccata da processi che riguardano la sfera di vita psicologica e sociale della persona. In pratica, tendiamo a fissarci sui pensieri abitudinari e conosciuti, piuttosto che trovare/provare pensieri nuovi e sconosciuti.

I blocchi alla creatività possono essere principalmente suddivisi in tre categorie:

Blocchi di tipo percettivo:

- l'incapacità a porsi domande al di là di ciò che è evidente;
- l'incapacità a distinguere fra causa ed effetto;
- la difficoltà a scomporre un problema in elementi trattabili;
- l'incapacità di usare tutti i sensi che ci mettono in contatto con quel che ci circonda;
- la difficoltà a percepire relazioni insolite fra idee e oggetti;

Blocchi di tipo emotivo:

- Il timore di commettere un errore o di passare per una persona strampalata o diversa;
- la paura di trovarsi in minoranza;
- l'arrestarsi prematuramente sulla prima idea di soluzione che si presenta;
- il timore e la diffidenza di fronte agli altri, specie se ricoprono un ruolo importante;
- la scarsa capacità di distendersi;
- il senso del ridicolo;
- l'assenza della motivazione necessaria a portare avanti un'idea, progetto od attività.

Blocchi di tipo culturale:

- il desiderio di conformarsi a modelli sociali (il fantasticare è tempo perso);
- la tendenza al "tutto o niente" o alla polarizzazione;
- la fede successiva nelle statistiche e nell'esperienza del passato;
- la credenza che il fatto di sognare e d'immaginare sia un comportamento infantile;
- credere che il fantasticare sia una perdita di tempo.

In sostanza, questi blocchi della creatività rafforzano la rigidità degli schemi di riferimento. A molte persone la realtà appare fatale, non modificabile, non interessante o stimolante; è l'affermazione di bontà dell'esistente, dello status quo, l'accettazione passiva della frustrazione.

Lavorare sui propri blocchi permette ad ogni persona di far fluire la propria creatività aprendosi in modo nuovo all'esperienza cercando di togliere le proprie rigidità precostituite.

Le tecniche della creatività

Le tecniche creative o metodi creativi sono qualsiasi artificio, strategia o procedura che siano in grado di far produrre più velocemente ed efficacemente idee ad un singolo individuo o ad un gruppo.

Molte sono le tecniche della creatività sia individuali che di gruppo, ma mentre nel processo creativo individuale tra l'input (il problema) e l'output (la soluzione) c'è l'elaborazione mentale del singolo, in un gruppo tra il problema e la soluzione vi sono le elaborazioni mentali di tutti i componenti del gruppo. Infatti il gruppo può essere visto come un "cervello collettivo" un generatore/amplificatore di idee dove ogni persona entra in risonanza con tutti gli altri rendendo più fertile il processo creativo.

Le tecniche creative vengono applicate ai gruppi creativi durante le sessioni creative.

Per sessione creativa si intende una seduta di gruppo, composto da un minimo di sei persone ad un massimo di quindici, condotta da un coordinatore, detto anche animatore o mediatore, della durata di diverse ore, con lo scopo di

produrre delle idee, relative ad un dato problema, situazione o fenomeno che si desidera risolvere, mutare o trasformare.

Perché il pensiero laterale possa esplorare ogni possibilità occorre che vengano ricordati quattro atteggiamenti importanti atti a favorirlo: le “regole” proposte dalla ruota libera C Q S M.

- 1- C: Censura abolita: il giudizio critico verso se stessi e gli altri è escluso. La critica alle idee è riservata ad un altro momento;
- 2- Q: Quantità prima di tutto: più grande è il numero di idee e più aumenta la probabilità di averne di buone;
- 3- S: Stravaganza benvenuta: più l’idea è pazza e meglio sarà. E’ più facile trasformare un’idea originale e irrealizzabile in realizzabile che un’idea banale in originale.
- 4- M: Moltiplicazione sistematica: la combinazione e il miglioramento sistematico sono essenziali. Oltre alle proprie idee i partecipanti sono invitati a presentare suggerimenti sui modi per migliorare le altre idee indicando come, secondo loro, due o più idee possono essere combinate in una terza.

Queste quattro regole assumono peculiare importanza nei gruppi creativi di cui costituiscono un presupposto ineliminabile.

Diverse sono le tecniche creative di gruppo applicate di seguito ne vengono descritte alcune tra le più diffuse.

Il Brainstorming

Il brainstorming è forse la più conosciuta tra le tecniche di creatività; fu ideato negli anni '50 da Alex Osborn e fu utilizzato e diffuso in molti ambiti. La sua diffusione fu tale che oggi la parola "brain-storming" è annoverata anche nei

più comuni dizionari; il suo significato "tempesta di cervelli" contiene già in parte l'idea di che cosa si tratta.

E' una tecnica stimolatrice della creatività che utilizza il gruppo come agente moltiplicatore di nuove idee o soluzioni.

Essa consiste in una "discussione di gruppo incrociata e guidata da un coordinatore" il cui scopo è trovare e far emergere il più alto numero di idee possibile su un argomento precedentemente definito; solo al termine di questo compito si potrà poi selezionare, criticare e valutare le idee prodotte.

Il brainstorming insiste soprattutto su una funzione che è rapportabile ai principali fattori del pensiero laterale: la capacità di produrre molte idee, diversificate e insolite, queste qualità sono amplificate e sfruttate dal lavoro condotto in gruppo i cui due pregi sono: l'interazione fra le persone e la moltiplicazione dello sforzo di ciascuno con quello di un altro.

La tecnica del brainstorming è strutturata in tre fasi:

1 – Preliminare: in questa fase si presenta il problema, essa viene effettuata dal coordinatore e dura in genere non più di 10 minuti; al termine della sua presentazione il coordinatore riassume il problema in una sola domanda perfettamente chiara;

2 – Centrale o creativa: è la fase produttiva del brainstorming vero e proprio; è quella in cui fa la sua comparsa il pensiero laterale, quello creativo e artistico (tipicamente la durata è di un'ora);

3 – Finale: spoglio delle idee emesse (preventivamente registrate) da cui usciranno quelle che dovranno essere mantenute. In questo momento fa la sua comparsa il pensiero verticale (logico e razionale), specialmente negli aspetti della critica e della capacità di selezionare e valutare. La selezione delle idee prodotte può durare alcune ore ed è sempre consigliato che questa fase venga effettuata da esperti estranei al gruppo di brainstorming.

La Sinettica

La tecnica creativa denominata sinettica, sviluppata da W. Gordon (1961), consiste in una metodologia di gruppo fondata su due meccanismi psicologici fondamentali:

A – rendere familiare ciò che è estraneo per migliorare la comprensione del problema;

B – rendere estraneo ciò che è familiare per individuare una soluzione adeguata considerando il problema da una prospettiva nuova.

La sinettica, o “tecnica di unione di elementi diversi”, si basa sull'utilizzazione sistematica di analogie. Il problema dello studio viene messo in relazione con un'analogia; ci si allontana dal problema reale per seguire una linea di sviluppo dell'analogia; si decodifica l'analogia incrociandola con il problema. In sinettica possono essere impiegati i quattro seguenti tipi principali di analogie:

- 1- Analogia diretta : il problema viene messo in relazione con il mondo vegetale, minerale, animale, elettronico, meccanico, ecc..;
- 2- Analogia simbolica: il problema viene messo in relazione con il mondo delle immagini, dei simboli, dei miti e delle favole;
- 3- Analogia fantastica: si fa “viaggiare” il gruppo dei partecipanti proponendo loro di immedesimarsi in situazioni di fantasia, per discutere ciò che fanno, vedono e sentono;
- 4- Analogia personale: identificazione personale con il problema. I membri del gruppo sono invitati ad identificarsi con l'oggetto del problema. Questa identificazione permette di proiettarsi, allentando i propri freni psicologici, sul problema.

La Mappa mentale

La caratteristica di questa tecnica è quella di sviscerare il problema, voltandolo e rivoltandolo per cercare ogni possibile aspetto, anche quello più nascosto e inavvertito ad una analisi superficiale.

E' una tecnica associativa che si basa sulla produzione di associazioni a partire da un concetto che si intende esplorare.

Nella mappa mentale vengono rappresentate graficamente le libere associazioni che nascono nel gruppo. Si parte scrivendo al centro di un foglio la parola stimolo (che può essere la questione /problema da affrontare) dal quale si dirameranno tutte le alternative trovate.

La prima fase del procedimento consiste nella raccolta, attorno alla parola stimolo, delle parole/associazioni (in genere quattro) definite primarie o radici. La seconda fase si basa sullo sviluppo specifico di ogni ramo per ciascuna delle associazioni primarie o radici, è importante che ogni nuova idea venga scritta e raggruppata graficamente assieme ad altre che presentano una certa "familiarità" tra loro, collegandole con tratti d'unione.

Il lavoro va eseguito per un tempo sufficiente in modo da rappresentare sul foglio un quadro di tutti i possibili modi di intendere lo stimolo iniziale.

Il Concassage

Il termine si può tradurre in italiano come tecnica della frantumazione. La tecnica del concassage permette di vedere sotto prospettive laterali e talvolta anche veramente insolite la questione in esame.

Il concassage è uno strumento che permette di frantumare, di rimescolare un'idea, un problema, una situazione al fine di trarne nuove idee di prodotto, nuove tecniche, nuove idee di organizzazione.

Frantumare corrisponde al precetto di Osborn di “giocare con le idee”. In effetti si tratta proprio di prendere l’idea di partenza per deformarla in ogni senso.

Questo gioco mentale ha evidentemente come scopo quello di favorire il pensiero laterale.

Si potrebbe definire il concassage come una serie di sollecitazioni a lasciare strade familiari per prendere vie trasversali, sentieri appena segnati, piste cancellate a metà. Inoltre variare angolazioni e punti di vista, moltiplicare le possibilità di guardare in modo insolito, supportare l’immaginazione folle: tale è il ruolo di questo strumento dalle molteplici applicazioni.

Il principio a fondamento di questa tecnica è quella del modificare sistematicamente la questione in oggetto, cambiamento il punto di vista.

Fare il concassage equivale a lasciarsi andare al <gioco dei se....> per poi tirare le conseguenze di queste deformazioni. Le piste, del “se che cosa” da proporre al gruppo potrebbero essere le seguenti:

- se si ingrandisse: la forma, il peso, il prezzo, l’uso, ecc...;
- se si diminuisse: il volume, il prezzo, la durata, l’impiego, ecc...;
- migliorare: il design, le prestazioni, i materiali, ecc...;
- se si associasse: con un altro oggetto o funzione, oppure con qualcosa di completamente diverso;
- se si utilizzasse un diverso processo tecnologico: sostituire dei componenti o delle strutture, ecc...;
- se si rovesciasse: trasformare il <bene> in <male>, il <brutto> in <bello>, ecc...;
- se si sopprimesse: l’oggetto in toto oppure alcuni dei suoi elementi costitutivi.

Per ognuna delle tecniche creative descritte alla fine le associazioni prodotte possono essere poi combinate tra loro in vari modi per produrre idee.

Importante è il ruolo del leader “il coordinatore” che guida il gruppo creativo. E’ una figura molto delicata che implica un’ottima conoscenza delle dinamiche di gruppo; egli deve saper stabilire un certo clima, collaborativo oppure competitivo, caldo o freddo, attivo o passivo mantenendo il gruppo centrato sul problema.