

MOTRICIDAD Y CREATIVIDAD

Aspiramos a un mundo en donde cada día se juegue más. Un mundo en el cual los individuos usen su creatividad para jugar y en el que jugando sean más creativo. Sociedades con espacios y el tiempo especialmente diseñados para la recreación y el juego. Niños, jóvenes y adultos, acostumbrados a decidir a “qué jugar”.

Mauro Rodríguez

*Lo verdaderamente valioso es la imaginación
Albert Einstein*

Si la creatividad , decíamos, podemos definirla de manera general, como el “realizar algo nuevo y valioso” entendiendo el término valioso no solamente en el ámbito material de utilidad social, de utilidad social, sino en el de producir cambios nuevos en la personalidad o actitudes de un ser humano, el ámbito de la motricidad de nuestro yo no queda desligado de esta definición.

Vulgarmente se ha entendido que sólo puede ser creativo con su corporeidad (parte física palpable y parte física no palpable) aquél individuo genial que salta, que lanza, que corre más lejos o más alto que los demás. Todas las personas que no entraban en esta categoría (deportistas de alto nivel) éramos, somos mediocres del movimiento y no valía la pena que nos esforzáramos en conocernos o mejorarnos como sujetos motrices.

No nos hemos dado cuenta de que el ser humano es fundamentalmente corporeo: nacemos y morimos con nuestra corporeidad. Y olvidarnos de ello, es olvidarnos de nosotros mismos. Una persona que deja de “jugar”, de moverse libre y creativamente, esta perdiendo la posibilidad de enfrentar nuevos retos y vivenciar situaciones que le van a permitir situarse en una actitud abierta para afrontar nuevos conocimientos y experiencias de cualquier otro campo del saber y hacer humano.

El juego es el primer escalón del desarrollo de la motricidad y de la creatividad. Por tanto para hablar de estas dos facetas humanas en su conjunto, tendremos que introducirnos, aunque sea someramente, en el significado y acepción de lo lúdico.

Recordamos además a los lectores, que nuestro trabajo se centra en la creatividad primaria u su relación con la motricidad y, por ello, no debe buscar aquí aspectos relacionados con la creatividad secundaria – motricidad.

Como dice Vitor Da Fonseca en sus investigaciones sobre la evolución del ser humano:

*“La motricidad es un sistema regulador mejorado en el transcurso de la filogenésis, en la medida que materializa la transformación de estructuras anatómicas y de estructuras funcionales. Cuanto más compleja es la motricidad, más complejo es el mecanismo que la planifica, regula, elabora y ejecuta. La motricidad conduce a esquemas de acción sensoriales que a su vez son transformados en patrones de comportamiento cada vez más versátiles y disponibles... La motricidad retrata, en términos de acción, los productos y los procesos funcionales **creadores** de nuevas acciones anteriores... Por la motricidad utilizadora, exploratoria, inventiva y constructiva el hombre y el niño humanizado, esto es, socializado el movimiento, adquirirán el conocimiento”*

La creatividad es, por tanto, un componente también de la evolución “motricidad” humana. El descubrir nuevos y diferentes hechos con su motricidad es algo que comienza con la mera exploración lúdica de la acción, siempre y cuando se le presente al sujeto situaciones lo suficientemente abiertas e interesantes para que ello sea posible. Si esto no es así, la motricidad se volverá reacia, poco plástica y se limitará a la repetición de actos aprendidos con poca implicación del sujeto y poco o ninguna aportación personal. Esto limita al mismo tiempo el desarrollo general, puesto que no se pone en evidencia todo el sistema inteligente humano.

CUADRO 11: RELACIÓN ENTRE UN SISTEMA INTELIGENTE Y LA MOTRICIDAD HUMANA (Castañer, 1996)

Condiciones de un sistema inteligente	Motricidad humana
Morfogénesis	Morfocinesis (Holocinesis + ideocinesis)
Equifinalidad	Motricidad exploratoria (ensayo-error-éxito)
Negantropía	Sinergia y armonía motriz
Consciencia y creación	Creatividad motriz
Interacción	Interacción de capacidades y habilidades motrices

Existe gran diversidad de posibilidades para estimular, desbloquear y despertar la sensibilidad personal que nos permite posteriormente ejercer actos creativos. Nosotros vamos a centrarnos en las posibilidades que nos ofrece el JUEGO, el disfrute activo y lúdico, la risa para cumplir con ese objetivo.

Nacemos creativos, nacemos juguetones y la vida, las circunstancias, las “normas” nos van imponiendo poco a poco una forma de actuar “normal”, que bloquea todo ese espíritu lúdico base del desarrollo humano. Jugar no es nada mas que experimentar. El niño se permite el juego porque necesita explorar el entorno para descubrirse así mismo y a los demás. Este juego exploratorio – espontaneo va dejando paso, por imperativo sociales, al juego reglado y a los juegos específicos que limitan realmente la capacidad lúdica. De esta manera vamos cerrando barreras hasta que el adulto tiene totalmente limitadas las puertas de la sensibilidad, de la risa, del disfrute natural y evasivo. Cada vez necesita mas elementos externos (motivación extrínseca) para hacer frente a la vida cotidiana. Su vida se convierte en una monotonía, en una mediocridad y en ese estado se limita a sobrevivir y hacer de “criticón”.

Volver A Abrir las puertas y ventanas de la conducta es la función que debemos desempeñar los que nos dedicamos a estudiar y utilizar el juego y la creatividad. Ayudar a la gente a re-descubrir la risa, el placer, la alegría ... pero este hecho en si mismo es un gran reto que tenemos por delante.

“La risa desarrolla la inteligencia, la comunicación, la autoestima y las relaciones afectivas, despertando la creatividad... La risa combate el insomnio y el apetito desmesurado. Reír resulta beneficioso para el corazón, las vías respiratorias, el aparato digestivo, el sistema nervioso y estimula las defensas del organismo... La risa es una de las mejores terapias que se conocen para conectarnos con lo mas profundo de las emociones y ayudarnos a expresar esos sentimientos y vivencias que bloquean la capacidad real de nuestro potencial humano. Es una excelente vía hacia la felicidad. Reír es una terapia de la vida misma. Cuando somos capaces de meditar en la sonrisa interior, generamos endorfinas, sustancias bioquímicas que se localizan en el cerebro y que en el momento de reír, empiezan a circular a través de la sangre. Ello facilita el desbloqueo energético desechando así las toxinas emocionales que portamos en el cuerpo. A partir de ahí conectamos con nuestra sabiduría interior” (Alfonso Serra, 1997).

Creemos que el juego libre, el verdadero juego, el juego que deja paso a la fantasía, a la imaginación a lo imposible, es la principal herramienta para sensibilizarse. Cuando alguien está en fase lúdica se olvida de los estereotipos, de las normas y actúa libremente dejándose impresionar por lo impredecible del propio juego. Juego y vida titula Cañeque a una de sus obras (Cañeque, 1991).

En el “acto creativo” Arthur Koestler estudia lo que él denomina “disociación”. Utiliza una metáfora entre la “lógica de la risa” y el “acto creativo”, que define como “el percibir una situación o idea en dos marcos de referencia autoconsistente pero normalmente no comparables” (Bohm y Peat, 1998:47).

El juego es la mejor herramienta que tenemos los humanos para conocernos. En el juego nos comportamos como somos y nos permitimos actuaciones que nos puniríamos en la vida real.

Esta situación hace que el juego sea el gran aliado de la comunicación, la ruptura y el establecimiento de un buen clima social.

Está comprobado que las personas rendimos más si el clima en el cual se trabaja es agradable distendido. ¿Por qué entonces nos preocupamos por mejorarlo?

Para entender lo que estamos diciendo, tenemos también que cambiar el concepto que tenemos de juego. “El hombre sólo es hombre cuando juega “ decía Schiller; “no se deja reír porque se envejece, se envejece porque se dejó de reír”, dice Pritchard. Hay todo un abanico de posibilidades para desarrollar la capacidad lúdica y de creatividad, de bienestar mía y de los que me rodean, de catarsis o de experiencia cumbre en palabras de Maslow.

Referencia

CREATIVIDAD Y MOTRICIDAD, Trigo Eugenia y colaboradores, Publicaciones Inde 1999 España.