

Durante el desarrollo de estos Coloquios se ha recibido de Javier García Aranda el aporte que a continuación presentamos.

LA CREATIVIDAD COMO ELEMENTO GENERADOR DE AUTOESTIMA

Anotaciones de algunas impresiones sobre creatividad e identidad

“...yo digo que trabajo en función del conocimiento, que trabajo para conocer..., es decir, para mí la escultura es el medio de conocimiento más apto que he encontrado. Cuando yo estoy trabajando en una obra estoy tratando de contestarme, es una pregunta que me hago a mí mismo en relación al entorno mío, a mi mundo, a mi universo, o a veces a cosas mucho más limitadas, pero siempre tratando de buscar luz y conocimiento a través de ese lenguaje que es mi obra, una obra que es como una pregunta.”

Eduardo Chillida

Buenos días (o buenas tardes, o buenas noches) a todos los presentes.

Una de las propuestas de diálogo para estos coloquios ha sido pensar la autoestima desde un posible motor que la genere: la creatividad. Para poder hablar de este tema, creo que lo más cómodo será que vayamos hablando en orden de aparición de los términos.

Empezaremos pues por la creatividad. Hace cuatro años, en la 150ª Cena Hora Europea que el Ámbito María Corral celebra asiduamente en Barcelona se habló de la “creatividad para dar calidad de vida”. Surgieron muchas cosas interesantes acerca de qué es la creatividad. Entre ellas destaco: que la creatividad es humana, y no sólo “cosa de artistas”; que, por tanto, se puede entrenar; que va unida a la fidelidad (está en función de su propia función); que hay muchos tipos de creatividad; que es una actitud de inquietud hacia la vida; que fomenta espacios para conocerse mejor; que la creatividad, como el juego, es expresión; etc.

Particularmente me interesa mucho resaltar dos de las cosas que se concluyeron en la noche: la creatividad es expresión, y permite el conocimiento. O mejor aún, al revés. La creatividad nos permite conocer **y luego**, nos permite comunicar o expresar.

¿Qué es lo que nos permite conocer? Básicamente, creo que en el hacer creativo uno tiene la oportunidad de conocerse a sí mismo. Más aún diría que para ser creativos nos veremos empujados a conocernos. Es difícil crear algo, hasta pensar, cuando el recipiente que piensa está confuso y no tiene orden: cuando es un desconocido. Las cosas que podemos crear nacen o se han gestado en nosotros, y cada creación será una parte de nosotros mismos. Pero además, cada creación tiene algo de universal. Personalmente yo me he acercado al mundo de la creatividad desde el arte, sobre todo las artes plásticas. Ojeando la obra, las creaciones, de algunos personajes de la historia y leyendo acerca de sus motivaciones para hacerlas, se da uno cuenta de que la mayoría se han dedicado y se dedican a investigar grandes preguntas que han interesado a la

humanidad desde hace miles de años: *quién somos, de dónde venimos, por qué sale el sol, por qué nos enamoramos, a dónde van las cosas que se van, por qué existimos...*

Así, a través de una actitud creativa, de la creación, uno está metido de lleno en la exploración de uno mismo: sus habilidades, sus gustos, sus velocidades, sus miedos, sus tabúes,... Contribuyendo a definir y afirmar su identidad, que no es poco. Pero además está jugando con preguntas universales que a muchos les han interesado a lo largo de la historia. Y esto último enlaza con la otra función de la creatividad: comunicar.

Es consensuado por muchos que en los actos creativos hay una voluntad comunicativa. De hecho, opino que la gente crea no sólo por el impulso de sacarse algo de dentro, sino también para que los demás lo puedan observar, ya sean muchos o pocos, y producir así un lugar de encuentro para poder dialogar.

Decía que lo de las preguntas universales entra en relación con esto. Creo que existe un gran diálogo “tranhistórico” entre personas. Cuando empezamos a hacernos preguntas del tipo que decía antes disponemos ya de un archivo de respuestas tentativas que otros han dado. Podemos investigar en estas respuestas y empezar ahí nuestra búsqueda personal. Al final, lo que es mío e identitario, y lo que es universal y colectivo, se funden de manera muy curiosa.

La parte segunda del enunciado habla de generador de autoestima: creo que vamos bien si pensamos que la creatividad nos permite conocernos y comunicarnos. Al crear estamos generando una serie de conocimientos que podemos comunicar para... bueno, aquí debiera venir la autoestima, ¿no?

Para hablar de autoestima he estado leyendo algo de psicología del desarrollo. Esta rama de la psicología investiga cuáles son los procesos que, desde bebés, van haciendo que seamos como somos. La verdad es que no se habla de autoestima a secas. Se habla más de autoconcepto o de identidad, que englobaría todo lo que pensamos o creemos que somos. La autoestima se entendería como un sentimiento hacia eso que pensamos (en adelante hablaré pensando en la identidad, luego veremos el enlace con la autoestima). Seré escueto para aligerar el texto, pero me gustaría destacar algo en lo que coinciden muchos autores: se puede decir que la identidad no es algo que viene de fábrica y que tenemos que descubrir instalado en nuestra psique. “Es un proceso que emerge a partir de la relación entre la persona y su medio social”¹. Lo que pensamos que somos se va conformando a partir de lo que vivimos en la familia, lo que nos dicen que somos los amigos, los valores que adquirimos, la experiencias que coleccionamos, la historia de nuestra propia vida, nuestro origen,...La autoestima, como parte de la identidad, también entraría en ese saco.

Si tenemos en cuenta que a la creatividad la hemos puesto como elemento-herramienta que nos sirve para irnos formando la identidad y para dialogar con la humanidad, y agarramos la definición de identidad que acabo de dar, veremos que hay mucho en común. *Esa relación entre la persona y su medio social, en el caso de las personas que apuestan por encender la creatividad, está mediada por un tipo de inquietud que le permite ir reforzando aquello de ella misma que más auténtica le hace sentir. ¡Lo digo*

¹ Josselson, R. (1994); en Perinat, A. (1998). **Psicología del desarrollo. Un enfoque sistémico**. Barcelona: Edhassa

y me quedo tan ancho! Cuando uno tiene necesidad de engendrar cosas e ideas, se encuentra en un camino en el que no vale la falsedad. No se puede aguantar mucho tiempo siendo infiel a lo que siente uno mismo cuando se trata de **comunicar** cosas que vamos descubriendo del mundo y de nosotros. La creatividad, ya lo he dicho, nos empuja a descubrirnos cada vez más. Cuando nos cansamos de descubrirnos, se nos ataja el flujo creador. Y no sólo hablo del creador-solito. El ser de una manera peculiar hace que establezcamos relaciones peculiares con las personas que nos rodean, que a su vez influirán en nuestra identidad.

Es como un juego de fuerzas donde cada uno influye determinantemente a los demás.

La creatividad vendría a ser un motor, un generador. Eso parece más o menos claro. Parece que podría serlo de una búsqueda de identidad que nos haga sentir bien con el entorno y lo que somos: la autoestima. Pero podemos apuntar a algo más general.

Hay dos autores conocidos en psicología que explican algo que me parece interesante tener en mente: Se llaman Abraham Maslow y Carl Rogers. El primero es bastante conocido por su pirámide de las motivaciones, que sitúa unas necesidades básicas en la base y otras más *prescindibles* hacia arriba. El segundo, del movimiento humanista, hizo una gran aportación a las teorías psicológicas de la personalidad. Aunque sus respectivas teorías no eran muy parecidas, y otra vez resumiendo en exceso, se puede ver que coincidieron en afirmar varios rasgos comunes para el ser humano. El que quiero destacar: la tendencia de las personas a autorrealizarse (los dos lo llamaron igual), o la “tendencia del individuo a convertirse en lo que puede llegar a ser, a alcanzar el límite de sus capacidades”². Según Maslow esta necesidad era la última que la persona se ocupaba de satisfacer, después de asegurarse comida, seguridad, etc. Para Rogers, esta era la opción natural de las personas, aunque contaba con numerosos obstáculos autoimpuestos. Los dos autores coincidían en que las personas que se autorealizaban se destacaban en muchos aspectos a los demás, sobre todo, en una percepción más eficiente de la realidad. Las personas vamos formando nuestro propio concepto, entramándonos con nuestro medio psicológico y social. Un concepto que tiende a optimizar nuestras propias capacidades y, esto lo añadido yo, nos permite ensanchar nuestra inteligencia: esa que, como dicen ya muchos, nos encarama a la felicidad.

Así, según esto, hay una tendencia natural de las personas a buscar un punto personal de autorrealización. Pero en todas las personas. Lo que observaron estos autores, cada uno por su cuenta, era que había personas que tenían más herramientas que otras para seguir ese camino. Y que justamente aquéllas eran las que presentaban más signos de madurez psicológica (podríamos decirle así). En la tarjeta de los coloquios se habla de *valorar la autoestima como realidad clave para la salud personal*. Aceptarnos a nosotros y a nuestro entorno es obvio que nos permitirá vivir más saludablemente, pero creo mucho en que las personas vamos detrás de algo que, además, saque lo mejor de nosotros.

Decía que esta tendencia está en todas las personas. Pero a algunas les cuesta más. Siendo un poco osado podría decir que la creatividad, ya que hemos hablado un poco de ella, es una herramienta que justamente nos facilita el camino, ¿no? Al menos yo

² Carver, Ch. Scheler, M. (1997) **Teorías de la Personalidad**. México: Prentice Hall

considero que estar despierto a cosas nuevas nos facilita conocernos mucho mejor a nosotros y a los demás: nos da mucha información de lo que queremos, de lo que quieren, y de lo que quiere el mundo. Y además, nos hace estar en movimiento: emocionados. Hay una máxima en música que dice que es fundamental que haya una sensación de movimiento para hacer atractiva una pieza. Esta sensación de movimiento se consigue disponiendo los acordes de manera que unos nos llevan a otros. Estoy convencido de que ese movimiento que nos brinda el ser creativos, el estar despiertos a engendrar, nos va llevando desde nosotros a los demás, de los demás a nosotros, por dentro de nosotros hasta lo más profundo, y luego a lo más alto,...

Ya concluyendo, quizá volvería a algo que he ido diciendo todo el rato. Tanto en la creación como en lo que concierne a la autoestima, o a la identidad, o a nuestro proyecto de autorrealización, somos **solos**, pero no estamos **solos**.

Cualquiera de estos términos remite a un imaginario bastante individualista: el creativo es alguien que crea solo; la identidad es para una persona; la autoestima la tiene uno para sí mismo... Sí y no. Es bien cierto que las personas estamos francamente solas y nos vamos a morir solas, como decía Alfredo Rubio. Pero en todos estos procesos, la mezcla con los demás es inevitable. Lo decía yo al hablar de cómo se forma la identidad. Y también al hablar de la creatividad como comunicación, y no monólogo. El proceso del que venimos hablando supone un enorme diálogo con nosotros mismos, pero también con la familia, con la sociedad, con la cultura, con la política, ... Todo lo que nos rodea y que a veces no vemos nos va a afectar en nuestro modo de vernos. Vamos a tener que ser cuidadosos para seleccionar aquello que nos va a permitir ser más felices, más realizados, para poder ser también más fructíferos. Vamos a tener que investigar lo que más nos conviene, y vamos a tener que echar mano de lo que la historia de las ciencias y la cultura ha acumulado en sabiduría. Habrá que preguntar. Y habrá que inventar.

Creo que la creatividad es una de las infinitas maneras que tenemos de poder bucear y hablar de lo que somos o, mejor dicho, de lo que pensamos y piensan que somos. Y eso siempre es una oportunidad para descubrir cosas. Buenas y malas, no seré idealista. Aunque, en el proceso de crear, siempre habremos ganado ese rato y ese espacio descubriendo la madera de la que estamos hechos.

javier garcía aranda
el masnou, julio de 2006