

20 Νοεμβρίου 2016

Το μυαλό των δημιουργικών ανθρώπων

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Artist: Selçuk Demirel (λεπτομέρεια)

Οι Carolyn Gregoire και Scott Barry Kaufman γράφουν στο Quartz για τις σημαντικές έρευνες πάνω στη μοναδική σπίθα της δημιουργικότητας. Οι πολύ έξυπνοι άνθρωποι δεν έχουν μόνο υψηλό IQ αλλά και άλλα γνωρίσματα που τους ξεχωρίζουν.

Οι Carolyn Gregoire και Scott Barry Kaufman γράφουν στο Quartz για τις σημαντικές έρευνες πάνω στη μοναδική σπίθα της δημιουργικότητας. Τι κάνει τους ιδιαίτερα δημιουργικούς ανθρώπους διαφορετικούς από τους υπόλοιπους;

Στη δεκαετία του 1960, ο ψυχολόγος και ερευνητής της δημιουργικότητας Frank X. Barron αποφάσισε να μάθει κι έτσι πραγματοποίησε μια σειρά πειραμάτων σε μερικούς από τους πιο φημισμένους στοχαστές της γενιάς του, σε μια προσπάθεια να απομονώσει τη μοναδική σπίθα της δημιουργικής τους ιδιοφυΐας. Έτσι κάλεσε μια ομάδα δημιουργών υψηλού προφίλ -συμπεριλαμβανομένων των συγγραφέων Τρούμαν Καπότε, Γουίλιαμ Κάρλος Γουίλιαμς και Φρανκ Ο' Κόννορ-, μαζί με κορυφαίους αρχιτέκτονες, επιστήμονες, επιχειρηματίες και μαθηματικούς, να περάσουν αρκετές ημέρες σε ένα πρώην σπίτι αδελφότητας στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας, το Μπέρκλεϊ.

Οι συμμετέχοντες πήραν τον χρόνο τους ώστε να γνωρίσουν ο ένας τον άλλο, ενώ οι ερευνητές τους παρατηρούσαν και συμπλήρωναν αξιολογήσεις για τη ζωή, την

εργασία τους και τις προσωπικότητές τους, κάνοντας και διάφορες δοκιμές ώστε να ψάξουν για σημάδια ψυχικής ασθένειας αλλά και τους δείκτες της δημιουργικής σκέψης. Ο Barron διαπίστωσε ότι, σε αντίθεση με τη συμβατική σκέψη εκείνη την εποχή, η ευφυΐα είχε μόνο ένα μικρό ρόλο στη δημιουργική σκέψη.

Το IQ από μόνο του δεν μπορούσε να εξηγήσει τη δημιουργική σπίθα. Αντ' αυτού, η μελέτη έδειξε ότι η δημιουργικότητα πυροδοτείται από μια ολόκληρη σειρά από πνευματικά, συναισθηματικά, ηθικά κίνητρα και χαρακτηριστικά. Τα χαρακτηριστικά που οι άνθρωποι αυτοί φαίνεται να έχουν κοινά ήταν: ένα άνοιγμα προς την εσωτερική ζωή ενός ατόμου. Μια έντονη προτίμηση για την πολυπλοκότητα και την ασάφεια. Μια ασυνήθιστα υψηλή ανοχή για τη διαταραχή και την αταξία.

Η δυνατότητα να βάλουν σειρά στο χάος. Η ανεξαρτησία. Η αντισυμβατικότητα. Και η προθυμία να αναλάβουν κινδύνους. Αυτός ο νέος τρόπος σκέψης της δημιουργικής ιδιοφυΐας αποκάλυψε και μεγάλες αντιφάσεις. Έτσι, σε μια μεταγενέστερη μελέτη των Barron και Donald MacKinnon διαπιστώθηκε ότι ένας μέσος συγγραφέας ήταν στην κορυφή του γενικού, ευάλωτου πληθυσμού όσον αφορά στα μέτρα της ψυχοπαθολογίας. Αλλά, περιέργως, βρήκαν επίσης ότι οι πιο δημιουργικοί συγγραφείς είχαν εξαιρετικά υψηλό σκορ σε όλες τις μετρήσεις της ψυχικής υγείας. Γιατί; Διότι φαίνεται ότι οι δημιουργικοί άνθρωποι ήταν πιο εσωστρεφείς.

Αυτό οδήγησε σε αυξημένη αυτογνωσία, συμπεριλαμβανομένης και της μεγαλύτερης εξοικείωσης με τα πιο σκοτεινά και άβολα μέρη του εαυτού τους. Σήμερα, οι περισσότεροι ψυχολόγοι συμφωνούν ότι η δημιουργικότητα είναι κάτι πολύπλευρο. Και ακόμη και σε νευρολογικό επίπεδο, η δημιουργικότητα είναι περίπλοκη. Σε αντίθεση με τον μύθο του «δεξιού ημισφαιρίου του εγκεφάλου», η δημιουργικότητα δεν αφορά μία μόνο περιοχή ή πλευρά του εγκεφάλου. Η δημιουργική διαδικασία βασίζεται σε ολόκληρο τον εγκέφαλο. Το προεπιλεγμένο δίκτυο λειτουργίας του εγκεφάλου, ή όπως μας αρέσει να το αποκαλούμε, το «δίκτυο φαντασίας», είναι ιδιαίτερα σημαντικό για τη δημιουργικότητα.

Το δίκτυο αυτό εντοπίστηκε για πρώτη φορά από τον νευρολόγο Marcus Raichle το 2001 και δραστηριοποιείται σε πολλές περιοχές όπως στην έσω επιφάνεια του εγκεφάλου, στον μετωπιαίο, τον βρεγματικό και τον κροταφικό λοβό. Και όλοι μας περνάμε περίπου τη μισή μας ζωή κάνοντας χρήση αυτού του δικτύου. Οι λειτουργίες του δικτύου φαντασίας αποτελούν τον πυρήνα της ανθρώπινης εμπειρίας. Τρία κύρια συστατικά του είναι η σημασία λήψης αποφάσεων, η ψυχική προσομοίωση και η ευρεία προοπτική λήψης αποφάσεων. Αυτό μας επιτρέπει να

βγάλουμε νόημα από τις εμπειρίες μας, να θυμόμαστε το παρελθόν, να σκεφτόμαστε το μέλλον, να φανταζόμαστε προοπτικές και εναλλακτικά σενάρια, να κατανοούμε τις ιστορίες και να προβληματιζόμαστε σχετικά με την ψυχική και τη συναισθηματική κατάσταση, τόσο τη δική μας όσο και των άλλων.

Οι δημιουργικές και κοινωνικές διεργασίες που σχετίζονται με αυτό το δίκτυο του εγκεφάλου είναι επίσης ζωτικής σημασίας για την ανάπτυξη της συμπόνιας, καθώς και την ικανότητα να κατανοήσουμε τον εαυτό μας και να κατασκευάσουμε μια γραμμική αίσθηση του εαυτού μας. Όμως, το δίκτυο φαντασίας δεν εργάζεται μόνο του. Συμμετέχει επίσης σε έναν περίπλοκο χορό με το εκτελεστικό δίκτυο του εγκεφάλου, το οποίο είναι υπεύθυνο για τον έλεγχο της προσοχής μας και τη λειτουργική μνήμη.

Το εκτελεστικό δίκτυο μας βοηθά να εστιάσουμε στη φαντασία μας, μπλοκάροντας τους εξωτερικούς περισπασμούς, και μας επιτρέπει να συντονιστούμε με την εσωτερική εμπειρία μας. Οι δημιουργικοί άνθρωποι είναι ιδιαίτερα καλοί στο να ενεργοποιούν και να απενεργοποιούν αυτά τα εγκεφαλικά δίκτυα με ευελιξία. Με τον τρόπο αυτόν, είναι σε θέση να κάνουν ταχυδακτυλουργίες με φαινομενικά αντιφατικούς τρόπους σκέψης, γνωστικής και συναισθηματικής, σκόπιμης και αυθόρμητης. Ίσως αυτός είναι ο λόγος για τον οποίο οι δημιουργικοί άνθρωποι είναι τόσο δύσκολο να γίνουν αντιληπτοί. Διότι στις δημιουργικές διαδικασίες και διεργασίες του εγκεφάλου τους φέρνουν φαινομενικά αντιφατικά στοιχεία μαζί με τον πιο ασυνήθιστο και απροσδόκητο τρόπο.

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ-ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ: ΜΑΡΙΑΝΙΝΑ ΠΑΤΣΑ

Πηγή: www.doctv.gr