

Alessandro Antonietti

La visualizzazione creativa

Erickson Portale Internet

Area Creatività, immaginazione e problem solving

www.erickson.it

URL: http://www.erickson.it/cgi-bin/images/upload/doc_cre_7.1.4.pdf

La visualizzazione creativa

Il ricorso al pensiero visivo per affrontare e superare difficoltà di vario genere - cognitive, emotive, relazionali, comportamentali - è una strategia antica. Secondo gli studiosi dell'evoluzione, un momento decisivo nella storia della specie umana si ebbe quando venne acquisita la capacità di costruirsi immagini mentali, forma di rappresentazione che comportò un notevole progresso nella risoluzione dei problemi legati alla sopravvivenza. Non è così casuale che in alcune culture africane problemi di tal genere siano ancor oggi fronteggiati attraverso l'utilizzo di processi mentali a base visiva e che l'educazione dei bambini insista sullo sviluppo delle abilità immaginative. Per esempio, in questi contesti, nelle operazioni di misurazione ci si affida, anziché all'utilizzo di sistemi metrici, a valutazioni "ad occhio" che risultano non meno attendibili di quelle compiute con strumenti aritmetici. Del resto, capacità di questo tipo erano altamente apprezzate anche nel mondo occidentale prima che venissero introdotte unità di misura *standard*: per esempio, l'abilità di stimare "ad occhio" la quantità di partite di merci era essenziale per i commercianti del '400 e gli apprendisti venivano addestrati al riguardo. E anche nel recente passato, a livello popolare, certi modi di stimare "ad occhio" le quantità riscuotevano maggior fiducia che le valutazioni metriche, come ricorda Joseph Roth nel romanzo *Il peso falso*: «Le stoffe si misuravano con il braccio e tutti sanno che un braccio d'uomo, dal pugno chiuso fino al gomito, misura un braccio esatto, né più né meno. Tutti sapevano poi che un candeliere d'argento pesava una libbra e venti grammi, un candeliere d'ottone circa due libbre. Sì, c'era molta gente che non si fidava per nulla di pesi e misure. Pesavano con la mano e con l'occhio».

Le opportunità che il codice immaginativo dischiude quando si debbano affrontare problemi non sono misconosciute anche a livello "colto". Storie documentate e aneddotiche attestano infatti che scoperte e ritrovati tecnici furono favoriti dall'uso di strategie di ragionamento a base visivo-spaziale. Fisici come Maxwell e Einstein erano soliti crearsi immagini mentali delle situazioni da essi studiate. Altri riuscirono a sfruttare proficuamente le figure apparse in qualche loro sogno: ne è esempio il chimico Kekulé che trovò la struttura ad anello della molecola del benzene traendo ispirazione dall'immagine onirica di un serpente che si mordeva la coda. Senza dover attendere simili casi fortunati, in vari campi di ricerca attualmente si ricorre alla visualizzazione. Qualche esempio: nella progettazione di aerei, anziché procedere a complicati calcoli, si simula in termini grafici con un calcolatore il volo in modo da poter poi identificare sull'immagine dell'aereo prodotta dal computer le parti del veicolo soggette a maggior attrito con l'aria; anche nelle discipline mediche l'*output* visivo del computer è ampiamente utilizzato per individuare le strutture coinvolte nei processi sotto indagine (si pensi alle tecniche di *brain imagery*); in biologia lo studio di certe configurazioni molecolari fa esplicito riferimento a modellizzazioni di tipo visivo-spaziale, quali quelle desunte dalla teoria dei nodi.

Si è fatto breve riferimento alle possibilità collegate all'impiego della visualizzazione nella soluzione di problemi intellettivi. Tuttavia, come si diceva all'inizio, il pensiero visivo può svolgere un ruolo anche per altri scopi. Nella tradizione orientale

è possibile rinvenire utilizzi della visualizzazione mentale finalizzati al superamento di problemi emotivi o esistenziali - strategia che è presente, seppur con diversa origine e giustificazione teorica, in certe pratiche psicoterapeutiche odierne, sia di segno comportamentista che psicoanalitico. In alcune culture, persino, si dedica gran parte della giornata al pensiero visivo - per esempio attraverso il racconto e la discussione dei sogni - e la formazione dei giovani avviene soprattutto per mezzo di compiti di visualizzazione.

Nonostante questi riconoscimenti dell'importanza del pensiero a base figurale, la tradizione occidentale - al di fuori degli ambiti, limitati, della ricerca scientifica e di certe metodologie terapeutiche - ha in genere sottovalutato le possibilità della visualizzazione. A questo riguardo, così si esprimeva Italo Calvino parlando della "visibilità" come di una delle dimensioni umane da salvaguardare: «Ma c'è un'altra definizione in cui mi riconosco pienamente ed è l'immaginazione come repertorio del potenziale, dell'ipotetico, di ciò che non è né è stato né forse sarà mai e che avrebbe potuto essere. Se ho incluso la Visibilità nel mio elenco di valori da salvare è per avvertire del pericolo che stiamo correndo di perdere una facoltà umana fondamentale: il potere di mettere a fuoco visioni a occhi chiusi, di far scaturire colori e forme dall'allineamento di caratteri alfabetici neri su una pagina bianca, di pensare per immagini».

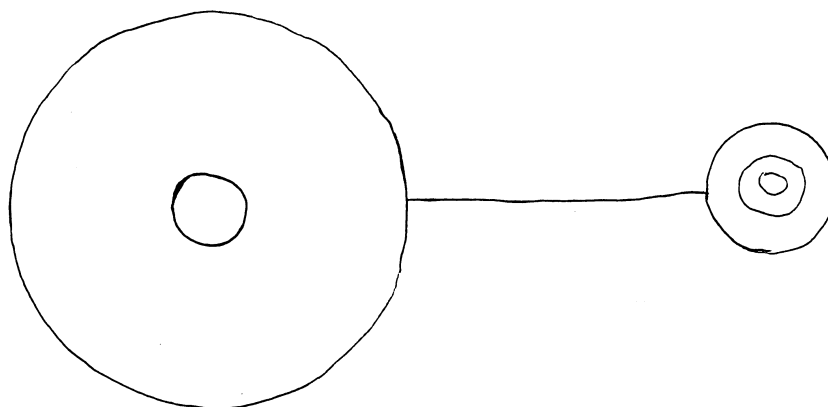
In particolare, ai nostri fini, appare di una certa utilità coltivare la visualizzazione per offrire all'individuo una strategia che, per i motivi che via via saranno esposti, può rivelarsi particolarmente pertinente per affrontare situazioni di difficoltà al cui riguardo altri approcci risulterebbero improduttivi. Nelle pagine che seguono vengono presentate alcune proposte operative, predisposte soprattutto per i bambini, volte a sviluppare le capacità di immaginazione figurale.

1. Immagini per produrre

Una delle più semplici funzioni che una figura può rivestire è quella di suscitare dei pensieri. In questo ruolo le immagini si differenziano da altri tipi di stimoli in quanto sono polisemiche - ciò possono rivestire più significati - e sono in minor misura caricate di convenzioni linguistiche. In questo senso, le figure appaiono particolarmente pertinenti per innescare flussi ideativi abbondanti e flessibili.

Attività 1.1

Presentare un'immagine - opportunamente scelta in modo che possa rappresentare, come quella sottostante, varie realtà - e chiederne i possibili significati.



MESSICANO CHE TIRA TEGAME CON DENTRO UOVO AL BURRO
(VISTO DALL'ALTO)

Figura 1

Attività 1.2

Ritagliare da una rivista un'immagine sufficientemente articolata e incuriosente, e utilizzarla per compiti come i seguenti:

- se l'immagine fosse la locandina di un film, che titolo potrebbe avere quest'ultimo?
- di quale prodotto l'immagine potrebbe essere la pubblicità?
- se l'immagine comparisse nell'articolo di un quotidiano, di che cosa tratterebbe tale articolo?

2. Immagini per completare

In alcuni casi una figura non soltanto dà l'avvio a un percorso di pensiero, ma in qualche modo lo orienta. Tuttavia le figure, anche se guidano o vincolano il decorso del pensiero, non lo determinano: il codice visivo non ha una sintassi rigida cosicché dati alcuni elementi, necessariamente ne devono seguire altri. Quello visivo è un linguaggio aperto in cui gli elementi presentano ampie gamme di sviluppi possibili.

Attività 2.1

Ritagliata la parte centrale di una figura e incollata questa nel mezzo di un foglio bianco, invitare a completarla aggiungendovi le parti circostanti.

Attività 2.2

Fornito un foglio riportante una serie di modelli identici - si veda la figura sottostante - chiedere di completare ogni modello in un modo diverso.

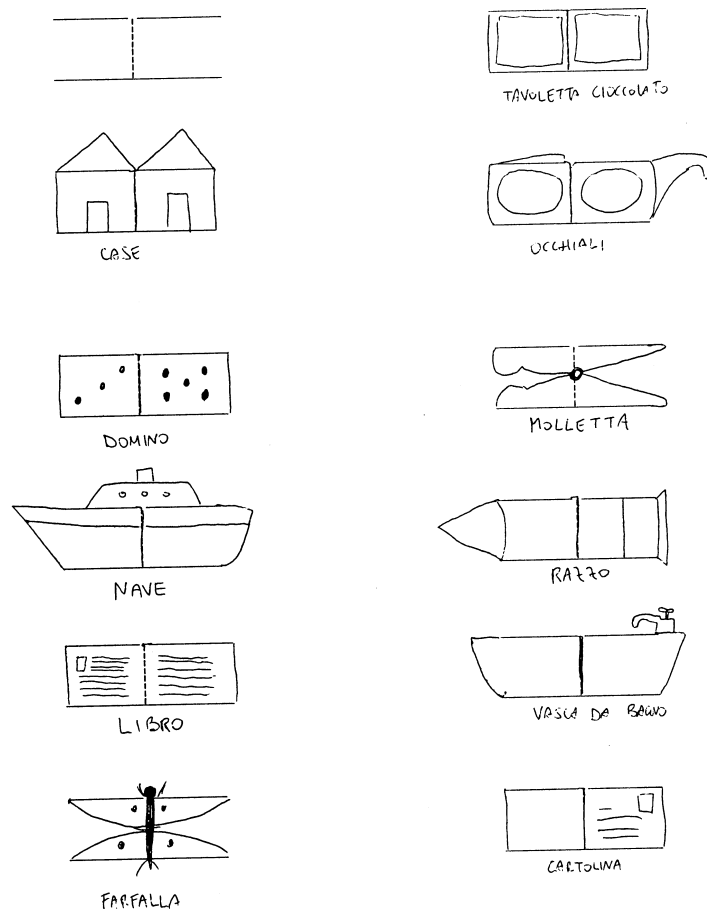


Figura 2

Attività 2.3

Data una matrice di punti come quella sottostante, invitare a congiungere i punti in modi sempre diversi.

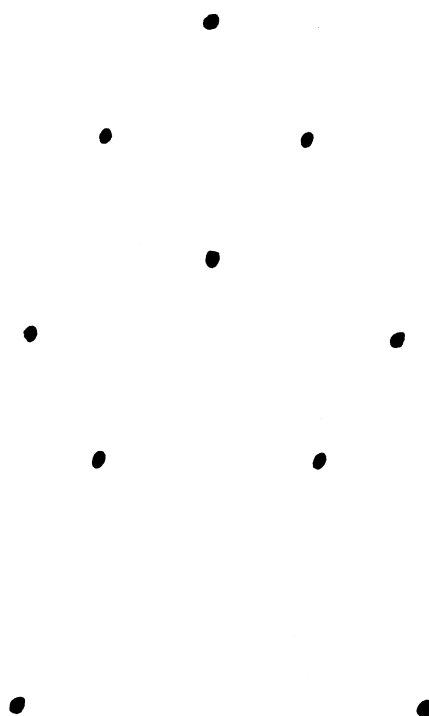


Figura 3

Attività 2.4

Fornita l'immagine di un personaggio, invitare a costruire lo scenario in cui inserirlo, eventualmente ideando una storia al riguardo. È possibile fare anche l'inverso: dato uno scenario, popolarlo di personaggi.

3. Immagini per combinare

Le immagini possono essere anche combinate tra di loro. Anche in questo caso non esiste una sintassi normativa: le combinazioni possono essere le più diverse. Anzi, le giustapposizioni insolite sono in genere quelle che dischiudono sorprese o novità. È questo il caso di varie creazioni mitologiche (la sirena, il centauro) o di scoperte e invenzioni scaturite dall'abbinamento di elementi disparati.

A questo proposito Ronald Finke ha ideato una semplice tecnica che si è rivelata particolarmente produttiva, avendo portato alla creazione di nuovi oggetti, alcuni dei quali brevettati. Il metodo consiste nel presentare tre figure geometriche, come per esempio le seguenti:

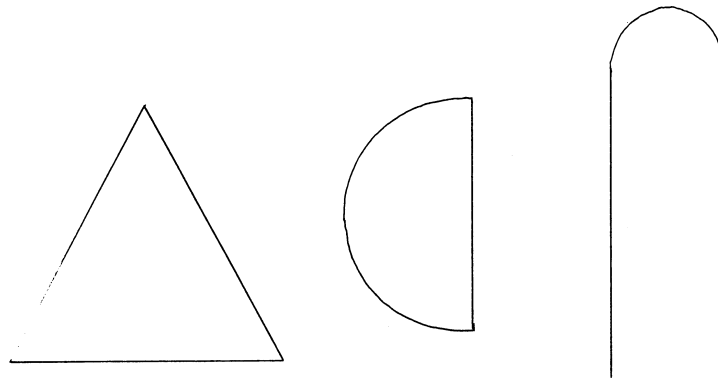
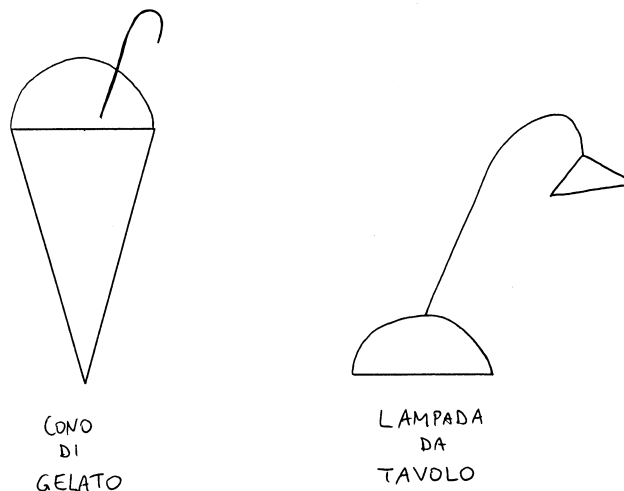


Figura 4

Una volta che le figure sono state memorizzate, si chiudono gli occhi e per cinque minuti si cerca di combinare liberamente nella propria mente le tre immagini in modo da ottenere un oggetto di un qualche significato. Le figure possono essere ruotate, ingrandite, rimpicciolite, sovrapposte, ecc.

Talvolta risultano risposte non originali, come le seguenti:



CONO
DI
GELATO

LAMPADA
DA
TAVOLO

Figura 5

Altre volte si hanno invece degli esiti creativi, come i seguenti:

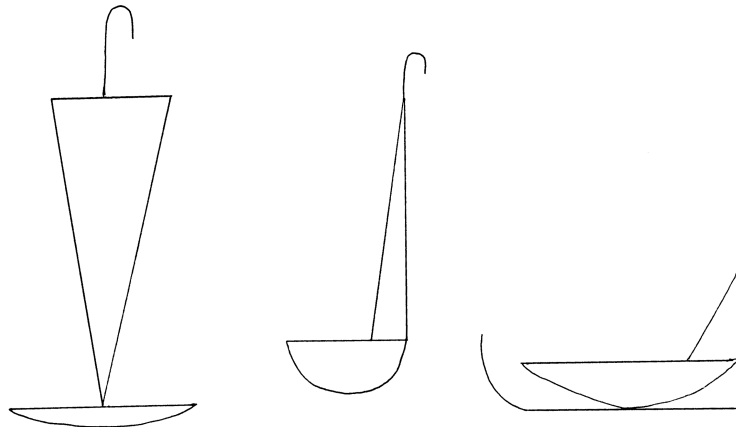


Figura 6

Nel primo caso si tratta di un portraombrelli dotato, affinché il pavimento non si bagni di un raccoglitore degli spruzzi d'acqua prodotti introducendo gli ombrelli. Il secondo è un piccolo dondolo portatile con gancio (per poter essere appeso al muro quando non viene utilizzato). Il terzo è una slitta il cui sedile può essere sganciato e utilizzato come piatto-bob per scivolare sulla neve.

Attività 3.1

Tagliare un'immagine in varie parti e poi chiedere di collegare queste ultime in modo da ottenere una diversa figura.

Attività 3.2

Tagliare un quadrato in sei parti in modo da renderlo difficilmente ricostruibile da parte dell'avversario.

4. Immagini per cogliere

Attraverso immagini mentali possiamo compiere valutazioni in modo rapido, in quanto esse ci aiutano a cogliere immediatamente i rapporti. Ciò avviene, per esempio, quando ci chiediamo se lungo una parete c'è spazio sufficiente per un certo mobile o se un determinato capo di abbigliamento “sta bene insieme” a un altro indumento: nella nostra mente anticipiamo in forma di immagini i risultati di spostamenti e accostamenti senza doverli fisicamente compiere. Le figure, infatti, permettono di rappresentare ed elaborare le informazioni “in parallelo”, ossia in modo che siano tenuti contemporaneamente in considerazione vari aspetti. In questa maniera, attraverso un esame globale, le immagini ci permettono anche di cogliere la struttura delle situazioni che abbiamo di fronte.

Attività 4.1

Data un'immagine in cui siano ritratte delle persone e ricoperte alcune di queste, invitare a ricostruire le caratteristiche (sesso, età, espressione del volto, ecc.) di queste ultime sulla base delle informazioni (postura, espressione, ecc.) fornite dai personaggi rimasti visibili

Attività 4.2

Fornita una fotografia ritraente persone che stanno parlando, invitare a individuare argomento della conversazione, stato d'animo degli interlocutori, ecc.

Attività 4.3

Porre il seguente problema invitando a visualizzare la scena descritta prima di dare la risposta: “Un pescatore lascia cadere in mare una lenza in modo che scenda per 8 metri. Un gamberetto si posa sull'estremità inferiore della lenza e inizia a risalirla camminando alla velocità di 3 metri all'ora. Dopo mezz'ora inizia l'alta marea e il livello dell'acqua si alza di mezzo metro ogni mezz'ora. Quando, dopo 2 ore, un pesce abbocca all'amo, quanti metri rimangono al gamberetto da percorrere per raggiungere la superficie dell'acqua?”

Se si immagina la situazione ci si accorge che, quando arriva l'alta marea, insieme al livello dell'acqua si alza anche il galleggiante della lenza, cosicché sott'acqua rimangono sempre 8 metri. Quando il pesce abbocca il gamberetto sarà quindi a 2 metri dal pelo dell'acqua e non a 3 metri e mezzo (come sarebbe se si conteggiasse – erroneamente - anche l'innalzamento della marea).

Attività 4.4

Invitare a guardare un oggetto (per esempio, una mano, un cespuglio, una nuvola), immaginare la sua struttura interna e disegnare quest'ultima.

5. Immagini per ristrutturare

Le figure ci permettono non soltanto di cogliere dei rapporti strutturali, ma anche di immaginare una loro trasformazione. Essi ci aiutano così a guardare le cose da punti di

Attività 5.1

Scrivere su cartoncini separati le idee che sorgono in mente in relazione a un problema. Poi disporre i cartoncini in vari modi finché non risulti una combinazione di idee utile alla soluzione.

Attività 5.2

Dato un problema, tracciare su fogli disegni ispirati dal problema stesso (come una specie di *brainstorming* visivo). Considerare poi tali disegni per verificare se possono suggerire qualche via di soluzione.

Attività 5.3

Crearsi un'immagine vivida e dettagliata della meta che si intende raggiungere. Immedesimarsi in tale immagine. Identificare in tale immagine gli scarti rispetto alla situazione attuale. Visualizzare le trasformazioni o i percorsi che possono condurre a colmare tali scarti. Visualizzare ciò che si oppone al raggiungimento dell'obiettivo o ciò che può essere di aiuto.

Attività 5.4

Trovare un'immagine associabile al problema (un muro, un baratro, ecc.). Visualizzare tale immagine. Immaginare vie di superamento (nel caso del muro: saltarlo, aggirarlo, abbassarlo togliendo un mattone alla volta, sfondarlo con impeto, ecc.). Individuare strategie realistiche che corrispondano per analogia alle soluzioni visualizzate (ignorare il problema, cercare un obiettivo sostitutivo, affrontarlo con gradualità, affrontarlo con decisione e radicalità, ecc.)

Come detto all'inizio, la nostra tradizione educativa ha privilegiato certi codici culturali - quello matematico-astratto, quello verbale - prestando scarsa attenzione ad altri, tra cui quello visivo. Accade così che le capacità di pensiero figurale siano scarsamente incentivate, poco coltivate e raramente messe a frutto. Di conseguenza, quando ci imbattiamo in qualche problema o difficoltà, la nostra tendenza è quella di far ricorso all'analisi, alla logica, alla discussione. Un'altra strada percorribile sarebbe quella della visualizzazione, strategia che però in genere non abbiamo imparato a sfruttare.

L'apprendimento del pensiero visivo può allora contribuire ad aiutare la persona in difficoltà a trovare vie di uscita. Le attività proposte nei primi tre paragrafi non sono direttamente volte all'utilizzo dell'immaginazione per la soluzione di problemi: esse hanno lo scopo di stimolare la capacità di visualizzare in modo plastico e flessibile, prerequisito per un impiego produttivo delle rappresentazioni spaziali. A quest'ultimo sono invece dedicate le attività descritte negli ultimi due paragrafi, attività in cui la creazione e trasformazione di immagini mentali ha come fine il superamento di difficoltà cognitive e comportamentali.

Attraverso procedure come quelle qui riportate si può sviluppare - come provato da varie ricerche - la capacità e l'abitudine a far uso della visualizzazione per scoprire modi alternativi ed efficaci con cui far fronte a situazioni di disagio, malessere, insoddisfazione. Si tratta, in altre parole, di riuscire a dotare l'individuo di una strategia in più, rispetto a quelle usualmente disponibili, per cercare, al di fuori di un setting clinico-terapeutico, una soluzione a difficoltà e problemi in cui ci si può imbattere.

Riferimenti Bibliografici

ANTONIETTI A., *Il pensiero efficace. Metodi e tecniche per la soluzione creativa dei problemi*, F. Angeli, Milano 1994

ANTONIETTI A., CERANA P., ANGELINI C., *Visualizzazione intuitiva. Risolvere i problemi con l'“occhio della mente”*, in stampa

ANTONIETTI A., GIORGETTI M., *Pensare attraverso immagini. La misura della tendenza alla visualizzazione mentale*, Vita e Pensiero, Milano 1993

FINKE R., *Creative imagery. Discoveries and inventions in visualization*, LEA, Hillsdale 1990

KOSSLYN S.M., *Ghosts in mind's machine*, Norton, New York 1983, trad. it. *Le immagini nella mente*, Giunti, Firenze 1989

McKIM R.H., *Experiences in visual thinking*, PWS Engineering, Boston 1980 (seconda edizione)

ROSKOS-EWOLDESN B., INTONS-PETERSON M.J., ANDERSON R. (a cura di), *Imagery, creativity and discovery: a cognitive approach*, Elsevier, New York 1992

SHONE R., *Creative visualization*, Thorsons, Wellingborough 1984, trad. it. *Visualizzazione creativa*, Astrolabio-Ubaldini, Roma 1984

Sommario

1. Immagini per produrre	4
Attività 1.1	4
Attività 1.2	4
2. Immagini per completare	5
Attività 2.1	5
Attività 2.2	5
Attività 2.3	6
Attività 2.4	6
3. Immagini per combinare	7
Attività 3.1	8
Attività 3.2	8
4. Immagini per cogliere	9
Attività 4.1	9
Attività 4.2	9
Attività 4.3	9
Attività 4.4	9
5. Immagini per ristrutturare	10
Attività 5.1	10
Attività 5.2	10
Attività 5.3	10
Attività 5.4	10
Riferimenti Bibliografici	11