

# CREATIVIDAD Y HEMISFERIOS CEREBRALES

## Sicodanza e Imágenes



**Amelia Coppel**

Sicólogo, sicoterapeuta, supervisora, didacta. Directora de Sicodrama y Directora de Sicodanza (Escuela Rojas-Bermúdez). Coordinadora de ALEA Escuela de Sicodrama y Sicodanza. Miembro fundador de la ASSG, miembro de AEP y FEAP.

[coppellia@gmail.com](mailto:coppellia@gmail.com)

### RESUMEN

El artículo investiga la creatividad partiendo de nuevos aportes de la neurociencia sobre la especialización hemisférica. Parece ser que, en realidad, ambos hemisferios están implicados en el procesamiento creativo. En cuanto al sicodrama, vemos como el espacio terapéutico ofrece al protagonista un lugar para desarrollar su capacidad creativa y al director la posibilidad de imaginar situaciones imprevistas en el “aquí y ahora”.

#### PALABRAS CLAVE:

hemisferios cerebrales, novedad, reconocimiento de patrones, creatividad, sicodrama

#### KEY WORDS:

cerebral hemispheres, novelty, pattern recognition, creativity, psychodrama

### ABSTRACT

The work investigates creativity based on new contributions from neuroscience on hemispheric specialization. It appears that both hemispheres are actually involved in processing creativity. Regarding the psychodrama, we see how the therapeutic space offers the protagonist a place to develop his creative capacity and imagine unforeseen situations in the “here and now”.



CREATIVIDAD Y HEMISFERIOS CEREBRALES  
Coppel, A.

Fecha de recepción: 05/09/2022.  
Fecha de aprobación: 23/09/2023.

LA HOJA DE PSICODRAMA N° 77 (50-57)

## Introducción

*“En general, el más mínimo acto de crear es superior al de hablar de lo creado”.*  
(Nietzsche, 2004)

En Sicodrama la creatividad y la investigación se encuentran profundamente ligadas. La creatividad está presente en la base generativa de la investigación y la investigación implica indagar sobre las ideas creativas para estructurarlas y sistematizarlas. Es un proceso como el que ocurre en cualquier indagación, donde una idea provocadora se convierte en el punto de partida de una investigación sistemática. La creatividad parte de cierto desacuerdo con lo acompañada de una atracción hacia nuevas alternativas, de donde surge una intuición ingeniosa. Lo esencial es apoyarse en un desarrollo posterior para no quedarse en una idea aparentemente creadora. Chateau lo resume divinamente “La creación no es solo inspiración, sino también disciplina” (Chateau, 1976, p.329).

En general, el pensamiento creativo se asienta en la capacidad de adoptar un punto de vista distinto, donde la curiosidad, la imaginación y el deseo de experimentar van de la mano. Al hablar de creatividad parece que nos referimos a la producción artística, sin embargo, va más allá del arte. El impulso creativo es el motor que mueve y transforma el mundo. Es la cualidad de todo cerebro humano de generar una creación propia en cualquier campo. De hecho, pueden existir tantos dominios creativos como personas, las cuales partiendo de algo conocido son capaces de producir asociaciones creativas y elaborar un producto nuevo. Mientras que las actitudes rutinarias, la rigidez mental y el recorrer siempre los mismos caminos disminuyen la creatividad. En nuestro caso, el logro de la creatividad y del manejo de situaciones imprevistas son los distintivos sicodramáticos. De lo que se deduce que al agotarse los

recursos conocidos creamos otros nuevos. Considero que el foco creativo de la Sicodanza se centra en el trabajo con lo *emergente*, con aquello que surge aquí y ahora en el grupo, sean formas corporales que se recortan en el escenario o formas verbales que se destacan en el auditorio, y posteriormente, iniciar coreografías a partir de ellas. La coreografía lo que busca es el proceso temporal a través de su construcción. Elegido ya un protagonista se le pide la imagen dramática de su vivencia en el caldeamiento inespecífico. A partir de esta imagen inicial se le solicitan imágenes anteriores y posteriores. La coreografía contiene, entonces, imágenes seriadas que comprenden una situación desde su origen hasta su término. Esto nos ofrece la visión que tiene el protagonista de la causa de ese acontecimiento, de cómo ha transcurrido y de la expectativa que tiene sobre su desenlace. En cierto modo, es como un ballet, donde la música tiene un papel esencial.

En el proceso terapéutico, Rojas-Bermúdez toma en cuenta la creatividad como un elemento central tal como dice en una entrevista a la Associação Ibérica de Psicodança, “Creo que todos tenemos que cultivar la capacidad creativa, porque es el camino regio para la curación. El individuo que crea está salvado”. (Rojas-Bermúdez, 2012).

## Hemisferios cerebrales y creatividad

Tradicionalmente, se ha considerado que el hemisferio derecho se ocupa de lo visoespacial, lo emocional y lo creativo; el izquierdo del lenguaje, del razonamiento y de las habilidades científicas. Springer y Deutsch (1994) cambiaron el foco de atención de la especialización cerebral entre verbal/no verbal a secuencial/holístico. Estos autores ponen el énfasis en el proceso más que en el *contenido* a procesar. Es decir, en vez de referir la

dualidad a formas verbales o no verbales, la relacionan con el modo de procesamiento de los elementos de forma secuencial o de forma simultánea. En los últimos 30 años, se han ido realizando diversos estudios sobre la especialización hemisférica, avalados por técnicas de neuroimagen, que tampoco están de acuerdo con el planteamiento clásico. Estas investigaciones han dado lugar a varias alternativas teóricas acerca de la dualidad del cerebro.

Uno de los nuevos paradigmas se debe a Elkhonon Goldberg, neurocientífico ruso afincado en EE.UU. Este autor reconoce que el hemisferio derecho desempeña un gran papel en la creatividad, pero no es la única región cerebral involucrada, como se creía hasta ahora sino que también, los lóbulos frontales y el hemisferio izquierdo intervienen en los procesos creativos (Goldberg, 2019)

La tenencia de unos lóbulos frontales bastante más desarrollados que el resto de los animales nos dio la oportunidad de librarnos de la determinación del instinto pudiendo barajar varias opciones y permitiendo al animal humano imaginar, planificar y ejecutar. Por medio de las funciones ejecutivas, podemos pensar en el futuro, imaginar cosas que no tenemos delante, fantasear, etc. En definitiva, los lóbulos frontales nos dan la posibilidad de navegar por el mundo imaginario creando nuevas ideas y transformarlas en proyectos creativos.

En relación a la asimetría de los hemisferios cerebrales, este neurólogo ha cuestionado que “toda distinción cimentada en el contraste entre procesos mentales verbales y no verbales sólo tiene sentido para las especies dotadas del poder del lenguaje” (Goldberg, 2006, p.215). Los animales no tienen lenguaje, sin embargo, comparten con el ser humano la asimetría hemisférica, con lo cual, no podemos atribuir como característica distintiva del hemisferio izquierdo el procesamiento del

lenguaje. Aunque Goldberg acepta el papel primordial de este hemisferio en el manejo de lo verbal, piensa que no basta para explicar las diferencias hemisféricas. Era necesario encontrar alguna función más amplia que justificase esta asimetría tanto en humanos como en animales. A partir de estas cuestiones, Goldberg plantea un nuevo paradigma que explica la división del trabajo entre los dos hemisferios y no lo restringe a funciones lingüísticas. Este científico señala como esencial la capacidad que poseen los seres vivos, no sólo el hombre sino también primates, mamíferos e incluso aves, para extraer patrones del entorno. Goldberg (2006, p.101) considera que: “Por reconocimiento de patrones nos referimos a la capacidad del organismo para reconocer en un objeto o problema nuevos, un elemento de una clase ya familiar de objetos o problemas (...) a medida que nos vamos encontrando con objetos únicos pero parecidos, en nuestro cerebro se forma un esquema mental que capta las propiedades esenciales que comparten esos objetos al tiempo que ignoran los atributos superfluos.

Las observaciones clínicas realizadas por Goldberg indican que el hemisferio izquierdo se ocupa de identificar las cosas como miembros de categorías formadas anteriormente. En cambio, el derecho se dedica a identificar cosas como ejemplares únicos. Por ejemplo, cualquier circunstancia que se experimenta como nueva es debido a que el hemisferio izquierdo no ha sido capaz de encontrar una categoría que la incluya. Esta nueva hipótesis se focaliza en la distinción entre novedad cognitiva y familiaridad cognitiva. Cuando los organismos se enfrentan a una situación nueva la procesan con el hemisferio derecho y una vez que se vuelve familiar se desplaza al hemisferio izquierdo donde se crea un patrón cognitivo para que en sucesivas ocasiones se reconozca la situación como conocida y pueda resolverse con menos esfuerzo.

A mi juicio, el cambio de esta teoría frente a la tradicional es que, en vez de, adjudicar funciones fijas y estáticas a cada hemisferio se les otorga una dinámica constante entre ambos, ya que “lo que hoy es novedad, será familiar mañana, en una semana o en un año” (Goldberg, 2006, p.223). En resumen, esta teoría resalta el papel esencial de los lóbulos frontales, del hemisferio derecho en tratar con la novedad y del hemisferio izquierdo en la implementación de rutinas. Afirmando que “los cambios dinámicos se desplazan desde el hemisferio derecho al hemisferio izquierdo, y desde las partes frontales a las partes posteriores de la corteza” (Goldberg, 2006, p.86). Por tanto, frente a una tarea desconocida, tanto si es verbal como visoespacial, lo que se activa es el hemisferio derecho y a medida que se vuelve familiar la participación del hemisferio izquierdo aumenta.

Goldberg considera que la creatividad requiere la habilidad de abrazar la novedad y es por eso que “el hemisferio derecho esta más preparado para la divagación mental eficiente y para conectar puntos distantes en la red neuronal” (Goldberg, 2019, p.182). Debido a que en el proceso creativo es crucial la capacidad de conectar con elementos de dominios muy apartados donde el surgimiento de una idea nueva es más probable. Posteriormente, se debe “al hemisferio izquierdo y a su conjunto de circuitos locales más estrechamente enlazados los que posibilitan el almacenamiento de representaciones bien desarrolladas una vez producidas” (Goldberg, 2019, p.182).

El nuevo paradigma “Novedad/ Rutina” no deshecha que la teoría tradicional que conexas el lenguaje al hemisferio izquierdo esté equivocada, sino que “la engloba como un caso especial de una forma exclusivamente humana de representar información mediante un código rutinizado y bien articulado: el lenguaje” (Golberg, 2004, p.62). Justamente

se debe a la organización cortical del reconocimiento de patrones que el lenguaje esté asentado en el hemisferio izquierdo.

## Sicodrama y creatividad

En nuestra escuela, una gran parte del proceso terapéutico va en la dirección de facilitar al individuo la actitud creadora como medio de curación. Tanto las vías metodológicas, construcción de imágenes, dramatizaciones y sicodanza como las técnicas corporales, proxémicas y de comunicación estética posibilitan ese propósito.

Para Rojas-Bermúdez, el modelo sicodramático ya es creativo por sí mismo, considerando que “el sicodrama propone un campo (escenario) y un contexto (“como si”) que permiten y favorecen la creatividad, donde el individuo puede poner fuera y dar forma a sus contenidos internos” (Rojas-Bermúdez, 2015, p.4).

Vemos la creatividad como un objetivo a conseguir y, a la vez, como punto de partida de una nueva forma de trabajo donde los errores y los síntomas se toman en cuenta como recursos que posibilitan, muchas veces, vías alternativas. La creatividad como agente de cambio terapéutico facilita diferentes actitudes mentales, que al sobrepasar antiguos esquemas, permiten acceder a la creación de otros nuevos. Según Rojas-Bermúdez (2012, p. 4), “El modelo biológico de la creatividad es la defecación ...el proceso de adentro hacia afuera, para que el individuo pueda encontrar la gratificación en el proceso mismo de crear (sacar fuera de sí) y no solo en el resultado (lo creado)”.

Para nuestra escuela, el proceso de la digestión es la metáfora del proceso creativo donde el alimento que proviene de fuera al ser asimilado se integra en el organismo para volver a ser depositado en el exterior. A veces, se olvida que lo ingerido proviene

del exterior y que lo propio es la elaboración a posteriori. La soberbia se asienta en esta confusión donde no se reconoce la fuente de alimentación.

Goldberg refiriéndose a este tema se pregunta ¿cómo nace una nueva idea? Y sugiere que “las soluciones a los problemas nuevos y la creación de contenidos nuevos no se producen en un vacío. El conocimiento nuevo se construye sobre el antiguo, pero es nuevo” (Goldberg, 2018, p.69).

Siguiendo esta hipótesis, el manejo de la lectura de formas, tan fundamental para nosotros, comienza procesándose en el hemisferio derecho. Al principio cada forma es única y por tanto, nueva, pero a medida que se van observando cientos de imágenes se adquiere la destreza de captar las características esenciales de cada una que forman patrones cognitivos de reconocimiento.

En nuestro trabajo notamos el poder de las imágenes al concretizar aspectos de la organización del síquismo. Teniendo en cuenta que los recuerdos traumáticos se almacenan primordialmente como imágenes mentales, en el hemisferio derecho observamos que esta información siempre se evoca como algo torturador. El objetivo terapéutico es el esclarecimiento de esas vivencias buscando su organización interna a través de la imagen dramática construida en el exterior.

Conseguimos que al focalizarnos en la experimentación (vivencia), reconstrucción (imagen), y elaboración posterior (verbal) de la situación dolorosa, se posibilita su almacenamiento en el hemisferio izquierdo. El antiguo recuerdo debido al trabajo terapéutico no se vive como amenazante sino que queda registrado como un patrón que se reconoce listo para enfrentar situaciones similares. Algo parecido ocurre ante un síntoma, por ejemplo obsesivo, si el individuo es capaz de encauzarlo

hacia algún tipo de actividad creativa está salvado. Rojas-Bermúdez (1995) llama a esta canalización, instrumentación del síntoma. Se trata de que el individuo potencie lo creativo que posee y otorgue un nuevo sentido al síntoma, según este autor, “si ha sido capaz de canalizarlo de una manera inteligente y empieza a usar una ascendencia de tipo obsesiva para organizar, clasificar... eso sería la *instrumentación del síntoma* y yo lo que busco más en los pacientes es como consigo, que el individuo cree, como le puede dar un sentido a su vida, a su síntoma, en vez de estar luchando constantemente contra él” (Rojas-Bermúdez 1995, p.103)

## Herramientas creativas en sicodrama

### • Imágenes Sicodramáticas

“En la Imagen la mente es lo central. El objetivo de la Imagen es dirigir la atención hacia dentro y buscar la organización interna de una vivencia. Si te dan un beso es fuera pero lo que se siente se organiza en una imagen mental. Después vendría la construcción de la imagen en el exterior” (Rojas-Bermúdez, 1999).

Damasio (2018, p. 139) considera que “la rememoración de imágenes pasadas es esencial para el proceso de la imaginación, que, a su vez, es el patio de juegos de la creatividad”.

El proceso de creación de imágenes tiene que ver con la forma de producción de cada uno y, a la vez, se estimula la capacidad creativa.

Tenemos varias razones que apoyan su eficacia terapéutica.

\* El origen: Utilizamos las imágenes sicodramáticas porque sabemos que provienen de las imágenes mentales y estas, a su vez, se estructuran a partir de las experiencias tanto internas como

externas. En mi opinión, nos basamos en las imágenes sicodramáticas porque consideramos que la actividad mental funciona con imágenes (Coppel, 2013). Damasio en sus investigaciones sobre la evolución del sistema nervioso, considera que “la presencia de imágenes significaba que cada organismo podía crear representaciones internas basadas en sus descripciones sensoriales en curso de sucesos tanto externos como internos” (Damasio, 2018, p. 94). Estas representaciones, que el sistema nervioso elabora son los mapas que, “en forma de imágenes, son el componente principal de la mente” (Damasio, 2018, p.112).

b-La síntesis: La imagen dramática es la construcción de una vivencia concretándose en una forma que sintetiza la relación entre los aspectos más relevantes. Al protagonista le corresponde determinar que es lo más representativo para él. El resultado permite observar la selección contenida en la imagen.

c- La objetivación En consecuencia, si la historia de la vida, con sus placeres y dolores, está registrada como imágenes en la mente, se hace evidente que lo más adecuado para abordar cualquier situación, síntoma, emoción, etc., es traer esas imágenes mentales al escenario como imágenes dramáticas que le permiten al protagonista ver en el espacio y fuera de él su mundo interior.

En Sicodrama, utilizamos las imágenes como el principal método terapéutico. En este sentido, el protagonista al plasmar todo su mundo imaginativo interno en el escenario hace posible, por un lado, la concreción de los elementos conflictivos y por otro, muestra su capacidad creativa y simbólica al sintetizar sus imágenes mentales en elementos concretos. Se trata, en definitiva, de la transformación del

individuo a través de un proceso terapéutico basado en actos creadores.

#### • Sicodanza

En cambio en sicodanza, al ser una vía vivencial la expresión de lo interno se hace a través de formas en movimiento conectadas a través de la música. En este sentido, es el subsistema natural (hemisferio derecho y núcleo del yo) el que lidera todo el proceso donde las emociones y sensaciones emergen libremente, a través del cuerpo, liberadas del control yoico del hemisferio izquierdo.

La tarea del director se centra en la lectura de formas que le van orientando en sus intervenciones posteriores, teniendo que echar mano de toda su capacidad imaginativa para ofrecer alternativas complementarias. Las formas en sicodanza son los movimientos, las posturas, las posiciones espaciales que se observan en el grupo. Guiándose por ellas se introducen formas complementarias para favorecer los vínculos que pueden producirse o no. En otras ocasiones, se buscan respuestas nuevas, simplemente, para desarrollar los recursos creativos.

En este sentido, Rojas-Bermúdez siempre insistía en que, en la práctica terapéutica, nunca había que buscar, ni lo lógico, ni lo correcto, ni lo que sea real sino aquello que imaginamos, aunque sea descabellado y, en mi experiencia, daba en el clavo.

A través de la mezcla de estímulos se buscan las reacciones que se desencadenan en el grupo. Estas exploraciones, a través de la danza y la música, posibilitan la creación de nuevas configuraciones corporales que son la expresión de lo imaginario. Es posteriormente en los comentarios, donde se verbaliza lo experimentado y el sentido que ha tenido todo el proceso para cada uno.

La idea fundamental es que no es un proceso con pautas fijas. El desarrollo de la sesión depende de la producción

del grupo. Y es justamente este modelo de intervención el que permite que la psicodanza sea enormemente terapéutica ya que siempre se basa en seguir la espontaneidad grupal que suele conducir a situaciones inesperadas donde los elementos rutinarios no tienen cabida.

#### • Las expresiones metafóricas

El uso de las expresiones metafóricas es otro de los instrumentos que utilizamos habitualmente dentro de la teoría de Rojas-Bermúdez. Me he interesado en la teoría de la metáfora conceptual de Lakoff y Johnson (1995), la cual considera que el lenguaje, en su mayoría, tiene una estructura metafórica, que permite conceptualizar un dominio mental en términos de otro. Sin embargo, esta teoría considera que el núcleo de la metáfora no es el lenguaje, sino que es la expresión lingüística de imágenes provenientes de nuestras actividades sensoriomotrices. Estas experiencias interactivas con el medio generan nuestros conceptos y posteriormente, se comunican por medio del lenguaje metafórico. Podemos ver la metáfora como formas de organización del pensamiento que reflejan la concepción de la realidad. Por tanto, uno de los motivos para prestar atención a las metáforas es que ofrece una puerta de entrada al mundo imaginario de los pacientes y el otro, que las metáforas están compuestas de imágenes (Coppel, 2017). Rojas-Bermúdez seleccionaba de las narraciones las expresiones analógicas que le llamaban la atención para construir imágenes dramáticas en el escenario. Con la salvedad, de que en la consigna desechaba el sentido figurado de la metáfora y pedía el literal. Por ejemplo, si la metáfora era “estoy en un pozo” consignaba hacer el pozo y meterse dentro. Es un poco hacer en el escenario lo que se dice. El proceso de búsqueda de formas que se plasman en la imagen son elementos internos del protagonista. Las imágenes de las metáforas construidas en el escenario son actos

creativos y concretos que permiten, a la vez, que el protagonista comprenda el sentido que tienen esas experiencias para él. El tomar en cuenta la imagen literal, en lugar del significado metafórico, conduce a imaginar representaciones alejadas del pensamiento habitual que suelen llevar aparejadas otras respuestas.

#### • Técnicas de Comunicación Estética

En cuanto a las técnicas de comunicación estética, Rojas-Bermúdez las consideraba muy adecuadas cuando el protagonista no era capaz de exteriorizar por medio de la palabra su mundo interno. Aprovechar la creación como facilitador de poner fuera lo propio, se pueden explorar vías expresivas (pinturas, mascaradas, maquillajes, siluetas, modelados, etc.) con tal de lograr la concreción de lo interno en el escenario.

Frecuentemente, los individuos están muy volcados hacia la estructura social y menos en su interior. El hemisferio derecho, al cual Rojas-Bermúdez denomina Yo natural, es el área conectada con lo más interno de cada uno y a partir de ahí, el individuo puede crear algo que percibe como propio.

#### Conclusión

El proceso creativo comienza cuando surgen las ideas y prosigue con la tarea de estructurar esas ideas en una teoría, un proyecto, una obra, etc. El cerebro no genera de la nada la chispa creativa, lo que elaboramos se asienta sobre información adquirida previamente. A menudo, las viejas ideas se transforman en las nuevas y a la inversa, todo lo nuevo acaba viejo. En los términos de Goldberg, la novedad se convierte en rutina.

Por un lado, parece evidente que aprovechar el poder curativo de la

creatividad, tan enlazado al sicodrama, es una opción terapéutica eficaz. Por otro, ha sido muy revelador indagar en estudios sobre la especialidad hemisférica, los cuales aportan otra visión de cómo el cerebro procesa las experiencias. Este planteamiento propone que los dos hemisferios

desempeñan papeles complementarios tanto en la creatividad como en la categorización donde en ambos casos siempre acontece una transmisión del derecho al izquierdo. Se abren nuevos caminos para seguir explorando las capacidades creativas del cerebro y sus relaciones con el sicodrama.

## REFERENCIAS

- Nietzsche, F. (2004). *Fragmentos póstumos 1885-1889*. Ed ABADA
- Chateau, J. (1976). *Las fuentes de lo imaginario*. FCE
- Denis, M. (1984). *Las imágenes mentales*. Siglo XXI
- Springer, S. P., & Deutsch, G. (1994). *Cerebro izquierdo, Cerebro derecho*. Gedisa
- Rojas-Bermúdez, J. (1995). Fisiosicopatología del Núcleo del Yo. *III Taller de Verano* Organizado por ALEA en La Coruña (papers)
- Lakoff, G., & Johnson, M. (1995). *Metáforas de la vida cotidiana*. Cátedra
- Rojas-Bermúdez, J. (1999). *Utilización de imágenes en supervisión. Imágenes oníricas e imágenes sicodramáticas*. Psychodrama Training. An European View. Leuven. Belgium: FEPTO Pub.
- Goldberg, E. (2004). *El cerebro ejecutivo*. Crítica
- Goldberg, E. (2006). *La paradoja de la sabiduría*. Crítica
- Rojas-Bermúdez, J. (2012). Entrevista sobre sicodanza realizada por la Associação Ibérica de Psicodança Rojas-Bermúdez. *Fondo documental. Entrevistas a Rojas-Bermúdez*. [www.assg.org](http://www.assg.org)
- Coppel, A. (2013). La Revolución en Psicodrama: El modelo sicodramático de Rojas-Bermúdez y su conexión con la neurociencia. *Actas de la XXVIII Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama en Sevilla*. Ed. Punto rojo
- Rojas-Bermúdez, J. (2015). Cuestionario realizado para la tesis doctoral “Utilización del espacio en el escenario de sicodrama en Argentina” de la Lic. Débora Moghilevsky de Penna. *Fondo documental*. [www.assg.org](http://www.assg.org)
- Coppel, A. (2017). Las proyecciones metafóricas como instrumentos terapéuticos en sicodrama. *Actas de la XXXII Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama en Palma de Mallorca*
- Damasio, A. (2018). *El extraño orden de las cosas*. Planeta
- Goldberg, E. (2019). *Creatividad. El cerebro humano en la era de la innovación*. Crítica