

ENTRENADORES CREATIVOS, JUGADORES CREATIVOS

Neurología, imaginación, originalidad, innovación, creatividad... estos son conceptos que están en auge en el campo educativo y me parecen de especial interés para aplicar al baloncesto. En este artículo me voy a centrar en la creatividad, en qué hay que tener en cuenta si queremos formar jugadores creativos, para que sean capaces de dar respuestas originales y eficaces ante los problemas que se encuentren en el juego.

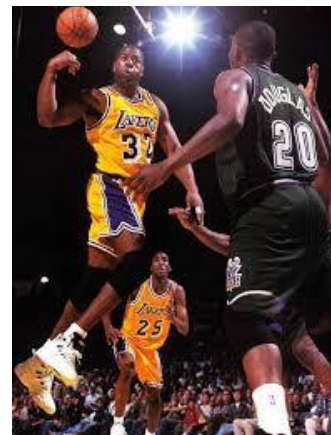
Comenzaremos definiendo el término de creatividad: “es el proceso de tener ideas originales que tienen valor” (Ken Robinson). Así pues, aplicado al baloncesto y ampliando un poco la definición, podríamos decir que es el proceso de dar respuestas motrices y cognitivas originales que tienen valor.

Para formar jugadores creativos, hemos empezado por nosotros mismos. Edith Biggigs dice “si queremos iluminar la imaginación de los niños, primero tenemos que encender la nuestra”. Por medio de la imaginación podemos experimentar cosas que nunca hemos realizado, podemos hacer hipótesis, especular y suponer. Es decir, podemos ser imaginativos. Para ser imaginativos hay que liberar la mente y no tener miedo al error. Pero no tenemos que confundir imaginación con creatividad. La creatividad va más allá. Mientras que la imaginación puede ser interior a uno mismo, para ser creativo tienes que hacer algo. Eso implica utilizar la imaginación para conseguir nuevas soluciones a problemas o para plantear nuevos problemas o cuestiones.

¿Qué consideraciones previas hemos de tener en cuenta para el aprendizaje de la creatividad?

K. Robinson propone 9 principios para desarrollar una cultura sistemática de la creatividad y la innovación:

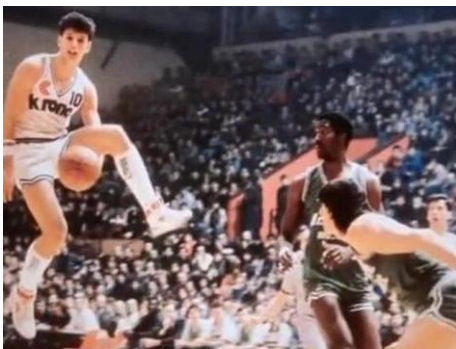
1. Todo el mundo tiene potencial creativo
2. La innovación es hija de la imaginación
3. Todos podemos aprender a ser más creativos
4. La creatividad mejora con la diversidad
5. A la creatividad le encanta la colaboración
6. La creatividad requiere tiempo
7. Las culturas creativas son flexibles
8. Las culturas creativas son inquietas



¿Qué condiciones hemos de tener los entrenadores y hemos de inculcar a nuestros jugadores para que sean creativos?

La primera condición de la creatividad es mantener una **actitud activa, expresiva**, capaz de utilizar los recursos de que se dispone. Una de las funciones de esa actitud es generar proyectos, para dirigir la acción, tener un objetivo a poder ser a medio corto plazo y con opciones realistas de éxito. La creación de la propia **memoria** es la segunda tarea de una personalidad creadora. No solo son importantes sus contenidos, sino el modo en el que están representados y organizados. La tercera tarea es aprender y realizar con soltura las operaciones mentales para **transformar la información**. La cuarta tarea es la elaboración de un adecuado **criterio de evaluación**, que nos permita valorar si la respuesta tiene valor o no. La tarea creadora consiste en movilizar la información, mezclarla y seleccionar la hibridación adecuada.

La **pasión**, enturbia el juicio y bloquea la razón, es mala. Pero se atendemos a su intensidad y energía, es buena. Para una tarea creadora resulta de gran ayuda la energía activadora de la pasión.



La **perseverancia** es tan importante como la pasión, sin un trabajo continuado no hay camino hacia la creatividad (hábito de la inteligencia ejecutiva). La educación de la **atención** es el comienzo y pieza clave para construir una personalidad creadora. La atención exige mirar “inteligentemente”, es decir, dar un significado a los estímulos visuales que se perciben.

“Nuestro cerebro posee un sistema generador que produce ideas, sentimientos, imágenes, etc. Este sistema trabaja de manera no consciente, pero gracias a la **plasticidad cerebral** ese sistema cambia a partir de la experiencia. Llamamos memoria al efecto que la experiencia produce en el cerebro y que modifica su funcionamiento. Es decir, la facultad de aprovechar el pasado para vivir el presente y anticipar el futuro” (J. A. Marina, catedrático excedente de filosofía en el instituto madrileño de La Cabrera, Doctor Honoris Causa por la Universidad Politécnica de Valencia e investigador científico) Para Steven Johnson, escritor de divulgación científica, “la clave de la creatividad es fomentar redes creativas dentro del cerebro, porque éste se comporta de manera distinta dependiendo si está haciendo una tarea repetitiva o no”. La investigación indica que, siempre y cuando sigamos utilizando nuestro cerebro de forma activa, continuamos creando caminos neuronales. Esto nos proporciona un potencial continuo para el pensamiento creativo y también un aliciente para continuar esforzándonos al máximo. Existen pruebas bien contrastadas que indican

que las funciones creativas del cerebro permanecen llenas de fuerza hasta el final de la vida: podemos recobrar y renovar muchas de nuestras aptitudes ejercitándolas adrede. Al igual que el ejercicio físico tonifica nuestros músculos, el ejercicio mental induce nueva fuerza a nuestras capacidades creativas.

¿Qué hábitos tenemos que desarrollar para tener jugadores creativos?

- Hábitos motivacionales:

El factor más importante de la creatividad es la **motivación**, más que el talento o las habilidades. El sentirse capaz, comprobar que se progresa, el gusto por la actividad, son factores necesarios para comportarse creativamente. Aquí el entorno es muy importante, ya que es el que puede valorar, fomentar, reconocer las actividades creativas e incentivar en el niño su interés, o puede hacer todo lo contrario. Teresa Amabile ha estudiado la función de la motivación en la creatividad y ha llegado a la conclusión de que funciona mejor la motivación intrínseca, ya que es una energía que produce euforia. Para mantener este tipo de motivación algunos consejos son:



1. Es importante descubrir las fortalezas de los jugadores
2. Asociar el aprendizaje con sus experiencias.
3. Elogiar el progreso en la tarea y no solo en los resultados.
4. Premiar con cosas importantes, por ejemplo más minutos de juego.

El **halago** es un herramienta importantísima si, como dice la psicóloga Carol Deweck, “se elogia el esfuerzo y la estrategia, no la inteligencia. Haga halagos concretos y hágalos en privado y sobre todo, el halago hay que hacerlo solo cuando existe un buen motivo”

- Hábitos cognitivos:

La información que guardamos en la memoria no está nunca aislada, está incluida en **redes** que se establecen a distinto nivel, en diferentes modos y con enlaces variados. Si un nodo esta comunicado con otros muchos, podrá activarse de forma más sencilla. La comprensión se hace introduciendo la información nueva dentro de redes o modelos ya conocidos, es decir de

experiencias previas. Como ya hemos visto anteriormente, la memoria es un concepto clave en el camino hacia el aprendizaje de la creatividad.

- Hábitos operativos.

La inteligencia ejecutiva no puede crear nada, pero puede **dirigir, presionar y evaluar** lo que la inteligencia generadora le envía. Es la que decide si lo creado tiene realmente valor o no.

La importancia del entorno

Klaus K. Urban, profesor de psicología de Hannover ha dedicado sus investigaciones a cómo fomentar el talento y la creatividad en los niños. Indica que es esencial que se generen ambientes de comunicación dónde los niños se sientan acogidos, estimulados, que expresen sus opiniones y sentimientos y que éstos sientan como parte del proceso de aprendizaje. Debemos propiciar que se



sientan libres de preguntar, estimular la participación, donde todos tienen los mismos derechos y no penalizar el error. Es lo que se conoce como el *Efecto Medici* (Los Medici fueron una poderosa e influyente familia de la Florencia renacentista que destacaron por ser mecenas, patrocinando desinteresadamente a los artistas y científicos de su época): aumenta la creatividad en ambientes muy creativos.

Thomas J. Watson, fundador de IBM dijo: “Una buena aproximación al éxito es doblar tu tasa de fracasos”. A veces equivocarse significa simplemente equivocarse. Si no estás preparado para equivocarte, nunca se te ocurrirá nada original.

Dejemos que fluya

Una de las ideas que más me gustan y que tenemos que tener muy presentes cuando preparamos nuestros entrenamientos y los estamos desarrollando es la idea del *flow (flujo)* de Mihály Csikszentmihályi (profesor de psicología en la Universidad de Claremont, California): “Las personas se hallan tan involucradas en la actividad que nada más parece importarles; la experiencia por si misma, es tan placentera que las personas la realizaran aunque tenga un gran coste, por la pura motivación de hacerla. Las actividades que nos gustan nos



llenen de energía incluso cuando estamos agotados físicamente. En cambio las actividades que no nos gustan nos agotan a los pocos minutos.”

Conclusión

Así pues, hemos de esforzarnos en plantear tareas variadas en los entrenamientos, huyendo de la rutina y en las que nuestros jugadores tengan que pensar. Hemos de exigirles que den respuestas variadas ante diferentes estímulos, así estaremos mejorando su memoria, lo que le facilitará el proceso de creación. Si queremos jugadores creativos, nuestra metodología ha de estar direccionada hacia ello. La resolución de problemas y el descubrimiento guiado han de ser nuestros estilos de enseñanza, con objetivos indeterminados para favorecer la originalidad, y por lo tanto la creatividad. Esas tareas han de estar interrelacionadas, ordenadas y han de ser constantes, ya que como he dicho anteriormente para la creación de la memoria son tan importantes los contenidos como la forma en la que se presentan y se organizan.

Progreso = habilidades innatas + proyecto + entrenamiento.

El psicólogo K. Anders Ericsson afirma en sus estudios que para conseguir la pericia en cualquier actividad exige un entrenamiento de unas diez mil horas.

**Educar a un niño no es hacerle aprender algo que no sabía,
si no hacer de él alguien que no existía. John Ruskin**

José Luis Azagra Cruces, maestro y entrenador superior de baloncesto.

BIBLIOGRAFÍA

- *El aprendizaje de la creatividad*. J.A. Marina. Ed. Ariel
- *El cerebro infantil*. La gran oportunidad. J.A. Marina. Ed. Ariel
- *El Elemento*. Ken Robinson. Ed. Conecta.
- *Fluir (Flow)*: una psicología de la felicidad. Mihály Csikszentmihályi. Ed. Kairos

VIDEOS

- Elizabeth Gilbert: Darle alas a la creatividad: <https://www.youtube.com/watch?v=i2ULwwArk8M>
- Chris Emdin: Enseñemos a los profesores a hacer magia: <https://www.youtube.com/watch?v=QzkvEorXwtg>

