



REVISTA  
SENTIDOS  
DA CULTURA  
BELÉM-PA | ANO 3 | N.3 | JAN-JUN 2017

## JUEGO Y CREATIVIDAD: EL RE-DESCUBRIMIENTO DE LO LÚDICO. APORTES PRÁXICOS A LA FUNDAMENTACIÓN DE ALGUNOS DE LOS PILARES DE LA CIENCIA DE LA MOTRICIDAD HUMANA

*Eugenia Trigo Aza*

### Resumen

Intuir, jugar, despertar, arriesgar, desesteretipar, pasión, ilusión, desbloquear ... son palabras que llevan en sí la actitud de una persona creativa. Son ello, de nada sirve introducirnos en los avatares de las técnicas de creatividad. El cambio novedoso que supone toda acción creativa, comienza o debe comenzar por uno mismo. Atreverse a cambiar, a transformar, a ver las cosas desde otro punto de vista es la base, y va a dar fundamento, fuerza, rigor a los proyectos creativos que uno emprenda. Nacemos creativos, juguetones y la vida, las circunstancias, las "normas" nos van imponiendo poco a poco una forma de actuar "normal", que bloquea todo ese espíritu lúdico base del desarrollo humano. JUGAR no es nada más que experimentar. El niño se permite el juego porque necesita explorar el entorno que le rodea para descubrirse a sí mismo y a los demás. Este juego exploratorio-espontáneo va dejando paso, por imperativos sociales, al juego reglado y a los juegos específicos que limitan realmente la capacidad lúdica. De esta manera vamos cerrando barreras hasta que el adulto tiene prácticamente bloqueadas las puertas de la sensibilidad, de la risa, del disfrute natural y evasivo. Cada vez necesita más de elementos externos (motivación externa) para hacer frente a la vida cotidiana. Volver a abrir las puertas y ventanas de la conducta, es la función de los que nos dedicamos a esto del Juego. Ayudar a las personas a re-descubrir lo lúdico, la risa, el placer, la alegría ... es el gran reto que tenemos por delante.

**Palabras clave:** Lúdico, creatividad, ocio.

## JUEGO Y CREATIVIDAD: EL RE-DESCUBRIMIENTO DE LO LÚDICO. APORTES PRÁXICOS A LA FUNDAMENTACIÓN DE ALGUNOS DE LOS PILARES DE LA CIENCIA DE LA MOTRICIDAD HUMANA EUGENIA TRIGO AZA

### Resumo

Intuir, brincar, despertar, arriscar, desesteriotipar, paixão, ilusão, desbloquear..., são palavras que levam em si a atitude de uma pessoa criativa. Sem isto, de nada vale entrarmos nas situações de técnicas de criatividade. A nova mudança que supõe toda ação criativa, começa ou deve começar em si mesmo. Atreverse a mudar, a transformar, a ver as coisas desde outro ponto de vista é a base que dará fundamento, força, vigor, aos projetos criativos que faça. Nacemos criativos, brincalhões, e a vida, as circunstâncias, as "normas" vão impondo pouco a pouco uma forma de atuar "normal", bloqueando todo este espírito lúdico que baseia o desenvolvimento humano. Brincar não é nada mais que experimentar. A criança se permite a brincadeira porque necessita explorar seu entorno, para descobrir-se a si mesmo e aos demais. Este jogo exploratório-espontâneo, vai sendo abandonado, por imposição social de jogos com regras e jogos específicos que limitam a capacidade lúdica. Desta maneira vamos construindo barreiras e ao chegar a fase adulta temos praticamente bloqueadas as pautas da sensibilidade, da alegria, do disfrute natural e espontâneo, necessitando cada vez mais de elementos externos (motivação externa) para lidar com a vida cotidiana. Voltar a abrir as portas e janelas da conduta é a função dos que nos dedicamos à este JOGO. Ajudar as pessoas a re-descobrir o lúdico, a alegria, o prazer, o humor... é a grande meta que temos pela frente.

**Palavras-chave:** lúdico, criatividade, lazer.

### INTRODUCCIÓN

*Aspiramos a un mundo en donde cada día se juegue más. Un mundo, en el cual los individuos usen su creatividad para jugar y en el que jugando sean más creativos. Sociedades con espacios y tiempos especialmente diseñados para la recreación y el juego. Niños, jóvenes y adultos, acostumbrados a decidir a "qué jugar" sin depender del "con qué jugar"*

*Mauro Rodríguez.*

Si la creatividad podemos definirla, de manera general, cómo el "realizar algo nuevo y valioso" entendiendo el término valioso no solamente en el ámbito material de utilidad social, sino en el de producir cambios nuevos en la personalidad o actitudes de un ser humano, el ámbito de la motricidad de nuestro yo no queda desligado de esta definición.

Vulgarmente se ha entendido que sólo puede ser creativo con su corporeidad (cuerpo físico, emociones, sentimientos, pensamientos, acciones) aquél individuo genial que salta, que lanza, que corre más lejos o más alto que los demás. Todas las personas que no entraban en esta categoría (deportistas de alto nivel) éramos-somos mediocres del movimiento y no valía la pena que nos esforzáramos en conocernos o mejorarnos

como sujetos motrícos.

No nos hemos dado cuenta de que el ser humano es fundamentalmente corpóreo: nacemos y morimos con nuestra corporeidad. Y olvidarnos de ello, es olvidarnos de nosotros mismos. Una persona que deja de “jugar”, de moverse libre y creativamente, está perdiendo la posibilidad de enfrentar nuevos retos y vivenciar situaciones que le van a permitir situarse en una actitud abierta para afrontar nuevos conocimientos y experiencias de cualquier otro campo del saber y hacer humano. El Juego es el primer escalón del desarrollo de la motricidad y de la creatividad. Por tanto para hablar de estas dos facetas humanas en su conjunto, tendremos que introducirnos, aunque sea someramente, en el significado y acepción de lo Lúdico. Como dice Vitor da Fonseca en sus investigaciones sobre la evolución del ser humano:

“La motricidad es un sistema regulador mejorado en el transcurso de la filogénesis, en la medida en que materializa la transformación de estructuras anatómicas y de estructuras funcionales. Cuanto más compleja es la motricidad, más complejo es el mecanismo que la planifica, regula, elabora y ejecuta. La motricidad conduce a esquemas de acción sensoriales que a su vez son transformados en patrones de comportamiento cada vez más versátiles y disponibles... La motricidad retrata, en términos de acción, los productos y los procesos funcionales creadores de nuevas acciones sobre acciones anteriores... Por la motricidad utilizadora, exploratoria, inventiva y constructiva, el Hombre y el niño, humanizando, esto es, socializando el movimiento, adquirirán el conocimiento” (DA FONSECA, 1989, p. 314-315).

La creatividad es, por tanto, un componente también de la evolución de la motricidad humana. El descubrir nuevos y diferentes hechos con su motricidad es algo que comienza con la mera exploración lúdica de la acción, siempre y cuando se le presenten al sujeto situaciones lo suficientemente abiertas e interesantes para que ello sea posible. Si esto no es así, la motricidad se volverá reacia, poco plástica y se limitará a la repetición de actos aprendidos con poca implicación del sujeto y poca o ninguna aportación personal. Esto limita al mismo tiempo el desarrollo cerebral, puesto que no se pone en evidencia todo el sistema inteligente humano.

Intuir, jugar, despertar, arriesgar, desestereotipar, pasión, ilusión, desbloquear ... son palabras que llevan en sí la actitud de una persona creativa. Sin ello, de nada sirve introducirnos en los avatares de las técnicas de creatividad. Éstas son solamente las herramientas de que nos valemos para extraer del fondo de uno mismo la capacidad de ser diferente, de hacer diferente, de pensar diferente, de sentir diferente. Negarnos a hurgar en nuestro interior bajo la “disculpa” de que lo importante son los actos creadores o acciones expresivas creativas, es confundir los términos de lo que significa la creatividad. El cambio novedoso que supone toda acción creativa, comienza o debe

comenzar por uno mismo. Atreverse a cambiar, a transformar, a ver las cosas desde otro punto de vista es la base, y va a dar fundamento, fuerza y rigor a los proyectos creativos que uno emprenda. “El conocimiento científico solo es en la medida en que sea ataque y connotación. Solo existe ciencia en cuanto critica la realidad y a partir de la realidad que existe y con vistas a su transformación en otra realidad” (SANTOS, citado por BATISTA, 1994, p. 18).

Existe gran diversidad de posibilidades para estimular, desbloquear y despertar la sensibilidad personal que nos permita posteriormente ejercer actos creativos. Nosotros vamos a centrarnos en las posibilidades que nos ofrece el juego<sup>1</sup>, el disfrute activo y lúdico, la risa, para cumplir con ese objetivo.

Una persona cuando está jugando se siente libre y en esa libertad se permite unas licencias para consigo mismo, para con los demás y hacia las situaciones imprevistas que es el comienzo de la apertura de esas puertas bloqueadas desde la infancia. Nacemos creativos, nacemos juguetones y la vida, las circunstancias, las “normas” nos van imponiendo poco a poco una forma de actuar “normal”, que bloquea todo ese espíritu lúdico base del desarrollo humano. Jugar no es nada más que experimentar. El niño se permite el juego porque necesita explorar el entorno que le rodea para descubrirse a sí mismo y a los demás. Este juego exploratorio-espontáneo va dejando paso, por imperativos sociales, al juego reglado y a los juegos específicos que limitan realmente la capacidad lúdica.

De esta manera vamos cerrando barreras hasta que el adulto tiene totalmente bloqueadas las puertas de la sensibilidad, de la risa, del disfrute natural y evasivo. Cada vez necesita más elementos externos (motivación extrínseca) para hacer frente a la vida cotidiana. Su vida se convierte en una monotonía, en una mediocridad y en ese estado se limita a sobrevivir y hacer de “crítico”.

Volver a abrir las puertas y ventanas de la conducta, es la función que deberemos desempeñar los que nos dedicamos a estudiar y compartir el Juego, la Creatividad y la Motricidad. Ayudar a la gente a re-descubrir la risa, el placer, la alegría... pero este hecho en sí mismo es un gran desafío que tenemos por delante.

“La risa desarrolla la inteligencia, la comunicación, la autoestima y las relaciones afectivas, despertando la creatividad... La risa combate el insomnio y el apetito desmesurado. Reír resulta beneficioso para el corazón, las vías respiratorias, el aparato digestivo, el sistema nervioso y estimula las defensas del organismo... La risa es una de las mejores terapias que se conocen para conectarnos con lo más profundo de las emociones y ayudarnos a expresar esos sentimientos y vivencias que bloquean la capacidad real de nuestro potencial humano. Es una excelente vía hacia la felicidad. Reír es la

<sup>1</sup>Este discurso está basado fundamentalmente en nuestra propia experiencia. Llevamos 20 años jugando y experimentando el JUEGO y los juegos con distintos grupos humanos. Personas de distintos ámbitos y edades nos han enseñado lo que es verdaderamente el JUEGO y en qué situaciones es posible encontrarlo y descubrirlo. Nuestras experiencias van siendo avaladas por algunos autores a los que haremos referencia, pero en muy pocas ocasiones hemos encontrado nuestra filosofía reflejada en autores provenientes del mundo de la educación física y el deporte. Sabemos que nuestras ideas no son compartidas por todos pero, abrir nuevas perspectivas y asumir retos es labor de todo investigador.

terapia de la vida misma. Cuando somos capaces de meditar en la sonrisa interior, generamos endorfinas, sustancias bioquímicas que se localizan en el cerebro y que en el momento de reír, empiezan a circular a través de la sangre. Ello facilita el desbloqueo energético desechando así las toxinas emocionales que portamos en el cuerpo. A partir de ahí conectamos con nuestra sabiduría interior” (Serra, 1997).

Creemos que el juego libre, el verdadero Juego, el juego que deja paso a la fantasía, a la imaginación, a lo imposible, es la principal herramienta para sensibilizarse. Cuando alguien está en fase lúdica, se olvida de los estereotipos, de las normas y actúa libremente dejándose impresionar por lo impredecible del propio juego. “Juego y vida” titula Cañeque a una de sus obras (CAÑEQUE, 1991).

En el “acto creativo” Arthur Koestler estudia lo que él denomina “bisociación”. Utiliza una metáfora entre la “lógica de la risa” y el “acto creativo”, que define como “el percibir una situación o idea en dos marcos de referencia autoconsistentes pero normalmente no comparables” (Bohm y Peat, 1988: 47). El juego es la mejor herramienta que tenemos los humanos para conocernos. En el juego nos comportamos como somos y nos permitimos actuaciones que nos puniríamos en la vida real. Esta situación hace que el juego sea el gran aliado de la comunicación, la ruptura y el establecimiento de un buen clima social. Está comprobado que las personas rendimos más si el clima en el cual se trabaja es agradable y distendido. ¿Por qué entonces no preocupamos por mejorarlo?

Para entender lo que estamos diciendo, tendremos también que cambiar el concepto que tenemos de JUEGO. “El hombre sólo es hombre cuando juega” decía Schiller; “no se deja de reír porque se envejece, se envejece porque se dejó de reír”, dice Pritchard. Hay todo un abanico de posibilidades para desarrollar la capacidad lúdica y de creatividad, de bienestar mía y de los que me rodean, de catarsis o de experiencia cumbre en palabras de Maslow.

Explicaremos estos temas a lo largo de tres apartados. En primer lugar haremos un breve repaso a lo que significa lo lúdico, siguiendo a continuación con las características del ocio creativo, para terminar exponiendo los elementos que según nuestras perspectivas supone el verdadero juego y donde interacciona el juego con la creatividad.

## LO LÚDICO

*¡Qué fácil es volar qué fácil es! Todo consiste en no dejar que el suelo se acerque a nuestros pies.  
Antonio Machado*

Sin pretender realizar un estudio exhaustivo de lo lúdico, no es este el lugar y otros lo han hecho magníficamente (Lavega, 1995) intentaremos, de manera breve, hacer nuestra personal interpretación de este fenómeno humano tan complejo como

interesante, que nos permita situarnos en nuestro tema: el juego creativo.

Lúdico/a o lúdico/a. Lúdico del latín ludus, ludere; adjetivo “pertenciente o relativo al juego”. Lúdico, del latín ludicrus adjetivo de lúdico. Juego, del latín iocus; “acción y efecto de jugar”. Jugar, del latín iocari “hacer algo con alegría y con el sólo fin de entretenerse o divertirse”. Intentar definir el juego es algo bastante difícil, si tenemos en cuenta que denominamos “juego” a múltiples y variadas actividades (ajedrez, hacer como si..., juego político, juego de roles, la marihola, etc) y una misma actividad es considerada juego o no-juego según la persona que la realiza o el momento que el sujeto vivencia. Esto es también comprensible si admitimos que “una misma conducta puede ser juego o no-juego en diferentes culturas, dependiendo del significado atribuido a la misma. Por estas razones es difícil elaborar una definición de juego que englobe la multiplicidad de sus manifestaciones concretas” (Kishimoto, 1996).

Aventurándonos en este mundo, nos atrevemos a afrontar nuestra aportación definición. Entendemos lo lúdico como “capacidad humana de gozar la vida en el aquí y el ahora de una manera autónoma y constructiva para la persona” (Trigo y colaboradores, 1999).

Oscar Wilde decía “la vida es demasiado seria para ser llevada en serio”. Libertad, risa, humor, fantasía, creatividad, deseo, imaginación, participación, bienestar, son palabras que personas implicadas en situaciones lúdicas suelen manifestar a posteriori de su vivenciación.

Estos valores-conceptos son los mismos que Maslow (1971) describe como síntomas de una personalidad saludable o Valores-B, o incluso, como elementos de la Creatividad Primaria; y Csikszentmihalyi (1996) como Flow (fluir). Aspectos todos ellos que provienen del inconsciente y que surgen al exterior cuando nos permitimos dejar fluir los miedos y deseos inconscientes. Cuando alguien se deja arrastrar por el presente y el aquí y ahora sin preocuparse por la consecución de metas a medio o largo plazo, estamos desarrollando actitudes de diversión lúdico-creativa sin más. Es el verdadero JUEGO.

Para entender esto tenemos que hacer la diferenciación entre el término «juego» en singular y «juegos» en plural. Quizá los idiomas que mejor hacen esta distinción son el inglés y el portugués, al tener dos palabras game (inglés) brincadeira (portugués) y play (inglés) jogo (portugués) para referirse a esos dos aspectos del juego. El juego (play / brincadeira) es la conducta lúdica del ser humano en general, el juego libre; mientras que los juegos (game / jogo) son algunas de las diferentes manifestaciones, generalmente regladas, que puede tener esa conducta lúdica. Se puede saber realizar distintos juegos, y sin embargo no tener una sensación lúdica. Los juegos pueden ser utilizados para desarrollar la conducta lúdica, pero la práctica continuada de juegos establecidos no determina que

se sea una persona lúdica. El juego trasciende a los juegos. Lo abstracto y lo concreto no siempre van de la mano.

Desde nuestro punto de vista, a lo lúdico se le puede denominar ocio, juego, o recreación, siempre y cuando sepamos que la sensación de libertad e imaginación que las personas perciben (Trigo, 1990), es lo que determina que una actividad sea considerada como lúdica. Para un niño pequeño puede ser la simple mirada de su madre, para un infante de tres años puede ser la "conversación telefónica ficticia que mantiene con un amigo imaginario", para una niña de siete años puede manifestarse en la "sensación que le produce el agua mientras se desliza sobre su superficie", para un joven puede ser "la vivencia de su corporeidad cuando compite por el logro de un gol con otros compañeros", para un adulto puede expresar el "placer que siente en la conversación con un amigo". Esta concepción amplia de lo lúdico, nos permite más posibilidades de interpretación del fenómeno y de desarrollo adaptada a las necesidades específicas de cada persona en particular, según los distintos momentos y etapas de la vida. Este es el concepto amplio de lúdico o JUEGO en singular.

Christie (1991) citado por Kishimoto (1996) elabora los criterios que se tendrán en cuenta para identificar lo lúdico:

*1. Lano-literalidad:* las situaciones lúdicas se caracterizan por un cuadro en el cual la realidad interna predomina sobre la externa.

*Efecto positivo:* el juego se caracteriza normalmente por los signos de placer o de alegría, entre los que destaca la sonrisa y la risa.

*Flexibilidad:* las personas están más dispuestas a ensayar nuevas combinaciones de ideas y de comportamientos en situaciones lúdicas que en otras actividades no-recreativas.

*Prioridad del proceso:* en cuanto el sujeto juega, su atención está concentrada en la actividad en sí y no en sus resultados o efectos.

*Libre elección:* el juego solo puede ser juego cuando es escogido libre y espontáneamente.

*Control interno:* en el juego, son los propios jugadores los que determinan el desarrollo de los acontecimientos.

Decíamos que lo lúdico es una capacidad, por lo tanto como toda capacidad es necesario desarrollarla para que se convierta en cualidad y hábito y no en una incapacidad por falta de uso. Como todo desarrollo humano implica poner en funcionamiento toda nuestra percepción a través de los siete sentidos (vista, oído, gusto, olfato, tacto, kinestésico, intuición). Una persona que deja de "jugar", de moverse libre y creativamente, está perdiendo la posibilidad de enfrentarse a nuevos retos y vivenciar situaciones que le permitirán situarse en una actitud abierta para afrontar nuevos conocimientos y experiencias de cualquier campo del saber y hacer humano.

Desde esta perspectiva, lo lúdico es cualquier actividad que produce placer. Siempre se ha identificado placer con juegos de actividad, sin darnos cuenta de que incluso el niño

pequeño (a partir de los tres años) siente placer poniendo en juego su imaginación, dónde no siempre existe ejecución "motora" (Vygostki, 1996).

Lo tratados del juego, suelen referirse fundamentalmente al juego infantil. Primero, en el siglo XVI como simples recopilaciones de los folkloristas y ya el siglo XX como estudios más serios del significado del juego en el desarrollo del niño, por parte de pedagogos y psicólogos. Al margen de pedagogos y psicólogos, muchos otros especialistas (fisiólogos, sociólogos, biólogos, antropólogos) han elaborado diversas teorías sobre el juego. Un buen resumen de este aspecto lo recoge Lavega (1995) en su Tesis Doctoral "Del Joc a l'Esport. Estudi de les Bitlles al Pla d'Urgell", y nosotros no vamos a entrar en ello, por no ser objeto de este trabajo.

El juego del adulto fue estudiado básicamente por los antropólogos -al intentar observar la evolución sufrida por un juego en particular, aunque de momento hay pocas experiencias de este tipo. Otros investigadores que a menudo le dedican algún espacio al juego, son los sociólogos, si bien suelen referirse exclusivamente a tres tipos de juego, a saber: el juego con animales (toros, gallos, caballo, galgos), el juego deportivo (juego con predominio de la actividad física) y al juego de azar (aunque el coloquio de Provençe "mantiene el azar como constante social, y no como juego ensimismado") ... Ha habido, por tanto un "abandono de la teoría del juego por mor de la supuesta imposibilidad de profundizar en un fenómeno complejo ... Los nuevos intentos interpretativos del juego están atravesados fundamentalmente por las aportaciones de la historia" (G. ALCANTUD, 1993).

Se puede decir, entonces que el interés real por el estudio del juego desde el punto de vista científico coincide con la fundación en 1974, de la «Asociación para el Estudio Antropológico del Juego», si bien antes se habían realizado estudios sobre la aplicación del juego en estrategias militares, negocios, etc.. Anteriormente al comienzo de su análisis, y como queda dicho, el juego había sido tratado como algo trivial y en muchas ocasiones pecaminoso. A partir de esa fecha se reconoce el carácter universal de la conducta lúdica del ser humano. Conducta que tiene diferentes manifestaciones y una de ellas, quizá la más importante, sea el juego.

"El juego es una realidad que acompaña al hombre desde que éste existe. Se practicó en las antiguas culturas del Oriente Medio. Se instaló en la civilización greco-romana, para trascender al Medioevo y pasar del Renacimiento a la época contemporánea, hasta alcanzar nuestros días. El juego no es exclusivo de ningún período histórico, ni de la sociedad rural o urbana. Tampoco de los países desarrollados. Se juega en todos los países, incluso en los de más bajo nivel de vida" (REVENTÓS Y CARNER, 1987).

A lo largo de nuestra historia, la parte lúdica de la experiencia humana ha querido ser ocultada. La búsqueda de lo utilitario, de una economía de mercado, de un desarrollo incontrolado y a veces descontextualizado de la tecnología,

pueden ser la causa de este olvido ¿consciente? del espacio-tiempo que los humanos han dedicado a lo imaginario. Ese miedo a la fantasía, a la libertad del ser humano, es lo que ha motivado a los diferentes estados a aplastar el juego y la fiesta y a tratar de reglamentarlos en todas sus manifestaciones. Sólo lo que se rige por normas se puede controlar. En un sentido etimológico la palabra «juego» era sinónimo de diversión. Para los griegos significaba «hacer chiquilladas»; para los hebreos «broma-risa»; para los romanos «alegría-jolgorio»; los germanos lo definían como «movimiento pendular que produce placer». Posteriormente el juego ha significado «grupo numeroso de acciones humanas que no requieren un trabajo arduo y proporcionan alegría y satisfacción».

En 1933, Buytendijk (citado por HUIZINGA, 1972) en la etimología del juego, destaca entre los rasgos característicos de vaivén: la espontaneidad y libertad, alegría y esparcimiento. Como reconocimiento a todos los investigadores sobre el Juego, recogemos cuatro definiciones de otros tantos autores, en representación de todos ellos:

#### **Cuadro: algunas definiciones del Juego**

Huizinga: "El juego es una acción o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijos de tiempo y lugar, según una regla libremente consentida pero absolutamente imperiosa, provista de un fin en sí, acompañada de una sensación de tensión y de júbilo, y de la conciencia de ser otro modo que en la vida real. El juego es el origen de la cultura".

Caillois : "La función propia del juego es el juego mismo. Es una característica propia del juego el no crear ninguna riqueza, ninguna obra".

S Schiller : "Quede bien entendido que el hombre sólo juega en cuanto es plenamente tal, y sólo es hombre completo cuando juega. El juego no es un escape de la vida; constituye parte integrante de ésta y permite a todos entendernos mejor y comprender nuestras vidas".

L Lin Yutang : "Lo que define al juego es que uno juega sin razón, y que no debe haber razón para jugar. Jugar es razón suficiente, en él está el placer de la acción libre, sin trabas, con la dirección que el jugador quiere darle, que tanto se parece al arte, al impulso creador".

### **LA HUMANIZACIÓN DEL TIEMPO PERDIDO**

*El significado de la frase "no tengo tiempo" equivale a "no tengo alma" y el sentido de esta frase es idéntico a "no tengo vida"*  
Jean Gebser

Pero ¿qué relación tiene el juego con la creatividad y la creatividad con el juego? A veces se nos dice o se lee en algunos libritos de juego que todo lo que se hace en el juego es creatividad y en otros libritos de creatividad, que la creatividad es juego. Creemos que no, en los años que llevo trabajando,

tanto sobre el juego como sobre la creatividad, me he dado cuenta que hay aspectos del juego que no tienen nada que ver con la creatividad, y elementos de la creatividad que no tienen nada que ver con el juego. Veamos si a lo largo de este foro podemos aclarar un poco en dónde se unen estos dos elementos.

¿Cómo utilizamos el tiempo? En la ilustración 1 recogemos datos de Muy Interesante (1997), una revista de actualidad española, en los que se analiza el uso del tiempo. La mayor parte del tiempo, 25 años, lo pasamos durmiendo, pero a continuación es ver la televisión (8,3 años) lo que nos ocupa más el tiempo, más incluso que trabajar (7,5 años). Desde nuestro punto de vista de educadoras (cuando hablamos de educador no nos referimos a educación escolar solamente, sino que entendemos por educador toda aquella persona que trabaja con grupos humanos, sean grupos de la empresa, de la escuela, o cualquier actividad donde exista alguien que dirige a un grupo de personas para conseguir un objetivo, lo que significa buscar la transformación, el cambio, la mejora de cada una de las personas con las que trabajamos) esta situación es grave. De hecho sabemos que la televisión, por estudios que hay realizados últimamente, origina no solamente pérdidas de visión, pérdidas de oído, sino también una fatiga neuronal que poco a poco provoca una situación de pasividad; perdemos la capacidad de actuar, la capacidad de transformar, la capacidad de hacer, somos elementos pasivos, perdemos la posibilidad que nos ofrece el tiempo libre para ser nosotros mismos. Habría que preguntarse qué hacemos y qué podemos hacer nosotros como educadores de grupos humanos para mejorar esta situación.

Los estudios que hablan sobre satisfacción de la persona se relacionan con tres aspectos: satisfacción en el trabajo, en nuestro entorno familiar y en nuestro tiempo libre. Si fuéramos capaces de mantener un equilibrio entre los tres elementos seríamos personas felices (objetivo de todo ser humano). Si falla alguno de ellos debemos de buscar la compensación en los otros dos. Como no siempre y para todas las personas el trabajo o la vida familiar es gratificante, tenemos que buscar la compensación en la vivencia del tiempo libre, en el ocio, en el juego, que es el verdadero lugar donde podemos manifestarnos como somos. Pero esta vivencia gratificante y creativa del tiempo libre está desapareciendo de nuestra sociedad. No estamos realizando actividades que impliquen desarrollo, desenvolvimiento, divergencia. Algo tendremos que hacer, con adultos o con niños, para transformar esta situación.

Los educadores tendremos que educar en el tiempo libre para que el ocio sea realmente un tiempo gratificante y de relación. Duch lo expresa de esta manera:

"Una buena pedagogía del tiempo debería contribuir a que los alumnos tuvieran tiempo. Tendría que ejercitarlos para que

fueran capaces de convertir el tiempo 'cronológico' en tiempo 'kairológico'. Sólo tenemos tiempo de verdad si somos capaces de transformar el 'paso mecánico' de las horas y los días en experiencia personal, en autoconocimiento, en reconocimiento del otro, en empatía con él... Y en eso consiste la vida: convertir el espacio y el tiempo en espacio y tiempo humanos... descubrimiento que tiene como consecuencia la humanización del propio tiempo, y que es la condición imprescindible para que el hombre o la mujer lleguen a ser personas... La pedagogía del tiempo debería constituir un aspecto insustituible de toda acción pedagógica que no excluyera de sus finalidades educativas el descubrimiento de la felicidad" (Duch, 1997: 137).

Hoy día, el ocio no se mide por el número o tipo de actividades que se realizan sino por la percepción de libertad que de ello tiene la misma persona que está viviendo la actividad. Hasta hace una década los textos sobre actividades de tiempo libre se calificaban a priori como ocio, semiocio o trabajo, sin tener en cuenta a la persona que las llevaba a cabo. Esto hoy día ha desaparecido y la persona que vive es únicamente quien puede decir si lo que está haciendo es un ocio, es un juego o es un trabajo. La percepción de la libertad es el último rasgo añadido a la definición de ocio. Valga como ejemplo: para alguien que tiene un huerto y que trabaja en el mundo urbano puede ser muy placentero, plantar lechugas, porque nadie le obliga, nadie le paga, no tiene ninguna rentabilidad, simplemente las planta para su propio placer; para esta persona esa actividad constituye un ocio. Por el contrario, para un agricultor que está ocho horas al día trabajando, plantando lechugas y cuidándolas puede ser un trabajo. La misma actividad se convierte para uno en placer y para otro en trabajo.

Otro asunto importante es la relación de la vivencia del ocio con la calidad de vida y con los estilos de vida. Se ha comprobado que según determinadas características de la personalidad elegimos un tipo de actividades u otras (Oullet, 1985), no hay ocios buenos y ocios malos, ni juegos buenos o juegos malos. Para que un ocio sea verdaderamente ocio tiene que estar presente la creatividad, el ser uno mismo, el hacer lo que uno quiera y como quiera, divergiendo, fantaseando, emocionándonos. Si no todo esto es pura teoría.

Cuando hablamos de los hobbies, de los ocios, del juego, de la recreación -diferentes palabras para referirnos a un mismo hecho: el ludismo humano (Trigo, 1995) -tenemos que distinguir entre lo que se denominan "hobbies verdaderos" y "hobbies falsos". Se está comenzando, ya desde niño, a planificar demasiado el tiempo libre, clase de aeróbic, clase de deporte, clase de informática ... y al final el tiempo libre ha dejado de ser tiempo libre y gratificante y se convierte en una serie de actividades cuasi obligatorias. Lo mismo sucede con los adultos: el empresario, una persona muy ocupada al que el médico le ha dicho que tiene que moverse, planifica dentro de su

horario un partido de tenis. Eso es una programación del tiempo libre y no tiene nada que ver con el ocio. El ocio es algo que se hace libremente, en el momento que tú quieras, con quien tú quieras, a la hora que tú quieras y cumpliendo las características que hemos expuesto más arriba. El ocio es libertad y por ello hay determinadas actividades que cuando se le pregunta a la gente "qué haces en tu tiempo libre" no aparecen como tales.

Cuando se ven gráficas del uso del tiempo libre la actividad deportiva prácticamente no aparece, porque generalmente es una planificación: tengo que ir lunes, miércoles y viernes a entrenar con el equipo X y a jugar el domingo. Eso entra dentro de la programación, casi al lado del trabajo. Los adultos debemos comprender que "perder el tiempo" es saludable y para que algo sea saludable no se ve exclusivamente desde el punto de vista biofísico: que tu corazón lata a unas pulsaciones por minuto, tus pulmones bombeen correctamente, etc. La salud se define hoy día como "una manera de vivir cada vez más autónoma, más solidaria y más gozosa" (X Congreso de Médicos y Biólogos en Lengua Catalana) o como "estado de completo bienestar físico, mental y social, y no sólo la mera ausencia de enfermedad o dolor" (Organización Mundial de la Salud). Por lo tanto es la calidad de vida la que determina nuestro bienestar y ello se consigue en nuestras sociedades haciendo que nuestro cerebro funcione en conjunto con sus dos hemisferios: el izquierdo o lógico-convergente y el derecho o analógico-divergente.

También el juego tiene que desarrollar los dos hemisferios cerebrales. Pero muchas formas de usar el juego, como veremos después, se limitan a repetir, a ejecutar, centrándose en el hemisferio izquierdo, como la mayoría de las actividades que realizamos (en ello nos han educado) y eso no es juego, no tiene nada que ver con el JUEGO con mayúsculas como veremos a continuación.

Cuando vamos creciendo, no tenemos tiempo libre o el tiempo libre lo dedicamos no a jugar, sino solamente a descansar aburridamente. A veces no somos capaces de buscar cosas diferentes que hacer, unas porque no tenemos iniciativa y otras porque tenemos miedo a ser diferentes. Esto les sucede mucho a los jóvenes: miedo a ser diferentes, a salirse de las carreras normales de las copas (tragos) de los viernes y sábados, a salirse de lo establecido. Con mucha frecuencia los alumnos comentan: "cuando haces algo diferente es que no te encuentras con nadie, es que estás solo, es que tienes miedo a que te señalen y hablen de tí". Cada vez más se oyen las voces de más personas que se aburren en las vacaciones porque no son capaces de transgredir de lo que hace todo el mundo. Tenemos que ser capaces de disentir de lo establecido, diverger de lo impuesto y distendernos, con nosotros, con los demás. Este es el verdadero espíritu de la creatividad.

Entrando en el terreno de la creatividad, Maslow (1971) diferencia entre la creatividad primaria, centrada en el proceso,

y la creatividad secundaria, centrada en el producto. Nosotros hablamos y trabajamos sobre la creatividad primaria, que es la base de la creatividad y la motricidad. Maslow mantiene que en la creatividad secundaria intervienen otros aspectos, como el esfuerzo para llegar a conseguir un buen producto, y que la creatividad básica y fundamental está en la capacidad de diverger y de expresar y buscar nuevo sentido a situaciones viejas. Nosotros vemos la creatividad o inteligencia creadora como la "capacidad humana de búsqueda de nuevas posibilidades".

Del inconsciente, no de lo conceptual, provienen todas esas capacidades de disfrutar, de fantasear, de ser creativos, de holgazanear, de no hacer nada, de perder el tiempo, de ser espontáneo y la capacidad de jugar. Muchas de las personas que han jugado y juegan con nosotras, después del juego y a la hora de expresar sus vivencias emplean palabras que tienen mucho que ver con este aspecto de la creatividad.

### LA CREATIVIDAD EN EL JUEGO LIBRE

*Las personas están tan obsesionadas en lo que quieren conseguir que ya no obtienen placer con el presente. Mihaly Csikszentmihalyi.*

Debemos diferenciar entre el "juego como aprendizaje para", el "juego como dinamizador de grupo" y el "juego como JUEGO". ¿Por qué hacemos estas diferencias? Utilizamos el juego y siempre queremos buscarle aplicaciones para. Para qué me sirve, dónde lo aplico, cómo lo aplico, con quién lo aplico, esto a mí no me sirva para nada. Palabras de adultos, no de niños. Esto es uno de los aspectos del juego, la aplicación del juego para aprender, para aprender a comunicarnos, para aprender matemáticas, para aprender lengua, juegos matemáticos, juegos lingüísticos, juegos dramáticos, juegos plásticos, estos son los juegos pero no el JUEGO. Es la diferencia entre la palabra juego en singular y la palabra juegos en plural. La palabra juego es una abstracción, es un singular, por lo tanto significa mucho más que la palabra juegos que implica juego 1, juego 2, juego 3, juego 100, juego 1000. Generalmente muchos dicen trabajar con juegos, pero ese no es el verdadero juego. Los juegos si están bien orientados deben llevar al verdadero juego. Pero si solamente están dirigidos se quedan en juegos, y no producen desarrollo de la capacidad lúdica. Se reduce entonces a hacer muchos juegos, conocer muchos juegos, que no descubren el interior de uno mismo que está en nuestro inconsciente. Hay que vivenciar los dos procesos para entender la diferencia entre un aspecto y el otro. Si el orientador del juego, el director de un juego, es un buen guía de grupo, será capaz de ir haciendo buenas orientaciones con juegos para llegar al juego: "el juego libre liberaliza, el juego orientado ayuda a esa liberación, el juego reglamentado exteriormente no es juego" (Trigo, 1995).

El juego como juego es el fin del juego, el juego no tiene

ningún otro fin que el juego en sí, empieza y acaba en el juego, no sirve para nada y ese es su gran valor: el no servir para nada. Es un error no permitirnos la mera satisfacción por la satisfacción en sí misma, por lo que provoca en uno mismo el juego, por lo que supone de autoconocimiento, de desinhibición. Decía una persona en una clase, una frase bonita, "el juego es un desafío a la elegancia", me gustó esa frase de una jugadora en el Master Internacional de Creatividad Aplicada Total de la Universidad de Santiago de Compostela. Era una persona que venía muy seria, como muchas de las personas con las cuales hemos jugado, con su falda larga, muy bien puesta y que se descubrió a sí misma en el taller de juego, repitiéndolo dos años. Esto es lo que ese tipo de experiencias descubre, el encontrarse a uno mismo. El juego está al servicio de las personas y todo educador de grupos humanos debe de estar al servicio de las personas; las personas son las importantes, no el director, no el educador, no el dirigente. Cuando el juego es de las personas es cuando el educador se debe retirar y dejar que el grupo avance. Ahí comienza el valor del juego. Ahí nació el JUEGO. Ahí comienza la CREATIVIDAD. Ahí se une el juego y la creatividad. Dice Rubem Alves:

"El juego es una actividad inútil. Y sin embargo el cuerpo quiere siempre volver a él. Porque el juguete, sin producir ninguna utilidad, produce alegría. Felicidad es jugar. Porque con el juego nos encontramos con aquellos que amamos. Con el juguete el cuerpo hace el amor con objetos de su deseo. Puede ser cualquier cosa: leer un poema, escuchar música, cocinar, jugar al ajedrez, cultivar una flor, conversar, tocar la flauta, hacer volar una cometa, nadar, tumbarse boca arriba mirando las nubes que pasan, acariciar el cuerpo de la persona amada; cosas que no llevan a nada. Amar es jugar. No lleva a nada... Quien juega ya llegó... La única finalidad del saber adulto es permitir que el niño que vive en nosotros continúe jugando" (ALVES, 1996: 76).

Cuando el orientador no es capaz de abrir su percepción y lo que quiere es seguir su vía de trabajo, no existe el juego, nunca existirá el juego; quedarán los juegos, pero nunca el verdadero disfrute, el verdadero encuentro con uno mismo. Muchas de las manifestaciones verbales de personas adultas después de haber vivenciado procesos lúdico-creativos, Maslow las identifica como una experiencia cumbre y Csikszentmihalyi con el concepto "Flow". Los jugadores utilizan palabras como "iluminación", "he descubierto cosas que estaban como muy escondidas", "nunca pensé que yo era así", "se me pasó el tiempo volando"; es la vivencia del aquí y el ahora que tanto nos cuesta a los adultos experimentar. Es la diferencia entre el discurso hablado y el discurso hecho, porque la educación nos ha llevado allí, nos ha conducido a esconder nuestro cuerpo, meternos en nosotros mismos y hablar, hablar, sin contenidos vivenciales.

Hay que hacer y hablar al mismo tiempo, es necesario que nuestros siete sentidos (vista, oído, tacto, gusto, olfato, kinestésico, intuición) y no los cinco que generalmente aparecen en los libros, estén en acción. Poner en actividad toda nuestra inteligencia. Cuando el juego es verdadero JUEGO es cuando

podemos hablar de juego creativo. Es el juego libre el que nos lleva a ser creativos a disfrutar con el aquí y el ahora y a posibilitar la exploración y el descubrimiento que es la base también del hacer científico y tecnológico. Pero como manifiestan dos autores mejicanos:

"Ante la obsesión de la eficiencia y de la productividad, parece poco importante para los científicos y para los ejecutivos el tema de la creatividad en el juego ... y sin embargo la creatividad ofrece más afinidades con el juego que con el trabajo. Por principios de cuentas, creatividad evoca y sugiere alegría, entusiasmo, euforia, novedad, sorpresa, diversión, gozo, buen humor ... Creatividad es probar cosas nuevas, transformar, remodelar, rebasar la realidad, viajar al mundo de los sueños y de las fantasías. Eso mismo es el juego:

\* El juego, al igual que la creatividad, supone actitud exploratoria; las personas que juegan exploran, ensayan, intentan, imaginan, fantasean, adaptan, combinan, sueñan despiertas.

\* En el juego, el deber, como camino de lo prescrito y pautado, cede lugar al poder y al poder ser.

\* El juego como lugar de trastrueque del tiempo y del espacio permite el deslizamiento del mundo interno de las personas sobre el mundo exterior de las cosas.

\* El juego, como lugar de lo posible, es hermano gemelo de la creatividad" (Rodríguez y Ketchum, 1992).

En el juego debemos tener en cuenta los distintos intereses lúdicos según las diversas etapas evolutivas del ser humano, que supone trabajar con distintos objetivos, pero casi siempre nos quedamos en la etapa de la juventud: juegos de reglas (ilustración 4). Mientras que como bien se sabe a partir de la juventud, se busca la higiene y después, en la edad adulta, lo que más interesa es la diversión, el placer.

Teniendo en cuenta una esperanza de vida de 75 años, la mayor parte de nuestra vida va estar centrada en el juego como distracción y para eso no nos han educado. Nos hemos quedado en las reglas externas, en las reglas que otros nos disponen y nosotros asumimos, por eso muchos de nosotros, adultos, cuando jugamos sin una regla establecida desde fuera no sabemos jugar. Cuando aparece el JUEGO desaparece el concepto de regla externa y comienza esa situación totalmente abierta donde el propio individuo y el propio grupo van creando las condiciones inconscientemente, sin verbalizar. Se crean las situaciones a partir de la propia corporeidad, de las propias situaciones vividas. Es la vivencia del proceso creativo, es la vivencia apasionada de la vida humana en todos sus segundos, minutos, horas, semanas, meses, años. Es el goce por lo que hacemos lo que nos coloca en una disposición de vida lúdica-creativa (ilustración 5).

Venimos de un sistema educativo cerrado y una sociedad que nos han enclaustrado y nos ha hecho "torpes motrices". La mayoría de nosotros, los ciudadanos de a pie somos todos torpes "motrices", porque no podemos meter una bola en un aro a X metros de altura, porque no somos capaces

de saltar Y metros; porque no somos capaces de hacer una carrera de vallas en un tiempo Z, sin tirar las vallas; porque no somos capaces de correr W kilómetros. Como tampoco somos capaces de hacer esos logros físicos, nos han excluido diciéndonos "tú no sirves para jugar, es mejor que te quedes en el banquillo mirando como juegan tus amigos". La mayoría de nosotros hemos tenido experiencias de ese tipo, son las experiencias previas con las que se tiene que luchar para que vuelva a renacer en las personas el espíritu lúdico-creativo.

Esta creatividad lúdica puede ser, y ha sido, el modelo de la creatividad que lleva a los progresos tecnológicos y a los cambios sociales y que explican claramente Bohm y Peat en su libro Ciencia, orden y creatividad:

"Ante la obsesión de la eficiencia y de la productividad, parece poco importante para los científicos y para los ejecutivos el tema de la creatividad en el juego ... y sin embargo la creatividad ofrece más afinidades con el juego que con el trabajo. Por principios de cuentas, creatividad evoca y sugiere alegría, entusiasmo, euforia, novedad, sorpresa, diversión, gozo, buen humor ... Creatividad es probar cosas nuevas, transformar, remodelar, rebasar la realidad, viajar al mundo de los sueños y de las fantasías. Eso mismo es el juego:

\* El juego, al igual que la creatividad, supone actitud exploratoria; las personas que juegan exploran, ensayan, intentan, imaginan, fantasean, adaptan, combinan, sueñan despiertas.

\* En el juego, el deber, como camino de lo prescrito y pautado, cede lugar al poder y al poder ser.

\* El juego como lugar de trastrueque del tiempo y del espacio permite el deslizamiento del mundo interno de las personas sobre el mundo exterior de las cosas.

\* El juego, como lugar de lo posible, es hermano gemelo de la creatividad" (Rodríguez y Ketchum, 1992).

Este espíritu lúdico-creativo es la verdadera creatividad, la creatividad primaria. Sólo a partir de ella es posible edificar y construir la creatividad secundaria. Pero en ésta hay mucho de trabajo y sacrificio en pos de un objetivo. Si no existe una sólida y feliz creatividad primaria, de juego libre, nunca se llegará a desarrollar la creatividad secundaria sea en el ámbito que sea.

¿Cómo se detecta o en qué aspectos hay que desarrollar la motricidad creativa primaria para conseguir efectos en la motricidad creativa secundaria? No es este el lugar para exponer estos temas, pues cae fuera del objeto de nuestro estudio, por lo que solamente dejaremos expuestas pinceladas que nos puedan orientar en los sucesivos trabajos de nuestro equipo, o de otros equipos que les interese trabajar la creatividad en el ámbito de la motricidad humana.

\* Enseñar a las personas a disfrutar de su tiempo, de su tiempo de vida, a través de la propuesta de diversas situaciones desde diferentes ámbitos de intervención.

\* Creación de nuevos espacios y materiales que posibiliten nuevas acciones creativas motricias.

\* Desarrollar la capacidad de curiosidad por todo lo que nos rodea y somos como seres humanos.

\* Introducción de una nueva didáctica o formas de

intervención en la motricidad que permitan el desarrollo del potencial creativo en este ámbito de la persona.

\* Incorporación de nuevas formas de enfocar la iniciación deportiva, que permitan no perder el ludismo y la creatividad y al mismo tiempo mejoren la motricidad en ámbitos concretos.

\* Inclusión de nuevas maneras de entender el "alto rendimiento" para seguir desarrollando a las personas en sus especialidades como sujetos creativos y posiblemente creadores en su especialidad.

\* Implantación de nuevas formas de entender la formación de los diferentes profesionales que se dedican al desarrollo de la motricidad humana en sus distintos niveles y propósitos.

### **CITAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALVES, R. (1996): La alegría de enseñar. Barcelona: Octaedro.

BATISTA, J. (1994): Motricidad humana o paradigma emergente. Brasil: Unicamp.

BOHM y PEAT (1996): Ciencia, orden y creatividad. Barcelona: Kairós.

CAÑEQUE, H. (1991): Juego y vida. Buenos Aires: El Ateneo.

CASTAÑER, M. y CAMERINO, O. (1991): La educación física en la enseñanza primaria. Barcelona: Inde.

CSIKSZEMINHALYI, M. (1996): Flow (fluir). Barcelona: Kairós.

DA FONSECA, V. (1989): Desenvolvimento humano. Da filogénese à ontogénese da motricidade. Lisboa: Notícias.

DUCH, LI. (1997): La educación y la crisis de la modernidad. Barcelona: Paidós.

KISHIMOTO, T.M. (1996): Joco, brinquedo, brincadeira e a educação. San Paulo: Cortez.

GONZÁLEZ ALCANTUD, J.A. (1993): Tractatus ludorum. Una antropología del juego. Barcelona: Anthropos.

HUIZINGA, J. (1972): Homo Ludens. Madrid: Alianza Editorial.

LAVEGA, P. (1995): Del joc a l'Esport. Estudi de les Bitlles al Pla d'Urgell. Tesis doctoral. Universidad de Barcelona.

MASLOW, (1971): The farther reaches of human nature. (Trad. Cast.: la personalidad creadora. Barcelona: Kairós. 1994)

OULLET, G. (1985): "Comportaments de loisir et styles de personalitat". Loisir et Societé. 8 (2). Canadá.

REVENTÓS I CARNER, J. (1987): "Algunas reflexiones sobre el juego", La Vanguardia, 3 noviembre.

RODRIGUEZ, M. y KETCHUM, M. (1992): Creatividad en los juegos y juguetes. México: Pax México.

SERRA GALLEGO, A. (1997): "Risoterapia: reírse es muy sano". Más allá. 97. 50-51.

TRIGO, E. (1990): "Juventud, tiempo libre y educación en Galicia". Tesis Doctoral. Madrid: UNED.

TRIGO, E. (1995): La creatividad lúdico-motriz. Santiago: Tórculo.

TRIGO, E. y colaboradores (1999): Creatividad y motricidad. Barcelona: Inde.

VYGOSTKI, L.S. (1996): El desarrollo de los procesos psicológicos superiores. Barcelona: Grijalbo.

### **SOBRE LA AUTORA:**

Doctora en Filosofía y Ciencias de la Educación y en Educación Física. Directora equipo investigación "Kontraste" y del grupo de investigación Kon-Moción "seminario permanente en motricidad humana-unicauca". Docente en la Universidad del Cauca, Popayán-Colombia. E-mail: etrigoa@yahoo.es

Recibido: 12/08/2015

Aprovado: 23/10/2015