

Creatividad y salud: una intervención psicológica con profesores jóvenes de cultura física de educación a distancia

Denys Contreras Aguilar
Universidad de Granma
Profesor universitario
Bayamo, Cuba.
dcontrerasa@udg.co.cu

Resumen

Introducción: La tarea educativa encierra todavía muchos conflictos que parecen legalizarse en el contexto educativo institucionalizado de la educación superior. No se asume aún los efectos positivos que tiene sobre la salud el ejercicio de la creatividad. **Objetivos:** Evaluar la aplicación de un programa de intervención mediante un grupo de encuentro con profesores de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Granma para gestar la creatividad grupal como punto de partida para mayores grados de salud desde un nivel psicológico. **Metodología:** Trabajamos con un estilo de investigación cualitativa y los métodos filosóficos: dialéctico, hermenéutico y fenomenológico. **Resultados:** Se pronunciaron intenciones de cambio, y concientización de los conflictos que subyacen de la crítica a la vida cotidiana, lo instituido en la subjetividad, que limitan el ejercicio sano de la creatividad desde el rol de profesor universitario. Los especialistas reconocen la necesidad y actualidad de la intervención. Estimularon a realizar la evaluación de las sesiones de trabajo grupal desde los indicadores temático y dinámico de la teoría del cono invertido de Pichón Rivière. **Conclusiones:** La evaluación llevada a cabo por especialistas evidenció la importancia de generalizar la propuesta de intervención en función de cada grupo creativo y la situación.

Palabras claves: creatividad, salud, Cultura Física, educación a distancia.

Introducción

Los efectos de la Globalización Neoliberal, como la crisis económica mundial actual y los cambios económicos, políticos, sociales, y otros de los últimos tiempos en diversas naciones del orbe, complican hoy el panorama mundial. La complejidad de estos cambios incide en la subjetividad de las personas al atravesar sus relaciones -con montos de malestar- a nivel comunitario, institucional, grupal e individual. Esos malestares subjetivos se expresan en la vida cotidiana donde transcurren las relaciones entre los seres humanos en sociedad, y de donde emerge un imaginario social que instituye formas de pensar y hacer que legitiman cada vez más un sujeto alienado y enfermo.

Con relación a lo anterior no se legaliza la capacidad instituyente que poseen las personas para transformar su medio más inmediato y a sí mismas. Por lo que una institución que se articula en diversos grupos como comunidad, es la universidad. Esta –a nuestro entender, insertada en tan complejo panorama- debe contribuir a devolverle a ese ser humano lo que le ha sido expropiado a lo largo de su historia individual. Una de esas expropiaciones se debe al trabajo en grupo, y por otro lado demostrar creatividad. Hoy muchos estudiantes se resisten a estar en grupos y realizar las disímiles actividades que de forma creativa demanda la institución.

Es a nuestro entender un efecto de fondo, el individualismo, baluarte de los grandes núcleos de poder mundial que fomentan tales comportamientos, al hacer uso, para ello, del avance de la ciencia y la tecnología. Esto provoca que los educandos alcancen mayores niveles de enajenación social que le dificultan vivir en armonía con sus iguales y preservar la homeostasis. Se identifica la ausencia de proyectos de vida, apatía, indiferencia, presencia de ideales, intereses, y la asunción de íconos importados de otras sociedades de ideología capitalista, en esencia, un ser humano dependiente y por lo tanto vulnerable a diversos trastornos psicopatológicos.

En tal sentido, la universidad contemporánea, como organismo que satisface demandas sociales, debe abrir espacios para fomentar el trabajo en grupo. Pues de esta manera favorece en su interior, la apertura hacia los otros dando entrada a la creatividad, tanto de

educandos y profesores como de otros trabajadores para favorecer salud antes los montos de malestar.

En esa misma lógica una serie de autores tanto a nivel internacional como nacional otorgan importancia al trabajo creativo en grupos. Cabe señalar entonces a nivel internacional (Pichón, 1957; Rogers, 1975; De Bono, y otros). Así como a nivel nacional se identifica un déficit de producciones científicas, en relación a este tema, sin embargo (González, 2004; García, 2004; Llantada y Guanche, 2009; Díaz, 2012 y otros) exponen la necesidad del mejoramiento de la investigación e intervención en este sentido.

Estos análisis nos conducen a denunciar por consiguiente que la universidad cubana y la cultura de la sociedad donde ella se inserta sufren en la actualidad una crisis de conformismo que incapacita a las personas, las inmoviliza para actuar con creatividad frente a las tramas que brotan de su propia realidad institucional, en el plano individual y grupal. Esta situación se vivencia de manera naturalizada y acrítica, desde una postura de dependencia, por lo que llega a provocar el no desarrollo sano de la personalidad del estudiante universitario.

De ahí que la *implicación práctica* de esta investigación se concreta por el establecimiento del programa de intervención para favorecer mejoras en la salud desde un nivel psicológico en profesores jóvenes de la Licenciatura en Cultura Física, lo que propicia el aumento de las habilidades creativas al incidir de forma directa en los procesos sustantivos de la universidad (la *formación, la investigación y la extensión universitaria*). Esto provoca una mejor productividad de estos educandos en otros espacios de la vida cotidiana (familiar, comunitario, y otros), por eso el impacto trasciende la institución universitaria.

Declaramos como problema de investigación:

¿Cómo se manifiesta la creatividad grupal en la salud de profesores de de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Granma que hacen uso de la educación a distancia?

De ahí, que establecemos como *objetivo*:

Evaluar la aplicación de un programa de intervención mediante un grupo de encuentro con profesores de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Granma para gestar la creatividad grupal como punto de partida para mayores grados de salud desde un nivel psicológico.

Métodos

Los *métodos* de investigación empleados fueron apoyados sobre los rieles de los métodos filosóficos: *dialéctico* y *hermenéutico*, lo que propició: dilucidar, entender y exponer el objeto de investigación.

Método de investigación: Investigación-acción: se empleó con vistas al cambio educativo para la generación de mayores niveles de independencia del imaginario social, que desde el desempeño creativo en grupos, propició la prevención de psicopatologías y favoreció salud. Se abordó desde una labor sistemática y colaboradora con los mismos, que se realiza sobre la base de un espacio de intercambio grupal con un carácter participativo y generador de alivio entre los participantes.

Resultados

1. Problematización:

Algunos contenidos que favorecieron el intercambio entre los participantes, con relación a la problematización se refieren a: Se reconoció que la creatividad grupal es fuente generadora de salud porque permite mejorar las relaciones y dentro de esta, el respeto entre los criterios del grupos al dar paso a un clima anti estrés. Compartieron que el desarrollo de la creatividad grupal favorece mayores niveles de concientización de la problemática para crear salud y curar enfermedades. Legalizaron además que las consecuencias y causas del pobre uso del espacio grupal para favorecer creatividad y consecuentemente mayores grados de salud en el contexto de la educación superior cubana hoy se entretujan al agudizar el malestar a nivel subjetivo estimulando así conflictos entre los estudiantes con aquellos que le acompañan en este medio. Defendieron el criterio de que los efectos de la poca creatividad en el espacio grupal sobre la salud de profesores universitarios se concretan en la pérdida del sentido para enfrentar malestares físicos como dolores de

cabeza y otros, conductas que son asumidas y vivenciadas con malestar en la práctica educativa. También identificaron la invisibilidad legitimada desde una movilización para cambiar la forma acrítica en que se vive hoy la práctica educativa y no saludable para favorecer salud desde un nivel psicológico entre aquellos que le dan vida al proceso docente educativo sin creatividad grupal. Algunos modos de pensar, creer y actuar de los profesores de educación física respecto al espacio de la creatividad grupal como generador de salud desde un nivel psicológico demuestran conflictos que incapacitan la creatividad grupal y por consiguiente la generación de un espacio de salud colectiva.

2. Diagnóstico:

Los resultados diagnósticos demostraron la existencia de poca concientización por parte de estudiantes y profesores universitarios en torno a la necesidad de utilizar el espacio docente educativo como el lugar perenne del desarrollo de la creatividad grupal para favorecer salud y una forma de prevenir enfermedades que tienen su manifestación a un nivel psicológico. A parte, la poca capacidad para delimitar soluciones creativas ante los conflictos y frustraciones, e incluso ante los dolores físicos que repercuten de forma significativa en los estudiantes en el proceso de enseñanza-aprendizaje. De conjunto se demostró la acriticidad de los profesores para reconocer que muchos de sus procedimientos educativos carecen de creatividad grupal y que tienen efectos negativos sobre el estado de salud de los educandos.

Además se identificó la presencia de estrés en los profesores dado la incapacidad de delimitar soluciones originales ante la carga de tareas que se pautan en el espacio institucional de la universidad. Al mismo tiempo las prácticas legalizadas desde el rol de profesor universitario, faltos de creatividad desde un espacio grupal, se asumen con vivencias de malestar que son asumidas como naturales y están consensuadas a nivel social.

En ese sentido se delimitó el déficit de cuestionamiento -de la situación de que la creatividad grupal es fuente de salud- que se vivenció por estos profesores, legítima cada vez más los costos a la salud, que se visualizan en el comportamiento a través de dolores de cabeza, monotonía, ansiedad y tristeza que se hacen prolongados en el tiempo.

3. Diseño de la propuesta de cambio:

Programa de intervención:

Título: "Creatividad grupal: necesidad para generar salud en formadores de formadores"

Objetivo General: Crear un espacio de reflexión acerca de la creatividad grupal y sus efectos sobre la salud de los profesores de Cultura Física hoy en el contexto de la educación superior para favorecer mayores niveles de concientización.

Objetivos Específicos:

Analizar la problemática de la creatividad grupal y sus efectos sobre la salud de profesores en el contexto de la educación superior cubana hoy para propiciar en los participantes replanteamientos en sus prácticas educativas.

Trabajar la relación entre crear salud o curar enfermedad desde el abordaje de la creatividad grupal en la prevención de enfermedades de un nivel psicológico o la promoción de salud para garantizar la concientización de la problemática.

Sensibilizar a los participantes en la necesidad de la creatividad grupal como una vía para favorecer la salud a nivel psicológico y generar en el espacio docente educativo, bienestar en los profesores.

Metodología de trabajo:

Utilizamos como dispositivo grupal el método: Grupo de encuentro que permitió la exploración de las posibilidades de cambio para los participantes y su medio. Se hizo hincapié en el desarrollo personal y en la mejora de la comunicación y las relaciones interpersonales valiéndose de un proceso basado en la experiencia.

Nos basamos en las quince etapas del grupo de encuentro que (Rogers, 1990) encontró en la observación de los grupos:

Etapa 1ra: Etapa de rodeos, etapa 2da: Resistencias a la expresión, o a la exploración personal, etapa 3ra: Descripción de los sentimientos del pasado, etapa 4ta: Expresión de sentimientos negativos, etapa 5ta: Expresión y exploración de material personalmente

significativo, etapa 6ta: Expresión de sentimientos interpersonales inmediatos dentro del grupo, etapa 7ma: Desarrollo en el grupo de la capacidad de aliviar el dolor ajeno, etapa 8va: Aceptación de sí mismo y comienzo del cambio, etapa 9na: Resquebrajamiento de las fachadas, etapa 10ma: El individuo recibe realimentación, etapa 11na: Enfrentamiento, etapa 12ma: La relación asistencial se da fuera de las sesiones del grupo, etapa 13ra: Encuentro básico, etapa 14ta: Expresión de sentimientos positivos y acercamiento mutuo y etapa 15ta: Cambios de conducta en el grupo.

Características:

El programa tuvo una duración de 20 horas.

El número de participantes fue de 12.

Se desarrolló a través de un trabajo grupal, con el método de Grupo de encuentro.

4. Aplicación de la propuesta:

La aplicación del grupo de encuentro se desplegó en la universidad y se utilizó para la realización un aula en horarios fuera de la docencia para garantizar el horario de la institución y cumplir con el reglamento y los espacios disponibles. De esta forma se legalizó en función de realizar de forma efectiva el desenvolvimiento de cada uno de los encuentros. La intervención tuvo programados dos momentos del día para encontrarse, próximo de las nueve de la mañana hasta el almuerzo y después de un pequeño descanso luego del almuerzo hasta las cinco de la tarde. Durante el tiempo que restó, los participantes transitaron con soltura por toda la universidad.

5. Evaluación:

Los usuarios manifestaron sobre el programa de intervención que reconocen la importancia y actualidad del tema que se intervino. Los efectos provocados en las vidas personales y de la formación universitaria estrechamente relacionados, muestran el nivel de satisfacciones de los mismos en función de la necesidad de continuar gestando en las aulas la creatividad grupal como punto de partida para favorecer la salud de los educandos. Se reconoció el espacio como generador de ayuda y antiestres frente a las conductas que nos incapacitan mejorar las formas de pensar, sentir y actuar de forma coherente. En ese sentido propusieron generalizar la propuesta de intervención con otros profesores que no pudieron participar en el presente grupo de encuentro.

Discusión

En relación a los contenidos abordados nos parece menester proponer la creatividad como forma de solución a los altos precios en la salud y bienestar de los profesores. Pues compartimos que “la creencia de que vivir en forma, y que el acatamiento es una base enfermiza para la vida” (Barriga, 1976).

De esta manera nuestro estudio reafirma este planteamiento y el de otros autores en función de que los profesores de Cultura Física que acatan sin cuestionar su rol no saludable y gestan las bases para un estilo de vida enfermizo.

Así mismo en otros estudios se declara que “...si un individuo se convertirse en una persona que vive y participa en la vida de la comunidad, todo lo que se produce es creativo, salvo en la medida en que el individuo está enfermo o se encuentra frenado por factores ambientales en desarrollo que ahogan sus procesos creadores” (Winnicott, 1993).

Siendo así nuestro estudio asume el espacio donde se desarrollan los profesores jóvenes como un espacio comunitario -en el sentido de autores alemanes y latinoamericanos y dentro de este medio encontramos a los profesores frenados por factores ambientales que más que estos son sociales, nos referimos al imaginario social instituido que frena los procesos creadores de los docentes de Cultura Física haciendo legal cada vez más la expropiación de la creatividad.

Dentro de los mismos estudios del psicoanálisis británico se identifican postulados como el que plantea que: “Pero cuando se oye hablar de individuos dominados en su hogar, ...antes que nada se siente que solo unas pocas de las víctimas conservan su espíritu creador. Por supuesto, estas son las que sufren” (Winnicott, 1993).

En ese sentido no es coherente que son los que sufren los que terminan creando o haciendo ejercicio de la creatividad las que sufren, puesta que sufren también profesores

universitarios de la carrera de Cultura Física y los mismos no pueden conservar el espíritu creador y más que eso ya que colocadas en una posición de dependencia no logran desmontar las asignaciones imaginarias de su rol instituido pues no cuentan con pequeños desempeños creativos en el ejercicio de su rol.

Respecto a la comprensión de instituyentes creativos creemos de forma coherente que: “La institución se halla en la dinámica de lo instituido y lo instituyente; es decir, en la tirantez de lo normalizado y lo creativo en el individuo. –La institución es la producción permanente de la dialéctica que enfrenta al instituyente y al instituido” (Barriga, 1976).

Es decir que entendemos y asumimos a la creatividad como un camino coherente para generar salud y bienestar subjetivo en aquellos profesores. Este es otro punto en el que coincidimos con los estudios psicoanalíticos.

Con relación a lo anterior compartimos que, “gracias a lo instituyente, el hombre puede rebelarse contra el aprisionamiento de la norma; y, llevado de su espontaneidad creadora, puede rehuir aquella para así posibilitar el devenir de la institución. A la actitud pasiva frente a lo instituido, sustituye una actitud activa respecto a lo instituyente” (Barriga, 1976). De esta forma el espacio grupal fue idóneo para hacer posible un espacio de formación en contraposición a lo declarado por autores capitalistas, respecto al grupo como fuente de garantías para la salud humana.

Conclusiones

A través de la presente investigación y sobre la base de los objetivos y resultados llegamos a las siguientes conclusiones:

La problematización demuestra que algunos modos de pensar, crear y actuar de los docentes de la carrera de Cultura Física respecto al espacio de la creatividad grupal como generador de salud desde un nivel psicológico demuestran conflictos que incapacitan la creatividad grupal y por consiguiente la generación de un espacio de salud colectiva.

El diagnóstico evidencia el déficit de cuestionamiento -de la situación de que la creatividad grupal es fuente de salud- que se vivenció por estos profesores, legitima cada vez más los costos a la salud, que se visualizan en el comportamiento a través de dolores de cabeza, monotonía, ansiedad y tristeza que se hacen prolongados en el tiempo.

El diseño del programa de intervención se realiza sobre la base de la metodología de trabajo grupal de un grupo de encuentro con sus objetivos generales y específicos, características y metodología.

La aplicación del programa para crear un espacio de reflexión acerca de la creatividad grupal y sus efectos sobre la salud de los docentes hoy en el contexto de la educación superior para favorecer mayores niveles de concientización, se legalizó en función de realizar de forma efectiva el desenvolvimiento de cada uno de los encuentros.

Los usuarios manifestaron sobre el programa de intervención que los efectos provocados en las vidas personales y de la formación universitaria estrechamente relacionados, muestran el nivel de satisfacciones de los mismos en función de la necesidad de continuar gestando en las aulas la creatividad grupal como punto de partida para favorecer la salud de los educandos.

Bibliografía

- Agostinho da Silva R. (2016). Paulo Freire na trilha da criatividade libertadora. Rev. Intertérios. 2(2): p 18-31. Recuperado de <http://periodicos.ufpe.br/revistas/intertorios/article/view/5022/4306>
- Artiles MF, Martín OR, Kappel JA, Poliak JO, Rebagliati P, Sánchez Boda AR. (1994). Psicología humanística: Aportes y orientaciones. Buenos Aires: Docencia. Recuperado de <http://bibliotecaparalapersona-epimeleia.com/greenstone/collect/libros1/index/assoc/HASH012e/8ed519fd.dir/doc.pdf>

- Bang, C. (2016). Creatividad y salud mental comunitaria. Lugar Editorial S. A. Recuperado de http://www.lugareditorial.com.ar/descargas/libros/978-950-892-509-1_a.pdf
- Barriga S. (1979). El análisis institucional y la institución del poder. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona; Recuperado de <http://www.raco.cat/index.php/QuadernsPsicologia/article/viewFile/200610/268124>
- Cantarero J, Carranque G. (2016). Relación entre el pensamiento creativo y el ejercicio físico en personas adultas. Rev. Iberoamericana de Psicología del ejercicio y el deporte. 11(1). Recuperado de <http://www.webs.ulpgc.es/riped/docs/20160105.pdf>.
- Chávez, R. A. y Lara, Ma. del C. (2000). La creatividad y la psicopatología. Revista. Salud Mental, 23. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/582/58252301.pdf>
- Cicchetto, S. (2018). ¿Cómo mejorar la salud siendo creativo? En Latin American Post, Bienestar Salud Mental. Recuperado de <https://www.latinamericanpost.com/index.php/es/salud-mental/19997-como-mejorar-la-salud-siendo-creativo?>
- Contreras, D. (2015). Representaciones sociales de la creatividad: alcances y limitaciones para la educación a distancia. En La implementación de la EaD en el desafío de la acreditación institucional y los programas de calidad, de VI Congreso Virtual Iberoamericano de Calidad en Educación Virtual y Distancia. Recuperado de http://www.eduqa.net/eduqa2015/images/ponencias/eje2/2_h_Contreras_Denys_Gonzalez_Jorge_REPRESENTACIONES_SOCIALES_DE_LA_CREATIVIDAD_ALCANES_Y_LIMITACIONES_PARA_LA_EDUCACION_A_DISTANCIA.pdf
- Contreras, D. (2016). El imaginario Social de la creatividad: Alcances y limitaciones para la Educación a Distancia. Recuperado de <http://recursos.portaleducoas.org/sites/default/files/VE16.737.pdf>
- Contreras, D. (2017). La creatividad grupal como favorecedora de mejores desempeños en la Educación a Distancia postgraduada. Recuperado de <http://recursos.portaleducoas.org/sites/default/files/5043.pdf>
- Díaz, J. (2013). Proceso creativo, arte y psicopatología. Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq, 33. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352013000400006
- Duarte dos Anjos Scherer M, Lima Menezes E. (2016). Atenção Primária á Saúde: espaço potencial de criatividade. Rev. Tempus, actas de Saúde colec. Brasília. 10(3):p 137- 46. Recuperado de <http://tempusactas.unb.br/index.php/tempus/article/view/1763/1695>
- Freire de Oliveira Z M, Lima Soriano de Alencar E M. (2008). A criatividade Faz a diferencia na Escola o professor e o ambiente criativos; 8(2): p 295- 305. Recuperado de <http://siaiap32.univali.br/seer/index.php/rc/article/view/954/810>.
- Freire de Oliveira ZM. (2010). Fatores influentes no desenvolvimento do potencial criativo. Ver. Estudos de Psicologia; 27(1): 83- 92. Disponible en: <http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v27n1/v27n1a10>.
- Materazzi, M. A. (2018). Salud mental y creatividad. Recuperado de http://entrelasartes.org/d_entrelas/arte-en-la-escuela/salud-mental-y-creatividad
- Rogers C. (1990). Grupos de Encuentro. Buenos Aires: Amorrortu.
- Sarrió, C. (2012). Enfermedad mental y creatividad. Recuperado de <http://www.gestalt-terapia.es/enfermedad-mental-y-creatividad/>
- Sarrió, C. (2013). Creatividad: ¿Locura?. Recuperado de <http://www.gestalt-terapia.es/creatividad-locura/>
- Soriano de Alencar M L, De Souza Fleith D. (2010). Escala de Prácticas docentes para a criatividade na educação superior. Rev. Avaliação Psicológica; 9(1): p 13- 24. Disponible en: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v9n1/v9n1a03.pdf>.

Pedigo S. (2015). Na Base de tudo a Criatividade. Rev. Organicom. [Internet]. 2ª sem (23): P 193- 96. Recuperado de <http://revistaorganicom.org.br/sistema/index.php/organicom/article/view/896/676>

Winnicott DW. (1993). Realidad y juego [Internet]. Barcelona: Gedisa. Recuperado de http://www.terras.edu.ar/biblioteca/16/16TUT_Winnicott_Unidad_4.pdf