



intro CREATIVIDAD

PON LA *Mente* A TRABAJAR

Activar las neuronas y crear ideas puede resultar tan sencillo como partir de un concepto al que vamos asociando otros hasta dar con el nuevo camino.

Por *Fernando Trías de Bes*. Ilustración de *Gabi Beltrán*



Si fuéramos capaces de representar en un papel cómo nuestra mente percibe, recuerda e imagina, obtendríamos una especie de racimo de uvas gigante, casi infinito. Cada uva sería un pensamiento y, al igual que las ramas de los árboles, cada uva daría pie a muchas ramificaciones que a su vez se abrirían en más y más ramificaciones.

Y es que el cerebro humano es radicalmente distinto al ordenador. Mientras éste trabaja de forma lineal, una instrucción a continuación de la anterior, el cerebro lo hace (además) de forma asociativa. Nuestra mente compara, integra y sintetiza a medida que avanza. Y lo hace derramándose como un racimo, hacia muchas direcciones al mismo tiempo. Nuestros pensamientos se irradian a partir de un número virtualmente infinito de nodos de datos, los cuales reflejan estructuras de redes neuronales que constituyen la arquitectura física del cerebro humano.

La asociación de estos nodos juega un papel dominante en el funcionamiento mental, y las palabras mismas no son una excepción. Toda simple palabra e idea tiene numerosas conexiones o apuntes a otras ideas o conceptos. Y ésta es precisamente la base conceptual de la técnica denominada mapa mental o mapa conceptual, una técnica sencillísima que provoca resultados altamente productivos.

Para hacer un mapa mental, uno

comienza en el centro de una página con una idea principal sobre la que quiere profundizar, crear o desarrollar nuevas ideas. Lo que hará a continuación es trabajar hacia fuera en todas direcciones, produciendo una estructura creciente y organizada compuesta de palabras e imágenes claves.

Por ejemplo, supongamos que yo quisiera innovar en esta serie de artículos sobre creatividad que cada mes aparecen en esta sección. Tomaría una hoja de papel y dibujaría un círculo en el centro donde anotaría: "Artículo sobre creatividad". Este concepto es el centro neurálgico alrededor del cual voy a desarrollar una ramificación de ideas. Acto seguido pienso en cualquier concepto en relación al tema y lo anoto al lado, en otro círculo. Por ejemplo, "Grandes inventos de la historia". Ahora conecto ambos círculos con una línea, pero dejaré de pensar en los artículos para considerar "Grandes inventos de la historia" un nuevo punto de partida. ¿Qué acude a mi mente cuando pienso en invenciones históricas? Por ejemplo, pienso en los conceptos *prototipo*, *patente*, *experimento*. Escribiré estas tres palabras y las uniré con tres líneas a la palabra *inventos*. De nuevo, me concentro en

patente. ¿Qué me sugiere? Y anoto al lado: "Propiedad, Ventaja comercial, Venta, Protección de copia, Exportación".


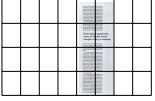
Este proceso se continúa tanto tiempo como uno quiera, de modo que cada concepto irá dando pie a otros nuevos conceptos y acabará teniendo una representación gráfica que reflejará el modo en que mi mente asocia ideas.

¿De qué sirve este material? Lo cierto es que realizar mapas mentales tiene muchas utilidades. En primer lugar sirve para profundizar en nuestro propio arsenal de memoria y explotar de modo cons-

*Al trazar un mapa mental
pensamos con mayor claridad
y somos más efectivos*

ciente conceptos que se hallan en capas inferiores de nuestro pensamiento. En segundo lugar, sirve para ordenar y priorizar las ideas. Cuando tenemos que solucionar un problema, un elevado número



	Tirada: 984.216	Sección: -	
	Difusión: 812.476 (O.J.D)	Espacio (Cm_2): 245	
Nacional	Audiencia: 2.843.666 (E.G.M)	Ocupación (%): 41%	
Semanal	03/08/2008	Valor (€): 14.359,90	
		Valor Pág. (€): 34.280,00	
		Página: 23	Imagen: Si

de piezas de información (se les ha llamado bits) se agolpan en nuestra cabeza. Pequeños detalles se superponen con los elementos más importantes que en realidad son causa de otros secundarios (¡las ramas no nos dejan ver el bosque!). Al trazar un mapa mental, los síntomas se separan muy bien de las causas y pensamos con mayor claridad, identificando los hechos raíz que, solucionados, permitirán atacar el problema con mayor efectividad.

En tercer lugar, los mapas mentales pueden ser muy creativos, tendiendo a generar nuevas ideas y asociaciones en las que no se había pensado antes. Por ejemplo, al escribir "Exportación" en el ejercicio anterior, de pronto se me ocurre que podría realizar un artículo sobre las dife-

El aprendizaje significativo ocurre al vincular nuevos conceptos a otros ya existentes

rencias en el pensamiento creativo según la cultura. Esta idea, latente en alguna parte de mi cerebro, ha emergido en el momento en que he obligado a mi mente a pensar en forma de racimo y no de modo lineal.

Los mapas mentales o mapas conceptuales están basados en la teoría del aprendizaje significativo, de David Ausubel. Según Ausubel, el factor más importante en el aprendizaje es... ¡lo que el sujeto ya conoce! El aprendizaje significativo ocurre cuando una persona vincula nuevos conceptos a otros que ya posee y lo hace de modo consciente. Entonces se producen una serie de cambios en nuestra estructura cognitiva, de modo que los conceptos existentes se modifican y se forman nuevos enlaces entre ellos. Por tanto, en cuarto término, añadimos que los mapas mentales... ¡sirven para aprender!

Los mapas mentales han tenido tanto éxito que se han desarrollado aplicaciones para ordenador que permiten borrar los racimos y dibujar vínculos entre conceptos con colores y diversas capas. Es posible bajárselas de Internet, pues las hay gratuitas. Sólo tiene que escribir en su buscador "Free Mindmap", darle al *intro* y accederá a un sinnúmero de portales donde obtener programas gratuitos para hacer mapas mentales desde su teclado. Si desea profundizar sobre este tema, un buen libro es *El libro de los mapas mentales*, de Tony Buzan (Ediciones Urano). ●