

GLOSSARIO

Ciclo della Creatività

di Fay Fransella

Creativity Cycle

By Fay Fransella

Traduzione a cura di
Cecilia Pagliardini e Davide Scapin

"Il Ciclo della Creatività è quello che inizia con una costruzione allentata e termina con una costruzione stretta e validata." (Kelly, 1955/1991, vol. 2, pag. 7/1991)²⁵

Come ci si aspetterebbe da una teoria che ha a che fare con l'esperienza umana e in cui ognuno di noi è concepito come "una forma di movimento", Kelly descrive tre *cicli* che hanno a che fare con il processo di costruzione. Questi tre cicli descrivono il modo in cui facciamo esperienza, il processo decisionale e la creatività.

Il Ciclo dell'Esperienza è composto da cinque fasi: *anticipazione*, *investimento*, *incontro*, *conferma o disconferma* e *revisione costruttiva*. Secondo la teoria dei costrutti personali, l'esperienza non è certamente composta da incontri solitari.

Il Ciclo CPC (a volte chiamato "ciclo decisionale") consiste in una prima fase detta *circospezione* in cui si prendono in esame le varie possibilità; poi arriva la *prelazione*, quando si decide che il pianoforte a coda passerà o meno attraverso quella porta; a conclusione del ciclo c'è il *controllo*, quando si passa all'azione e si testa la dimensione effettiva della porta. Come nel caso del Ciclo dell'Esperienza, la persona è attivamente coinvolta nella catena di eventi del ciclo CPC.

Ci concentriamo ora sul Ciclo della Creatività che riguarda, come suggerisce il nome, l'attività creativa. Descrive un processo di costruzione che va da una costruzione allentata a una costruzione stretta, un continuo avanti e indietro, fino a quando la persona sente che è stato "creato" qualcosa che può essere testato. A differenza dei cicli dell'Esperienza e CPC, qui non è coinvolto alcun impegno personale.

²⁵ Fonte originale: <http://www.pcp-net.org/encyclopaedia/creat-cycle.html>. Ringraziamo gli Editori Jörn Scheer e Beverly Walker per aver gentilmente concesso la pubblicazione della traduzione delle voci contenute in *The Internet Encyclopaedia of Personal Construct Psychology* sulla Rivista Italiana di Costruttivismo.

"La costruzione allentata... prepara il terreno per il pensiero creativo... L'allentamento libera i fatti, a lungo considerati di per sé evidenti, dai loro ancoraggi concettuali. Una volta liberati, possono essere visti con sguardi fino ad allora inaspettati, e il ciclo creativo può iniziare." (Kelly, 1955/1991; p. 1031/ Vol. 2 p. 330)

Il principale esempio di interpretazione allentata è rappresentato dal sogno. Le idee sembrano vagare, non sono ancorate alla realtà. Possiamo sperimentare questo processo anche quando siamo svegli, ad esempio quando sogniamo ad occhi aperti. I pensieri confluiscono in modi mai visti prima. Questo processo potrebbe andare avanti all'infinito. Ma all'improvviso due idee si scontrano e ci fanno "sobbalzare", rafforzando la nostra interpretazione. "Che idea interessante!" "Mi chiedo se funzionerebbe..." Potremmo sperimentare diverse di queste riflessioni prima di essere convinti che la nuova idea possa davvero funzionare. Dobbiamo quindi andare a testarla. Dopotutto, il nostro comportamento è l'esperimento che mette sempre alla prova la nostra interpretazione.

Il Ciclo della Creatività può essere vissuto in qualsiasi contesto. Gli studenti attraversano molti di questi cicli man mano che vengono introdotti a idee totalmente nuove e i *manager* a volte trovano utile lavorare insieme per ripensare il modo in cui lavorano. Essere esposti a nuove idee non deve necessariamente causare problemi perché, come dice il corollario della frammentazione, non dobbiamo rinunciare a una vecchia idea prima di intraprenderne una nuova.

Alcune persone potrebbero avere problemi e rimanere "bloccate" in una modalità o nell'altra. In tal caso, nessuna delle due può essere creativa. La persona che utilizza per lo più costruzioni strette produce molte cose ma nulla che non sia già stato creato. Una persona che usa solo costruzioni allentate non esce mai dalla fase del "borbottare tra sé e sé"; non è, quindi, in grado di procedere per testare quella costruzione. La persona creativa deve avere la capacità di passare da una costruzione allentata a una costruzione più stretta. Coloro che preferiscono interpretare il mondo da una posizione per lo più stretta potrebbero percepire le costruzioni allentate come fonte di ansia; con un'interpretazione allentata è più plausibile perdere il controllo delle cose e non sapere dove tale interpretazione potrebbe portare. Coloro che sono bloccati nelle proprie interpretazioni allentate trovano molto difficile giungere a conclusioni stabili. Il processo di consulenza e psicoterapia è una serie di cicli della creatività che si susseguono man mano che il cliente esplora nuovi modi di affrontare la vita.

Senza creatività le nostre vite sarebbero un monotono *continuum* di eventi ben elaborati.

Bibliografia

Bohart, A. C. (1999). Intuition and creativity in psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 12, 287-312. doi:[10.1080/107205399266028](https://doi.org/10.1080/107205399266028)

Kelly, G. A. (1991). *The psychology of personal constructs* (vol. 1-2). (2nd ed.). London: Routledge.

Leitner, L. M., & Faidley, A. J. (1999). Creativity in experiential personal construct psychotherapy. *Journal of Constructivist Psychology*, 12(4), 273-286. doi:[10.1080/107205399266019](https://doi.org/10.1080/107205399266019)