

4. Un cervello meraviglioso

"Passaporto per la creatività" - © Beequick 2015

Applicare il pensiero

- Divergente**
 - sospendere il giudizio
 - puntare alla quantità
 - cercare originalità
 - combinare le idee
 - annotare tutto
- Convergente**
 - migliorare le idee
 - dare giudizi affermativi
 - selezionare le idee più promettenti

Percezione

- Emisfero Sinistro**
 - elabora le informazioni linguistiche, numeri e operazioni matematiche.
 - percepisce lo scorrere del tempo
 - tende ad analizzarne le singole componenti e nota le differenze
- Emisfero Destro**
 - elabora le immagini, i visi delle persone, ecc.
 - riconosce simboli e pattern (cartelli, ecc.)
 - colge il quadro d'insieme e nota le somiglianze
 - percepisce lo spazio
 - comprende metafore e collegamenti tra ambiti differenti

Espressione

- Emisfero Sinistro**
 - gestisce il linguaggio, la comunicazione orale e scritta e il calcolo matematico
- Emisfero Destro**
 - preferisce la comunicazione emotiva e la fantasia, coordina altre attività espressive (cantare, disegnare ecc.)

Elaborazione

- Emisfero Sinistro**
 - scomponde e classifica gli elementi
 - predilige un approccio deduttivo, razionale e ordinato
 - propende per la soluzione meno rischiosa
 - propone vecchie soluzioni ai nuovi problemi
- Emisfero Destro**
 - ha un approccio intuitivo ed olistico, ricomponde i vari aspetti
 - interpreta le situazioni e comprende le regole (processo induttivo)
 - privilegia il rischio e l'incertezza
 - trova nuove soluzioni per vecchi problemi

Differenziazione emisferica

Struttura del cervello

- Ricerche del neurologo Paul Mc Lean
- Rettiliano**
 - funzioni vitali (respirazione, battito cardiaco, pressione sanguigna, vigilanza)
 - bisogni primari (fame, sonno, desiderio sessuale)
 - comportamenti primordiali (sfida, difesa del territorio, corteggiamento)
 - limbico**
 - sistema immunitario
 - comportamento emotivo e motivazionale
 - relazioni e legami affettivi
 - meccanismi di rinforzo psicologico, apprendimento, memoria.
 - corticale**
 - Integra e coordina il funzionamento di tutte le strutture nervose
 - funzioni superiori come l'intelligenza razionale, l'attività linguistica
 - funzioni "sociali", altruismo, empatia
 - emisfero destro e emisfero sinistro

Vivacizzare gli emisferi

- Suggerimenti di Charles Thompson
- Emisfero sinistro**
 - Iniziare una collezione
 - Tenere un diario delle attività
 - Leggere libri di storia
 - Imparare a giocare a scacchi
 - Imparare una lingua straniera
 - Organizzare e ordinare i conti
 - Scrivere e archiviare le tue idee
 - Emisfero Destro**
 - Disegnare e dipingere
 - Imparare a raccontare storie
 - Prendere lezioni di canto (meglio se in coro)
 - Far volare l'aquilone
 - Giocare con i bambini
 - Leggere romanzi