

## Danish University Colleges

### Kilden til kreativitet

Rasmussen, Alette Raft

*Published in:*  
Drama og teater - i undervisningen

*Publication date:*  
2007

*Document Version*  
Tidlig version også kaldet pre-print

[Link to publication](#)

*Citation for pulished version (APA):*  
Rasmussen, A. R. (2007). Kilden til kreativitet. *Drama og teater - i undervisningen*, (2).

#### General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal

#### Download policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

Alette Raft Rasmussen

## Kilden til kreativitet – et dramapædagogisk perspektiv

*Drama betegnes som et kreativt fag. Men hvad er kreativitet egentlig? Hvad skal der til for at udvikle kreativitet? Og kan det at arbejde med drama og teater virke fremmende på skaberevnen?*

Kreativitet er et begreb, vi møder i mange forskellige sammenhænge. Det er omgærdet med en vis magi og har særdeles positive konnotationer. Ordet kommer af det latinske *creare*, som betyder at skabe. Begrebet anvendes både inden for pædagogikken, i udviklingspsykologiske sammenhænge og inden for erhvervslivet.

Viola Spolin er en dramapædagog, der med sin metode har bevæget sig ind i human ressourceloftet. På The Spolin Centers hjemmeside kan man læse, hvordan hendes teknikker kan bruges til optimering af medarbejders kreativitet i forskellige virksomheder<sup>1</sup>. I dramapædagogiske sammenhænge er det almindeligt antaget, at drama øger kreativiteten, vi stiller næppe spørgsmålstegn ved det, men gør det nu også det?

Spolin og mange andre dramapædagoger baserer deres metoder på praktisk erfaring, i forhold til udvikling af kreativitet er effekten aldrig blevet målt og vejret. Det er selve begrebet kreativitet derimod. Kreativitetsforskningen påviser, hvilke faktorer, der virker befordrende for kreativiteten. Skulle det mon forholde sig sådan, at der er sammenfald mellem det, der ifølge psykologer fremmer kreativitet og det vi begiver os af med i dramasammenhænge? Lad os undersøge sagen.

Jeg vil tage udgangspunkt i Viola Spolin. Både fordi hun i forbindelse med sit virke har beskæftiget sig med kreativitet og fordi hun er en dramapædagog med en forholdsvis velbeskrevet metode, der har mange ligheder med andre dramapædagogiske metoder og som for de fleste, selv om de måske ikke kender Spolin, vil vække genklang.

### Spolins baggrund

Viola Spolin uddannede sig oprindeligt til socialarbejder og arbejdede i årene 1924 – 26 sammen med sociologen og dramapædagogen Neva

Boyd i Chicago. Boyd brugte legen som redskab for den sociale udvikling hos byens fattige børn. Spolin erfarede, hvordan legen frigjorde disse børns livsglæde og udtrykspotentialer. Arbejdet inspirerede hende til senere som dramalærer og instruktør at videreudvikle Boyds lege-pædagogik og opfinde nye lege, der åbnede for deltagernes kreativitet. Pædagogisk lægger Spolin sig op af den amerikanske *creative dramatics*-tradition. Ifølge skaberen af traditionen, Winifred Ward, er *Creative Dramatics* mentalt sundhedsbefordrende.<sup>2</sup> Målet er barnets personlighedsudvikling, herunder udviklingen af den skabende fantasi. Et sådan mål har selvfølgelig rødder i reformpædagogikken, der har barnets iboende skaberkraft, legelyst og spontanitet i centrum. Barnets maksimale vækst er afhængig af mulighederne for at udtrykke sig, og det er disse muligheder Spolin via sine teknikker tilrettelægger for børn såvel som for voksne.

Med sin første bogudgivelse *Improvisation for the theater* i 1963 er Spolin senere på banen end pionererne inden for *creative dramatics*. Derimod må hun siges at være den absolutte pioner inden for improvisation, som vi kender den i dag. Hendes metode, der i skuespilteknisk forstand er inspireret af Stanislavskij<sup>3</sup>, anvendes ikke kun i pædagogiske sammenhænge, også i forbindelse med professionelle teateropsætninger gøres der brug af hendes teknikker, særligt i USA. Intuitive Learning Systems er Spolins metode anvendt som et human ressourceprogram, hvor kurser tilrettelægges individuelt og i samarbejde med virksomheder. Blandt andet Disney har anvendt Intuitive Learning System til at udvikle kreativiteten og kommunikationen mellem forskellige arbejdsgrupper. Spolin har modtaget adskillige priser for sit arbejde inden for teater og uddannelse.

<sup>2</sup> Braanaas: *Dramapædagogisk historie og teori* p. 25

<sup>3</sup> Teaterpraktiker og teoretiker, der grundlagde den naturalistiske spillestil.

<sup>1</sup> <http://www.spolin.com>

## Centrale elementer i Spolins metode

"Every one can act" siger Spolin og hun afviser, at der er noget, der hedder talent, i stedet er der tale om evnen til at opleve. En oplevelse defineres af hende som en organisk involvering med omgivelserne, et nærvær, der inddrager både det intellektuelle, det fysiske og det intuitive niveau. Det engelske ord for oplevelse er *experience*. *Experience* kan også oversættes med "at få at føle", og det er netop det en oplevelse indeholder for Spolin. Noget vi mærker med krop og sjæl. For at styrke læreprocessen er det derfor nødvendigt at intensivere evnen til at opleve. Denne holdning til læring finder vi også i Newcastleskolen, der som Dorothy Heathcote<sup>4</sup> siger må gribe de medvirkende i lærer-i-rolle spillet på "Gut level". Der er altså vigtigt at sørge for omgivelser, hvor oplevelser kan ske, at fremme den personlige frihed og at anvende aktiviteter, der bringer det spontane frem. Det er ifølge Spolin, når vi er spontane, at vi er os selv. Det er i spontanitetens øjeblik, at vi kan udfolde vores personlige kreative udtryk, udforske det og prøve det af. Der er tale om en her og nu reaktion, en eksplosion, et engagement af hele jeg'et og et øjeblik af personlig frihed.

Spontanitet fremmes i Spolins teaterarbejde ved hjælp af syv aspekter: *Games*, *Theater Techniques*, *Physicalization*, *Group Expression*, *Approval/disapproval*, *Audience* og *Carrying the Learning Into Daily Life*. *Games* kan være spil/improvisationer/øvelser, hvor der spilles egentlige roller, men kan også være sansøvelser, samarbejdsøvelser mv. *Games* tilrettelægges, så de gradvist udvikler de nødvendige teatermæssige teknikker (*Theater Techniques*). Disse teknikker skal erfares intuitivt, og derfor gøres de fysiske. Da der gennem det fysiske opstår en konkret personlig oplevelse, der fører til forståelse (*Physicalization*). Det er vigtigt at acceptere forskelligheder blandt deltagerne. Autoriteter skal undgås, og der skal herske lighed mellem spiller og underviser. For at fremme ligheden er det vigtigt, at der hverken gives ros eller ris. På grund af det kulturelt betingede ønske om accept og frygten for at være anderledes, hindrer en ydre autoritets bedømmelse brugen af spillers totale selv (*Approval/disapproval*).

---

<sup>4</sup> Engelsk dramapædagog, der udviklede lærer-i-rolle som metode.

At gruppen arbejder i fællesskab med et fælles udtryk styrker gruppefølelsen, hvilket åbner for harmoni og får deltagerne til at føle sig trygge i et tillidsfuldt rum (*Group Expression*).

Til gruppen hører også publikum med hvem, der deles en oplevelse. Publikum er ligesom underviseren medspillere, hvad enten de sidder i salen og ser en forestilling, eller om de er en del af gruppen, der iagttager de øvrige (*Audience*). Den erfaringsproces *Games* sætter i gang fortsætter uden for undervisningen i det daglige, evnen til at opleve bliver skærpet inden for alle livets områder (*Carrying the learning Into Daily Life*). Et vigtigt element ved *Games* er, at det aldrig bestemmes, hvordan de skal udføres. *How* defineres ikke på forhånd, det er op til spilleren selv at skabe. Derimod defineres hvem, hvad og hvor (*Who, What, Where*) som oftest.

*Problem-solving*, *Point of Concentration (Focus)*, *Side Coaching*, *Evaluation* er andre vigtige aspekter i Spolins teknikker. Mest kendt er begrebet *Side Coaching*. På samme måde som en sportstræner coacher sine spillere, kaster underviseren "kommandoer" ind over improvisationer og prøver. *Side Coaching* gør underviseren til medspiller. Formålet er at holde spillerne fast på fokus (*Point of Concentration*) nemlig problemløsningen (*Problem-solving*). Det kan være at etablere et rum, en figur, et samspil etc. At have opmærksomheden rettet mod et enkelt fokus forhindrer, at planlægning eller uvedkommende tanker præger improvisationerne/dramaarbejdet. Fokus gør det muligt at handle spontant, hvilket styrker det intuitive og evnen til at opleve med et åbent sind. Der er ikke nogen "rigtig" måde at løse et problem på, jævnfør *How*. Den eneste måde et problem kan løses på er ved at gå igennem processen, ved at søge og ved at opleve. Spilleren skal spille og ikke andet. Også den øvrige del af gruppen, dvs. tilskuerne og underviseren, skal have fokus rettet mod dette punkt.

Igennem arbejdet med *Games* styrkes involveringen, nærværet og den personlige frihed, som er nødvendige, for at der kan opleves og erfares. Alle sanser skærpes og trænes, spontaniteten fremmes og gennem leg i et trygt miljø fremprovokeres genialitet og opfindsomhed.

De grundlæggende aspekter i metoden er altså oplevelse og spontanitet. Oplevelse er det, der virker befordrende for kreativiteten, mens spontaniteten kan siges at være selve den kreative udfoldelse. Hos

Spolin findes en kausalitet mellem accept, personlig frihed, nærvær, opmærksomhed og oplevelse. At føle sig accepteret er en konsekvens af gruppefølelsen og fraværet af autoriteter (og dermed også fravær af ydre bedømmelse i form af ros og ris). Accept kan også forstås som accept af sig selv, begge former for accept fører til følelsen af personlig frihed. Personlig frihed fremmer nærvær. Nærvær er en forudsætning for opmærksomhed, og opmærksomhed er en forudsætning for oplevelse. Sammen kausalitet gælder spontaniteten. Faktorerne er de samme: Følelsen af accept (både den indre og den ydre relaterede), personlig frihed, nærvær og opmærksomhed. Denne gang rettes opmærksomhed blot mod de indre impulser, der bringer spontaniteten frem, og ikke mod de ydre.

Denne forståelse af oplevelse og spontanitet modsvarer på mange måder Malcolm Ross's <sup>5</sup> forståelse af skabende arbejde og hans begreber Impuls, Sanser og Fantasi. *Games* modsvarer legen som omkranser den skabende process. Også hos August Boal<sup>6</sup> finder vi brugen af forskellige former for games for at nå til indsigt eller udvikle sig som en gruppe, vi finder det i liverollespil og i det hele taget, når vi beskæftiger os med fiktion. Viola Spolin har på ingen måde eneret på det hun foretager sig, jeg har blot brugt hende til at eksemplificere det dramapædagogiske arbejde og nu er det på tide at se nærmere på begrebet kreativitet. Hvordan defineres kreativitet. Hvad fremmer kreativiteten ifølge kreativitetsforskningen selv? Hvor kommer det i det hele taget fra?

### **Kreativitet er det, der gør os til mennesker**

En gang blev skaberevne forbundet med guddommelig indgriben. I antikken var det Apollons muser, der stod kunstneren bi. I renæssancen var det selve Vor Herre, der talte gennem et udvalgt geni. Den lysende idé opfattes i dag, som et resultat af elektroniske impulser i halvandet kilo fedt. Som noget der udspringer af vores hjerne. Som psykologi.

Kreativitet som forskningsfelt er forholdsvis nyt. Det begyndte med intelligensmålinger omkring

---

<sup>5</sup> Engelsk dramapædagog, der har beskrevet forholdene i skabende virksomhed.

<sup>6</sup> Skaberen af de undertrykkes teater og bla. forumteater som metode.

1910. Men der var noget, der ikke lod sig måle med de teknikker, der blev brugt. De ikke logiske/matematiske evner lod sig ikke indfange i en IQ-test. Det var noget andet end en høj intelligenskvotient alene, der frembragte nyskabelser, nye produkter og nye måder at tænke på. I USA tog forskningen for alvor fat i 50'erne. Rumkapløbet var den drivende faktor. Store summer blev postet i innovations-forskningen. Amerikanerne mod Russerne. Hvordan får man den gode idé? I dag handler forskningen mere om, hvordan man får det gode liv.

"Creativity is a central source of meaning in our lives for several reasons", <sup>7</sup> skriver professor i psykologi ved Claremont Graduate University Mihaly Csikszentmihalyi, og han opregner de to vigtigste grunde: For det første ville vi uden kreativitet ikke være til at skelne fra chimpanser, med hvem vi deler 98% af vores genetiske koder, for kreativitet er det, der har skabt sprog, værdier, kunst, videnskab, teknologi. Alt det kulturelle gods vi arver, når vi fødes ind i en kultur, også kaldet *memer*. Kreativitet er for den kulturelle evolution, hvad gener er for den biologiske. For det andet er kreativiteten en kilde til glæde og det, der får os til at føle os i live. "When we are involved in it, we feel that we are living more fully than during the rest of our life", <sup>8</sup> skriver Csikszentmihalyi.

Når kreativitetsbegrebet undersøges og måles, tages der udgangspunkt i raske velfungerende mennesker. At se på, hvordan nogle mennesker fungerer godt, i stedet for at koncentrere sig om sygdomsbilleder, kan betegnes som et paradigmeskift inden for psykologien. Kreativitetsforskningen relaterer sig i dag til den humanistiske psykologi, hverken til behaviorismen eller psykoanalysen, som den humanistiske psykologi netop gør op med. Freud mente eksempelvis, at kreativitet var et udtryk for sublimering – altså et symptom på, at noget var galt. Mens det i den humanistiske tradition forholder sig lige omvendt, at kreativitet er et tegn på sundhed.

Der er utallige definitioner på kreativitet, men grundlæggende hersker der enighed om, at kreativitet er kendetegnet ved, at der skabes noget nyt. En ny idé opstår og føres ud i livet, det være sig et decideret produkt eller en ny måde at tænke på, en ny forståelse.

---

<sup>7</sup> Csikszentmihalyi: *Creativity* p. 1

<sup>8</sup> Ibid p. 2

Csikszentmihalyi mener, at kreativitet viser sig i et system, der består af tre faktorer. *Domain*, *field* og *person*. *Domain* er det område, der skabes inden for, man kan ikke være kreativ uden at have lært noget først, og det er derfor vigtigt at kunne mestre et domæne. *Field* betegner de personer, der regnes for autoriteter inden for domænet, disse personer afgør om produkter eller ideer kan betegnes som kreative. Men det er fra personen, at kreativiteten udfolder sig i første omgang, om det så bliver til nobelpriser, kunstneriske eller teknologiske gennembrud – en kreativitet Csikszentmihalyi kalder kreativitet med stort K, eller om det "bare" er noget, der har betydning for en lille kreds af mennesker og er ganske dagligdags – kreativitet med lille k.

Abraham Maslow, der grundlagde den humanistiske psykologi, skelner på samme måde mellem de to skitserede former for kreativitet. Han kalder det henholdsvis special-talent-kreativitet og selvaktualiserende kreativitet. Men han pointerer, at den selvaktualiserende kreativitet er primær og ligger til grund for special-talent-kreativiteten.

### Kreative personers karakteristika

Csikszentmihalyi konkluderer på baggrund af sine undersøgelser, at kreative personer er meget opmærksomme og åbne over for oplevelser. Åbne over for verdenen, interesseret i at udforske den, i at skabe mening og leve livet så fuldt ud som muligt. Udover åbenhed og opmærksomhed besidder kreative personer en usædvanlig stor nysgerrighed. Denne evne til at stille spørgsmål og stikke næsen i alle ting, grundlægges i barndommen. Men Csikszentmihalyi kan ikke forklare, hvad denne evne udspringer af. Han skriver:

"But where does such intense interest come from? That, of course, is the really important question. Unfortunately, here too a definite answer has to wait until we know a lot more about creativity than we do now"<sup>9</sup>

Det mest signifikante ved kreative personer er ifølge Csikszentmihalyi dog kompleksitet. Kreative mennesker har en kompleks personlighed, og der er ikke tale om en gylden middelvej. Ikke et "hverken

eller", men et "både og". Det er et dialektisk forhold mellem modsatrettede ekstremer med lige stor intensitet og uden indre konflikt. Den kreative person indeholder alle menneskets kendetegn.

Kompleksiteten fremtræder eksempelvis som psykologisk androgynitet. Kreative personer indeholder både traditionelle maskuline og feminine karaktertræk. En beskyttende, sensitiv, underkastende og hensyntagende adfærd findes *samtidig* med agresivitet, rigiditet, dominans og hensynsløshed. Kreative personer er endvidere kendetegnet ved på en gang at være naive, legende, uansvarlige, fantasifulde, rebelske, passionerede og intelligente, disciplinære, ansvarlige, realistiske, konservative, objektive. Det er ikke modsætninger, der udelukker hinanden, men en dualistisk helhed. Tænkningen er hos kreative personer kendetegnet ved at være både konvergerende og divergerende. Konvergent tankegang er det, der normalt forbindes med intelligens, en logisk lineær tænkemåde, mens divergent tænkning er evnen til at se en sag fra mange sider, at skifte perspektiv og generere ideer. Der har i kreativitetsforskningen været tradition for, at divergent tænkning alene skulle betegne den kreative tankegang. Dette er bl.a. beskrevet af en af de tidlige kreativitetsforskere, J. P. Guilford, der fremlagde sin teori om divergent tænkning i begyndelsen af 1950'erne. Men ifølge Csikszentmihalyis undersøgelser er det evnen til at skifte fra den ene til den anden tænkemåde, der er virkelig kreativ. Desuden mener han, at kreative personer er i stand til at tilpasse sig næsten enhver situation og har en evne til at bruge de forhåndenværende muligheder til at nå de mål, de ønsker. Der er en villighed til at løbe en risiko og bryde med det sikre. Men en kreativ person har ikke behov for at være anderledes bare for at være anderledes, det er en negativ impuls og fører ikke til noget. Altså ingen negation for negationens egen skyld. Kreative personer såvel som kreative produkter er originale men aldrig bizarre.

Hos Maslow er kreative personer karakteriseret som spontane og ekspressive. De er intuitive og fantasifulde, samt naturlige, lette og frie i deres væremåde. Forholdsvis frygtløse overfor det ukendte og gådefulde og tiltrækkes ofte heraf. De er uafhængige af andre mennesker og derfor ikke bange for deres eventuelle dom. De har ikke nogen frygt for ikke at leve op til forventninger, ingen frygt for ikke at blive accepterede. Ej heller er de bange for deres eget indre, og dermed bliver de mere åbne for egne

<sup>9</sup> Ibid. p. 158

impulser, følelser og tanker. De er mere selvaccepterende, og der spildes ikke energi på at beskytte sig mod sig selv. Når det dybere selv accepteres og er tilgængeligt, flyder kreativiteten. Den kreative person er kendetegnet ved at have tendens til at gøre alt på en kreativ måde. Disse egenskaber vedrører den primære – den personlige kreativitet. Maslow betegner sådanne egenskaber som primærprocesser, som feminine, som dionysiske. Egenskaber som udholdenhed, lang træning, konsekvent tænkning, ubarmhjertig kritik, perfektionisme, realitetstestning, sammenligning, bedømmelse, udvælgelse og forkastelse hører sekundær processerne til og betegnes som maskuline og apollinske. De primære og sekundære processer kan sammenlignes med Csikszentmihalyis komplekse personlighedstræk, hvor modsatrettede egenskaber findes samtidig i personen. Mange processer og produkter skabes ud fra sekundærprocesser alene, men de kan ikke betegnes som kreative ifølge Maslow. De to processer skal integreres, for at den store kreativitet opstår.

Kreativitet betegnes som et naturligt udtryk for et menneske, der er åben for alle indre og ydre oplevelser og er fri til at afprøve sine ideer. Maslow mener endvidere, at der hos kreative personer er tale om en speciel form for perceptions dygtighed – altså evnen til at opleve. Men denne evne er ikke noget enestående. Ifølge Maslow har vi den alle fundamentalt iboende. I løbet af vores opvækst går denne evne dog ofte i glemmebogen pga. tilpasningen til samfundet, der medfører en splittelse i personen.

Det er altså egenskaber som åbenhed, opmærksomhed, spontanitet, nysgerrighed og følelsen af accept, der i særlig grad karakteriserer den kreative personlighed, foruden kompleksitet, der ses som en integration af modsatrettede egenskaber. Kompleksiteten er tegn på et "højt udviklet" individ – et helt menneske, men ses også som en nødvendighed for at gøre kreativiteten sublim og føre de nye ideer ud i livet.

### Kilden til kreativitet

Maslow ser altså kreativitet som et ledsagefænomen til den stærke helhed og integration, der følger af selvaccept. I stedet for at

spilde tid og energi på at beskytte sig mod sig selv, kan energien investeres i opmærksomhed. Ved at undgå helvede i sit indre, afskærer man sig også fra himlen, siger han. Kreativitet er altså betinget af, at man accepterer sit indre og har adgang til de impulser, der springer herfra. Maslow betegner kreativitet som gennemførelse af fuld menneskelighed, som essentiel væren.

Csikszentmihalyi mener, det er oplevelsen eller involvering i og en stadige afsøgende holdning til oplevelsen, der udvikler kreativitet. Et sådan "væren i en oplevelse" kalder han *flow*. Csikszentmihalyi har siden begyndelsen af 70'erne undersøgt begrebet *flow* og i 1990 udkom bogen *Flow: The Psychology of Optimal Experience*, hvor han skriver:

"Den autotele oplevelse – eller *flow* – løfter livets gang til et andet niveau. Fremmedgørelse viger for engagement, nydelse erstatter kedsomhed, hjælpeløshed forvandles til en fornemmelse af styring og psykisk energi bidrager til en styrkelse af selvet i stedet for at ødes i ydre måls tjeneste. Når oplevelsen er personligt berigende, fremstår livet i sin egen ret i nuet og holdes ikke som gidsel for en hypotetisk fremtidig vinding".<sup>10</sup>

*Flow* er kendetegnet ved en følelse af dyb tilfredsstillende. Den tilfredsstillende følelse er ifølge den danske forsker Hans Henrik Knoop resultat af hjernens elektrokemiske belønning. Egentlig er der tale om en overlevelsesstrategi, det limbiske system sørger for at belønne organismen med en lille nydelsesfuld rus, når det går godt, når vi lærer og udvikler os.<sup>11</sup>

*Flow*-oplevelsen betegnes som en autotel handling, det vil sige en handling, der er et mål i sig selv. Aktiviteten er til for aktivitetens egen skyld og ikke for resultatet af aktiviteten. Den autotele proces er kendetegnet ved følgende:

- Balance mellem udfordring og evner
- Klare mål i hvert stadie af aktiviteten
- Handling og tanke er fokuseret på ét og samme
- Umiddelbar feedback fra selve aktiviteten
- Ingen distraktioner i form af andre tanker eller bevidsthed om tid
- Ingen selvbevidsthed

<sup>10</sup> Csikszentmihalyi: *Flow* p. 88

<sup>11</sup> Knoop: *Leg, læring, kreativitet* pp. 35ff

- Ingen angst for at fejle

For at en aktivitet skal blive ved med at bibringe udøveren følelsen af *flow*, må der til stadighed være balance mellem udfordring og evne, og da "øvelse gør mester" er det nødvendigt, at udfordringerne bliver tilsvarende komplicerede efterhånden, som udøveren udvikler sine færdigheder. *Flow*-oplevelsen er med andre ord kompleks.

*Flow* kan være en individuel evne, man kan have med sig over alt, og den kan indtræffe spontant, men indtræffer oftere som resultat af en planlagt aktivitet. Csikszentmihalyi beskriver, hvordan vi i vores kultur har udviklet aktiviteter, der bibringer denne følelse. Der er tale om eksempelvis kunst, optræden, ritualer og sport. Alle er indeholdt i det, der bredt kan betegnes som spil.

Spil opdeles af den franske psykolog og antropolog Roger Caillois i fire store kategorier: *Argon* (væddekamp), som vi kender i sport og idræt. *Alea* (tarning) alle former for spil, hvor tilfældigheder afgør udfaldet, f.eks. hasardspil. *Vertigo* (svimmelhed) aktiviteter, hvor almindelige sansedtryk forstyrres og *Mimikri* (efterligning), hvor en anden virkelighed skabes, herunder dans, teater og kunst.<sup>12</sup> Disse aktiviteter har altid været en del af menneskets kultur og har haft deres oprindelse i religiøse handlinger. Mennesket har så at sige sekulariseret de religiøse aktiviteter for opnåelsen af *flow* uden for kulten, hvor handlingerne jo var fastlagt til bestemte tider og steder i faste rammer.

*Flow* er i følge Csikszentmihalyi både kilden til og en beskrivelse af kreativitet. Kilde forstået på den måde, at autotele oplevelser vækker kreativiteten inden for alle livets områder og ikke alene inden for den aktivitet, det område, eller *domaine*, hvor oplevelsen udspiller sig. Samtidig er *flow*-oplevelsen en integreret del af den kreative proces og på mange måder synonym hermed. *Flow* er en nydelsesfuld tilstand, der udvikler selvet.

## Kreativitet i forhold til indre og ydre motivation

*Flow*-aktiviteter er som beskrevet tidligere autotele handlinger. De er et mål i sig selv. Modsætningen til autotel er exotel. En exotel handling udøves pga. ydre faktorer, fordi noget forventes af os eller vi gerne vil opnå accept, prestige eller belønning. Dette er ifølge Csikszentmihalyi heller ikke befordrende for kreativiteten.

Therese M. Amabile, der især har forsket i kreativitetens socialpsykologi, har i sine undersøgelser af kreativitetens motivationsfaktorer fundet frem til, at der er markant forskel på resultatet af en kreativ proces, alt afhængig af om motivationen er indre eller ydre betinget. En indre motiveret kreativ proces er kendetegnet ved, at den udøves for processen egen skyld, fordi den er nydelsesfuld og tilfredsstillende i sig selv, mens en ydre motiveret aktivitet udøves pga. en ydre faktor, som f.eks. udsigt til opnåelse af en belønning. Dette er i overensstemmelse med Csikszentmihalyis beskrivelse af autotele og exotele aktiviteter. Amabile opregner følgende, som hæmmende for kreativitet:

- konkurrence
- at der ikke er valgfrihed i, hvordan aktiviteten skal udføres
- at blive overvåget
- at der er udsigt til en aftalt belønning

Selvfølgerlig findes der kreative processer, hvor motivationen både er indre og ydre. Her kan belønning og konkurrence godt øge kreativiteten og virke motiverende. Den primære indre motiverede proces er dog betydelig mere befordrende for kreativiteten. Personer, der primært er indre motiverede, er mere tilbøjelige til at drage nytte af erfaringsområder uden for selve opgaven, de undersøger flere muligheder og er mere åbne for ideer og impulser fra deres indre. De er også tilbøjelige til at anvende mere tid på opgaven både direkte og indirekte i form af tanker, når andre (praktiske) gøremål optager deres tid.

## Motivation, nysgerrighed og oplevelse

Amabile taler ikke om, hvad der får motivationen til at vende fra ydre til indre, eller hvorfor indre motivation i det hele taget forekommer. Spørgsmålet; Hvad sætter motivationen i gang? melder sig. Hvor nysgerrigheden kommer fra, kunne der måske også findes et svar på, jævnfør Csikszentmihalyis spørgsmål beskrevet tidligere. Ligesom det kunne

<sup>12</sup> Csikszentmihalyi: *Flow* p. 92

være interessant at undersøge begrebet oplevelse nærmere. Hvad er en oplevelse egentlig? For at svare på disse spørgsmål bevæger jeg mig nu over i dramapædagogikken.

Professor i dramapædagogik ved Trondheim Universitet Bjørn Rasmussen har i sine teorier om kreativitet netop oplevelsen som centralt element. Bjørn Rasmussen skriver om kreativitet i artiklen "*Kreativitet finnes det*"

"Der er tale om en dynamisk mental kompetanse, en konstant mental strøm som bearbejder ny og gammel erfaring og som produserer ny forståelse og tankeprodukter, det dreier seg om kontakt og utveksling mellom ulike bevisst-hestnivå, og den kvalitet denne mentale prosessen har."<sup>13</sup>

Ud fra denne betragtning er det nødvendigt at stimulere, træne og forbedre disse mentale processer. Dette sker ved læring gennem alle sanser i samspil mellem oplevelser, egne følelser og erfaringer. Han sammenligner skabende mentale processer med leg. Vi kender udtrykket tankens spil. *Flow* i hjernen kunne man sige. Det legefulde er ifølge Rasmussen forudsætningen for tænkningen. Igen kan der sammenlignes med Ross, for er tænkning ikke også skabende arbejde?

Allerede Aristoteles var inde på, at leg er vejen til udvikling. Hans grundlæggende begreb *Mimisis* beskrives som barnets medfødte trang til at efterligne og derved opnå kundskaber, dette sker gennem leg. Senere er *mimisis* også grunden til at kunst overhovedet skabes.<sup>14</sup> At vi som mennesker har denne trang til at efterligne for at forstå og dermed udvikle os, forklarer måske oprindelsen til en af de grupper, der findes under oprindelige *flow*-skabende aktiviteter, da *mimisis* kan sammenlignes med *mimikri*.

Bjørn Rasmussen antager, at det ikke kun er hos barnet sammenhæng mellem leg og udvikling gør sig gældende. Også voksne har godt af at lege. Leg er en oplevelse, der angår både det fysiske og det psykiske – både det motoriske, det emotionelle og kognitive. Legen har en overføringsværdi og i legen finder vi spontaniteten. "Å være spontan er å åbne opp for den frie strøm, å ta av lokket så og sige",<sup>15</sup>

<sup>13</sup> Rasmussen: *Kreativitet finnes det?* p. 20

<sup>14</sup> Braanaas: *Dramapedagogisk historie og teori* p. 205

<sup>15</sup> Rasmussen: *Kreativitet finnes det?* p. 25

skriver han. Men det kræver mod at "løfte låget", for hvad er der under det? Hvad springer frem? Vi kan være bange for at dumme os og gøre derfor alt for at forhindre, at der lettes på låget. Eller vi kan være så fokuserede på at opnå noget bestemt, at vi slet ikke opdager, at det bobler under låget. I første henseende kræver det tryghed at lette for låget. I det andet tilfælde kræver det åbenhed for de spontane impulser, og det er måske netop det, der er svært, hvis man er fokuseret på at opnå noget bestemt efter processen og ikke er opmærksom eller fokuseret på selve processen, jævnfør autotel og exotel handling.

Rasmussen pointerer at træning og øvelse i udviklingen af vores sind er essentiel for udviklingen af kreativitet. Til vores sind hører vores følelser og det spontane, men også erfaring, som er et andet vigtigt element for kreativitet. Erfaring er forbundet med oplevelse. Jeg vil gerne indkredse hans forståelse af oplevelse med følgende citat:

"Men indtrykk er ikke det samme som oplevelse. Et indtrykk er noe vi møter, et press utenfra på våre sanser. For at det skal bli en oplevelse, for at det skal integreres som en erfaring, må vi aktivere og åpne vårt sinn og ta imot."<sup>16</sup>

Oplevelse og indtryk er altså væsensforskellige.

Vores sanser er ofte bedøvet af den overflod af indtryk, der præger vores verden i dag. Konstant bombarderes vi med indtryk. Det er svært at være åben over for et bombardement, og et værn imod det er typisk apati. Men resultatet af apati er svækkelse af sensitivitet. Apati er en skal, der lægges omkring vores sanseapparat, så vi bliver fri for at opleve. Men skallen forhindrer ikke kun oplevelser i at komme den ene vej, også adgangen til vores følelser, fantasi og spontanitet blokeres. Apati gør oplevelse umulig.

Når Csikszentmihalyi taler om optimal oplevelse som løsenet for udviklingen af kreativitet, må man huske, at det er en forudsætning, at man overhovedet er i stand til at opleve. En oplevelse er, når vi erfarer med sanserne, når vi har følelserne med i det vi foretager os, og derfor skal vi, før vi kan opleve, have fri adgang til sanser og følelser. Vores følelser må ikke blokeres, pointerer Rasmussen.

Sanser er forbundet med vores følelser. At sanse er at føle. Følelserne omhandler ofte det udsigelige og kan derfor være svære at nå ad sproglig vej. Dette

<sup>16</sup> Rasmussen: *Kreativitet finnes det? Del II* p. 25



hænger måske sammen med følelsernes placering i hjernen. Følelser hører hjemme i det limbiske system, hvorimod sproget er forbundet med det fornuftstyrede neo-cortex. Neo-cortex lægger sig uden om det limbiske system, det er det mest udviklede lag i hjernen og det, der er kommet til senest i den menneskelige evolution. Det er neo-cortex, der gør os i stand til at lære, huske, organisere, kommunikere, tænke og handle. Neocortex er rationel og ordnet, men ingen information når frem til neo-cortex uden først at have været omkring det limbiske system – altså følelserne.<sup>17</sup>

Er følelser og sanser ikke tilgængelige er vi ikke motiverede for at opleve, erfare og lære, der er simpelthen ikke overskud til at involvere os i noget, der kræver vores sanser og følelser. Det naturlige videbegær og nysgerrigheden svækkes, og der opstår ubalance og stilstand. En sund balance derimod indebærer, at vi har et sanseapparat og et følelsesliv, der er modtagelig for oplevelse. På grundlag af oplevelseserfaring og sansepåvirkning opstår den skabende tanke – kreativiteten. En oplevelse er altså forbundet med frit at kunne sanse og føle.

### Lysten driver værket

Stuntmanden Martin Spang Olsen beskriver i sin bog "Sang, dans og slagsmål" hvordan det at udtrykke sig er en følge af et indtryk. Indtryk forstås her i Bjørn Rasmussens forstand, som en oplevelse, der integreres i personligheden og ikke som et pres udefra. Den teori har Spang Olsen lånt af reformpædagogerne: Efter oplevelse kommer trangten til at udtrykke sig. Spang Olsen mener, at udtryk er forbundet med lyst. Lyst er et ord, der ofte har en negativ klang i vores kulturkreds, og det er en følelse, der ligesom angst, ensomhed, vrede etc. ofte fortrænges. Men lyst er en af de mest basale følelser vi har. At kunne føle lyst er en forudsætning for at opnå det liv, vi ønsker. Og jo mere vi er i kontakt med, hvad vi har lyst til, jo lettere vil vores liv blive, mener Spang Olsen.

Motivation er forbundet med lyst. Der er så at sige lysten der motiverer. Lysten til at finde ud af en sammenhæng, undersøge en begivenhed, et emne osv., kan betegnes nysgerrighed, ligesom lysten til at finde nye sammenhænge, nye muligheder osv. kan betegnes som drivkraften bag kreativitet. Den

motiverende faktor for kreativitet er altså en følelse – lyst.

Samtidig kan følelsen lyst henregnes til det limbiske systems overlevelsesstrategi. Det limbiske systems opgave er at lede os mod nydelse og bort fra smerte for en opretholdelse af livet og den stadige udvikling. Når nysgerrigheden tilfredsstilles, eller vi udvikler nye tanker og produkter, belønnes vi for vores udvikling med elektrokemisk nydelsesfuld feedback i form af serotonin. Kreativitet kan altså ses som et resultat af en overlevelsesstrategi.

At lyst er det primære princip for kreativitet stemmer overens med Maslows teori. Den følelse, der får os til at udføre en handling, med henblik på opfyldelse af et behov og dermed tilfredsstillelse, er lyst, både når det gælder vores primære og vores sekundære behov.<sup>18</sup>

Lyst er altså det der motiverer til at skabe nyt. Bag kreativiteten ligger lysten. Lyst er en følelse, og derfor skal der være fri adgang til vores følelser for at sætte motivationen i gang, ligesom der skal være adgang til vores følelser, for at vi kan opleve.

Fælles for kreativitetsforskernes, Bjørn Rasmussens og Spang Olsens syn på kreativitet er, at kreativitet er en naturlig evne, alle mennesker ejer. Det er et iboende potentiale. Kreativitet ses endvidere som en del af et kredsløb, hvor også oplevelse og udvikling indgår. Oplevelse er en forudsætning for kreativitet og udvikling, selve evnen til at opleve er derfor central.

### Drama – en autotel handling

Oplevelse er, som beskrevet, et af grundelementerne i Spolins metode. Hun tilrettelægger omgivelserne så oplevelser bliver mulige, det at opleve med hele organismen på alle niveauer trænes. Helt konkret ses det i hendes sanseøvelser, og vi ser det i begrebet *Physilicalization* – en oplevelse skal gøres fysisk, den skal erfares både fysisk og emotionelt. Desuden taler Spolin om, at opmærksomheden via hendes teknikker åbnes i alle livets henseender og dermed evnen til at opleve i det hele taget.

For at kunne opleve, skal opmærksomheden være åben. En åben opmærksomhed kræver nærvær og

---

<sup>18</sup> Halse: *Abraham Maslow og den humanistiske psykologi* pp. 218ff

---

<sup>17</sup> Knoop: *Leg, Læring og Kreativitet* pp. 37ff

adgang til følelseslivet. Denne adgang er betinget af en følelse af accept, dels ydre accept – at man føler sig accepteret, dels indre accept – at man accepterer sig selv og ikke fortrænger sit indre, men lader lysten til at undres og skabe komme til udtryk.

Vigtigheden af accept finder vi også hos Spolin. Som vist tidligere kan accept ses som det basale element for opnåelse af dels evnen til at opleve og dels evnen til at lade spontaniteten sætte igennem. Ved at fremme gruppefølelsen og undgå autoriteter, samt dennes billigelse eller misbilligelse, skabes et rum fyldt af tillid, og her opstår følelsen af accept og personlig frihed. Accept lukker op for spontaniteten og giver tillid til, at det spontaniteten bringer kan bruges. Senere kan det være nødvendigt at sortere i spontanitetens materiale af ideer og indfald og anvende den konvergerende tankegang, eller det Maslow kalder sekundærprocesserne. Et sådan forløb ses eksempelvis, hvor skuespilleres improvisationer bruges som basis for hele forestillinger eller i devised theater. Drama processer er altså både præget af det divergerende og det konvergerende, af spontaniteten såvel som det strukturerede.

Når *Games* evalueres, er det også den konvergerende tankegang, der tages i brug – der analyseres.

Evalueringen er ikke møntet på den enkelte spillers præstation, om vedkommende var "god", men på om det lykkedes at løse problemet. Her vil man kunne indvende, om det ikke er det samme? Men ønsket om at være "god" er et ydre motiveret ønske, et ønske om ros fra autoriteten og anerkendelse fra gruppen. Herved bliver handlingen exotel. Ønsket om at løse problemet er derimod knyttet til selve handlingen, og handlingen bliver derfor indre motiveret. Som vi ser hos Amabile, er den indre motivation langt mere fremmende for kreativiteten end den ydre motivation. Når handlinger er indre motiveret, bliver den autotel, og det autotele er ifølge Csikszentmihalyi netop kendetegnet ved *flow*-oplevelsen.

Udover selve det autotele grundlag ser vi hvordan de øvrige punkter, der definerer *flow* findes i dramaaktiviteter, når de tilrettelægges med omtanke. *Games* udvikler gradvist elevens skuespiltekniske evner. Den gradvise tilgang til lærestoffet sikre balance mellem udfordringer og evne. *Problem Solving* er med til at stille klare mål for i hvert stadie af aktiviteten. Sammen med *side*

*Coaching* og *Audience* sikrer det også den umiddelbare feedback, foruden den feedback spilleren oplever fra sin medspillere. *Point of Concentration* sikrer at handling og tanke er fokuseret på et og samme så distraktioner i form af andre tanker, selvbevidsthed og bevidsthed om tid undgås. Følelsen af accept og det tillidsfulde rum minimere angsten for at fejle.

*Games* er også *flow*-aktiviteter i den forstand, at de er spil, jævnfør Roger Caillois opregninger af oprindelige *flow*-aktiviteter. *Games* indebærer ofte at spille roller, at fremstille en anden virkelighed, og de tilhører derfor kategorien *mimikri*.

Csikszentmihalyi betegner *flow*-oplevelsen både som en tilstand der kendetegner skabende arbejde og som en kilde til kreativitet. At en *flow*-oplevelse kan bidrage til øget kreativitet kan hænge sammen med, at *flow*-oplevelsen er med til at bringe sindet i balance. Og et sind i balance er et sind parat til at skabe. Det er åben for oplevelser, både de indre; det spontane, ideer, indfald, det der "gemmer sig under låget", og de ydre oplevelser, der integreres som erfaring og som inspirationskilde.

De grundlæggende teknikker i Spolins metode har tydelige fællestræk med de faktorer, der ifølge kreativitetsforskningen udvikler og fremmer kreativitet. Dette ses særligt i sammenfaldet mellem vigtigheden af oplevelse og vigtigheden af accept. Følelsen af accept fremkommer i Spolins metode pga. den fundamentale tillid, der skabes i gruppen, dette medfører en personlig frihed og et nærvær, der muliggør oplevelse og spontanitet. Muligheden for oplevelse tilrettelægges via metodens grundprincipper på en sådan måde, at der er bliver tale om en *flow*-oplevelse, hvor kreativiteten kan sætte igennem. Ligesom fraværet af billigelse og misbilligelse øger muligheden for indre motivation så aktiviteten bliver autotel, hvilket også øger kreativiteten. Det er selvfølgelig vigtigt at pointere, at en sådan udvikling ikke er noget, der sker fra dag til dag. Det sker gradvist efterhånden som evnen til at opleve folder sig ud, og spontaniteten sætter igennem.

Det essentielle i dramaarbejde er den legende afsøgende holdning, der muliggør oplevelse og etablering af et tillidsfuldt rum, hvor spontaniteten kan udfolde sig.

Denne viden om ligheden mellem kreativitetsforskningens teori og dramapædagogisk praksis kan bruges i alle de sammenhænge, hvor vi

gerne vil øge kreativiteten og skabe grobund for innovation, produktudvikling, nytænkning osv. Det er sikkert heller ikke tilfældigt at teatersport og improteater har været fast pensum i kaospilot uddannelsen. Dramapædagogiske aktiviteter og forløb kan, når det er tilrettelagt med principperne for *flow* for øje, bidrage til at højne det kreative potentiale. Det er selvfølgelig vigtigt at arbejde med en overføring, så accept, personlig frihed, nærvær og opmærksomhed ikke kun skabes og opleves i det rum og det øjeblik, der er i et dramapædagogisk forløb. Dramaarbejdet skal ikke opfattes som et frikvarter fra dagligdagens rutiner, men som et konstruktivt redskab, hvor grundprincipperne implementeres i gruppen og i arbejdsmiljøet som en form for kultur. Samtidig *skal* det netop forstås som et frikvarter, som en leg, et spil, som der, hvor man virkelig lærer noget og udvikler sig, fordi det griber en på indersiden og involvere hele jeg'et med nysgerrighed, spontanitet, oplevelse og udtryk. Alt dette for at styrke lysten til at skabe nyt.

## Referencer

- Amabile, Theresa M.: *Within You, Without You: The Social Psychology of Creativity, and Beyond*. In: *Theories of Creativity*, Ed.: Runco, Mark A., Sage Publications, Inc, 1990
- Braanaas, Niels: *Dramapedagogisk historie og teori – det 20. århundre*. 4. udgave, Tapir Forlag, Trondheim, 1999
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *Flow. Optimaloplevelsens psykologi*. Munksgaard, 1991
- Csikszentmihalyi, Mihaly: *Creativity. Flow and the Psychology of Discovery and Invention*. Harper Collins Publisher, 1996
- Knoop, Hans Henrik: *Leg, Læring og Kreativitet*. Aschehoug, 2002
- Maslow, Abraham H.: *På vej mod en eksistenspsykologi*. Nyt Nordisk forlag, 1970
- Olsen, Martin Spang: *Sang, dans og slagsmål*. L & R Fakta, 1998
- Rasmussen, Bjørn: *Kreativitet finnes det?* In: *Drama – Nordisk dramapedagogisk tidsskrift* (29. årgang) Vol. 4-1991, Landslaget Drama i Skolen, Oslo
- Rasmussen, Bjørn: *Kreativitet finnes det? Del II Drama – Nordisk dramapedagogisk tidsskrift* (30. årgang). Vol. 1-1992, Landslaget Drama i Skolen, Oslo
- Spolin, Viola: *Improvisation for the theater*. Northwestern University Press, 1987
- Spolin, Viola: *Praktisk teaterarbejde*. Drama, 1999
- The Spolin Centers hjemmeside:  
<http://www.spolin.com> samt alle sider indekseret under denne side.