



El lugar de la creatividad en la terapia:

Reflexión a partir del pensamiento Donald Winnicott

Gabriel Soler¹

Universidad Católica de Chile

El siguiente ensayo busca indagar sobre el rol de la creatividad en la psicoterapia a partir del pensamiento de Donald Winnicott. Para ello se definirán conceptos como Self verdadero y falso, madre ambiente, fenómenos y espacios transicionales y juego. Estos conceptos estarán ligados conceptualmente al concepto de creatividad, eje central del pensamiento del autor. Se generan, de este modo, aplicaciones terapéuticas a partir de estos conceptos, buscando mostrar cuál es el lugar de la creatividad en la psicoterapia. Finalmente se concluye que el lugar de la creatividad parece ser una dimensión ética que va más allá del trabajo terapéutico.

Palabras clave: Psicoterapia, Creatividad, Winnicott.

The next essay is looking for a research on the role of creativity in psychotherapy from the thinking of Donald Winnicott. In this aim, will be defined concepts like true and false self, environment mother, transitional object and phenomena and the play. These concepts are related to creativity, that is seen like a central axis for the author. In this way are generated clinical applications from these concepts, looking for show the place of creativity in psychotherapy. Finally is concluded that creativity is an ethical dimension that goes beyond therapy.

Key Words: Psychotherapy, Creativity, Winnicott.

English Title: The place of creativity in the therapy: Reflection from Donald Winnicott thinking.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Soler, G. (2015). El lugar de la creatividad en la terapia: Reflexión a partir del pensamiento Donald Winnicott. *Clinica e Investigación Relacional*, 9 (2): 416-430. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.org.es]

Introducción

Este ensayo busca profundizar en el lugar de la creatividad en la terapia, desde la perspectiva de Donald Winnicott. Para esto se han seleccionado algunos conceptos fundamentales de este autor, para poder definirlos y ver su relación con la creatividad. De este modo se definirá el concepto de madre ambiente, de verdadero y falso Self, de fenómenos y objetos transicionales. Además se expondrá con respecto al rol del juego y fundamentalmente la asociación de estos conceptos con la creatividad. Ya que Winnicott no desarrolló estos conceptos claramente, al estilo de un diccionario, tampoco podremos definirlos así en este artículo. El mismo Winnicott siempre habló desde un lenguaje poco científico, más bien coloquial. De esta forma los conceptos pueden emplearse de formas distintas, según los contextos (Pelento, 2010). Por estas razones es difícil generar un recorrido exhaustivo y riguroso de qué quiso decir el autor en cada cita, sino que más bien la lectura va dando lugar a impresiones tentativas, donde los conceptos van haciendo sentido en la relación de unos con otros.

El recorrido conceptual de este ensayo versará sobre el lugar de la creatividad en la terapia. Al desplegarse los conceptos desde la mirada de Winnicott, el orden de prioridades comenzará a cambiar, ya que la creatividad tomará un lugar preponderante en relación a los demás conceptos, incluso más que la terapia misma.

Definiendo Creatividad

El mismo Winnicott al hablar de la creatividad prefiere no hacerlo desde una definición de diccionario. Tampoco repasa la literatura anterior sobre el tema. Esto lo hace para poder ser consecuente con lo que plantea

Pero creo que ustedes verán en ello la necesidad que tengo de asegurarme de que mi tema no terminará por eclipsarme. Establecer las concordancias entre todo lo que se ha dicho sobre la creatividad me mataría. Es evidente que para sentirme creativo debo luchar sin pausa (...) tengo que partir desde cero. (Winnicott, 2001[1970], p.50).

Winnicott pone el concepto de creatividad en la base de la experiencia del *ser* en su vínculo con el *hacer*. De este modo la creatividad sería un '*hacer que surge del ser*' (Winnicott, 2001[1970]). Para comprender esta afirmación es útil pensar en que el autor vincula los elementos femeninos al *ser* y los masculinos al *hacer* (Winnicott, 1992d [1971]), planteando que el elemento masculino *hace* y el elemento femenino *es*. Se debe acotar que para el autor hay elementos femeninos y masculinos tanto en hombres y como en mujeres. Así, Winnicott

(1992d[1971]) recalca “eso que llamo relación de objeto del elemento femenino puro establece la que quizá sea la más simple de las experiencias, la de ser” (p.111). Describe esta experiencia de ser, como una en que se establece una relación de continuidad, donde las identificaciones proyectivas e introyectivas son iguales la una a la otra (poniendo las partes del yo en un objeto en la primera y del objeto en el yo en la segunda). Por otro lado, el componente masculino inaugura la relación objetal en tanto separada: “En cuanto se dispone de la organización del yo, el bebé asigna a éste la cualidad de ser no-yo o separado, y experimenta satisfacciones del ello que incluyen la ira relativa a la frustración” (p. 111).

En este sentido, el elemento femenino puro aparece como la base para el autodescubrimiento, ya que nos conduce al Ser y nos permite desarrollar un interior, ser un recipiente. Esto, a su vez, sentará las bases para la relación con el mundo. Luego de *poder ser* es posible el *hacer*, de tal modo que quede conectado con el ser. Además de lograr este hacer se logra *usar al objeto* y posteriormente permitir que el mismo sujeto sea usado. Winnicott (1992d [1971]) plantea como fundamental el hecho de *poder usar a los objetos*. El que sea posible usar un objeto implicará que este es un objeto de una realidad compartida, y que no es un conjunto de proyecciones. Así, alcanzar el uso de un objeto, es un logro en el desarrollo, que comienza con la capacidad de Ser y por lo tanto de *ser creativo*.

La creatividad, en su definición winnicottiana tiene un vínculo fundamental con la vida misma, ya que plantea: “la vida sólo es digna de vivirse cuando la creatividad forma parte de la experiencia vital del individuo” (Winnicott, 2001[1970], p. 48). Esta deberá estar en la base del obrar de la persona, y no solamente como una percatación consciente.

Deberá distinguirse la vida creativa de la labor artística: “Un artista de éxito puede no encontrar la persona que busca, terminar una creación nunca cura la falta subyacente de sentimiento de la persona” (Winnicott, D. 1992c [1971], p.81). Por lo tanto, queda claro que para vivir creativamente no se requiere talento especial. Además de esto el autor plantea que la vida creativa es una necesidad y una experiencia universal (Winnicott, 2001[1970]). Así, para el autor, estará presente como una “coloración” que tiñe toda la actitud hacia la “realidad exterior” (Winnicott. 1992d [1971]).

Pondrá, de este modo, el impulso creativo en el polo de la salud, mientras que su antónimo será el acatamiento, el encajar, o adaptarse, lo que se asociará a la enfermedad (Winnicott, 1992d [1971]), así incluso afirmará que “Lo que hace que el individuo sienta que la vida vale la pena de vivirse es, más que ninguna otra cosa, la apercepción creadora” (Winnicott, D. 1992d [1971], p.93). Hablando de la creatividad plantea una afirmación muy radical: “Desdichado es el que, durante una fase, advierte que le falta algo que es esencial para el ser

humano, mucho más importante que la comida o la supervivencia física” (Winnicott, 2001[1970], p.54.)

Self verdadero y Self falso

Para comprender la teoría winnicottiana, resulta esencial comprender las nociones de Self verdadero y falso. Antes que esto se debe aclarar el concepto de Self, sobre el cual Pelento (2010) plantea que el mismo Winnicott no lo define bien para sí mismo, cuando una traductora le pide que lo haga. Pelento plantea que la definición va cambiando dependiendo del texto, vinculándose a diferentes líneas teóricas.

El concepto de Self verdadero es definido por Winnicott (1993a [1960]) como una posición teórica proveniente del *gesto espontáneo* y la *idea personal* en las primeras etapas del desarrollo. Estos dos elementos se asocian a lo que estamos entendiendo por *creatividad*, como algo que surge del ser, que es lo contrario del acatamiento del gesto impuesto por otro. El origen de estos gestos espontáneos está en la primera infancia. Algunos de estos gestos, contemplados desde fuera, pueden hacernos pensar que provienen de imitaciones adultas, pero lo central aquí es que a nivel fenomenológico el niño los siente como creaciones propias. Estamos hablando de un estado de ser donde no hay una diferencia entre lo interno y lo externo. Esta indiferenciación desde el exterior puede verse como que la madre pone el pecho al niño, pero por otro lado el niño puede vivir como que el pecho es creado por él.

La relevancia del Self verdadero, el que emerge del *gesto espontáneo*, será de suma importancia existencial: “Solamente el ser verdadero puede ser *creativo*, y solo el Self verdadero puede sentirse real” (Winnicott 1993a [1960], p.193). En la cita anterior queda claro que la definición de self verdadero está vinculada directamente con la ‘creatividad’ y a la vez se vincula con el sentirse real, por su contacto directo con la experiencia de ser.

“El Self verdadero surge de los tejidos y las funciones corporales, incluso de la acción del corazón y de la respiración. Está estrechamente vinculado con la idea del proceso primario, y al principio es esencialmente no-reactivo a los estímulos externos, sino primario” (Winnicott, 1993a, p.193).

El verdadero Self comienza desde muy temprano, y se asocia a los elementos corporales. El proceso primario, en la tradición psicoanalítica, está vinculado al principio del placer y a la satisfaciendo el deseo, y está alejado de los elementos más “reales” y adaptativos, del proceso secundario. Su no reactividad se relaciona con no reaccionar ante el medio exterior, función que en un principio generaría una respuesta asociada al falso Self. Estos espacios más cercanos a lo corporal y al proceso primario pueden desarrollarse en el adulto en los espacios de la

cultura y las artes.

Así, el Self verdadero pasa por las distintas etapas de la vida, durante las cuales fortalecerá la sensación de ser real, si es que no es interrumpido (Winnicott, 1993a[1960]). Para esto, aumentará la capacidad de soportar las rupturas en su continuidad y las experiencias de Self falso o reactivas.

El Self falso, por otro lado, produce un sentimiento de futilidad e irrealdad en su aspecto negativo. Su aspecto positivo ocupará un lugar en esta configuración psíquica, que permitirá hacer una transacción con el medio, siendo una actitud social algo adaptable, permitiéndole obedecer y no quedar expuesto. Por lo tanto, tiene un fin protector en sus diferentes manifestaciones. Ello puede permitir al adulto una adecuada adaptación y por lo tanto acompañar al Self verdadero en su desarrollo.

La creatividad pura y la adaptación pura, parecen acarrear problemas, como se lee en que Winnicott plantea que a la consulta llegan personas esquizoides y extravertidos, unos por una falta de contacto con los hechos de la vida y otros por una falta de contacto con sus sueños (Winnicott 1992d[1971]). Es decir, se puede pensar que si se carga la persona tanto hacia los aspectos más fantasiosos, como hacia los objetivos, la persona sentirá que algo anda mal. Así puede haber patología por exceso de realidad o exceso de fantasía.

Sin un buen paso por estas etapas, la asociada a la fantasía pura, o la asociada a la realidad pura, no se generaría una alianza, un matrimonio entre los dos aspectos, como se decía al principio: ‘un hacer (externo) que surge del ser (interno)’, así, reiterando la idea central, Winnicott (1992d[1971] p. 100) señala que “advertimos, o bien que los individuos viven en forma creadora y sienten que la vida es digna de ser vivida, o que no pueden hacerlo y dudan el valor de vivir”. De manera que el Self verdadero será el representante de una vida creativa, que puede ser protegido por el Self falso (en su versión sana) u opacado por este (en su versión patológica).

Madre ambiente

Winnicott (1993a [1960]), en su formulación del desarrollo del infante, presenta un gran despliegue conceptual y teórico basado en la práctica psicoanalítica. El desarrollo del bebé en esta perspectiva, está profundamente ligado a un ambiente facilitador, el cual será la base para la configuración de su personalidad. En un inicio, este ambiente está conformado fundamentalmente por una madre-ambiente, la cual debe proteger y adaptarse a las necesidades del bebé. Según cómo la madre sea capaz de responder ante las demandas de éste, podríamos hacer una distinción entre una “madre suficientemente buena” y una “no

suficientemente buena”.

La madre suficientemente buena será capaz de satisfacer la omnipotencia del infante, entregándole, en alguna medida, sentido a su experiencia y dándole cabida al gesto espontáneo del pequeño. Esta madre instrumentalizará las expresiones omnipotentes, dando fuerza al Self verdadero del pequeño y a la vez que instala las frustraciones necesarias que lo introducirán a un principio de realidad. La madre no suficientemente buena, por el contrario, no instrumentalizará la omnipotencia y fallará en dar satisfacción al gesto de la criatura, reemplazando este gesto espontáneo por el suyo propio, generando la sumisión por parte del pequeño (Winnicott, 1993a[1960]). Esta sumisión se asocia al falso self y al acatamiento, es decir, a la falta de creatividad.

En el desarrollo del self verdadero se van dando pasos graduales: desde una indiferenciación y dependencia total con una madre como sostén físico y emocional, hasta el alcance de una independencia y un estado de integración de un self unitario en el que es capaz de relacionarse con objetos totales.

La función materna (Winnicott, 1980[1960]) estará constituida por tres elementos: *sostenimiento* (Holding), *Manipulación* (Handling) y *mostración de objetos*. El *sostenimiento* o holding se refiere a como la forma en que la madre sostiene el bebé en sus brazos se relaciona con una capacidad de la madre para identificarse con él. La capacidad para identificarse *disuelve la separación entre la madre y el bebé*, permitiendo que esta se convierta en un ambiente sostenedor de forma espontánea. Es fundamental aquí que cualquier falla generará una intensa angustia en el pequeño, asociada a temores descritos como *psicóticos*, dentro de los que destacan las sensación de desintegrarse, de caer interminablemente, de que la realidad externa no sirve para sostener (Winnicott 1980[1960]).

La *manipulación* (Winnicott, 1980[1960]) permitirá que el niño genere una asociación psicósomática, que permite diferenciar lo “real” como lo contrario de “irreal”. Su inadecuación, o deficiencia podrá ir en contra el desarrollo de tono muscular, contra la coordinación, y también contra su capacidad para disfrutar de sus experiencias corporales, y fundamentalmente de la experiencia de ser (Winnicott, 1980[1960]). La experiencia de ser se vincula con el sentimiento de ser real, de poseer una identidad, y a su vez, base para el autodescubrimiento y el desarrollo de un interior, de ser un recipiente.

La *mostración de objetos*, o realización, implica hacer real los impulsos creativos del niño. Esto promueve la relación con objetos y sus fallas bloquearan la capacidad de sentirse real en la relación con el mundo concreto de los objetos y los fenómenos. Si no se producen estas

funciones el desarrollo del verdadero Self será detenido, generando un self falso.

Objetos y fenómenos transicionales

Primariamente Winnicott (1992a [1953]) plantea que la madre genera un espacio de ilusión, que no trata de romper, sino que la sostiene. Esta primera ilusión consiste en que el infante cree que *es él quien crea al pecho*. El pecho es parte de él, y está dentro de su dominio mágico: “la madre coloca el pecho en el lugar en que el bebe está pronto para crear, y en el momento oportuno” (p.29). Estamos aquí en un lugar entre la creatividad primaria y la relación objetiva, siendo cada uno parte del otro: “No hay intercambio entre él y la madre. En términos psicológicos el bebé se alimenta de un pecho que es parte de él, y la madre da pecho a un bebé que es parte de ella” (Winnicott, 1992a [1953], p.30). Para llevar a cabo este proceso es necesario que la madre sea capaz de desilusionar al infante de forma progresiva, dándole las oportunidades suficientes para que se instale la ilusión, permitiéndole de este modo, generar la idea que existe una realidad externa y que él mismo tiene la capacidad para crearla. En caso de que la madre no sea suficientemente buena, es decir, no sea capaz de contener las frustraciones del niño, la capacidad simbólica no se desarrolla o se verá mermada.

La transición a un estado de ser en relación a la madre como algo distinto de sí, es facilitada por la existencia de una *zona intermedia entre la realidad y la ilusión* (Winnicott, D. 1992a [1953]). La ilusión podemos entenderla como un elemento completamente creado por el infante, la que puede extenderse a objetos externos mediante una adaptación completa de la madre, la que permite que el bebé siga sintiendo su poder sobre su pecho. Por otro lado, como otro polo, podemos entender la realidad, como elemento exterior e independiente del sujeto.

La realidad exterior puede ser usada por el infante, luego de *sobrevivir a los ataques* que este realiza. En el comienzo del desarrollo son ataques desde la fantasía (aunque hay casos en que podemos pensar que se expresan como ataques bastante reales). Puede contemplarse aquí el hecho paradójico de que el objeto se encuentra “entre la creatividad primaria y la percepción objetiva basada en la prueba de realidad” (Winnicott, 1992a[1953], p. 29). Esta zona, permite al bebé generar una separación entre su propio espacio físico y mental y el de su madre, a la vez que conserva una unión espacio temporal con ella.

Dentro de estos fenómenos se destacan los *objetos transicionales* (Winnicott, 1992a [1953]), los que permitirán al infante independizarse de la madre (el pecho), primer fenómeno transicional. La frazada u otro objeto puede representar al pecho (objeto parcial), pero su valor no es tanto esta significación, como el hecho de no sea ese pecho. Al ser un representante y no

el pecho en sí, este objeto ya implica cierta pérdida de la omnipotencia.

Winnicott (1992a [1953]) plantea una unión entre la satisfacción oral de tocarse la boca del infante hasta el juego con muñecas en un proceso de ir introduciendo “objetos-distintos-que-yo” en su trama personal. En un principio pueden llegar a ser objetos de mucha importancia para los bebés y niños. Con el tiempo, de forma natural, el objeto va perdiendo significación, en la medida en que los fenómenos transicionales se van poniendo difusos. Esto permite que el *objeto transicional* se expanda a lo que el autor llama un terreno intermedio, o *fenómenos transicionales*, que son representados por el ámbito cultural (religión, artes, deportes, etc.). La tarea de aceptación de la realidad nunca queda terminada, ya que todo ser humano debe vincular la realidad interna con la exterior, y el alivio para esta tensión lo proporcionaría fundamentalmente una *zona intermedia* o *espacio intermedio* (entre lo creado con omnipotencia y lo externo), que no es objeto de ataques. Esta zona se encuentra en un lugar paradójico, entre ser creado o dado desde fuera. Esta paradoja, el autor plantea, no debe ser resuelta, sino que sostenida como tal. Esto se vincula muy profundamente al concepto de *juego* que se tratará más adelante.

Son los fenómenos transicionales los encargados de llevar al infante por el traumático paso de perder la omnipotencia, desde un objeto subjetivo a percibir los objetos de manera objetiva. Este espacio paradójico es esencial en la exposición de Winnicott, ya que *la paradoja aceptada puede tener un valor positivo*. Es paradójico pues no es ni un fenómeno interno ni externo, y a la vez es un poco de ambos. Como se ha dicho, puede entenderse desde algo creativo que se vincula a lo concreto: ¿es interna o es externa una figura modelada con plastilina? Por un lado hay un aspecto dado desde el exterior, pero por otro está la omnipotencia de poder modelar y expresar lo creativo, lo propio. Los grados de este espacio potencial paradójico irán variando en el desarrollo, es decir, desde un pecho que es creado por el niño, pero desde fuera es puesto por la madre en un intento de acomodarse a todas sus necesidades omnipotentes, hasta construir una escultura, hay un gran paso de ir incluyendo objetos más objetivos sin perder la capacidad de manipulación creativa.

La relación de la creatividad con el juego

Winnicott (1992b [1971]) rastrea los fenómenos transicionales, desde la infancia hasta la capacidad para la experiencia cultural. No se debe pensar que estos fenómenos se quedan solamente en la infancia, sino que están presentes en toda la experiencia humana. El *jugar* puede ser entendido como *fenómeno transicional*, ya que tiene un lugar y un tiempo y a la vez no está afuera (lejos de la omnipotencia) ni adentro propiamente tal. En el *juego* se hacen cosas, se dominan cosas, y hacer lleva un tiempo. Ocurre en un espacio potencial (entre bebé y

madre en un comienzo), entre un mundo interior (propia asociación psicósomática) y uno exterior (objetivo y constante). Es decir, funciona como objeto o fenómeno transicional, llegando a unirse estos dos aspectos (interior y exterior).

Winnicott requiere salirse de las formalizaciones psicoanalíticas, ya que se han focalizado en el uso del juego como herramienta y no lo han entendido como algo en sí mismo. Se ha relacionado el juego y la masturbación y Winnicott las separa, diciendo incluso que al haber una excitación física muy alta el juego ha de detenerse, o quedar arruinado (Winnicott 1992b[1971])

Habría un proceso de desarrollo donde va apareciendo el jugar, madurativamente: esto comienza con una fusión entre sujeto y objeto. La visión del objeto es subjetiva, la madre se adecua a lo que el niño está dispuesto a encontrar. Luego, en una segunda etapa “el objeto es repudiado, reaceptado y percibido en forma objetiva” (Winnicott 1992b [1971] p.71). En este momento debe haber una madre que oscile entre las dos posiciones: adecuarse a lo que el niño está dispuesto a encontrar y ser ella misma, esperando que la encuentren. Va apareciendo así un “matrimonio”, *entre la omnipotencia psíquica y el dominio en lo real*. El juego comienza en este espacio potencial entre madre e hijo.

Una tercera instancia consiste en *estar solo con alguien*. La persona a quien ama y quien da confianza está cerca y está reflejando lo que ocurre en el juego. En la cuarta etapa se pueden superponer dos zonas de juego. Es un movimiento paulatino de ir aceptando esta *introducción de el modo propio de jugar de otro* (Winnicott 1992c[1971]).

Al igual que los conceptos ya tratados, la creatividad en el juego es fundamental: “en él (el juego), y quizá solo en él, el niño o el adulto están en libertad de ser creadores” (Winnicott, D. 1992c [1971], p. 79). Y, por otro lado, se asocia a la sensación de ser uno mismo, como verdadero Self: “El individuo encuentra a su persona solo cuando se muestra creador” (Winnicott, D. 1992c [1971], p.80).

Al igual que con los fenómenos transicionales el jugar se expresa durante la vida entera y también, por lo tanto, en los análisis:

...debemos esperar que el jugar resulte tan evidente en los análisis de los adultos como en el caso de nuestro trabajo con chicos. Se manifiesta, por ejemplo, en la elección de palabras, en las inflexiones de la voz, y por cierto que en el sentido del humor.(Winnicott 1992b[1971], p. 63).

Debe tenerse en cuenta el potencial aterrador del juego, para lo cual estos se organizan.

Por esta razón, debe haber personas responsables cerca, aunque no intervengan. Winnicott acota que si es necesario un director, los niños pueden no saber jugar en el sentido *creador*, que es lo fundamental del juego desde la teoría planteada en este trabajo: “El rasgo esencial de mi comunicación es el siguiente: el juego es una experiencia siempre creadora y es una experiencia en el continuo espacio-tiempo, una forma básica de vida” (Winnicott 1992b [1971] p. 75).

El vínculo entre estos conceptos y la terapia

El concepto de función materna tiene una vinculación directa con un modo de hacer terapia, afirmando “La tesis que propongo aquí es que lo que hacemos en la terapia equivale a un intento de imitar el proceso natural, que caracteriza la conducta de cualquier madre con respecto a su propio bebé” (Winnicott 1980 [1960], p. 34). El terapeuta se liga al paciente, siendo él mismo vulnerable por la participación (Winnicott, 1980[1960]). Así el terapeuta se identifica con el paciente, tal como la madre cuando definimos el sostenimiento (*holding*) más arriba, evitando así las fallas que podrían generar una gran angustia. Esta identificación de la madre/terapeuta con el niño es la que le permite una adaptación total a sus necesidades.

De este modo, se van ligando los conceptos que ya hemos definido, concibiendo a la terapia con una base en el sostenimiento, con lo que observamos cómo el niño se va desprendiendo de su falso Self; presenciamos el comienzo de un verdadero Self, un Self verdadero con un yo que es fuerte porque, tal como lo hace la madre con su bebé, hemos podido proporcionarle apoyo yoico (...) Un “nuevo ser” está naciendo merced a nuestro trabajo, un verdadero ser humano capaz de tener vida independiente (Winnicott, 1980 [1960], p. 34).

Este niño podrá organizar sus propias defensas, contra ansiedades provenientes de los impulsos y las experiencias del ello. Con este trabajo terapéutico va surgiendo un *nuevo ser*, que se sentirá como verdadero, que tendrá plenamente la sensación de ser y que será además capaz de tener una vida independiente, en tanto su maduración le permita desprenderse de la necesidad de la fusión.

Winnicott (1993b [1962]) en ‘Los fines del tratamiento psicoanalítico’, explica cómo piensa la terapia. Primero plantea que él busca ser el mismo y comportarse bien. Aquí el ser él mismo puede entenderse como posicionarse desde su verdadero Self, y comportarse bien podría estar asociado a un falso Self adecuado, que cumpla con sus obligaciones sociales. Plantea que hace análisis porque le sirve al paciente, y si no sirve hace algo distinto al análisis: aquí no se amarra a la teoría-práctica, se adapta al paciente. A pesar de adaptarse trata de llevar la situación al análisis estándar. Este “análisis estándar” lo asociará a ponerse en una

posición de neurosis o psicosis de transferencia. Aquí vincula esto a su propia teoría: esta posición se parece a ser un objeto transicional “puesto que aunque represento el principio de realidad, y soy yo quien debe estar atento al reloj, para el paciente, no obstante, soy un objeto subjetivo” (Winnicott 1993b [1962]), p. 218).

Winnicott interpretará para no dar completamente en el blanco, así toma una cualidad de externo (al fallar). Además esto genera movimiento intelectual, el que es positivo si no hay una disociación con el psique-soma. Hace interpretaciones cortas, y se conforma con unas pocas. Otro aspecto central es que “es axiomático que el trabajo del análisis debe ser realizado por el paciente” (Winnicott 1993b [1962]), p. 218). Además distingue tres grandes fases en los procesos de sus pacientes, comenzando por un fortalecimiento del yo, que da paso a un período de exploración y que cierra con una identidad independiente, con un paciente que se muestra y afirma sus características particulares.

Afirma por ejemplo: “puede efectuarse una psicoterapia de tipo profundo sin la necesidad de una labor de interpretación” (Winnicott 1992b [1971] p.75). Queriendo decir que lo importante es cuando “el niño se sorprende a sí mismo” y no una interpretación inteligente. “La interpretación fuera de la madurez del material es adoctrinamiento y produce acatamiento” (Winnicott 1992b [1971] p. 76). Aquí podemos vincular adoctrinamiento y falso Self, un gesto impuesto desde fuera. Además añade que las resistencias ocurren cuando hay una interpretación que se sale del espacio creado entre el paciente y el analista que juegan juntos.

El proceso para que un paciente pueda recobrar su núcleo creativo “Requiere una experiencia nueva en un marco especializado” (Winnicott 1992c [1971], p. 81). Esta experiencia debe ser un estado no intencional, donde aparezcan los elementos no integrados de la personalidad. Debe darse un espacio donde las asociaciones no tengan relación entre sí más que fisiológica. El terapeuta podrá encontrar vinculaciones solo cuando hay intensión, ansiedad o defensa. En este espacio de confianza deberá poder expresar el paciente secuencias no relacionadas entre sí, que el terapeuta deberá aceptar. Debe entenderse una distinción aquí, donde la situación clásica de la terapia ya está organizada “la libre asociación que revela un tema coherente se encuentra ya afectada por la ansiedad, y la cohesión de las ideas es una organización de defensa” (Winnicott 1992c [1971] p.82). Esta situación está en contraste con lo no intencional, estado de relajo donde se puede producir la búsqueda creadora. Si el terapeuta no capta esta comunicación, tratará inútilmente de dar sentido a estas expresiones carentes de sentido. Esto puede causar que el paciente abandone esta zona, por no poder comunicar lo que es insensato: se pierde, a causa del terapeuta, este estado de reposo capaz de generar una

búsqueda creadora. El terapeuta puede errar, de este modo, al “esforzarse por ser un analista penetrante y ver orden en el caos” (Winnicott, D. 1992c [1971], p.82). Se requiere por lo tanto tres componentes para lograr este estado tan importante: “relajamiento en confianza basada en la experiencia; actividad creadora física y mental expresada en el juego y una suma de estas experiencias para formar la base de un sentimiento de la persona”(Winnicott, D. 1992c [1971], p.82). En estas condiciones puede aparecer una vivencia de ‘Yo Soy’, una sensación de estar vivo y de ser uno mismo: “a partir de esta posición todo es creador” (Winnicott, D. 1992c [1971], p. 83)

Es importante este espacio informe e inconexo, desde el cual aparecerá lo creativo. Éste, al ser reflejado, se podrá integrar a la personalidad individual organizada, lo que le permite encontrarse al individuo. Debe, por lo tanto, promoverse espacios para “la experiencia informe y para los impulsos creadores, motores y sensoriales que constituyen la materia del juego” (Winnicott, D. 1992c [1971], p.91). Esto permite vivir la vida en el paradójico espacio de los fenómenos transicionales.

Winnicott hace un ruego a los terapeutas de que dejen al paciente mostrarse creador, aunque oculten por esto sus propios conocimientos. Para esto explica cómo él mismo hace para esperar al paciente: “A menudo descanso la mente escribiendo las interpretaciones que en la práctica no trasmito. Mi recompensa por abstenerme de efectuarlas llega cuando las hace el propio paciente, quizás una o dos horas después” (Winnicott, D. 1992c[1971], p.83)

Winnicott afirmará que la terapia y el juego tienen una relación fundamental:

...la psicoterapia se da en la superposición de dos zonas de juego: la del paciente y la del terapeuta. Está relacionado con dos personas que juegan juntas. El corolario de ello es que cuando el juego no es posible, la labor del terapeuta se orienta a llevar al paciente, de un estado en que no puede jugar a uno en que le es posible hacerlo. (Winnicott 1992b[1971] p 61)

El hecho de haber dos zonas de juego implica que hay dos creatividades que se desplegarán en la relación terapéutica, con la capacidad de influir el medio, de ‘hacer desde el ser’: un vínculo entre omnipotencia psíquica y dominio en lo real. Como se dijo anteriormente el juego va evolucionando, permitiendo finalmente la capacidad de integrar a otro, con una aceptación progresiva del modo propio de jugar ajeno.

De este modo (siguiendo la cita precedente) es la psicoterapia misma la que es un juego y donde el objetivo es poder jugar. En caso de no poder hacerlo el tratamiento se centra en

conseguir la capacidad de jugar del paciente, capacidad que se lograría siguiendo los pasos ya descritos: con un trabajo donde se recrea la función materna.

Siguiendo con esta línea afirma Winnicott:

...lo universal es el juego, y corresponde a la salud: facilita el crecimiento y por lo tanto esta última; conduce a relaciones de grupo; puede ser una forma de comunicación en psicoterapia y, por último, el psicoanálisis se ha convertido en una forma muy especializada de juego al servicio de la comunicación consigo mismo y con los demás. (Winnicott 1992b[1971], p.65)

Queda en claro que el juego es un fenómeno universal, antes de la psicoterapia. El juego permite salud, maduración, comunicación. La psicoterapia, podremos afirmar, está subordinada al juego, siendo esta última una forma de juego. El juego, en este espacio compartido, permite generar enriquecimientos en los niños, por parte de los maestros, mientras que desde los analistas se procura eliminar los obstáculos para el crecimiento. “Es bueno recordar siempre que el juego es por sí mismo una terapia” (Winnicott 1992b [1971] p75), por lo que el psicoanálisis no es la única forma de trabajar terapéuticamente con el juego. Es importante por lo tanto tener una actitud social positiva frente al juego, en general.

Conclusión y reflexión final

La pregunta que dio pie a este ensayo es ¿Cual es el lugar de la creatividad en la terapia, a partir de la teoría winnicottiana? Respondiendo a esta pregunta se exploró los conceptos clásicos winnicottianos, como el verdadero y falso self, la madre suficientemente buena, el objeto y espacio transicional. También se trató el tema del juego, concepto que se enlaza con los anteriores.

En conclusión el juego deriva de lo transicional y ambos espacios son eminentemente espacios donde la creatividad se expresa. Para que esto ocurra se requiere un ambiente especial: una función materna, o una madre suficientemente buena. El buen desarrollo de la creatividad lleva a la persona a sentirse él mismo, desarrollando un verdadero self y un falso self protector.

La forma de entender el juego y la creatividad, a pesar de ser intuitivamente comprensibles, tienen matices en esta teoría, que resaltan la importancia de lo espontáneo, de lo propio, de algo que viene desde la no-intensión, de algo que tiñe la vida entera, más que calzar con esquemas preestablecidos (juegos dirigidos), más que estar asociado a la generación

de productos artísticos o culturales de envergadura o éxito.

La terapia estará dentro de los fenómenos transicionales adultos, será un juego. El mismo terapeuta se ubicará en la posición de objeto transicional, poniendo el principio de realidad, por ejemplo en la hora, y a la vez siendo un objeto subjetivo. Si es un objeto transicional el paciente debería sentir que crea, en algún grado, a este terapeuta. Y podríamos pensar que el terapeuta puede dejarse crear por el paciente, adaptándose a este. Así podría ubicarse en la posición de madre suficientemente buena. Surge la pregunta por la identificación desde la madre hacia el niño y del niño a la madre: ¿la madre se sentirá también como si fuese el niño, y por lo tanto el terapeuta sentirá que el paciente es en algún grado él mismo o parte de él mismo? ¿el paciente sentirá que el terapeuta es él mismo, que él lo crea, aunque sea en parte?. Aquí estamos entrando en dinamisismos complejos, ya que podemos pensar que cada uno de los participantes de este juego introduce al otro en su mundo transicional, quizás en diferentes grados de aceptación del otro como objeto-no-yo, dependiendo de la maduración. Winnicott hablaba sobre equivocarse en sesión, por ejemplo al decir que siempre en una interpretación se acierta y se falla en parte, que puede interpretarse como una forma de mostrar que soy falible, que soy otro distinto e imperfecto. Es decir, es relevante en qué grado cada participante crea al otro, y a la vez lo encuentra como algo ya dado desde fuera, aceptando sus características propias.

Es importante pensar qué nivel de regresión será necesario para cada paciente, con el fin de poder hacer aflorar la creatividad de este, y poder ir integrándola de buena forma a su identidad, construyendo un buen verdadero self protegido por un buen falso self.

Podemos así pensar que la terapia deberá subordinarse a algo que podríamos llamar “valores o principios de la teoría winnicottiana”. Estos valores o principios son los que deberían guiar todo lo que se realice, para que la vida sea ‘verdadera’, para que ‘valga la pena de ser vivida’. Estos valores, podríamos decir, giran siempre alrededor de la *creatividad*. El verdadero self, la madre suficientemente buena, lo transicional, el juego, todos estos conceptos se subordinan al desarrollo de la creatividad. De este modo podemos pensar en una *ética winnicottiana*, la cual tendrá como base el desarrollo de la creatividad en el sujeto. Esta concepción ético-antropológica genera una dimensión de sentido para la condición humana.

De esta manera quizás la pregunta original está mal formulada, al entrar en esta forma de ver las cosas: quizás es más apropiado pensar ¿qué lugar tiene la terapia en la creatividad? O pensar ¿cómo la terapia se convierte en una herramienta para la creatividad? El valor de esta forma está invertido a lo que originalmente se pensó, la creatividad es trascendente, y por lo tanto, mientras que se esté desarrollando esta, estamos haciendo una labor terapéutica. Como

ya se dijo antes: el juego es terapéutico y la terapia es un juego, es decir, la terapia es buena mientras que funcione bien como juego. En caso contrario no estaríamos haciendo algo terapéutico: quizás estaríamos nadando contra la corriente, atentando contra el desarrollo creativo e imponiendo lo inauténtico, el acatamiento, el self falso. La terapia por lo tanto se plantea como un espacio que abre la creatividad del paciente, que facilita su expresión, que quita las trabas que pueda la persona tener para desarrollarse como self verdadero y creativo. Mientras, por otro lado, el terapeuta también se ubica en una posición creativa sostenida por la identificación con el paciente.

De este modo se concluye que la creatividad puede ser concedida como un valor social desde el cual pueden desprenderse valores más particulares, como el sentido de una psicoterapia. El peso de lo creativo estará en ser un elemento de sentido y de autenticidad para la vida humana.

REFERENCIAS

- Pelento M (2010). Teoría de los objetos y proceso de curación en el pensamiento de Donald Winnicott [En línea]. Extraído de la web <http://www.elpsicoanalisis.org.ar/numero2/pelento2.htm>, el día 13 de Junio del 2010)
- Winnicott, D. (1980 [1960]). *La familia y el desarrollo del individuo*. Hormé: Buenos Aires.
- Winnicott, D. (1992a [1953]). Objetos transicionales y fenómenos transicionales. En *Realidad y Juego* (pp. 17-45). Barcelona: Gedisa.
- Winnicott, D. (1992b [1971]). El Juego: Exposición Teórica. En *Realidad y Juego* (pp. 61-78). Barcelona: Gedisa.
- Winnicott, D. (1992c [1971]). El Juego: Actividad Creadora y Búsqueda de la Persona. En *Realidad y Juego* (pp. 79-92). Barcelona: Gedisa.
- Winnicott, D. (1992d [1971]). La Creatividad y sus Orígenes. En *Realidad y Juego* (pp. 93-127). Barcelona: Gedisa.
- Winnicott, D. (1993a [1960]). La distorsión del yo en términos de self verdadero y falso. En *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador: estudios para una teoría del desarrollo emocional* Barcelona: Editorial Paidós
- Winnicott, D. (1993b [1962]). Los fines del tratamiento psicoanalítico. En *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Buenos Aires: Paidós.
- Winnicott, D. (2001[1970]). Vivir creativamente. En *El hogar, nuestro punto de partida*. Buenos Aires: Paidós.
- Original recibido con fecha: 20-3-2015 Revisado: 21-6-2015 Aceptado para publicación: 27-6-2015

¹ Gabriel Soler es Psicólogo Clínico Universidad Católica de Chile; Pos-título en Psicoterapia Integrativa ICPSI; Mg. © En Psicología Clínica Universidad Adolfo Ibáñez. Ejerce como psicólogo clínico de forma independiente y en consultorios CONPER. Correo: contacto@gabrielsoyer.cl