

(Su)realidad y juego. Por los caminos de Winnicott

Anclarse a la realidad

Es un viejo pasatiempo filosófico tratar de dilucidar si existe una realidad que merezca tal nombre o si todo lo que podemos conocer es una construcción personal, fruto de nuestro hecho biológico y del entorno, de la cultura. Es decir, un compromiso entre lo perceptivo y lo generativo.

Nunca podemos estar seguros de que las cosas son algo aprehensible o verdadero y, sin embargo, necesitamos un asidero de realidad, entender las relaciones entre causa y efecto de lo que nos sucede. Algo que nos ayude a controlar nuestra vida, a prever lo que va a suceder. Así que también desarrollamos instintivamente un principio de realidad bastante “sólido”. Quizá, en parte, solo sean creencias, pero necesitamos que sean lo suficientemente fuertes como para que las asimilemos a la realidad misma. Esto es, que la realidad subjetiva interna y la objetiva externa puedan entrar en contacto sin hacer ampollas. Hacerse con una realidad objetiva externa (o que, al menos, lo parezca) es un trabajo que empieza desde el momento del nacimiento, cuesta años de vida y, posible-

mente, no acabe nunca. De hecho, como decía al principio, nunca nos abandona la sensación de que lo que nosotros percibimos y apreciamos no es lo mismo que lo que perciben y consideran otras personas.

El niño está en constante cambio tanto de conocimiento como de capacidad para entender. Vive, en mayor medida que los adultos, en un mundo relativista; todo valor moral, relacional o del mundo físico solo le sirve durante un cierto periodo de tiempo; tanto más corto cuanto más joven sea. Como bien explicó Piaget, en la infancia nos pasamos la vida cambiando de configuraciones o esquemas mentales, de explicaciones sobre el mundo, etc. Esto es, acomodándonos a una velocidad como nunca después. Así pues, a los ojos de un niño, la realidad no deja de cambiar.

El proceso de anclaje a la realidad del que hablamos empieza por la autoconciencia para cuyo desarrollo, los psicomotricistas sabemos, la acción juega un papel fundamental. Anil Seth (2023), hablando de la génesis de la conciencia desde un punto de vista de la neurociencia, dice así:

Jon Arana Albeniz

Maestro, psicopedagogo y terapeuta psicomotor en el gabinete Kiribil de Bilbao. Colaborador docente en la escuela de psicomotricidad Luzaro de Bergara desde 2004.

El niño está en constante cambio tanto de conocimiento como de capacidad para entender.

En este artículo redundo en la idea de Winnicott de que el juego infantil es uno de los mecanismos (podríamos decir acciones) que puede ayudar a eso; a construir esa realidad y a compartirla, a hacer lo subjetivo intersubjetivo.

“En el procesamiento predictivo, la acción y la percepción son dos caras de la misma moneda. (...) los errores de predicción se pueden mitigar realizando acciones para cambiar los datos sensoriales y conseguir que los nuevos datos sensoriales encajen con una predicción por medio de la acción que se conoce como inferencia activa. (...)”

Las acciones son fundamentales para el aprendizaje, que aquí significa mejorar los modelos generativos del cerebro a medida que se van revelando más cosas acerca de las causas de las señales sensoriales y la estructura causal del mundo en general. (...) La acción misma puede concebirse como una forma de predicción perceptiva que se cumple por sí misma. Desde esa perspectiva, las acciones no solo participan en la percepción sino que son percepciones. (...)”

Nuestro cerebro (...) nada en un torrente de señales sensoriales que le llegan del mundo y del cuerpo, y dirige continuamente acciones que esculpen de forma proactiva ese mismo flujo sensorial. (...) Este proceso circular origina una aproximación (...) con la que el cerebro se conforma y se reconforma a medida que evolucionan sus mejores conjeturas acerca de las causas de su entorno sensorial, a así se va creando un mundo perceptivo claro e intenso: una alucinación controlada”.

Además, estaremos de acuerdo con Hegel cuando decía que la mente humana necesita interactuar con otras mentes, otras conciencias que la reconozcan. Así pues, esa realidad se construye también en la relación con los otros y, por tanto, deberá ser común y compartida con otros seres humanos. O si no, a ver qué sociedad, por pequeña que fuera, íbamos a construir¹. De nuevo Seth:

“Mi mejor modelo de tus estados mentales incluirá un modelo sobre qué modelo te haces tú acerca de mis estados mentales. Dicho de otro modo, solo puedo entender lo que te pasa por la mente si intento comprender cómo estás percibiendo los contenidos de la mía. Es pre-

cisamente de ese modo como nos percibimos a nosotros mismos refractados a través de las mentes de otras personas. (...)”

Es posible que la autoconciencia (...) requiera de un contexto social para existir. Si existieras en un mundo en el que no hubiera ninguna mente más (...) tu cerebro no tendría necesidad alguna de predecir los estados mentales de otros individuos y, por consiguiente, tampoco de inferir que sus propias experiencias y acciones pertenecen a un yo.”

En este artículo redundo en la idea de Winnicott de que el juego infantil es uno de los mecanismos (podríamos decir acciones) que puede ayudar a eso; a construir esa realidad y a compartirla, a hacer lo subjetivo intersubjetivo.

Y puede parecer extraño porque el juego no tiene, muchas veces, un significado explícito, algo claramente interpretable, y puede confundirse con una loca fantasía, algo de simbolismo oscuro. Quizá, demasiado personal y subjetivo, como para ayudar con las cuestiones objetivas. Pero esta cita de Iñaki Domínguez (2021) puede comenzar a dar algo de luz si asimilamos el juego infantil a los mitos de los que nos habla:

“Jung entendió que los mitos sirven para transmitir al lector u oyente, de modo inconsciente, una serie de fórmulas para afrontar la vida. Este tipo de enseñanza intuitiva está vinculada, a su vez, al símbolo [...]. Como ocurría con el oráculo de Delfos el enigma no “bloquea el entendimiento, sino que lo provoca”. La expresión explícita ofrece un conocimiento muy sesgado y reducido. El exceso de significado del símbolo es el que de veras pone “en movimiento la interpretación [...] Todo mythos cuenta con un logos”. Esto es, todo símbolo cuenta con una lógica interpretable, toda obra artística cuenta con un mensaje en su seno con fuerza para orientar nuestra vida” (págs. 13-14).

1. Como dice mi amigo Luispe Gutierrez: “¡Ojo! Tratar de construir una realidad común, también puede derivar en enfado, frustración y/o violencia real o simbólica”.

Resulta que José Ángel Rodríguez (2018) ya conectaba juego infantil y mito cuando afirmaba que el niño juega, fundamentalmente, para encontrar sus propias respuestas acerca de los grandes enigmas de la vida, aquellas que le otorgan un lugar en el mundo, autorizándose a construir su propio Otro. Y que el juego infantil, de alguna manera, viene a ocupar el lugar de los ritos y las escenificaciones míticas.

El niño intenta comprender la realidad personal y social a través del vuelo de su imaginación. Podemos decir que, de alguna manera, el núcleo de su juego no es la fantasía, sino la verdad. Mejor dicho, el sentido que tiene su inserción personal en la realidad. Intenta comprender la realidad (y a sí mismo en esa realidad) usando como medio las manipulaciones simbólicas implícitas en el juego, auténticas expresiones inconscientes de sí mismo. Auténticos experimentos para conjugar realidad interna y externa. Recorro de nuevo a la idea del valor de lo no demasiado explícito:

“Dice Gore Vidal [que] la ficción es mejor medio para decir la verdad que la propia historiografía o el ensayo. Es la falta de explicitud de toda novela donde mejor pueden evocarse ciertas ideas” (Domínguez, 2021. pág. 57).

El propio Winnicott ya advertía del peligro de tratar de hacer interpretaciones muy precisas del juego:

“El terapeuta que no puede captar esa comunicación [la del juego] se dedica a un inútil intento de encontrar alguna organización en lo carente de sentido, como consecuencia de lo cual el paciente abandona esa zona, dada la imposibilidad de comunicar lo insensato. Se ha perdido una oportunidad de reposo debido a la necesidad del terapeuta, de encontrar sentido donde existe lo carente de sentido. El paciente no ha podido relajarse porque no se le proporcionó el ambiente necesario, cosa que destruyó el sentimiento de confian-

za. Sin saberlo, el terapeuta abandonó el papel profesional, y lo hizo al esforzarse en ser un analista penetrante y en ver orden en el caos.” (Winnicott, 1996. pág. 82).

Así, podemos concluir que el juego aparece, se manifiesta, como una pulsión, en parte inconsciente, que tiene que ver con toda la historia del niño; con sus sensaciones, sentimientos, comprensión del mundo, relaciones con otros, etc. Atendiendo a esa falta de explicitud que muchas veces vemos en los juegos de los niños, quizá podríamos decir que no es el niño el que explica el juego, sino que es el juego el que explica al niño.

Juego y arte

El juego, como el arte y toda acción creadora, se mueve entre la expresión de los estados emocionales y subjetivos, por un lado, y la búsqueda de un sentido, de encajar en la realidad, las vivencias y a las impresiones, por otro. O, dicho de otra manera, trata de encajar la proyección mental con la representación fidedigna o simbólica de la realidad. O, quizá, podría decirse que trata de hacer encajar al sujeto (sí mismo) y al objeto (la realidad externa) en una unidad de cierta coherencia. De alguna manera, el juego y el arte reproducen, al mismo tiempo, tanto la realidad como los significados personales y sociales de esta.

En el acto creativo uno puede construirse una identidad al dictado de sus necesidades expresivas. En la realidad no siempre. En el juego, además hay una interacción directa con los otros y es en esa interacción donde el niño pone a prueba el valor de su “realidad imaginada”. Pues las necesidades de comunicación le obligan a ceñirse a la intersubjetividad.

Es fácil modificar la representación de uno mismo en el juego y experimentar con ello,

El niño intenta comprender la realidad personal y social a través del vuelo de su imaginación. Podemos decir que, de alguna manera, el núcleo de su juego no es la fantasía, sino la verdad.

Jugar enfrenta al niño con los límites de su fantasía. Los objetos, los espacios, los otros niños y adultos solo se ajustan a sus deseos y fantasías hasta cierto punto, de modo que también los hace más realistas: no se puede cambiar el mundo sólo desde la fantasía.

pero en la realidad somos de una personalidad y comportamientos bastante estables. Si cambiamos lo haremos muy despacio y no porque tengamos la voluntad de cambiar, sino por causa de las muchas interrelaciones con el mundo a lo largo de periodos grandes de tiempo. Puedo proponerme ser más simpático o más valiente o más trabajador, pero no lo consigo. Ni siquiera consigo adelgazar después de Navidad. La realidad se opone, muchas veces a nuestros deseos y fantasías. Y puede ser difícil cuando constriñe, empuja, debilita, fragiliza.

Hace falta aflojar la presión de vez en cuando, precisamente para poder aceptarla, para que no te destruya. En este sentido, juego y arte tienen un punto de rebeldía. O, al menos, de inconformismo (quizá de defensa). Cuando el niño juega trata de amoldar la realidad a sus deseos, aunque sea en la ficción, y esto le permite armarse de confianza, a lo mejor, para poder cambiar también su medio real.

Niños y artistas, al menos si están sanos, no se confunden; saben que cuando están creando no están en la realidad que consideran objetiva. Los “supermanes” no saltan fuera de la colchoneta cuando simulan volar. Si golpean el muñeco de un bebé con fuerza contra el suelo son los adultos los que se asustan, los niños tienen muy claro que no le van a hacer eso a su hermanito. Juegan con pistolas y sus padres piensan que se volverán belicosos. Pero, no. No por eso, al menos.

Lo simbólico, un lugar de transición

Los niños saben que están jugando y saben a qué juegan, pero los contenidos de sus juegos vienen, muchas veces, de lugares de su historia personal de los que no pueden acordarse. Esos contenidos se expresan por la vía

de lo simbólico. Es muy misterioso este mecanismo que rescata “recuerdos no recordables” para dar un “sentido a lo insondable”. Y, encima, su sola expresión tranquiliza, como nos hizo ver Freud con su descripción e interpretación del juego del carrete². El juego tiene un vector terapéutico.

El considerado padre del surrealismo, André Bretón, decía que el surrealismo se basa en la creencia en la realidad superior de ciertas formas de asociación y en el libre ejercicio del pensamiento. El surrealismo tiende a destruir definitivamente todos los restantes mecanismos psíquicos y a sustituirlos en pos de la resolución de los principales problemas de la vida.

Bretón, muy influenciado por las técnicas psicoanalíticas de la asociación libre de ideas, abogaba por el automatismo psíquico como medio de expresión artística que surge sin la intervención del intelecto. ¿No podríamos comprar estas ideas sobre el surrealismo como una posible definición de juego?

Jugar enfrenta al niño con los límites de su fantasía. Los objetos, los espacios, los otros niños y adultos solo se ajustan a sus deseos y fantasías hasta cierto punto, de modo que también los hace más realistas: no se puede cambiar el mundo sólo desde la fantasía. ¿Puede, entonces, ayudar el juego a ser más crítico, más rebelde? ¿O más conformista? ¿Ambas cosas?

Jugar y crear nos permite a todos (porque todos fantaseamos) ser algo más conscientes de lo que son nuestras proyecciones y de lo que son realmente las cosas en sí. Saciar el apetito de fantasías nos permite mirar al mundo con más objetividad. Y, quizá, con cierta inconformidad porque hemos “sentido” que las cosas pueden ser de otra manera. Imaginar mundos, pensar en lo que podría ser y lo que no, es fundamental para el desa-

2. “Más allá del principio del placer” (1920). Capítulo 2.

rollo del arte, de la narrativa y de los cambios sociales. E, incluso, de la ciencia, como dice Domínguez:

“La propia teoría de la relatividad solo necesita de [los] experimentos para ser confirmada o denegada, no siendo en sí misma fruto de esa experimentación empírica. Da la impresión de que el científico puede realizar grandes descubrimientos sin recurrir casi a la experiencia; de que puede [hacer] avanzar la ciencia recurriendo exclusivamente a aquello que Kant denominó representaciones puras, aquellas en las que no se encuentra nada que pertenezca a la sensación” (Ídem, pág. 161).

Jugar, en su sentido más amplio, más winnicottiano, es el entrenamiento fundamental para aceptar la realidad y para aceptar la fantasía (quizá la utopía). Algo imprescindible en la construcción de lo personal, de lo social y del conocimiento.

Referencias bibliográficas

- Domínguez, I. (2021). *Homo relativus*. Madrid: Akal.
- Rodríguez, J. A. (2018). ¿Por qué funciona el juego infantil? *Revista Entre líneas* nº42. pp. 14-19. Asociación Profesional de Psicomotricistas. Barcelona.
- Seth, A. (2023). *La creación del Yo. Una nueva ciencia de la conciencia*. Madrid: Sexto Piso España.
- Winnicott, D.W. (1996): *Realidad y juego*. Barcelona: Gedisa.

Jugar, en su sentido más amplio, más winnicottiano, es el entrenamiento fundamental para aceptar la realidad y para aceptar la fantasía (quizá la utopía).

