

El tiempo durante la creación terapéutica

Raquel Reyes Torres¹, Jorge Serna Yepes², Mariela Castrillejo³

RESUMEN

La realidad cambiante y líquida en la que estamos insertos está presente en nuestro trabajo como sanitarios y forma parte de un contexto sociocultural en el que nos movemos tanto pacientes, instituciones y profesionales. De manera inevitable deja huellas invisibles en nosotros e influye en nuestra escucha e intervención con los pacientes.

Pensar en esto, es algo que queremos tener presente de cara a observar nuestro trabajo con los pacientes, con los equipos a los que pertenecemos y con los alumnos a los que formamos y supervisamos.

En este artículo queremos poner el foco sobre la importancia de la reflexión con relación al contexto social y cultural en el que vivimos de cara a articular espacios de salud y aquellos elementos que orquestan la co-creación terapéutica. Lo abordaremos desde un lugar crítico siendo fundamental la auto-reflexión conjunta para poder desempeñar nuestro trabajo en el área de la Salud Mental.

Palabras clave: Creación terapéutica, tiempo, eco, relación terapéutica y contexto cultural.

ABSTRACT

The changing and liquid reality in which we are inserted is present in our work as healthcare professionals and is part of a sociocultural context in which we move both patients, institutions and professionals. It inevitably leaves invisible traces on us and influences our listening and intervention with patients.

Thinking about this is something we want to keep in mind when observing our work with patients, with the teams to which we belong and with the students we train and supervise.

In this article we want to focus on the importance of reflection in relation to the social and cultural context in which we live in order to articulate health spaces and those elements that orchestrate therapeutic co-creation. We will approach it from a critical point of view, being fundamental the joint self-reflection to be able to carry out our work in the Mental Health area.

Key Words: Therapeutic creation, time, echo, therapeutic relationship and cultural context.

English Title: Time in Therapeutic Creation

¹ Psicóloga General Sanitaria, Psicoterapeuta Europea (EuroPsy). Psicóloga y supervisora en Unidad Clínica de Psicología de Universidad Pontificia Comillas, Madrid.

² Terapeuta Ocupacional-Hospital Ramón y Cajal y psicodramatista.

³ Psicoterapeuta, Psicoanalista y docente-miembro de la coordinación científica IRPA (Instituto de Investigación en Psicoanálisis Aplicado) Verona.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Reyes, R. Serna, J. Castrillejo, M. (2025). El tiempo durante la creación terapéutica. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (2): 378-388. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190211

El instante decisivo(i).

Nuestras observaciones surgen desde las lecturas de distintos autores, de la escucha, de la observación del otro y de nosotros mismos como profesionales. En gran parte desde nuestra experiencia.

«¡Más rápido, más rápido!»

Cuando la exhausta Alicia de Lewis Carroll se da cuenta, después de correr un buen rato de la mano de la Reina Roja, de que está todavía en el mismo punto de partida, le dice a la reina: «En mi país cuando uno corre tanto llega a otro lugar», a lo que esta le replica: «Aquí, como ves, se tiene que correr a toda velocidad simplemente para seguir en el mismo sitio. Y si quieres llegar a otra parte, por lo menos debes correr el doble de rápido».

Alicia en el País de las Maravillas

La reina de "Alicia a través del espejo" Lewis Carroll en 1871.

Un paciente del hospital de día de psiquiatría, J. de 28 años diagnosticado de psicosis, expresa: << *siento no tener calma, siento la presión del entorno, de ir de prisa y yo mismo siento tener que adecuarme a esta prisa*>>.

La afirmación de este paciente nos sirve de punto de arranque para cuestionarnos si hay tiempo para estar enfermo, si hay prisa por la cura, ¿dónde estamos como profesionales y desde dónde podemos acompañarle?

En el momento actual vivimos en un estado de prisa, de aceleración de los fenómenos culturales y sociales, es la denominada por Gilles Lipovetsky era hipermoderna (1). Una época donde el ritmo por demás nos impide ser, pensar y construir un diálogo auténtico con uno mismo y con el otro. La prisa de alguna forma se ha compuesto y penetrado en nuestro Yo convirtiéndose en energía motor de nuestro ser, de tal forma que nos introduce en una espiral sin sentido hacia un vacío o hacia una forma de huida de uno mismo, decía Nietzsche "que la prisa por hacer no nos impida ser" (2).

El hacer se ha convertido en una manera de tener para ser, algo identitario, una actuación que refiere a la sensación de plenitud en la actividad y algo que pertenece al hábito. Ese no parar desde la prisa hace literal el acto, no pudiendo existir un "compás de espera" que introduce a un espacio simbólico que nos lleva a la reflexión, al ser. Como señala Erich Fromm parece que la esencia del ser reside en el tener (3).

A nivel social vivimos en la “sociedad líquida” de la que habla Zygmunt Bauman donde la identidad es algo fluido, difuso, donde el individuo y el conjunto ha perdido su lugar. El autor, en su libro *Modernidad Líquida* (2022) (4), intenta responder a las nuevas complejidades sociales en las que estamos inmersos siendo uno de los puntos centrales y más relevantes de su teoría. Esto conlleva a la disolución del sentido de pertenencia social del ser humano dando paso a una marcada individualidad. En este periodo de Modernidad, nos hemos desprendido de aquellos patrones y estructuras que nos fijaban, nos daban un posicionamiento en nuestras propias decisiones y formas de vida.

En la *Vida Líquida* (2005) (5) afirma que actualmente vivimos una vida sin rumbo determinado, ya que hemos perdido la solidez que antes manteníamos ante ciertos conceptos básicos de la vida, ésta se licua y, con ello, nuestras vidas se precipitan en la precariedad y la incertidumbre. El autor nos describe una sociedad consumista donde la capacidad crítica se ha desmoronado y nos lleva a un consumo que no es solo material, sino que trasciende a las personas. Desde esta sociedad hipermoderna nos hemos convertido en una sociedad individualista perdiendo la colectividad y la mirada sobre el yo, lo que inevitablemente provoca inestabilidad subjetiva; que se manifiesta en parte de los síntomas actuales.

De esta forma cada individuo se gobierna a sí mismo, como seres atomizados donde no existe el ruido de la limitación y la falta, donde no hay espacio para el silencio. Byung-Chul Han en *No Cosas* (6) habla del allanamiento de la realidad inmersa en flujos de información y datos. La vivencia actual individualista, hace que nos veamos abocados a estar en una constante competencia con el otro y con uno mismo. En una carrera “sin fin” hacia una meta donde no se sabe cuál es el premio y si lo sabemos no sabemos qué hacer ni qué sentir. Aparentemente perseguimos una felicidad prometida que nos hace negar el dolor y el malestar. Paradójicamente la sociedad actual nos hemos convertido en la denominada sociedad del bienestar, una sociedad en búsqueda del goce que como decíamos con anterioridad nos hace negar algo obvio que es nuestro malestar y nos devuelve una sensación de constante vacío. Desde este ruido del hacer y competencia, no queda disponibilidad a la atención y nos encontramos con diversos déficits ya que queda abolido el espacio para la observación, el recogimiento y la apreciación (7).

Entramos en una sociedad cuyas figuras cambian, se parecen, se confunden y se funden unas con otras porque la referencia del Otro que ordenada es algo denostado hoy en día como señala Massimo Recalcati, (8).

El autor refiere a las figuras de hijo-Narciso donde el culto a la felicidad individual y el “borramiento del conflicto” lleva a una confusión que se traduce en un no necesitar al Otro. Donde se hace complicado percibir la Ley que nos humaniza y contiene (9).

Surge, así como relata Remedios Zafra *"un sujeto desapasionado, que sienta el cuerpo como sólido por dentro. Que arterias e intestinos se presenten con el interior condensado como cemento"*. La autora nos habla de sujetos *"hastados pero obedientes"* y de este modo se narcotizan y anestesian en la emoción desde un sentimiento difuso (10).

En este contexto nuestra "humanidad" se ve debilitada tendiendo hacia la mecanización de las exigencias frente al rendimiento (11). Como sujetos la exigencia se vuelve una constante en la vida, actuando en beneficio más material que personal, en un beneficio más individual que social. Ya nada es suficiente, no hay techo en el tener. Hemos llegado a convertir al sujeto en el verdadero objeto de consumo.

En el artículo el "síntoma social" en el psicoanálisis contemporáneo de Lucía Soria y cols, plantea según Ernesto Siniatra, la expresión "síntoma social" para nombrar, lo que el autor llama la "soledad", producto de la fractura y dispersión de los lazos asociativos contemporáneos. A su entender, la soledad es un "fenómeno" banalizado desde la lógica del mercado y apenas atendido por los nomencladores psiquiátricos (por ejemplo, como el Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales -DSM-). Afirma que la fractura del tejido social confronta cada vez más y de un modo más acuciante a los individuos con la soledad como modo de gozar: "por eso la soledad globalizada, efecto de las políticas del imperio del mercado, afecta el rincón más íntimo de la subjetividad: las condiciones de satisfacción de cada uno" (12).

Esto genera un estrago que desarticula el deseo y la falta, que se traduce en una angustia sin nombre. De modo que surgen los síntomas contemporáneos que nombran algo a lo que estar atentos. *<Algo hemos de escuchar y pararnos a pensar qué nos transmiten>*. Nos encontramos con una clínica donde el vacío ocupa un lugar nuclear, la "clínica del vacío" donde falta la falta; la clínica de lo demasiado lleno" (Mariela Castrillejo, 2005). La autora nos habla de un vacío lleno de objeto que produce angustia porque falta la falta.

Pensar en ello para nosotros es fundamental, considerar el empuje de la Cultura desde una "sociedad del rendimiento" (Han, 2012) cuyos imaginarios compartimos terapeutas y pacientes; podría generar la ilusión de resolver y la misión de la inmediatez. De este modo estaríamos contribuyendo en la construcción de "ciudadanos útiles y felices" en una cadena de producción capitalista que alimenta el vacío. Donde la resección de los procesos naturales de la vida del ser humano como los duelos, la incertidumbre, se nos revela contrario a la subjetividad.

"Nada está adentro, nada
está afuera, lo que está
adentro está afuera también"
Goethe

¿Qué se espera de nosotros como terapeutas? ¿Podemos ser sustituidos por máquinas con soluciones digitalizadas al estilo del engranaje de "Tiempos Modernos" de Chaplin?

Evidentemente, como terapeutas vamos a estar envueltos y atravesados por este marco social que impacta en nuestras emociones y en las personas con las que trabajamos. Forma parte de nuestra piel, difícil de registrar para nosotros mismos como profesionales de la salud en concreto de la salud mental. Esta es la aporía en la que estamos inmersos como testigos imposibles de un relato en el que vivimos en primera persona, como actores de nuestra realidad, estamos dentro y fuera a la vez. Giorgio Agamben reflexiona sobre esta imposibilidad del testimonio y ello nos conduce a pensar en la paradoja de nuestro escrito y la necesidad de resignificarlo *post hoc* (14-15).

De ahí las innumerables cuestiones que se nos abren en relación con nuestra práctica clínica y la necesidad de espacios para poder pensar ya que los sistemas a los que pertenecemos frecuentemente vienen marcados por la misma exigencia social y cultural.

¿Cómo regular nuestra función?, ¿podemos pensar en aquello que nos separe de esta anestesia estructural?

Asumiendo esta limitación trataremos de cuestionarnos lo que podamos ver, y aquello que desde la observación terapéutica nos enmarca en un encuentro con el otro. Reflexionaremos sobre los espacios que puedan explicar la genealogía de nuestro rol como terapeutas.

El (des)encuentro.

¿Es posible un encuentro (ii) entre paciente y terapeuta?

Partimos del (des)encuentro, entre dos guiones, dos ritmos, de la alteridad radical que supone el Otro y que genera una brecha entre el paciente y el terapeuta. Un desnivel que mueve lo ajeno y desconocido de uno mismo. Poder construir un espacio intersubjetivo llevará tiempo, deseo y sintonizar la oscilación entre ambos.

Mediados por una "demanda" que posibilita una entrada marcada por lo sintomático en el mejor y cada vez menor de los casos, y por una angustia sin nombre en la mayoría de ellos; nos vemos interpelados a pararnos a reflexionar sobre otras formas de hacer, nuevos escenarios a crear en nuestra práctica terapéutica.

Las personas con las que trabajamos nos muestran su vacío e interrogan los nuestros. De modo que erradicar lo sintomático se convierte en prioridad y no ser reactivo a ello es

complicado. Pero para leer cada caso será necesario poder esperar que se despliegue la historia de cada persona con sus singularidades; que se pueda hacer preguntas, que emerjan sus incógnitas y no conclusiones.

Gran parte de la clínica contemporánea que recibimos viene marcada por una angustia que no se puede localizar, el psicoanalista Nicolò Terminio habla de una clínica caracterizada por la disarmonía interna hecha de elementos relacionales y afectivos que están disgregados, desconectados de una dimensión simbólica, desunidos entre sí, sin una ligazón que arme una matriz ya que lo emocional no puede apoyarse en la relación con el Otro (16). Es, según el autor, una lógica de funcionamiento la "lógica del enjambre" caracteriza por una fuerte disociación, disforia, trauma, que no encuentra una salida mediante la narración ni la palabra. Serían estructuras psíquicas "sin construir".

El autor habla del papel en el que se sitúa el terapeuta, siendo un tercero, entre ambos que regule el ritmo del goce, a través de la creación de un ritmo mutuo, que posteriormente ayudará a hilvanar la palabra.

La creación de este espacio intersubjetivo, terciario, es lo que Odgen (17) denomina proceso *rêviere*, que es generado desde la vivencia que experimenta el mundo interno del analista sobre lo que le genera el paciente, en su espacio privado, lo que siente, lo que de alguna forma le modifica, le moldea.

Subjetivizar el espacio terapéutico con los diferentes lenguajes y particularidades del paciente, ayuda a vivir la experiencia clínica conjunta, de manera que se vaya componiendo un *legato* que se desliza hacia la construcción de una narrativa propia. En este sentido el psicoanalista Terminio en su práctica clínica incorpora poder sintonizar los ritmos a través escuchar música juntos, pasear, sentir texturas...

Ese espacio compartido es lo que Bollas describe como un *lugar transformacional* entre ambos, un espacio que contiene, donde el analista se convierte en un objeto de uso que ayuda a reparar las insuficiencias primarias. Donde lo materno y lo paterno, lo simbólico y lo imaginario conviven (23). Un espacio hecho de envolturas que, contiene y limita; un lugar de escucha, de eros, de deseo, de ética, de compromiso y, por último, ser visto.

Dicho espacio ayuda a integrar al Otro, a mentalizar, es un lugar que diferencia y donde el paciente puede perderse, un espacio seguro. Un órgano que contiene y da cuerpo al Otro. Que recoge lo objetivo y lo subjetivo. Espacio que constata la presencia del Otro, como testigo del deseo y transmisor de él (15-16-17). Esto ayudará a la persona a vivir aquello que le pasa; ligándolo a una causa, localizarlo, le permitirá entender que habla de lo propio y único. Todo ello puede contribuir en algunos casos simbolizar y dar sentido a sus experiencias.

La relación en este encuentro necesita tiempo para la creación de un clima que potencie esa confianza y cercanía que contribuye a establecer un vínculo sólido dentro del sistema terapéutico. El terapeuta necesita ese tiempo para la intervención, observación y aplicación de la técnica; pero lo fundamental es establecer un diálogo con el otro. A su vez, el paciente necesita tiempo para desarrollar la narrativa de su malestar que le ayude abrirse, a confiar y a explorar la vivencia de su sufrimiento.

Este espacio intersubjetivo, es un lugar de distintos encuentros entre paciente y terapeuta; subjetividades presentes conocidas y olvidadas emergen dentro de la relación. Este encuentro sucede en el aquí y en el ahora. Este lugar, es un lugar de compartir confidencias y partes de uno mismo; un lugar para el no abandono de la angustia del otro. Este estar ahí, no siempre ha podido suceder a lo largo de la vida del paciente. Resignificar y procesar partes de la vida de los pacientes requiere de un sostén y relación en el otro, de una recepción sin remedios, y de gran confianza en el propio proceso terapéutico. En nuestra labor como terapeutas nos cuestionamos: ¿cómo es ser terapeuta en el momento actual? y ¿cómo poder sostener este espacio; un espacio de transmisión y testimonio del deseo?

En nuestro hacer nos encontramos con realidades llenas de complejidad, dolor-daño, fragilidad e incertidumbre. En este encuentro nos vamos a ver interpelados a agenciarnos nuestra propia emoción lo que hace que nos conectamos con la dificultad que tenemos como seres humanos.

Dimensión estética.

"La terapia es un arte, no una ciencia."

Miriam Polster

Christopher Bollas, habla de la dimensión estética de la relación terapéutica, donde el paciente a modo de escultor moldea al terapeuta a causa de sus palabras, silencios y su gestualidad (19).

La escucha flotante del terapeuta abre una dimensión de comunicación inconsciente y profunda que posibilita la apertura de memorias tempranas. Esto implicará hacer un trabajo sobre la transferencia y la contratransferencia, pero no apoyado en aspectos intelectualizados que no reconocen al paciente sino a partir de un encuentro mediado por el deseo. Pudiendo recoger el no saber, el no decir, la incertidumbre; dejando espacio.

En la intervención en el Hospital de Día y en la consulta hemos podido observar el valor de lo creativo. Entendiendo ciertas áreas del espacio institucional como ese tercer elemento, que abre la dimensión estética. Construyendo un abordaje que permite la exploración del propio

sujeto y el descubrimiento de su subjetividad; contribuimos a que emerjan distintas respuestas emocionales.

Surge así la singularidad de cada individuo que estimula hacia la resolución de sus conflictos internos y posibilita la expresión de contenidos propios con el fin de lograr un conocimiento de sí mismo, de mejorar la expresión emocional, aumentar su autoestima y ofrecer elementos defensivos al Yo lo que modifica las relaciones objetales primarias. De esta forma, la persona adquiere mayores habilidades adaptativas a nivel emocional y por ende social.

La creación libre transgrede lo "psiquiátrico" adentrándose en la cultura del sujeto y del grupo llegando a la sociedad como vínculo social (20). Este movimiento liberador se traduce, por lo tanto, en expresión emocional y en una oportunidad de emancipación de la sociedad.

El acto de crear es un riesgo que confronta al sujeto con sus realidades y al "espectador" con la realidad del que sufre. Los productos artísticos que crean las personas del hospital de día son su patrimonio, que reproduce su experiencia y su verdad. En consulta, la música, un paseo, un poema abre a la creación de emociones en el espacio intersubjetivo.

La persona forma en la obra su experiencia concreta, su vida interior, su espiritualidad inimitable, sus reacciones personales en el ambiente histórico en el que vive, sus pensamientos, sus costumbres, sentimientos, ideales, creencias y aspiraciones (21).

El ECO

"Si quieres que algo muera, déjalo quieto... Estamos vivos porque estamos en movimiento." (Jorge Drexler; Movimiento).

En nuestro quehacer sentimos un compromiso ético y la necesidad de la inserción de nuestro trabajo en lo social a través de la creación de proyectos colectivos y abriendo a la construcción comunitaria de espacios que cuestionen y dividan al sujeto.

El formular una demanda de ayuda, genera un Otro allá donde el Otro no existe. En definitiva: "producir un movimiento que mute el nuevo síntoma en un síntoma nuevo para el sujeto" (13).

A través del espacio artístico y su potencia evocativa se abren lugares en los que el sujeto se siente interpelado, a su vez encuentra una solución al malestar a través de la creación como acto espontáneo, intuitivo y libre de éticas. Lugares donde puede transitar nuestro "alma", pasando de la individualidad a lo colectivo, es decir, a lo público. La Cultura se convierte en elemento de socialización que preserva y transforma el mundo y configura identidades. Los diálogos entre la obra, el receptor y el artista transitan la subjetividad y es ahí donde la obra

deviene en un mensaje ambiguo susceptible de asumir diferentes significados, y este es el lugar donde podemos insertarnos como terapeutas desde un espacio de escucha, de cuestionamiento, de resignificación.

REFERENCIAS

- Adorno, T. (1998). *Mínima Moralia. Reflexiones desde la vida dañada*. Taurus.
- Agamben, G. (2002). *Lo que queda de Auschwitz. El archivo y el testigo. Homo sacer III. Pre-textos*.
- Anzieu, D. (2013). *Las envolturas psíquicas*. Amorrortu.
- Bauman, Z. (2013). *La vida líquida*. Austral.
- Bauman, Z. (2022). *Modernidad líquida*. Fondo de Cultura Económica.
- Bodner, G. (2019). Dossier volviendo a Bion. *Temas de psicoanálisis*, 18(julio), sección teoría y clínica.
- Castrillejo, M. (2005). *La clínica del vacío: el psicoanálisis ante los síntomas actuales llenos de nada*.
- Eco, U. (1970). *La definición del arte*. Martínez Roca.
- Fromm, E. (2013). *¿Tener o ser?* Fondo de Cultura Económica.
- González, M. M. (2001). El arte como medio de expresión política. *Papel Político*, (13), 39-58.
- Han, B.-C. (2016). *La sociedad del cansancio*. Herder.
- Han, B.-C. (2021). *No-cosas: Quiebras del mundo de hoy (Pensamiento)*. Taurus.
- Lipovetsky, G., & Charles, S. (2006). *Los tiempos hipermodernos*. Anagrama.
- Nietzsche, F. (2001). *El crepúsculo de los ídolos*. Diálogo.
- Pérez Oliva, M. (2015). El miedo a la vida: sociedades hipermedicalizadas. *Métode Science Studies Journal*. Universidad de Valencia. DOI: 10.7203/metode.84.

Recalcati, M. (2014). *El complejo de Telémaco: Padres e hijos tras el ocaso del progenitor*. Anagrama.

Recalcati, M. (2022). *Los tabúes del mundo: Figuras y mitos del sentido del límite y de su violación*. Anagrama.

Sánchez Nogueira, A., & Chaves Zaldumbide, Á. (2014). *Transformar la realidad social desde la cultura: planeación de proyectos culturales para el desarrollo*. Intersecciones.

Soria, L., De Casas, C., Tarodo, P., De Cristófolo, C., Passerini, A.,
Badr, M., Cherrutti, M., Salvatore, G., & Brignardello, M. (2014). El "síntoma social" en el psicoanálisis contemporáneo. *VIII Jornadas de Sociología de la UNLP*. Memoria Académica. ISSN 2250-8465.
Recuperado de <https://cfp.us.es/ayuda-memorias>

Toranzo, E., & Taborda, A. (Eds.). (2014). *Psicoanálisis relacional. Espacios intersubjetivos e interdisciplinarios de creación de significados para la salud mental*. Universidad Nacional de San Luis.

Zafra, R. (2021). *Frágiles: Cartas sobre la ansiedad y la esperanza en la nueva cultura*. Anagrama.

Arte y política: Nuevas experiencias estéticas y producción de subjetividades. (s.f.). *Comunicación y sociedad*, (20), 191-210. Recuperado el 12 de diciembre de 2024, de https://digitalcommons.usf.edu/la_revista/.

La concepción estética de la mente, una introducción a la obra de Christopher Bollas. Obiglio, N. (2019). *Perspectivas en psicología*, 16(1), 59-65. Termino, N. (s.f.). [Título del artículo]. Recuperado de <https://www.nicolotermino.it/articoli/uscire.pdf>

Original recibido con fecha: 13/04/2025 Revisado: 15/07/2025 Aceptado: 20/07/2025

NOTAS:

1. "El instante decisivo" es un concepto fotográfico acuñado por Henry Cartier-Bresson. Una instantánea fotográfica que habla del instante preciso capturado en una imagen que condensa la anticipación de un momento importante en el transcurso de la vida. A su vez, este momento habla de un cambio en el curso de los acontecimientos que ya alteran el futuro.
<https://oscarenfotos.com/2011/11/19/el-significado-del-instantedecisivo-de-henri-cartier-bresson/>
2. "Encuentro significa más que una vaga relación interpersonal ZWISCHEN MENSCHLICHE BEZIEHUNG- Significa que dos o más personas se encuentran, pero no solamente para enfrentarlas, sino para vivir y experimentarse mutuamente. En un encuentro las dos personas están allí, con todas

sus fuerzas y sus debilidades, dos actores humanos bullendo de espontaneidad, sólo en parte conscientes de sus fines comunes. (Moreno, 1961, p.336). Herranz, T. (2011). El Cambio en Psicoterapia Psicodramática: De la Acción a la Reparación. Clínica Contemporánea Vol. 2, n.º 1, 2011 - Págs. 57-72.