PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

DISERTACIÓN

LA APTITUD PARA ESTAR A SOLAS Y SU FUNCIÓN CONSTITUTIVA PARA EL INDIVIDUO, A PARTIR DE LA TEORÍA DE DONALD WINNICOTT

MATHEO JOSÉ GUTIÉRREZ PORTILLA

QUITO, 2021

Me dijiste que en el parque había mucho ruido y te respondí que el parque era un poco como el mundo, un poco como los días y nos sentamos a esperar el turno para la montaña rusa y el ruido te siguió y te dije que no había remedio muñeca, que la única manera de soportar este mundo era a través de su ruido.

(Chaparro, 2014, pág. 128)

ÍNDICE

RESUMEN iv

ABSTRACT iv

INTRODUCCIÓN v

CAPÍTULO I. LA SOLEDAD 1

1.1. Historia 1

1.2. Definiciones 11

CAPÍTULO II. LA SOLEDAD DESDE EL PSICOANÁLISIS 14

2.1. La soledad desde el psicoanálisis 14

2.2. La angustia por separación de Bowlby 21

2.3. Sobre el sentimiento de soledad de Klein 24

2.4. La aptitud para estar a solas de Winnicott 29

2.5. Miedo a estar a solas 39

CAPÍTULO III. LA SOLEDAD PATOLÓGICA 47

3.1. La soledad y la tecnología 47

3.2. De Winnicott a la actualidad 50

3.3. La necesidad de estar a solas 53

CONCLUSIONES 60

RECOMENDACIONES 63

BIBLIOGRAFÍA 64

RESUMEN

Hoy en día el concepto de soledad es entendido como un factor de riesgo tanto para la salud mental como física; por lo que, al exponerlo al paradigma psicoanalítico, iniciando por los aportes de Freud, Bowlby y Klein para luego desarrollarlo desde la teoría winnicottiana, se pretende entenderlo a partir de su función constitutiva, como una aptitud sostenida en los estados de presencia-ausencia que permite al individuo estar a solas en compañía de alguien más. Por tanto, esta investigación se enfoca en la soledad desde una aproximación netamente teórica hacía su concepto y su escisión de la consideración que se le da al término en la actualidad. Desde los postulados de D. Winnicott, lo entenderemos mediante la propuesta de una aptitud para estar a solas, edificada en las primeras experiencias de soledad en presencia de alguien más, que permite al individuo constituirse como tal, como un ser sujeto a su existencia y a la de los otros.

Palabras clave: Angustia, soledad, nuevas tecnologías, aptitud para estar a solas, miedo a estar a solas, necesidad de estar a solas.

ABSTRACT

Nowadays the idea of solitude is understood as a health risk factor, both for mental and physical health. Hence, by placing it into the psychoanalytic paradigm, starting with the findings of Freud, Bowlby and Klein to later expose it across the winnicottian theory, it´s tried to understand this concept from his constitutive function, as an aptitude hold on the stadiums of presence-absence that drives the individual to apprehend to be alone in company of someone else. Therefore, this work is only focused on a theoretical approach of this concept and its split nowadays. From Winnicott´s postulates, this concept it can be exposed through the notion of an aptitude to be alone, aptitude that´s developed from the early experiences of being alone in the presence of someone else, same that allows the individual to constitute as such, as a being knotted to his existence and that of others.

Key words: Angst, solitude, new technologies, aptitude to be alone, fear of being alone, need to be alone.

INTRODUCCIÓN

La investigación se inscribe como un homenaje a la soledad que refleja un modo de entender el fenómeno a partir de la teoría psicoanalítica, con los aciertos y erros que ello implica, como una experiencia construida en su inicio por la presencia de otro, que por su devoción permite el desarrollo de vínculos lo suficientemente sólidos como para que el individuo pueda sostener una relación consigo mismo y su mundo sin caer en angustia.

La investigación inicia por una aproximación a la historia del concepto *soledad*, reconociendo que perfilar una historia de la soledad entraña ciertas dificultades; empero, no por ello se cree que su intento sería nulo, por lo que se la aborda desde las manifestaciones que nacen a partir de las vastas experiencias humanas de ella; es decir, desde los distintos ámbitos del acontecer humano como lo son los mitos, la filosofía, teología, literatura, etc., debido a que este concepto por sí solo resultaría en un fenómeno ubicuo, que presentaría una imposibilidad diacrónica para colocarlo dentro de un trayecto exacto en la historia; por ende, al aproximarse a éste desde sus diversas manifestaciones se logró perfilar un tipo de movimiento desde su origen en la humanidad hasta su implementación en la teoría psicoanalítica; para así, enfrentarlo ante su visión patológica actual, misma que genera que el individuo solitario sea visto como peligroso, como desviado de la norma, y que la soledad sea vea marginada a un estado antagónico, a ser un factor de riesgo para la salud.

En consecuencia, se retoma la teoría trabajada para replantear el concepto de la soledad en la actualidad y distinguir entre una soledad primaria o benigna, acorde con el desarrollo pleno de la aptitud para estar a solas, y una soledad precaria o patológica que implicaría un fallo en el desarrollo de esta misma aptitud.

Así, al entender a la soledad a partir de su función constitutiva, propia de cada individuo, como necesaria para que él devenga como tal, se puede obtener un conocimiento más profundo de la naturaleza humana y plantear mejores paradigmas para dar un apoyo a los individuos que se encuentran del lado de una soledad precaria, y que por consecuencia su salud se puede ver en riesgo.

Tal conocimiento, permitiría una mayor empatía respecto a aquellos individuos que gustan de estar a solas, un mejor entendimiento para distinguir entre la soledad y su patología, y, sobre

todo, permitiría que el individuo se re-encuentre consigo mismo. La soledad es un bien común y único, que le debe ser devuelto.

Finalmente, antes de iniciar resulta necesario realizar dos importantes aclaraciones. La primera es sobre el uso del vocablo *madre* en la investigación, que no refiere únicamente a la madre como tal, sino que busca tener en cuenta al cuidador primario encargado de la crianza del pequeño. Empero, se optó por el uso del término *madre* sobre el de *cuidador primario*, dado que no se puede dejar de lado que la crianza del pequeño resulta ser distinta cuando el medio es su madre o un sustituto.

La segunda aclaración respecta a que en la investigación no se profundiza en la diferencia entre los sexos, se usa el término *niño* o *pequeño* indiscriminadamente para tanto el niño como la niña, debido a que los estadios a los cuales se remonta esta investigación no necesitan de esta profundización, pues la psique aún se halla en un estado primitivo, y en consecuencia la potencia genital y su correspondiente aceptación femenina, se desarrollan más adelante, culminando parcialmente tras el sepultamiento del Complejo de Edipo. Por tanto, la aptitud para estar a solas remite a un estadio anterior a la elección de objeto, empero no por ello se debe dejar de lado, la implicación que tiene desde un principio el soma y las diferencias biológicas entre los sexos en el desarrollo psíquico del individuo.

Concluidas las respectivas aclaraciones, se espera haber realizado una investigación que sea lo suficientemente clara y profunda, como para atraer y provocar en sus lectores un placer similar al que se experienció al momento de escribirla.

CAPÍTULO I. LA SOLEDAD

Y dijo Jehová Dios: No es bueno que el hombre esté solo
Génesis 2:18-23

1.1. Historia

Iniciar por una aproximación a la historia del concepto de la soledad resulta en una gran dificultad para el autor que busque dicho cometido, ya que en su recorrido se encontrará ante dos dificultades. La primera, salta a la vista al iniciar por la pregunta: ¿Qué se va estudiar?, porque el objeto de la soledad no existe, por lo que la soledad y sus distintas manifestaciones que se desarrollan a lo largo de este capítulo, resultan en una quimera para toda aproximación empírica que pretenda por esa vía un análisis observable y mesurable de la misma. La segunda, expuesta por Moreno (2014) respecta a las características objetivas y subjetivas de la soledad, debido a que el *estar* solo y el *sentirse* solo resultan ser dos situaciones distintas. Por ello, el recorrido que se pretende realizar en esta investigación va a abordarse desde las distintas manifestaciones de la soledad que nacen a partir de las vivencias humanas.

Ante la pregunta por donde comenzar, parece adecuado iniciar esta historia de la soledad desde el punto de vista léxico, desde la etimología de la palabra; tomando como fuentes el diccionario etimológico de Chambers (1874) y el trabajo respecto a la soledad realizado por Muchinik y Seidmann (1998/2004), se puede afirmar, con un poco de dubito, que la palabra se remite al siglo XI donde esta deriva del latín *seul* que vendría a traducirse como: sin compañía, separado de otros, sin ayuda; dejando en manifiesto su posible origen desde una visión objetiva de la soledad: el estar solo en un espacio y lugar, el estar sin otros físicamente.

Ante esto, se desprenden dos preguntas: ¿Cómo es posible que recién en el siglo XI aparezca una palabra para designar algo tan propio del individuo? Porque, como se verá más adelante la soledad ha acompañado al ser humano desde sus primeros momentos de vida; y ¿En qué momento, desde la etimología, aparece una palabra que abarque el lado subjetivo de la soledad en el individuo?, esta segunda pregunta resulta un poco más fácil de responder, empero no por eso lleva a una conclusión que permita marcar un punto de cierre, sino más bien a una respuesta que resulta ser un sinónimo de conjetura.

Respecto a la segunda pregunta si nos remitimos a las mismas fuentes trabajadas con anterioridad, se encuentra que en el siglo XIII aparece el término *solitude* asociado al abandono y su vez al retiro espiritual. Karl Vossler, hispanista-alemán, supone que se trata de un neologismo erudito de origen galaico-portugués que surge a finales de la Edad Media. Por ejemplo, en los cancioneros lusitanos del siglo XIII y XIV, se encuentran palabras como *soëdade*, *söidade* y *suïdade*; que pueden ser traducidas como soledad, abandono y ausencia, y que refieren según el autor, tristeza, queja, afán, abandono y nostalgia. Vossler hace referencia a la expresión *a saudade portuguesa*, traducida como la nostalgia-portuguesa, que en el siglo XVI representaba ante todo una cualidad nacional, permitiendo distinguir a varios de los cantos tradicionales de la región (Moreno, 2014).

Moreno (2014), postula que la palabra en el español aparece por el siglo XVI y XVII; empero, a margen de su significado objetivo. En una indagación más a fondo el autor articula sus ideas con la propuesta de Vossler, respecto a que el origen de la palabra en la lengua castellana se formó del vocablo árabe *saudá,* que se lo traduce como: padecimiento, dolor, melancolía; formando más tarde, el adjetivo *saudoso* o *saudadoso* que remite a alguien lleno de afán e impregnado de sentimiento.

En consecuencia, se marca una primera característica del concepto: desde su posible "origen" en el lenguaje resulta en una dualidad para el individuo, puede ser tanto un peligro como una virtud para él. Ante este primer hallazgo resalta la duda respecto a cuándo la soledad resultaría positiva para el individuo y cuando sería ésta su antagonista.

La visión de la soledad como un factor negativo para el individuo, parece encontrar una mejor cabida dentro de las manifestaciones culturales. Séneca en el diálogo de Crates, expone que a un joven que se encontraba en soledad hablando consigo mismo el filósofo le dijo: "ponte en guardia, te lo ruego, y presta atención: estás hablando con un hombre malo" (Séneca, 1986/2006 , pág. 130).

Otro ejemplo de este tipo se encuentra en las narraciones católicas, donde la soledad como peligro es lo primero que salta la vista de Dios, y él en ese encuentro la nombra como *algo no bueno,* y si se continúa por esta ilación se puede también analizar el título en el cual se encuentra dicho pasaje: *El Génesis*, designación que aboca al individuo a un determinado lugar en la

herencia arcaica; es decir, desde el origen el individuo, para evitar caer en soledad, está sujeto a un otro. Dios ante la soledad de Adán le arranca una costilla y crea a Eva.

Si ahora se vislumbra el ejemplo de la cultura griega, salta por antonomasia el famoso discurso pronunciado por Aristófanes respecto a la tercer género del hombre, el andrógino, que ante la ira de Zeus termina cortado en dos y así abocado a un anhelo perpetuo por aquello que le falta; siendo por primera vez presa de sentimientos tan hostiles como la soledad.

Por lo tanto, resulta paradójico anunciar que el individuo fue divido para dejar de ser *Uno*, ya sea para evitar la soledad o para experienciarla por primera vez; empero, no por su carácter contradictorio esta paradoja deja de dar luz sobre la investigación; ya que, a pesar del tiempo de estos escritos en la actualidad se encuentran conductas similares que vislumbran como la soledad perdura como algo negativo; por ejemplo, la fuerte carga patologizante actual hacia ella. Así, desde los tiempos del Edén hasta la modernidad, la soledad se presenta como algo ante lo cual el individuo debe protegerse. Empero, ese sería solo un rostro de la soledad, su cualidad negativa.

Rousseau (1781/2008) expone muy hábilmente este tipo de soledad en su *Ensayo sobre el origen de las lenguas*, anunciando que en sus primeros tiempos el ser humano no era más que un ser apartado de la realidad, un ser que no veía más de su radio de visión, una visión que estaba marcada por el miedo, ya que si no fuera un ser con miedo ¿Por qué sería un ser apartado y solo?; un ser que no tiene otro remedio que categorizar como su enemigo a todo aquello que para él es desconocido, inclusive el mundo mismo. El individuo con las pieles del animal era una bestia más en la naturaleza, que se encontraba abandonada sobre la tierra a merced del género humano, y en consecuencia debía ser feroz, un animal listo para cometer cualquier maldad por miedo a que esa misma sea soltada sobre él.

Un ser así tendría el tiempo de su existencia contado, por lo que un factor inherente a él debe impulsarlo a ir más allá de su soledad primitiva, a perder sus pieles animales, a comunicarse con un otro para poder sobrevivir, ya sea pidiendo su ayuda o amor. Así, Rousseau (1781/2008) propone una relación entre la lengua y la soledad, donde parece que esta primera permite una interlocución entre el individuo y su realidad exterior; ya que, aquel que no posee una comunicación con un otro no tiene de que hablar consigo mismo y cae presa de un silencio interno que atenta tanto contra él como contra el resto; empero, faltaría una mayor indagación respecto a esta propuesta.

La cantidad de ejemplos que se pueden utilizar para elucidar este punto respecto a la soledad, como un factor antagónico en la historia de la humanidad, realmente parece ser infinita. El ser humano a lo largo de su historia ha creado a partir de este miedo a *su* soledad varios mitos y relatos, como los expuestos, que permiten suponer que ésta a pesar de poseer una cualidad negativa, parece a su vez caracterizarse por ser inherente a él, algo estructural que lo acompaña desde su origen, desde su interior... ¿Cómo puede el individuo huir de sí mismo?, ¿Acaso no le queda otra opción que dividirse y huir de su otra mitad? Estas preguntar encuentran una mejor cavidad en el segundo capítulo de esta investigación; empero, no por eso este no es el lugar correcto para plantearlas.

El ser se encuentra en una paradoja desde su origen, y en la propia palabra *individuo* se puede encontrar que ésta halla su expresión, pues el ser en su unicidad o totalidad, esconde un presagio: su inevitable división y ante ella la inevitable nostalgia de un in-dividuo. Y ante ello, parece correcto suponer una aptitud inherente en el ser humano que le permita sobrellevar este proceso; si no fuera así, los ejemplos de una soledad con cualidades positivas serían nulos y vale suponer igual, que la historia de la humanidad distaría mucho de cómo se la percibe y entiende en la actualidad.

Ante estas últimas afirmaciones, valdría continuar por elucidar respecto al otro lado de la soledad: *su cualidad positiva.* Como el poeta romántico Vigny postula al referirse a la creación artística “solo la soledad es la fuente de las inspiraciones” (Muchink & Seidmann, 1998/2004, pág. 13), exponiendo así, como a pesar que se ha destinado a la soledad a ser un sinónimo de desesperanza, abandono, pérdida, etc., a su vez, ésta le permite al individuo crear e impulsarse hacia su mundo. Ante esto resulta adecuado preguntar ¿Qué es lo que conduce al individuo a destinos tan opuestos en su soledad? Vacilando, parece que la respuesta se encuentra en dicha facultad inherente a él y en su relación con el otro; si se toma como analogía el retiro de Jesús al desierto, encontramos a un hombre en soledad enfrentado ante dos caminos: *la virtud y el pecado,* y que sólo logra salir airoso por la ayuda divina de su padre, por la inspiración que le evoca. Por lo que, ante dicha situación, diríamos que Jesús logra librarse del pecado usando adecuadamente esta facultad inherente a él, empero solo posibilitada por un otro, que le permite poder estar a solas evitando caer en pecado, en angustia.

El ser humano, como Jesús, se encontraría ante ambos destinos de su soledad, entre sus cualidades negativas y positivas, pudiendo estas transmudarse entre diferentes tiempos; es decir, el que un individuo en un momento se encuentre aislado en soledad no significa que tras un determinado movimiento no pueda salir airoso de ese estado, y aprehender a estar a solas de una manera *positiva* y viceversa.

El relato épico plasma el modelo de una vida en soledad desde el héroe o el caballero, que en su viaje se mantiene aislado de la comunidad, empero unido a ella simbólicamente, y gracias a este vínculo, en aquel movimiento de búsqueda él puede expandirse como individuo y volver tras su heroica hazaña victorioso y listo para aportar a su comunidad.

La novela de caballería, por lo tanto, permite elucidar como la soledad funge como un vínculo entre el individuo con los otros; donde *el viaje del héroe*, término usado por Joseph Campbell, resulta en una alegoría del poder estar a solas en compañía de otros; ya que, en el personaje del héroe encontramos al ser humano originario en una relación solitaria con su entorno, entre él y dios, que le permite construir un vínculo consigo mismo que le deposita seguridad en su brújula vital para encaminarse, como el caballero que parte a la aventura para librar a su comunidad de un terrible enemigo: un dragón, en la búsqueda por libertad.

En *El Cantar de Mio Cid*, cantar de gesta que probablemente fue escrito al rededor del año 1200, se expone a otro héroe, a uno abocado a una soledad impuesta, a diferencia del caballero que por voluntad propia parte de su comunidad; en este canto se halla la historia del Cid que pierde su honor y es desterrado a una aventura por recupera su honra y la pertenencia grupal que él no había abandonado nunca, empero ella si lo había abandonado a él. Por lo tanto, aquí se puede realizar otra clasificación respecto a la soledad: *voluntaria* e *impuesta*.

Si se busca ejemplos para clarificar ambos tipos de soledad, se nota como en la voluntaria se encuentran menos ejemplos que en la impuesta, parece que en la historia solo han sido pocos los iniciados en este camino sobre la soledad; es decir, parecen ser pocos los que la buscan y muchos los que la encuentra. No por esto no se hallan ejemplos en la noción de la soledad voluntaria; por un lado, se la va encontrar en conductas como el retiro, apartamiento o la meditación y en figuras determinadas como el asceta, el místico, el ermitaño, el monje, el poeta o el científico. Por otro, a la soledad impuesta se la encuentra en conductas como el confinamiento, el aislamiento, el

desamparo, el exilio o el ostracismo y en aquellos abocados a éstas: el prisionero, el pecador, el loco, el enfermo, el marginado, el suicida, etc.

La soledad voluntaria, que permite a su vez lanzar luces sobre la cualidad positiva de la soledad, parece mostrar de manera latente como esta conducta voluntaria implica una ganancia, pues las figuras que rodean dicha concepción poseen debido a ella un conocimiento que parece colocarlos por encima de los demás mortales. Perece que algo se gana estando a solas y a su vez que algo se puede perder. Por lo tanto, el camino positivo de la soledad parece entrever que en sí la soledad, como la percibe y siente el individuo, no repercute en su mayoría a una cualidad objetiva; es decir, a la realidad exterior que permite percibir una *presencia-ausencia* de un otro; sino, que en su lugar se muestra como una facultad subjetiva, donde el individuo puede sentirse solo, abandonado, angustiado, y a su vez puede sentirse acompañado por esos otros, estar a solas sin caer en el peligro expuesto por Séneca. Una manera más precisa para decirlo sería: *la soledad como virtud vendría a ser aquella que permite al individuo estar a solas en compañía de su comunidad y consigo mismo sin caer en angustia.*

Esta interpretación de la soledad como una facultad que le permite al individuo desenvolverse en su medio sin peligro, se vuelve más clara si por un momento se la extrae de la visión occidental y se la posiciona dentro de una *cosmovisión andina.* El libro de Estermann *Filosofía Andina*, parece permitir esclarecer esta noción de la soledad mediante la relación del runa andino con su mundo. Estermann (1998) manifiesta que la racionalidad es la manera de concebir la realidad de una determinada forma que permite interpretar la experiencia vivencial del ser humano; el runa andino *siente* la realidad de manera emocional y afectiva, concibiendo simbólicamente al mundo mediante el ritual y la celebración; la racionalidad andina se sostiene por lo tanto, bajo el principio de *relacionalidad* que marca que no puede existir ningún ser carente de relaciones.

Estermann (1998) propone que la *relacionalidad* llega a manifestarse únicamente mediante tres principios secundarios: *la reciprocidad*, entendida como una justicia cósmica, el hecho de que todo acto debe ser recompensado de igual manera; *la correspondencia*, que demarca la armonía de los distintos aspectos de la realidad; y *la complementariedad*, sostenida desde la noción que ningún ser es un ser aislado sino que posee siempre un complemento. Marcando por ello, que estos principios andinos vendrán a sostenerse en el fundamento del todo con el todo.

Toda religiosidad andina, sin excluir a la metamorfosis dado por la simbiosis resultante de la conquista que arraso con la unicidad propiamente andina, se encuentra unida incondicionalmente a los elementos pertenecientes al orden cósmico, todos los elementos propios del cosmos se encuentran en relación con lo divino, a su vez que se encuentran en constante relación entre ellos mismos (Estermann, 1998).

La relación religiosa no es propia ni realizada a partir únicamente del runa andino, en su cosmovisión los símbolos se manifiestan en la realidad y es por esto que sus ritos buscan una eficacia simbólica en lugar de indagar en una eficacia mágica. Estermann (1998) utiliza de ejemplo para esto la realización de ritos respecto a la búsqueda de un favor divino, donde tiene que existir una pre-retribución humana que implique una contribución de una magnitud del favor que se busca conseguir; para así, esperar del derecho vinculado a la reciprocidad una retribución de la misma magnitud.

Por ende, para Estermann (1998) la religiosidad andina se centra en todos los elementos propios al cosmos que se encuentran relacionados con lo divino, al igual que el cosmos se encentra en constante relación con ellos. El concepto de los dioses andinos implica justamente eso, una conexión vital con la reciprocidad, correspondencia y complementariedad; porque, lo divino para los ojos del runa es todo en todo, una *relacionalidad* universal y cósmica.

Seguido de este ejemplo tan vasto respecto a la cosmovisión andina, parece más claro por donde direccionar la noción de una soledad como virtud; pues desde la figura del runa andino, aquél que conoce las reglas de juego de su realidad, se vislumbra que un individuo puede tranquilamente estar solo en compañía del todo, pues el runa andino no pierde su identidad individual. La antropóloga Rosa Elena Yépez (2006/2015) plasma esta idea mucho más clara, al proponer el concepto de identidad respecto a la noción de que el individuo se reconoce como único, en su unicidad, y como igual al resto, en su cualidad de ser humano.

Parece que la respuesta ante la pregunta de qué determina que la soledad desemboque en un peligro o una virtud, respecta al individuo y su relación con el medio ambiente, y en como desde un inicio él forma por su vínculo con un otro los pilares necesarios para desenvolverse dentro de este ambiente, que puede ser percibido por él tanto como un medio peligroso, angustiante o como un medio benigno, saludable.

Por ende, resulta adecuado realizar ahora un breve recorrido diacrónico del concepto para darle orden y sentido temporal a lo expuesto anteriormente. Si se continúa por la vía etimológica se puede llegar a florecer en este determinado contexto, al aportar una brújala de por dónde continuar la trayectoria histórica, si se marca que el primer concepto referente a la soledad se origina en la Edad Media, resulta idóneo remontarse a ella.

Muchink y Seidmann (1998/2004) citando a P. Ariés y G. Duby, marcan que en un primer momento la emergencia de lo privado delimitó en la Edad Media la aparición de nuevos dominios que abarquen a los del individuo. La relación del individuo con su colectividad, era de poder verse excluido y proscripto del espacio colectivo, como también de poder retirarse o abandonarlo. Aquí surge la necesidad de una diferenciación, ya que el individuo que se retira conserva la compañía divina, mientras que el abandonado se encuentra realmente aislado, despojado por su dios.

Por lo tanto, en la sociedad feudal la soledad entramaría dos destinos, como se ha manifestado más arriba, que pueden volver al individuo en un objeto de sospecha o de admiración; encontrando de un lado a la figura del loco que se ahoga en su soledad y por el otro al héroe o místico que nada tranquilo en las aguas de su retiro.

Siguiendo la línea de Muchink y Seidmann (1998/2004), encontramos que en los relatos de la época se encuentran figuras como la del caballero que con su armadura de soledad parte a luchar contra sus enemigos. Aquel valiente caballero que mata dragones y recata damiselas en apuros, y que regresa triunfante con su amada a su comunidad. Empero, aun así en este momento a pesar de la figura del caballero solitario, la soledad seguía siendo, en su mayoría, una posible amenaza contra la supervivencia del individuo. Por ejemplo, en este momento se consideraba una obra piadosa tratar de reintroducir a los solitarios, retirados, excluidos en una comunidad.

Resulta interesante la pregunta por la realidad de los escribían dichas novelas, ¿Qué los motivaba a realizar esas creaciones? Pues en aquellos momentos la realidad del caballero era una muy distinta de la que se plasmaba en las novelas, eran hombres que vivían en comunidades privadas, en soledad con otros caballeros y ante estrictas prohibiciones. Lastimosamente, este tema no encuentra más cabida en esta investigación, por lo quedará relegado para una próxima elucidación.

Prosiguiendo, en los siglos XII y XIII, puntúan Muchink y Seidmann (1998/2004) que gracias a factores sociales y económicos se generó un movimiento en el individuo que lo volvió a una búsqueda por su autonomía personal. Encontrando este fenómeno su expresión, por ejemplo, en los ritos religiosos que implicaban una transformación total del individuo mismo. Es decir, ahora el individuo entra en contacto consigo mismo a través de introspección.

En consecuencia, el espacio de encuentro con los dioses deja de ser un templo y ahora se los halla en una relación más privada con el individuo: el interior. Parafraseando a Foucault (1976/2008) el individuo debe confesar constantemente todo lo que le ocurre, en cuerpo y alma, a su dios o dioses, para que en el movimiento del ritual de introspección se produzca una verdad que hasta ese entonces permanecía desconocida para él. En estos siglos, el lazo entre el individuo y sus deidades era uno de carácter permanente.

En los siglos XIV y XV la concepción de la soledad se verá trastocada, encontrando el individuo la verdad del espíritu ya no en la intimidad divina, sino ahora en el medio colectivo, el rebaño. A su vez, la aparición de la autobiografía como expresión literaria le entrega al individuo un nuevo espacio para su soledad. Empero, todo esto sufre un cambio, y la exigencia por una privacidad que se comienza a reclamar en los siglo XVI y XVII marca la búsqueda de cierto individualismo ante el colectivo. Ahora el individuo deja de lado su colectivo y se limita al círculo familiar, tomando éste el carácter de un espacio de intimidad y seguridad para él (Muchink & Seidmann, 1998/2004).

No se puede evitar marcar cómo a lo largo de la historia cada avance que da el individuo parece ser una reacción de protesta al tiempo pasado. Por ejemplo, en los siglos XVI y XVII se encuentra a un individuo que se limita a su familia, que deja de lado a su comunidad, donde la abundancia en ese sentido parece haber sido un objeto anacrónico para la época; empero, más tarde como reacción protesta en determinados individuos se encuentra, en los siglos XVII y XVIII, un fuerte miedo al vacío, como en el denominado estilo artístico *Barroco*.

En el siglo XIX ya se encuentran nuevos modelos que definen las reglas de juego respecto a la vida social del individuo. Muchink y Seidmann (1998/2004) comenta que esta es una época en la cual el individuo y sus sociedades buscan proclamar un progreso y ante éste su desarrollo comienza a sustentarse en las vías del capitalismo. Empero, a su vez se encuentran figuras de filósofos y pensadores sociales que dan realce a otro tipo de vías para el desarrollo de la sociedad

y de la comunidad ideal, y ante esta nostalgia por ese ideal, la soledad comienza a tomar nuevos matices que le llevan a perfilar en el siglo XX como un problema serio para el individuo, como un síntoma clínico y que la despojan de sus cualidades positivas que en tiempos anteriores permitían las más grandes inspiraciones en el individuo.

¿Qué fue lo que determinó que la soledad se vea dividida de esa cualidad positiva y que esta última sobrevenga en una criptomnesia para el individuo? El psicoanálisis, que es el sustento del segundo y tercer capítulo, permite develar más al respecto ya que aborda a la soledad desde sus diferentes concepciones; empero, ya aquí se muestra una arista del problema, pues la aptitud para estar a solas resulta un inconveniente para la sociedad capitalista, porque el miedo a la soledad es un gran impulso para mantener el ritmo de consumo que este sistema necesita mantener.

Parece correcto finalizar abordando de manera breve la historia de la soledad desde la visión empírica, ya que ésta ha logrado conseguir una mayor aprobación en la actualidad que el modelo psicoanalítico en los espacios de salud, y en consecuencia ha generado que hoy en día algún tipo de cualidad positiva respecto a la soledad resulte ajeno al modelo científico-médico, pues se ha llegado a reducirla a una señal-patológica, encontrándola ahora como una de las condiciones para diagnosticar varios trastornos mentales y del comportamiento en el individuo.

William Bukowski y Marie-Hélèn Véronneau (2014) proponen un recorrido desde la pregunta por la soledad y cuándo ésta se vuelve un tema de interés empírico. Uno de los primeros nombre que salta en el trabajo de Bukowski y Véronneau, es el de Kurt Lewin, psicólogo alemán que se posiciona como uno de los primeros en interesarse de esta menara por la soledad, desde su carácter patológico. Lewin se pregunta por aquellos individuos que se retiran de la vida social, como si fueran extranjeros a ella, los *outsiders*; proponiendo que la soledad debe ser entendida como aislamiento, como un peligro para el desarrollo de la persona social. Ello no resulta tan ilógico al observar que Lewin entendía a la soledad desde las dinámicas de grupo y no como una facultad propia del individuo.

Ante la pregunta por lograr un acercamiento al fenómeno de la soledad desde una visión empírica, Lewin encuentra su sostén en la propuesta de Jacob Levy Moreno: la sociometría, proceso que consistía en métodos relacionados al entendimiento de las atracciones y repulsiones entre los miembros de un determinado grupo; abriendo así el camino para que más tarde, Chess, Thomas y Birch, propongan dos nuevas dimensiones respecto a la capacidad de respuesta de un

individuo: *actividad-pasividad* y *acercamiento-retirada*, intentando con esto poder observar más claramente la relación del infante con su medio y buscar en esta relación los patrones normales donde la soledad resulta en un rasgo de riesgo para el infante; vale puntuar, la soledad entendida como retirada (William Bukowski & Véronneau, 2014).

Continuando con el recorrido de Bukowski y Véronneau (2014), se pueden tomar como ejemplo las figura de Cairns, etólogo, que plantea a la soledad como un comportamiento, una retirada del medio, y las de Rubin y Mills, que proponen dos dimensiones respecto a la soledad como retiro: *actividad pasiva solitaria* y *juego activo solitario*, logrando diferenciar entre el retiro que sería propio de la persona tímida y el aislamiento que viene a ser el resultado de ser rechazo, de ser incapaz de entrar a un grupo.

Los ejemplos utilizados por Bukowski y Véronneau, permiten observar cómo esta visión empírica de la soledad limita este concepto a términos de una conducta de retirada-huida. Lazare Mijuskovic (2012) expresa ante esto, que si los empiristas estarían en lo correcto respecto a la soledad como algo solamente propio a las manifestaciones corporales, a las conductas de aquel que es tímido y de aquel que se aísla, resultaría en una imposibilidad para poder explicar cómo el individuo puede llegar a *sentirse* solo en un lugar lleno de gente o cuando está con otros... pues esto escapa a los ojos de los atentos observadores psicólogos empíricos.

1.2. Definiciones

Este apartado pretender ser un resumen del recorrido realizado en la sección anterior, puntualizando las diferentes definiciones que la soledad ha tenido a lo largo de la historia. José Clemente en su libro *Historia de la soledad* expone que “La soledad (...) necesita rostros. Sin rostros no hay soledad, como tampoco habría amor” (1969, pág. 1). Por lo que, este breve recorrido para elucidar los matices de la soledad se sostuvo en el objetivo de presentar un cuerpo de determinados autores que permita ejemplificar como el concepto ha ido adquiriendo a lo largo de su historia este carácter diverso. Es decir, más que proponer una evolución del concepto se lo busca evidenciar como polisémico.

El trabajo realizado por Mijuskovic (2012) sirve de ejemplo para ilustrar un intento respecto a una categorización de la soledad en cuatro tipos: *soledad física* que consiste en la cualidad objetiva de *estar* solo, encontrarse en la realidad exterior sin la presencia de otros; *desamparo*

definido como un estado mental que está condicionado por el sentimiento de ser rechazado por los otros; *aislamiento*, donde la premisa principal es el reconocimiento racional de que el ser humano enfrenta condiciones de su existencia en su relación con los otros, de las cuales él no puede cambiar nada; y *soledad*, la cual se caracteriza por el estado en la condición humana de poder estar a solas sin la angustia por el desamparo o el aislamiento. Y pues, se podría seguir enumerando diferentes tipos de soledades, empero este no es el caso de esta investigación; si lo es más, el responder a lo que lo enunciado anterior la enfrenta: ¿Con qué tipo de soledad se va a trabajar?

Antes de esto, a manera de resumen se puede exponer que la soledad está sujeta a una constante dualidad en las manifestaciones humanas, que en ocasiones la lleva a tomar un carácter ambivalente mostrando su cualidad polisémica para el individuo; y así, para lograr una mejor claridad respecto a este tema se puede esquematizar como sigue los tipos de soledad que hasta ahora se han expuesto:

Interno	Externo
Sentir	Estar
Peligro	Virtud
Estigma	Prestigio
Impuesta	Voluntaria
Retirada	Acercamiento
Ausencia	Presencia
Pasividad	Actividad
Pérdida	Ganancia

Retomando a la pregunta por el tipo de soledad a trabajar, se toma la parábola de los puercoespines de Schopenhauer (1851/2006) a manera de una respuesta analógica. El relato inicia un gélido día de invierno, cuando por el frio extremo los miembros de la sociedad de puercoespines buscaron un acercamiento que les permita prestarse calor; descubriendo que en realidad al acercarse no tardaban en sentir las púas de los otros y por lo tanto en retroceder ante el dolor. Cuando la necesidad de calentarse fue mayor los hizo volver a intentar una proximidad entre ellos, hallando el mismo resultado que la primera vez y por un instante comenzaron a circular en este movimiento entre ambos displaceres producidos por el frio y las púas. Empero, tras un momento en este movimiento se percatan que encontrando un distanciamiento adecuado se permitían la mayor satisfacción posible.

En el símil expuesto se observa como tanto la aproximación y la distancia en una determinada magnitud resulta en un hecho displacentero para el individuo. Es decir, "ninguno soporta una aproximación demasiado íntima de los otros" (Freud, 1921/1992, pág. 96), ni una separación total de ellos.

En conclusión, el tipo de soledad utilizado en esta investigación se remite tanto a lo público como a lo privado, a lo externo como a lo interno, al acercamiento y al retirada; por lo que, se propone este tipo de soledad como una tópica, por su cualidad estructural en la constitución del individuo, intermedia en el desvalimiento y dependencia de los primeros momentos de vida del pequeño, que gracias a unos adecuados cuidados por parte de sus figuras primarias, él logra formarse la creencia de un medio ambiente benigno que lo dota de seguridad y que más tarde le permite oscilar entre una relación con sí mismo y con su mundo; es decir, ahora él puede estar solo en presencia de otros. A esto se lo denomina: *la aptitud para estar a solas.*

CAPÍTULO II. LA SOLEDAD DESDE EL PSICOANÁLISIS

2.1. La soledad desde el psicoanálisis

Él solo, fuera del círculo de todo vivir, está, siendo final y comienzo, razón y letra inicial.

(Silva, 1926/2012, pág. 113)

El recorrido por las diversas manifestaciones que ha tenido el concepto de *soledad* en la humanidad permitió postular varios tipos, entre ellos el propuesto en esta investigación: la aptitud para estar a solas; logrando con ello, perfilar el destino de este concepto dentro de un paradigma psicoanalítico, principalmente desde la teoría de D. Winnicott.

Parece correcto aclarar que esta investigación no busca promover el reduccionismo sobre las causas y consecuencias que en ella se exponen, ya que sólo es una aproximación, de las muchas que hay y pueden haber, respecto a la soledad como una aptitud que cumple una función constitutiva en el individuo. Empero, para evitar malos entendidos se expone de manera breve por qué se optó por el modelo psicoanalítico para el desarrollo de este estudio.

Una investigación de la soledad desde la perspectiva psicoanalítica es apropiada, y sobre todo útil, dado el gran énfasis que ha puesto esta teoría en la vital importancia que tiene los primeros momentos de vida del individuo para su devenir futuro, desarrollando vastos estudios que aquí solo se toman algunos por la limitación de páginas, donde se examina la compleja interrelación entre el individuo y su mundo, sin descuidar sus exigencias de espíritu y necesidades del alma.

Por último, vale postular una posible dificultad que presenta el modelo psicoanalítico para este tipo de investigaciones, que se basa en las vastas divergencias que existe entre los autores post-freudianos que pueden llevar a que una aproximación de este tipo sea algo confusa; empero, se intentó ser lo más claro, usando los propios términos de cada autor cuando se trató con cada una de sus teorías, y así en lo posible evitar un uso indiscriminado de los términos, como se suele hacer en la mayoría de estos escritos.

Freud en ningún momento de su teoría habla de la soledad como se la propone en esta investigación, desde el paradigma freudiano la soledad es un fenómeno maligno ante el cual el

individuo debe protegerse y evitar, a toda costa, caer en él. Esto es evidente, por ejemplo, cuando Freud desarrolla su teoría respecto a la angustia.

En *Inhibición, síntoma y angustia* (1925/1992) se postula que el factor determinante para la angustia es una situación traumática, y esta es, esencialmente, una vivencia de desvalimiento del yo frente a una acumulación de excitación, ya sea de origen externo o interno, que aquel no puede tramitar por sí solo. Empero, también aquí se desarrolla este concepto en relación con una señal, entendida ésta como una respuesta del yo ante la amenaza de una situación traumática; es decir, una amenaza que constituye una situación de peligro para el individuo.

Siendo los peligros vastos como sus situaciones, es necesario proponer un terreno común entre ellos, y así, salta a la vista como la separación y pérdida de un objeto amado, o la pérdida de su amor, entran en juego en todas estas situaciones que llevan a una acumulación de tensión, y por ende, a una situación de desvalimiento del yo frente a sus corrientes pulsionales.

La angustia, en consiguiente, puede ser definida como un estado displacentero particular que es producto de la acumulación tensional y que conlleva a tomar acciones por parte del individuo para producir su descarga a través de diversas vías. Es decir, la tensión que no sea descargada se transformará en angustia. Por ende, en la angustia el factor físico se encuentra involucrado desde un inicio, y es por lo tanto en primer término: algo sentido, para luego tras el paso por varias situaciones traumáticas o angustiosas, ser reproducida por el individuo, automáticamente, como un estado ante situaciones similares a aquellas pasadas (Freud, 1925/1992).

Para Freud (1925/1992), las manifestaciones de angustia que se dan a lo largo de la vida de un individuo, por lo tanto, son la reproducción de una huella mnémica preexistente como un estado afectivo sostenido en las sedimentaciones de vivencias traumáticas anteriores incorporadas a la vida anímica, que en situaciones similares, despiertan como símbolos mnémicos que el individuo siente a manera de angustia.

De modo que, la angustia encontraría un posible origen en los primeros momentos de vida del individuo, cuando su desvalimiento es total, siendo toda reproducción de una experiencia similar un factor que nutre este estado en el individuo; es decir, desde esta perspectiva toda angustia, de desvalimiento, de castración, es angustia de separación, producto de ese primer instante cuando el individuo era un *Uno* con su medio. Por lo que, en ambos casos, donde la angustia se presenta

como automática o como señal, se demuestra como ella es producto del desvalimiento psíquico del individuo que en un inicio es correspondiente a su desvalimiento biológico.

La madre que en un primer momento había calmado todas las necesidades del feto mediante los dispositivos de su cuerpo, también luego del nacimiento debe continuar con esta función a través de otros medios. Así ella que satisface al bebé, deviene en la primera protección frente a todos los peligros indeterminados que amenazan al pequeño. Se podría decir, que la madre es la primera protección contra la angustia y que el bebé autoerótico se encuentra completamente desvalido ante el destino materno (Freud, 1905/1992).

Empero, a su vez el bebé y la madre conforman una unidad que amenaza, desde su inicio, al bebé con una inevitable separación, y esto no sería de otro modo que sentido con gran angustia por su parte. En consecuencia, el pequeño debe aprehender a ser un individuo, y es en este proceso cuando puede caer presa de fenómenos tan hostiles como la soledad.

En *Introducción al narcisismo* (1914/1992) el concepto de narcisismo primario se presenta como la herramienta fundamental que permite que el individuo pase de un *Uno* a un dos, del autoerotismo al amor de objeto. En su comienzo el individuo debe ser egoísta para poder sobrevivir; vale decir, que necesita de toda la energía en su interior para poder sobrellevar sus primeros momentos de vida, empero cuando esta acumulación ya llega a cierto nivel de tensión que no resulta gratificante para él debe empezar a amar, con toda la agresión que implica en aquellos momentos tan primitivos de la vida, a otro para evitar caer enfermo.

En otras palabras, el individuo en el estadio narcisista toma noción parcial de sí mismo, de su cuerpo, y esto gracias a un otro, a la madre que nutre y construye junta a él ese reflejo para amar, mediante un cuidado continuo que permite el acumulo de libido narcisista que llegada a un grado resulta insoportable y lleva a investir al objeto. Es decir, el individuo debe evitar la tan atroz zambullida de Narciso encontrando un objeto para navegar en el turbante mar que en aquel momento es su vida pulsional.

El movimiento del estadio narcisista hacia la elección de objeto y la dinámica que la libido cumple en su desarrollo conllevan a uno de dos posibles resultados. El tipo *narcisista,* donde el yo es reemplazado por otro que se le parece en todo lo posible, o el tipo de *apuntalamiento,* donde las personas que han adquirido valor por haber satisfecho las otras necesidades de la vida son escogidas como objeto por la libido. Siendo así, un rasgo característico en el individuo el

defenderse contra su estado unitario primario, contra su soledad esencial, creando nuevas ataduras que vayan más allá de su yo, en objetos que sean lo más parecido posible a él o que sean símbolos de los primeros templos que satisficieron sus necesidades (Freud, 1914/1992).

Por lo tanto, existe una cualidad inherente en el individuo que lo impulsa a relacionarse, a separarse, a defenderse de su soledad entendida ésta como un estado primitivo de totalidad, símil del estadio autoerótico primario, donde se podría decir que el bebé se basta a sí mismo en la medida que haya otro que le permita hacerlo; empero, como todavía no lo reconoce se afirma que está solo aún sin saberlo.

Freud (1930/1992) propone que el lactante en un inicio aún no separa su yo de un mundo exterior como fuente de las sensaciones que le afluyen; esto, él aprehende, no por sí solo, a hacerlo poco a poco. Freud escribe "originariamente el yo lo contiene todo; más tarde segrega de sí un mundo exterior." (1930/1992, pág. 68).

En un inicio el bebé por su remolino pulsional cae preso de diversas fuentes de excitación y el seno materno, la madre, es quien acude a su rescate satisfaciendo la necesidad. Empero, no hay mal que por bien no venga y ante esto el bebé anhela el regreso de aquello que atempero su salvaje naturaleza, porque ahora ante su partida él lo siente como sustraído y que sólo puede volver a recuperarlo mediante un gran gasto energético, pataleando, llorando, gritando: haciendo un berrinche. De esto modo, por primera vez se contrapone ante el individuo, lo que le es de afuera y lo que le es de adentro, y lo que es *yo* de lo que es *otro*.

En *Pulsiones y destinos de pulsión* (1915/1992) se expone los conceptos de *adentro* y *afuera* como inherentes en el individuo, proponiéndolos a partir de una concepción fisiológica, enmarcada dentro un esquema reflejo, que permite una diferenciación entre los conceptos de *estímulo* y *pulsión*; entendiendo al estímulo como aquello aportado al tejido vivo desde afuera y que es descargado hacia afuera mediante una acción, y a la pulsión como aquello que proviene del interior del propio organismo y que está en busca de una descarga que produzca mediante una acción la satisfacción.

Entonces para Freud (1915/1992), el organismo se presenta como un aparato al que se le está deparada la función de liberarse de los estímulos que le llegan, ya sea del interior o exterior, y de rebajarlos al nivel mínimo posible. El organismo es un aparato que, de ser posible, busca conservarse libre de todo estímulo; empero, debido a la pulsión esto no le resulta posible, dado

que ésta plantea exigencias más elevadas que lo mueven a actividades complejas, encadenadas entre sí, que buscan modificar el mundo exterior lo suficiente como para lograr la satisfacción de la fuente interior del estímulo; por lo que, debido a la amenaza interna de un incremento de tensión pulsional, el yo del individuo segrega todo aquello que pueda devenir fuente de elevada tensión y opta por diversos mecanismos para librarse de ello.

Así, en el yo del individuo nace la tendencia de arrojar hacia afuera determinados montos de carga pulsional que en su interior resultan una amenaza para él, originando un procedimiento en el cual se *proyecta* todo aquello que es una amenaza, para poder huir o destruirlo en el ataque. Y a su vez, en dicho proceso se marcan las bases para una distinción entre lo interior y exterior (Freud, 1930/1992).

Mundo e individuo se edifican mutuamente en la paradoja donde el individuo tiene un papel fundamental en la creación de su mundo y a la par el mundo es una pieza clave para que se pueda dar la conformación del ser en un individuo. Al inicio hay tanto *yo* como hay tanto *otro* para notarlo.

El individuo crea su mundo a manera de una identificación, logrando con esto distinguir su yo de un objeto y acreditarse para poder experimentar la pérdida de éste. “Pero quien conozca la vida anímica del hombre sabe que no hay cosa más difícil para él que la renuncia a un placer que conoció.” (Freud, 1907/1992, pág. 128), por lo que él no puede renunciar y permuta una cosa por otra. Lo que puede aparentar ser una renuncia no es más que un sustituto o un subrogado, el bebé no renuncia a su madre y ahí está la gran importancia del objeto.

El objeto en la vida anímica del individuo cuenta como modelo, auxiliar y enemigo, y es por eso que desde el comienzo mismo la psicología individual es a su vez psicología social (Freud, 1921/1992). Esta premisa parece entrar en oposición con los procesos denominados narcisistas; empero, como anteriormente se ha expuesto, si el individuo toma su propio cuerpo como destino de satisfacción pulsional es porque un otro, su madre, en un inicio a nutrido esa imagen para que el niño ame a ese reflejo como si fuera su verdadero yo.

Retomando los dos tipos de procesos que se efectúan tras el estadio narcisista en las primeras identificaciones, con la madre que se desea *tener* y con el padre que se desea *ser*, se observa cómo el individuo evita la pérdida inherente en un movimiento constante por una búsqueda de un pasado en el futuro.

La transferencia resulta ser en un concepto ideal para ejemplificar este movimiento constante del individuo entre pasado y futuro. Freud (1916/1991) define a la transferencia como un proceso inherente en el individuo, en el cual sus afectos se movilizan de un lado a otro, siendo un tipo de desplazamiento, principalmente de las figuras primarias de la vida del individuo hacia la figura de un otro u otros.

Freud expone que "los efectos de las primeras identificaciones, las producidas a la edad más temprana, serán universales y duraderos" (1923-1992, pág. 33). Entonces, se puede replantear el concepto de transferencia y proponerlo como una de las formas más claras de amor, donde el individuo desde su infancia arma un modelo que busca reeditarlo en sus demás relaciones futuras; evidenciando en este proceso, la relación primaria entre los conceptos de identificación y transferencia en la teoría freudiana.

El individuo abocado a sus pulsiones, a su amor primitivo que es más agresivo que tierno, no encuentra otra salvación que el amor por lo ajeno, que el amor por los objetos, siendo las relaciones entre los individuos una construcción de los impulsos pulsionales que descarga la libido hacía los objetos, en un inicio apuntando a la satisfacción vital, empero nunca dejando de ser apuntalamiento para las pulsiones de carga erótica, y es por esto que más tarde se escoge como primeros objetos de amor a las personas que participaron en dicho devenir pulsional. Para Freud "solamente el amor ha actuado como factor de cultura en el sentido de una vuelta del egoísmo en altruismo" (1921/1992, pág. 98).

En la búsqueda por una explicación por este impulso del individuo de dejar de ser *Uno* y llegar a ser dos, para luego ser una comunidad, una sociedad, etc., Freud (1921/1992) trabaja el concepto de *instinto gregario* como una analogía de la prosecución de carácter pluricelular, que en términos de la teoría de la libido es otra expresión de la tendencia de todos los seres vivos de la misma especie a formar unidades cada vez más grandes.

Resulta adecuado indagar en esta propuesta de un instinto gregario más a fondo, ya que a pesar de que exista este impulso en el individuo por la formación de unidades cada vez más amplias, éste no pierde noción de anteriores unidades, teniendo en cuenta de lo que se observa en la masa, donde el individuo pierde parte de esa cualidad y se vuelve uno con ésta, empero nunca deja de ser un individuo a pesar de formar parte de ella.

Por lo que, la analogía de Freud con la bipartición celular no guarda mucha relación dado que cuando una célula se divide el producto de esto, las nuevas células, es uno idéntico, y este no es el caso con el bebé que se independiza de su madre; pues no es una copia idéntica de ella. Por lo que el instinto gregario caería ante la paradoja que genera que el individuo por un lado busque, se impulse a otros, y a su vez posea los recursos necesarios para guardar una separación de ellos.

Cada individuo es miembro de muchas masas, tiene múltiples ligazones de identificación y ha edificado sus ideales según los más diversos modelos, habilitándose para participar en el amor de pareja, en una protesta, en ritos religiosos, etc., y aun así, lograr elevarse por encima de ellas por su autonomía y originalidad. El ser humano no es un animal gregario, como usualmente se lo denomina, para Freud (1921/1992) es un animal de horda, porque no se puede dejar de lado la existencia de un conductor o un líder, que puede ser un concepto, al cual se sigue fielmente.

Esto evidencia la notable relación vertical entre el individuo y un otro, y permite afirmar que el bebé en un inicio está en un estado de pleno desvalimiento, y ante tal estado, la madre conductora que sin perder su total autonomía, pues el bebé en un inicio *es uno* con la madre y la madre en su identificación es *como una* con el bebé, puede cuidar y dedicarse plenamente a él sin dejar de cumplir el resto de sus funciones y sin perder su interés por los demás objetos de su medio. Sería inimaginable una madre que sea una con su bebé, qué destino atroz le depararía a ese ser.

El compromiso entre los dos enamorados por un fin para su satisfacción sexual, al ser un desarrollo de esta masa de a dos, evidencia el propósito esencial de la pulsión de vida: “convertir lo múltiple en uno” (Freud, 1930/1992, pág. 105). Las dos personas enamoradas se bastan en su satisfacción y buscan estar a solas entre ellas, y así, la pulsión de vida al alcanzar su propósito y no querer ir más allá, se vuelve en una gran amenaza para el desarrollo de la sociedad (Freud, 1921/1992).

Debido a ello, la sociedad va a usar todos los medios que están a su alcance para establecer fuertes identificaciones entre los individuos y evitar que su libido se estanque en un solo objeto, abocándolos a domeñar su pulsión y aprender, en el nombre de la especie, a movilizar libido de meta inhibida a fin de fortalecer los lazos comunitarios (Freud, 1921/1992). Por lo que se puede afirmar, que la cultura se sostiene en la inhibición de las pulsiones y es por esto que está en una constante amenaza de destrucción. Ejemplos para esto nunca faltan.

El individuo para poder ser un ser social le es preciso trasladar sus metas pulsionales de tal suerte que no puedan ser alcanzadas por la denegación del mundo, y ante esto la sublimación de sus pulsiones le permite encontrar un tipo de auxilio, lo cual resulta muy necesario si se desea ser civilizado y no solitario desde el sentido freudiano de la palabra; logrando así el individuo en sus heroicas hazañas culturales, escapar de tal estado primitivo de aislamiento y poder relacionarse con los otros.

La domesticación del fuego le permitió al individuo el poder calentarse y cocinar sus alimentos, y a su vez lo llevó a percatarse, poco a poco, que su sombra no era tan peligrosa como él al principio la creía ser, y que esos seres que eran temibles y peligrosos, ante la nueva luz se iban transformando en seres bondadosos y similares. Así, el individuo comenzó a tener más seguridad en sí mismo como en su medio circundante, y como el bebé que se percata de su alrededor, pudo comenzar a explorar y conocer tanto su mundo interior como exterior, y sobre todo pudo dejar de estar solo (Freud, 1930/1992).

En conclusión, la soledad en Freud se halla relacionada con las primeras experiencias de angustia, entendidas como amenazas de separación, donde la huella mnémica de éstas funge como prototipo para las demás manifestaciones de angustia en el individuo. Y es por esto, que en el paradigma freudiano la angustia emerge ante las situaciones de soledad y oscuridad, ambas situaciones que implican separación.

La angustia entendida a partir del desvalimiento inherente a los primeros momentos de vida del individuo, cuando se encuentra abocado a su torrente pulsional, donde la soledad se presenta como un doloroso anhelo por el estado primario perdido; es entonces, angustia de separación, que impulsa al individuo a ser participe en un constante movimiento de separación-reencuentro que le permite mantener en equilibrio sus pulsiones; logrando así en el mar apaciguado, flotar en lugar de ahogarse en las profundidades de su naturaleza primitiva (Freud, 1917/1992).

2.2. La angustia por separación de Bowlby

Bowlby en su texto *La angustia por separación* (1960) define a la angustia como la reacción ante el peligro de perder al objeto que permite, por el proceso que desencadena en el individuo, edificar un modo de defensa para tratar dicha amenaza; incluso este autor va a ir un poco más allá de esta noción y va a desarrollar una teoría de la *angustia primaria*, entendida ésta como una

respuesta primaria irreductible a otros términos, que se manifiesta por la ruptura de la diada madre-hijo.

El bebé, desde esta lógica, antes de su nacimiento está vinculado a su madre por un número de sistemas de respuesta instintuales, mismos que favorecen para lograr su supervivencia en el medio; por ejemplo, momentos después del nacimiento las condiciones de aislamiento en el bebé tienden a activar su llanto (Bowlby, 1960). Por lo que, la angustia puede a su vez ser entendida como una experiencia vital, que si alcanza un determinado grado de intensidad, activa determinados mecanismos en el individuo para defenderse contra ella.

El concepto de *instinto* en esta teoría es definido a partir de la ontogenia del individuo, relacionándolo con estos sistemas de respuesta que son característicos de cada especie y que por tanto son específicos de ella; proponiendo así, un modelo básico del comportamiento instintivo que se basa en una unidad que contiene un patrón de comportamiento específico de una especie determinada, y que se encuentra regido por dos complejos mecanismos que controlan y terminan su activación (Bowlby, 1957/1986).

El comportamiento no cesa por una energía agotada o descargada, sino por los mecanismos de activación y terminación que controlan la vida instintiva del individuo, y que en un inicio pueden ser generales y más tarde restringidos por proceso del aprendizaje. Los patrones de conducta no están libres de la influencia del medio y van a atravesar determinados periodos sensibles en su desarrollo, durante los cuales algunas de sus cualidades pueden determinarse de forma permanente o casi permanente en el individuo.

Por tanto, el instinto apunta al hecho de que cualquier patrón de comportamiento que resulte ventajoso para la especie debe perpetuarse en la evolución sobre aquellos que por el contrario, resultan en una amenaza para su supervivencia, para que tras el transcurso de las generaciones, como por herencia arcaica, estos puedan perdurar en la especie.

Algunos de los patrones de comportamiento específicos de la especie humana son la sonrisa, el llanto, el mamar y extender los abrazos. Si se toma la sonrisa para ejemplificar estos patrones descritos por Bowlby (1957/1986), ésta debe ser definida como un desencadenante social, donde una de sus funciones es la de provocar en la madre un comportamiento maternal, activarlo, que el componente motor evidencia; por ejemplo, cuando la madre se acerca al pequeño y él sonríe,

pues uno de los estímulos que genera la sonrisa del lactante consiste en una gestalt visual que es el rostro humano, y luego mucho más restringido, el rostro materno.

En este punto, en el cual el bebé se ha acostumbrado a un rostro determinado, el primer rostro, valdría preguntarse si el bebé ve a su madre o se ve a sí mismo, empero, este no es el lugar para dar una respuesta. Este primer rostro, como ejemplo de los varios patrones de comportamiento y uno de los periodos sensibles por los cuales el individuo puede atravesar, permite formular que al inicio el individuo es a un grado muy intenso dependiente de los otros, en principal de su madre.

La noción del rostro como una gestalt visual cada vez más complicada se puede ejemplificar como sigue: en un inicio el niño por su patrón conductual distingue el rostro humano y sólo más adelante por unos buenos cuidados por parte de una persona determinada, comúnmente la madre, ese rostro humano toma identidad, y ahora distingue igual un solo rostro, empero, uno con mucho más valor para él: el rostro materno. Luego por la edad de un año, ya otras personas que igual cumplen la función del cuidado del bebé comienzan a adquirir importancia para él; y así, reconoce el rostro del padre o el de la abuela. No obstante, habitualmente queda una preferencia marcada por una persona particular (Bowlby, 1957/1986).

Por lo tanto, en un inicio el bebé está completamente apegado a la madre y cualquier amenaza contra este vínculo será para él desencadenante de angustia. Así, la soledad desde la teoría del apego es un concepto muy similar al de Freud, ya que ambas, a su manera, son una propuesta de la soledad relacionada a la angustia por separación.

Bowlby (1961/1986) realizó un experimento para solidificar su propuesta respecto a un periodo inicial en la vida donde el individuo está completamente apegado a la madre, el cual consistió en la observación continua de un bebé de un año y tres meses de edad, expuesto a varias situaciones de separación con su madre; misma que término cuando el bebé tenía dos años y seis meses de edad, y que le permitió a Bowlby proponer una secuencia que presentarían la mayoría de bebés que posean una adecuada relación inicial con su madre al ser separados de ella.

La secuencia de comportamientos ante la separación de la madre se inicia con la *fase de protesta*, que puede durar horas o días, durante la cual el bebé se manifiesta realmente preocupado por la pérdida materna, y realiza todo lo que este a su alcance para poder recuperarla. Se puede observar como el bebé solicita furiosos, colérico, en llanto que vuelva su madre.

Transcurrido un tiempo, llega la *fase de desesperación*, donde el bebé aparenta más tranquilidad ante la ausencia materna debido a que sus esperanzas se están marchitando poco a poco; empero, resulta evidente que se halla tan preocupado como antes. El bebé puede llorar monótonamente por periodos, puede mostrarse inactivo o retraído; resultando muy común que se altere entre ambas fases, que la esperanza se torne en desesperación y ésta en renovada esperanza (Bowlby, 1961/1986).

Finalmente, tiene lugar el cambio más importante: el bebé llega a la *fase de desapego*, de modo que cuando la madre vuelve a buscarlo él se muestra curiosamente desinteresado por ella. Esto no es señal de alarma, sino una señal de recuperación (Bowlby, 1960); pues arribado este momento y tras una serie de experiencias de este tipo, el pequeño gradualmente ha comenzado a independizarse de su madre y se ve impulsado a conocer su mundo, que ahora va mucho más allá de ella.

La soledad desde la teoría del apego es una experiencia de angustia por separación que lleva al individuo a un constante movimiento para evitar revivir sus experiencias de pérdida, donde la angustia es una respuesta primaria que activa patrones de comportamiento específicos que permiten la supervivencia. Así, el conflicto de la humanidad consiste en que en cada día de la vida del individuo, él descubre que si toma un determinado curso de acción ha de renunciar a otros que también desea seguir, develando la imposibilidad de poder comerse el pastel y seguir teniéndolo (Bowlby, 1956/1986).

2.3. Sobre el sentimiento de soledad de Klein

El sentimiento de soledad propuesto por Klein puede ser definido como el efecto del ubicuo anhelo por el inalcanzable estado primario de completud interna del individuo, que lo lleva a sentir nostalgia en varios momentos de su vida por ese pasado quimérico, o más grave aún, a sentirse como un ser abandonado ante un mundo extraño y hostil que en cualquier momento puede llegar a destruirlo (Klein, 1963/1993).

Klein (1963/1993) relaciona el sentimiento de soledad con un sentido interno en el individuo que lo lleva a *sentirse* solo, excluyendo la noción más objetiva de éste, el *estar* a solas en el espacio físico; es decir, que sin importar las características externas del medio, el individuo puede llegar a estar solo en el sentido de un sentimiento de anhelo por una experiencia anterior.

La soledad kleiniana será el retoño de la pérdida fundamental que paga el individuo por su privilegio de estar vivo, porque desde su nacimiento tiene que enfrentarse ante una realidad que consiste en recurrentes experiencias de perder y reencontrar. Para Klein (1937/1996) la índole misma de la primera ligazón afectiva del bebé con la madre va impulsar a éste a separarse de ella; y a su vez, la madre con sus cuidados, que consisten en frustrar y satisfacer en un equilibrio determinado, va a contribuir para que él pueda alcanzar esta independencia con seguridad.

La relación primaria del bebé con su madre consiste en una adaptación total, que se asemeja a lo que podría definirse bajo el término de *fusión*. En este estado de completud el individuo experimenta algo *único*, que puede ejemplificarse por un estado de entendimiento total que va antes, y más allá, que la palabra; donde el ser es *Uno* con su medio (Klein, 1963/1993).

"Nuestra madre desempeña un papel duradero en nuestra mente porque ella fue la que primero satisfizo todas nuestras necesidades de autopreservación y nuestros deseos sensuales, proporcionándonos seguridad" (Klein, 1937/1996, pág. 311), y también porque fue la misma que en sus inicios los frustró. Las primeras gratificaciones y frustraciones que le da la madre al bebé, la vuelven su primer objeto de amor y odio, y esto va a aportar para configurar su proceso de independencia con ella.

Es decir, la necesidad se produce en el pequeño y la madre acude a su satisfacción, satisfaciendo tanto la necesidad de nutrición como el placer sensual en aquello que acompaña a su acción, como cuando todo el sector de la boca se ve estimulado al succionar el seno (Klein, 1937/1996). Por lo que, tras el momento de satisfacción se marca un estigma en el bebé, la huella mnémica queda prefigurada, y cuando vuelva la necesidad y no sea inmediatamente satisfecha, o lo sea pero no pueda igualar al placer quimérico de tan anhelado pasado, despertará en él las más agresivas fantasías ante el objeto que en un inicio calmo su deseo.

En consecuencia, la madre posee la función de impulsar a una separación gradual entre ella y el bebé, siendo la primera que lo satisface y lo frustra, y en estas primeras experiencias, aquella que le permite apropiarse de su independencia y comenzar a alejarse para empezar a dirigirse hacia otros objetos del mundo (Klein, 1928/1996).

Empero, la misma naturaleza primitiva del yo impulsa al bebé desde un inicio a tomar partida en este proceso de separación entre él y su madre. El yo, como un jinete condenado al destino de

un caballo salvaje, en un inicio se encuentra domeñado por sus pulsiones y no encuentra otra salida que escindirse (Klein, 1937).

Klein (1963/1993) propone el concepto de *posición esquizo-paranoide*, para denotar el conflicto que desde el inicio de la vida aboca al yo del bebé a un pugna pulsional que lo impulsa a escindirse y a usar sus mecanismos más primitivos: la *proyección* y la *introyección,* para librarse de parte de su pulsión de muerte, ceder parte de su pulsión de vida e incorporar lo bueno y lo malo; garantizando así, su supervivencia y la de sus objetos ante un medio tan hostil como lo es el yo en sus inicios.

La angustia por lo tanto, en este momento se encuentra apuntalada en dos factores, el primero que respecta al miedo de que los objetos buenos, y con ellos el yo, sean destruidos, que impulsa al yo a escindirse y tomar medidas desesperadas para por salvar a sus objetos de amor internos y externos (Klein, 1935/1996). Y el segundo, que se relaciona con el miedo ante un posible ataque por parte del medio hostil, que es el reflejo de la propia hostilidad interna del individuo, mismo que "en consecuencia teme ahora un castigo que corresponda a su ataque" (Klein, 1928/1996, pág. 194). El bebé que succiona con voracidad el seno, teme que éste lo devore en retaliación.

En sus primeros momentos de vida el individuo se encuentra abocado a un círculo vicioso, donde la angustia lo impulsa a destruir a sus objetos y en su accionar teme la retaliación de los mismos, porque han sido edificados de la propia fuente que lo llevó a atacarlos, produciendo angustia en él, misma que utilizará como fuente de impulso para un siguiente ataque; y así, el circuito se repite.

La única manera de romper este círculo es con la vuelta del egoísmo en altruismo impulsada por el amor (Freud, 1921/1992). Klein (1946/1996) es muy clara al puntuar que desde el inicio no solo la pulsión de muerte será lo que se proyecte, sino también partes del *Eros* que serán de vital importancia para que el bebé puede integrar su yo y los objetos que ha escindido por temor a su destrucción. Y así; "los sentimientos de amor y gratitud surgen directa y espontáneamente en el niño, como respuesta al amor y cuidado de su madre" (Klein, 1937/1996, pág. 314); por lo que, si el niño logra implantar dentro de sí una madre afectuosa, que lo cuide, lo ame, obtendrá una influencia muy beneficiosa para el resto de su vida, permitiéndole mitigar su sentimiento de soledad y poder estar a solas sin caer en angustia.

El ser amado por la madre debe probarle al pequeño que él y que sus impulsos agresivos no son tan destructivos como los siente ser, para lograr atemperar, con las continuas experiencias de amor que ella le brinda, este círculo vicioso reinado por la agresividad primitiva, volverlo menos hostil y así colaborar para que el pequeño entre en un nuevo círculo, donde su pulsión de vida se dirige hacia los objetos benignos y mentores, que ahora él se ve impulsado a cuidar y amar como en un inicio estos objetos, ahora introyectados, lo cuidaron y amaron a él (Klein, 1937/1996).

A su vez, por este mismo proceso ahora los objetos externos al ser impregnados por esta nueva luz comienzan a tomar una forma más bondadosa, desarrollando en el niño un sentimiento de seguridad que le permite tener mucha más confianza en él y en su mundo. El niño con una mayor confianza, producto de su amor y del amor del medio, comienza a integrarse y con él sus objetos, pues ya no hay necesidad de escindirse (Klein, 1937/1996).

La *integración* del yo y del objeto le permite al bebé reconocer por primera vez a su madre como una persona total, quien es la misma que lo satisface y lo frustra, y esto lo enfrenta contra la ambivalencia, naciendo en él nuevos sentimientos, como el duelo y la culpa, al comprender el daño que ha ocasionado en sus ataques de odio a su objeto de amor (Klein, 1935/1996). El termino *posición depresiva* será el que denomine este proceso en el desarrollo del individuo, donde la integración lo lleva a percatarse que ha perdido a su objeto de amor y a sentir esto con mucha pena.

Para Klein (1940/1996) todas las experiencias de gratificación que el niño vive en la relación con su madre son pruebas para él de que sus objetos amados no han sido destruidos en sus ataques, y de que éstos más tarde no volverán en busca de retaliación. Estas experiencias ayudan al niño, paso a paso, a salir airoso de la posición depresiva.

El amor dado por la madre permite que el niño comience a percatarse de que el objeto ha prevalecido a sus ataques y que por tanto busque enmendar el daño causado; por lo que, si en un inicio el odio hacía el objeto fue capaz de destruirlo, ahora el amor por él tal vez pueda repararlo (Klein, 1940/1996).

La *esperanza* para Klein (1957/1993), por lo tanto, es aquello que le permite al niño atravesar la posición depresiva satisfactoriamente, al estar sustenta en el conocimiento inconsciente de que tanto el objeto interno como el externo no son tan malos como se los sentía en sus aspectos escindidos, posibilitando que el objeto mejore en la mente del niño, que ya no lo sienta como

destruido, y con ello atenuando el peligro de que éste pueda serlo en un futuro. Todo esto gracias a la mitigación del odio por el amor.

Por lo tanto, la integración se produce por la victoria del amor sobre el odio. El yo del individuo a pasar por las repetidas experiencias de pérdida y reencuentro se enriquece por los objetos que ha debido reparar, y gracias al predominio de las experiencias de amor que lo llevan a percatarse de que su naturaleza y su medio no son tan hostiles como él los cree ser, puede percibir al objeto como total, como uno capaz de sobrevivir sus ataques y aceptar sus ofrendas de reparación (Klein, 1963/1993).

"Solo después de que el objeto haya sido amado como *un todo*, su pérdida puede ser sentida como tal" (Klein, 1935/1996, pág. 270), es decir, que la pérdida del objeto amado tiene lugar por el paso de la posición esquizo-paranoide a la depresiva; y por lo tanto, en este momento el bebé ya es apto para recordar a su madre, de extrañarla, y aún más importante, para recordar las gratificaciones que ella le ha dado en anteriores momentos y usar esas reminiscencias en los momentos actuales en los que ella está ausente ante su percepción (Klein, 1957/1993).

La frustración entendida como separación es indispensable para el desarrollo del individuo, pues en este tipo de experiencias de pérdida-reencuentro el bebé comienza a alejarse de su madre sin perder seguridad en él y en su medio, y empieza a dirigirse hacia los otros objetos de su mundo; por lo que, un elemento de frustración siempre va a estar en juego en la relación del individuo con sus objetos, ya que incluso una situación ideal de satisfacción no lograría reemplazar la etapa en donde él y su madre fueron *Uno*. Así, siempre existirá un anhelo por el estado anterior, donde el individuo y su medio se encontraban en completa unión.

Existe por tanto, en el inconsciente la tendencia a separarse del estado primario con la madre y a su vez un imperioso deseo de tenerla para siempre, lo cual impulsa al individuo a ir más allá de ella y a encontrar otros objetos de interés y placer en su mundo, fijando una dirección a seguir sostenida por un pasado prometido en el futuro.

Klein (1963/1993) propone que el individuo ante un encuentro con una satisfacción actual que deje entrever a la quimera del pasado, puede llegar a sentir el anhelo por el estado anterior y a sentirse solo, pues recuerda que lo ha perdido *Todo;* empero, si él ha adquirido la seguridad necesaria en sí mismo y en su medio, va a ser apto para renunciar, poco a poco, al brillo de su

objeto quimérico y va a comprender que el objeto nunca va a ser igual a como lo fue en su inicio. Aceptar esto implica redención.

La soledad kleiniana, en consecuencia, se halla relacionada con la propuesta freudiana sobe la soledad como un producto de las primeras experiencias de angustia en el individuo que lo llevan a tomar medidas desesperadas para defenderse contra ella. Al igual que Freud, Klein presenta a un individuo en un constante movimiento de separación-reencuentro que intenta controlar sus pulsiones en lugar de que ellas lo controlen a él, advirtiendo con ello, los límites de lo que puede tener y perder.

Klein va a proponer al individuo como un ser nostálgico y al sentimiento de soledad como la experiencia universal que él paga por su privilegio de estar vivo, donde gracias a la victoria del amor sobre el odio puede disminuir la intensidad de este sentimiento, que en una adecuada medida, será el mismo que lo impulse a una continua búsqueda que lo lleve a conocer y a relacionarse con los demás objetos de su mundo. En este sentido, la falta es búsqueda.

2.4. La aptitud para estar a solas de Winnicott

> *Esas horas de soledad y meditación son las únicas del día en que soy yo plenamente y para mí sin distracción ni obstáculo, y en que verdaderamente puedo decir que soy lo que la naturaleza ha querido.*
>
> (Rousseau, 1782/1983, pág. 36)

Se puede pensar que en esta investigación se optó por traducir deliberadamente el término propuesto por Winnicott, *the capacity to be alone*, como *la aptitud para estar a solas*, tal vez por un descuido de su autor; empero este no es el caso, la razón de esta traducción, que cambia el termino *capacity*, traducido comúnmente como *capacidad*, por el de *aptitud*, radica en la gran cantidad de confusiones al momento de buscar un campo común a la hora de hablar respecto a la naturaleza humana, y en el intento por disminuir el uso indiscriminado de ambos conceptos que hoy en día los ha llevado a que en ocasiones resulten ser sinónimos, dependiendo así de cada autor el uso de un término o del otro.

Ante ello, se aclara que en esta investigación se usa el concepto de aptitud para referirse a aquellos procesos que se desarrollan a partir de cualidades inherentes al individuo, y se reserva el

uso del término capacidad para aquellos procesos que pueden ser aprendidos sin necesidad de una cualidad inherente al individuo.

La diferenciación entre aptitud y capacidad realizada en esta investigación se basa en la etimología de ambos conceptos, donde al remitirlos al diccionario de Chambers (1874), se observa que el termino capacidad remite a recoger y tomar, mientras que el de aptitud involucra a una facultad del ser, una adaptación; de modo que, se puede afirmar que desde su origen el término aptitud ha involucrado una noción innata, propia a la naturaleza humana; mientras que la capacidad se determina en la noción de una adquisición, como el producto del aprendizaje de una técnica nueva o de su perfeccionamiento.

Desde su etimología, se desarrolla el concepto de aptitud a partir de la teoría psicoanalítica, principalmente apoyándolo en dos escritos freudiano: *Psicología de las masas y análisis del yo* (1921/1992) y *Análisis terminable e interminable* (1937/1991), donde se expone la noción de una aptitud inherente al individuo de una manera latente, al proponer que el yo está dotado desde el comienzo de predisposiciones y tendencias individuales, presentándose el ello al yo como una parte de esta herencia arcaica, por lo que se diría que ello y yo en un inicio son *Uno*, y así el yo aún inexistente ya contaría con orientaciones establecidas para su desarrollo, con tendencias y reacciones que saldrán a la luz más adelante en su vida.

Por ende, la aptitud se puede entender como un potencial a desarrollar en el individuo, como aquello que es permanente, estable y continuo en él; empero, a su vez mostrando con ello que puede resultar ser desigual en su desarrollo dependiendo de cada individuo, en unos puede desarrollarse rápidamente, en otros de una manera más lenta, pudiendo a su vez detenerse bruscamente o permanecer sepultada en angustia; es decir, todo dependerá de cada caso (Medrano, 2018).

En consecuencia, esto es lo innato, lo inherente, lo natural, la evidencia de que la aptitud tiene una disposición a desarrollarse en una dirección con preferencia a otra, impulsando a los individuos a buscar determinadas experiencias sobre otras. Así, a su vez no se puede dejar de lado el papel que el medio va a tener dentro de este desarrollo, ya que él es aquel que permite el desarrollo pleno de la aptitud, o por el contario él que la lleva a congelarse o permanecer sepultada en lo más íntimo del ser.

Por lo tanto, el carácter específico de una aptitud se sostiene en la presencia de otro, en la constelación de los procesos que éste desemboca, y que son los mismos que componen estas aptitudes tan complejas en el individuo, que se manifiestan como un proceso individual, único. Aclarado esto, a continuación se expone y desarrolla una posible teoría respecto a la aptitud para estar a solas.

El individuo winnicottiano no emerge de un estado inorgánico, sino de un estado de soledad esencial, soledad que solo puede ser entendida en condiciones de una máxima dependencia. Para Winnicott(1945/1999) al inicio no hay ninguna otra realidad que la de *His Majesty the Baby*, y esto se ejemplifica muy bien en el acto del pequeño de chuparse el pulgar, donde el objeto es tanto el individuo como el deseo por el objeto, siendo esta alucinación interdependiente de la cooperación con la realidad externa; ya que, este acto autoerótico solo puede ser entendido en la medida de que no se deje de lado que depende por completo de la participación de alguien más.

La madre por su preparación prevista naturalmente por los nueve meses de embarazo, durante los cuales su identificación con el bebé comienza a desarrollarse, es capaz de cumplir con la tarea de un cuidado suficientemente bueno, volviéndose, por el grado de dependencia absoluta del estado de soledad esencial, en el testaferro del bebé ante su porvenir pulsional.

Ella ha sido la responsable del ambiente en forma física desde antes del nacimiento, por lo que es capaz de poder continuar siendo la provisión del cuidado tanto físico como psíquico del bebé después de éste (Winnicott, 1988/1993). Así, el medio que es la madre devota a su bebé en este primer momento sostiene al individuo, y él a su vez, al no conocer aún ningún medio se encuentra fundido a ella.

En consecuencia, “no existe nada que pueda ser denominado bebé” (Winnicott, 1952/1999a, pág. 138), pues el individuo desde antes de nacer necesita de alguien que lo cuide, o por lo menos, lo sostenga. Por ejemplo, este grado de dependencia total lleva en un inicio al bebé intrauterino, y más tarde al recién nacido, a percatarse de la respiración materna para que finalmente en un tercer momento, pueda percatarse de su propia respiración (Winnicott, 1954/1999).

Desde antes de su nacimiento, el individuo está abocado ante un estado paradójico, que puede definirse tanto como de dependencia o de independencia absoluta; esto último, debido a la falta

de un sentimiento de dependencia por parte del pequeño, misma que lo vuelve completamente independiente de la madre.

Ante el estado de total dependencia o independencia en el que se encuentra el bebé, la madre se presenta como la única expresión de amor que él puede apreciar; y por tanto, tras el recuerdo de esta experiencia, el pequeño toma posición por primera vez frente a su soledad esencial y puede empezar a estar a solas. El pequeño ahora es apto de percibir la ausencia de la madre.

Winnicott (1952/1999b) emplea el término *devoción* para dar cabida a la preocupación materna primaria, que resulta ser un rasgo esencial que lleva a la madre a una adaptación sensible y activa a las necesidades del pequeño, necesidades que en un principio son absolutas, y que solo si la madre se halla devota al bebé, podrán encontrar el destino de la satisfacción. "Donde hay total dependencia hay una adaptación precisa" (Winnicott, 1988/1993, pág. 146).

La devoción permite que el niño se sienta libre, que pueda empezar a generar movimientos espontáneos e ir descubriendo el mundo que día a día la madre le presenta con amor, en lugar de irse replegando ante un medio hostil que continuamente lo ataca (Winnicott, 1956/1999). Así, un ambiente seguro, lleva al niño a descubrir el mundo constantemente y a sentir esta experiencia como propia a él; en lugar, de que el medio con sus ataques se le presente como una intrusión y la experiencia como una reacción ante el ataque (Winnicott, 1950-1955/1999).

En *La naturaleza humana* (1988/1993) se toma como analogía una burbuja para ilustrar el papel que tiene el medio en el desarrollo del individuo, ya que cuando la presión externa es congruente con la presión interna la burbuja puede continuar con su existencia; y a su vez, si la presión cambia la burbuja va a tener que reaccionar ante la intrusión. El individuo como una burbuja, de tanto en tanto, antes de nacer se va acostumbrando a los ataques del medio, y si no son demasiado graves o prolongados, se vuelve apto para darles cabida.

La experiencia pulsional, con las repetidas y tranquilas experiencias aportadas por la madre, edifica una *personalización satisfactoria*; empero, la relación del individuo con la realidad nunca llega a ser total, por lo que incluso en los estados denominados "normales" pueden producirse *disociaciones*, como cuando el pequeño que recibe las caricias de la madre no es el mismo que otras veces llora y la aparta de su lado, o como cuando tras el despertar del sueño el individuo siente ajeno aquello que ha experienciado por la noche mientras dormía (Winnicott, 1945/1999).

El paso hacía la realidad externa es uno que nunca termina de darse, siendo la tarea que la madre cumple en los primeros momentos de vida del bebé una de vital importancia, pues debe producir una situación que con suerte pueda convertirse en un primer lazo entre el pequeño y un objeto externo.

La madre posibilita que el individuo cree gradualmente un mundo que sea lo suficientemente parecido al medio comúnmente perceptible (Winnicott, 1945/1999), y en tal caso que pueda ir desarrollando una entidad partiendo de su centro, que le permita poder irse localizando en su cuerpo e ir adquiriendo una membrana limítrofe que proporcione una noción de la realidad interior y del mundo exterior (Winnicott, 1952/1999a).

Por lo tanto, la madre devota al adaptarse sensiblemente a las necesidades del bebé, le da a éste la ilusión de que existe una realidad exterior que corresponde con la propia necesidad de crear del pequeño (Winnicott, 1951/1999). "La madre coloca el pecho real justo allí donde el pequeño se halla dispuesto a crear, y lo hace en el momento apropiado" (Winnicott, 1951/1999, pág. 320). El pequeño percibe el seno solamente en la medida en que éste pueda ser creado allí mismo y en aquel instante, por lo que deberá crearlo una y otra vez, partiendo de su necesidad.

En un primer momento, "el pequeño se alimenta de un pecho que forma parte de sí mismo, mientras que la madre da leche a un pequeño que forma parte de ella misma." (Winnicott, 1951/1999, pág. 320), y solamente en una situación como esta, el pequeño puede empezar a realizar movimientos espontáneos e ir descubriendo aquello que aguarda por ser descubierto. El pequeño desde la ilusión puede configurar su relación con la realidad; porque, sin ilusión no es posible ningún contacto entre lo interno y lo externo (Winnicott, 1952/1999b).

El pequeño acude al seno cuando está excitado y dispuesto a alucinar algo que pueda ser devorado, y ante esta situación el pezón real hace su aparición, permitiéndole sentir que eso, el pezón, es lo que él acaba de alucinar; y así, sus ideas se ven cada día enriquecidas por los resultados reales proporcionados por los sentidos, por lo que la próxima vez el pequeño utilizará dichos resultados para el contenido de su alucinación (Winnicott, 1945/1999).

En una primera lactación teórica se podría proponer que el bebé con su tensión pulsional en desarrollo, se encuentra abocado ante la expectativa por algo que él está preparado para encontrar en algún lugar sin saber lo que es. La madre frente a esta expectativa le presenta el seno, y es en este momento cuando el pequeño está listo para crear, que la madre le posibilita la ilusión de que

el seno, y lo significa, han sido creados por él (Winnicott, 1988/1993). Por consecuencia, este momento evidencia la paradoja de que el individuo no habría sido apto para poder crear el objeto si éste no habría estado allí para que él lo cree.

Por ejemplo, en un primer momento el bebé reconoce su pulsión oral en la fantasía "yo quiero succionar, devorar", para luego tras la experiencia de la primera lactación desarrollar la fantasía "cuando tengo hambre pienso en introducir dentro de mí aquello que amo", que tras varias experiencias de este tipo dará lugar a una fantasía mucho más elaborada "ahora cuando estoy hambriento pienso en lo que le sucede a la fuente de suministro", que empieza a dar cabida al mundo interior y exterior; siendo esto un gran logro para el pequeño (Winnicott, 1936/1999).

Esta elaboración de la fantasía oral evidencia la existencia en el pequeño, desde un inicio, de un impulso primario agresivo y destructivo propio de su amor pulsional, que postula una primera relación devoradora y despiadada entre el bebé y la madre (Winnicott, 1988/1993). Empero, la madre por su devoción se vuelve capaz de tolerar el amor primitivo del pequeño y de mostrarle que el mundo no es tan cruel y agresivo como él lo cree ser (Winnicott, 1950-1955/1999).

Así, la madre cumple con la tarea de proteger al niño de las complicaciones que éste todavía no es apto de poder comprender, como de darle ininterrumpidamente el fragmento del mundo que éste llega a conocer a través de ella. Solamente en base a la monotonía en el cuidado, ella puede añadir provechosamente riqueza al mundo del pequeño, y esto resulta de vital importancia, entre otras cosas, porque le permite tolerar sus fantasías primitivas al operar paulatinamente con la realidad objetiva. Lo alarmante que resulta el poder mágico de lo subjetivo encuentra calma en la realidad objetiva que ahora puede ser estudiada por el pequeño (Winnicott, 1945/1999).

En consecuencia, en el estado de soledad esencial el medio ambiente debe efectuar una adaptación perfecta; empero, si todo dependería de la madre al individuo no le quedarían muchas oportunidades para salir airoso de dicho estado, por lo que su función intelectual va a aportar el grado necesario para volver este ambiente suficiente en uno perfecto (Winnicott, 1949/1999).

La mente se presenta como una función del individuo que está al servicio de su adaptación, permitiéndole gradualmente comprender, tolerar e incluso prevenir los fallos de su medio (Winnicott, 1949/1999). Los recuerdos de las buenas experiencias por el cuidado materno, ayudan al pequeño a navegar por su mar pulsional durante los breves períodos en los que la madre falla. De esta manera, a medida que el individuo puede retener e incorporar recuerdos del

cuidado materno, comienza a ser apto de un cuidado propio y gradualmente empieza a adquirir una mayor confianza tanto en él como en su medio (Winnicott, 1954-1955/1999).

En este momento, la devoción materna gradualmente comienza a disminuir en relación con la creciente aptitud del pequeño para poder estar a solas, a su vez que la expectativa generada por la ilusión le permite articular sus experiencias en las categorías de pasado, presente y futuro (Winnicott, 1988/1993). Por lo que, la frustración va a permitirle al individuo una adaptación más real y menos omnipotente con la realidad, y ante esto él puede comenzar a sentirse inquieto, preocupado; y sobre todo, reaccionar ante la ausencia del objeto (Winnicott, 1951/1999).

Winnicott (1963/1990a), retoma la propuesta de Klein sobre la posición depresiva y propone una *fase de inquietud*, como una importante etapa en la cual en el pequeño se da una progresión desde la crueldad hasta la preocupación, desde la totalidad hasta la falta; siendo la primera condición para la segunda.

El pequeño solo llega a sentir que fue cruel, que ha perdido, cuando finalmente es apto de ver hacia su pasado y de sentir angustia por los resultados de su experiencial pulsional, que lo lleva en el intento por defenderse de ella, a erguir con su omnipotencia sobrante un representante del primer objeto de amor. Así, en el impulso por apaciguar la pérdida, el pequeño empieza a reconocer y aceptar su realidad (Winnicott, 1988/1993).

His Majesty the Baby, que antes podía satisfacerse en el acto de succionar el pulgar sustentado en una fantasía interdependiente de la participación de la realidad externa, se ve ahora depuesto ante una nueva relación con la realidad que lo impulsa a acompañar la succión, por ejemplo, con una caricia de sus dedos por su cara que llega incluso a adquirir una mayor importancia que el propio pulgar en la boca; lográndose observar con el tiempo, este tipo de conductas sin la necesidad de una conexión directa con la actividad de la succión (Winnicott, 1971/2005).

El ejemplo anterior evidencia la existencia de determinados objetos y fenómenos que designan un área de experiencia entre el autoerotismo y la relación de objeto, donde tanto el medio interno como externo contribuyen; y de ahí, el que ésta no pertenezca a ninguna de estas dos realidades, volviéndose una zona intermedia que le permite al individuo poder descansar del desafío constante por mantener separadas, y a su vez interrelacionadas, la realidad interna y externa (Winnicott, 1971/2005).

En *Objetos y fenómenos transicionales*, se emplea el término *fenómeno transicional* para designar esta zona de experiencia intermedia de no desafío y el de *objeto transicional* para la primera posesión no-yo del pequeño, para el representante del primer objeto de amor de la relación primitiva que a veces no es otro que la propia madre. El pequeño, tras las vastas experiencias de ilusión entregadas por ella, se encuentra apto para erguir el objeto transicional como el representante de su primer objeto amor, que sólo ahora por la acción del recuerdo puede percibirlo como perdido (Winnicott, 1951/1999).

El objeto transicional, por lo tanto, se manifiesta como una defensa contra el tipo de angustia de la fase de inquietud, donde el pequeño ante la eminente pérdida afirma una serie de derechos sobre esta posesión que buscan conservar su poder omnipotente, viéndose este representante del objeto arcaico, como éste en el pasado, abocado a las manifestaciones pulsionales del pequeño, a todas las quimeras que buscan hacer frente a la angustia que conlleva el percatamiento del daño ocasionado por su amor primitivo (Winnicott, 1951/1999).

El amor primitivo, ahora al recaer sobre el objeto transicional lleva al pequeño a manifestar su ambivalencia pulsional cuidando, mordiendo, aporreando, abrazando, etc., a este objeto. Y de esta manera, el individuo gradualmente empieza a pasar del control omnipotente al control por manipulación, logrando con esto instaurar una mayor relación entre la realidad interna y el mundo exterior (Winnicott, 1951/1999).

En este punto, la supervivencia del objeto transicional frente a la agresividad del amor primitivo, le demuestra al pequeño el verdadero poder de su fantasía, donde los resultados de sus experiencias pulsionales pasadas sobre el primer objeto de amor adquieren un nuevo significado, que resulta ser mucho más benigno si todo sale lo suficientemente bien (Winnicott, 1954-1955/1999).

Para Winnicott (1988/1993), la madre en un primer momento sostiene la situación primitiva del estado de soledad esencial, en tanto el bebé, no sin su ayuda, encuentra el modo de alcanzar la fase de inquietud. Empero, tras este primer logro el pequeño se encuentra enfrentado ante su incapacidad para poder soportar la culpa y el temor correspondiente a esta fase; por lo que, con las fuerzas que le quedan irgue el representante de aquello que ha perdido, que día a día con su supervivencia ante la experiencia pulsional, le demuestra al pequeño que la agresividad no es tan destructiva como él la cree ser.

La inquietud y la culpa comienzan gradualmente a disminuir permitiendo que el bebé adquiera una mayor seguridad en él y en su medio, y que descubra su propia tendencia para reparar. Ahora el pequeño se ve impulsado a cuidar y amar a los objetos como en un inicio éstos lo cuidaron y amaron a él (Winnicott, 1988/1993).

El pequeño con una mayor seguridad en él y en su medio, que se ve reafirmada por sus experiencias y objetos, empieza gradualmente a dar paso a un predominio de los fenómenos transicionales sobre el objeto transicional. Así, el pequeño gradualmente des-funde lo fenómenos dados en un inicio por este representante, lo va descatetixando, de manera que día a día, los fenómenos transicionales se van extendiendo por todo el territorio intermedio entre la realidad psíquica y el mundo exterior, dando paso a la relación del individuo con el campo cultural (Winnicott, 1971/2005).

La conversión de lo dañino en bueno que implica esta relación suficientemente buena con el medio, le permite al pequeño creer en su poder constructivo, volverse apto para tolerar la culpa y el miedo; y así, día a día con una mayor seguridad, alcanza un momento donde llega a estar a solas en presencia de su madre (Winnicott, 1988/1993).

La relación del individuo con sus objetos y su confianza en la relación con los mismos, le proveen la posibilidad de temporalmente relajarse, aún ante la ausencia del objeto de amor o de un estímulo externo. Winnicott (1958/1990) usa el término *relación yoica* para designar la ligazón afectiva que existe entre el bebé que está solo y la madre que está con él; implicando con ello, que el pequeño en su desarrollo ha edificado las bases necesarias para sentirse seguro y ya no necesita de la presencia real de la madre para corroborar dicha seguridad.

La aptitud del pequeño para estar a solas, demuestra que él ha construido junto con su madre un medio suficientemente seguro, como para poder estar realmente solo sin la necesidad de buscar con frecuencia su presencia o la de su representante; todo gracias, a que en un inicio ella le presentó continuamente una parte del mundo, asegurando con ello que él pueda dar el paso desde una total dependencia hacia una interdependencia con el medio, y vivir dichosamente con y en su mundo (Winnicott, 1963/1990b).

El desarrollo del pequeño desde la total dependencia a su interdependencia con el medio, evidencia que en teoría siempre hay alguien presente, una presencia sostenida de una ausencia, que en esencia y de un modo inconsciente es igualado a la madre; es decir, una instancia que se

equipara ahora a esta persona que en los primeros momentos estuvo temporalmente identificada, con locura, al pequeño y a cuyo cuidado se hallaba devota toda su atención.

Por lo tanto, la aptitud para estar a solas resulta en una paradoja sostenida en las primeras experiencias de estar a solas en presencia de alguien más, y la soledad en consiguiente, puede ser entendida como una cualidad de la presencia, ya que en un inicio solo es posible estar solo si alguien más está presente.

Esto implica que es por esta relación bicorporal propia del estado de soledad esencial, que ha permitido la *introyección* de un primer objeto suficientemente bueno, que más tarde el individuo es apto para sostener una relación unicorporal (Winnicott, 1952/1999a). Por lo que, la existencia de un objeto suficientemente bueno en la realidad psíquica del individuo, le permite estar a solas sin caer en angustia.

Retomando a Freud (1921/1992), la identificación puede ser entendida como la más temprana exteriorización de una ligazón afectiva con otro, donde se aspira a configurar al yo propio a semejanza de este otro tomado como modelo. El individuo se identifica desde la primera relación ante la cual él se posicionó como totalmente dependiente frente otro, y donde el movimiento de este último, en su pre-ausencia, marcó en él un vacío destinado ya no para su real, sino para su imagen.

Es decir, el individuo está constituido en una presencia sostenida en una ausencia, que en un primer tiempo lo enfrenta ante la palabra "yo", marcando la existencia de un mundo interiorizado en el individuo (Winnicott, 1958/1990), dado que yo no soy yo sin otro, sin esa identificación que se puede elucidar en el narcisismo o en la devoción expuesta por Winnicott (1952/1999b), donde el yo que el individuo inviste libidinalmente no es su yo, sino uno construido a partir de un otro, la madre; un *otro-yo,* que se podría decir que después se escinde de su componente *yo* para permitirse investir un *otro.*

En un segundo momento, el individuo se encuentra ante la frase "yo estoy", mostrándose como un ser abocado a la ilusión de una totalidad entregada por la devoción materna de una demanda que culmino en una satisfacción anacrónica para todo tiempo futuro. Y es en este punto cuando toma lugar un tercer momento, observándose en la frase "yo estoy solo" a un individuo que ante la pre-ausencia del otro lo ha interiorizado, y con esto ha comprendido su existencia y la de su mundo como continua (Winnicott, 1958/1990).

El pequeño ahora apto para preocuparse y conllevar la soledad de su estado primitivo, empieza a existir dentro de un mundo que se halla habitado por otros, y así la soledad se presenta no como una separación, sino como una forma de unión, una relación que se sostiene entre la presencia-ausencia de dos individuos, donde uno de ellos, o los dos, están a solas en compañía del otro (Winnicott, 1958/1990).

Winnicott (1958/1990) propone como un ejemplo de esto la cópula satisfactoria, donde tras la descarga del impulso los participantes en lugar de sentir angustia por la falta de un nivel de tensión, pueden sobrellevar esta ausencia y esperar que dicho nivel de tensión regrese a su equilibrio natural; logrando cada uno de ellos por su aptitud para estar a solas, poder gozar de su soledad a lado de otra persona que también se halla sola.

La soledad, por lo tanto, se presenta como una paradoja donde la aptitud para estar a solas implica tanto *ser* como *estar*, pues lo intermedio va más allá de un espacio, siendo también una experiencia que el individuo puede disfrutar; ya que, el despertar del estado primitivo le entrega al pequeño la fantasía de que existe un área pacífica al cual puede acceder, en un inicio con ayuda de su madre y su objeto transicional, y más tarde por sus fenómenos transicionales que se hallan des-fundidos por todo el campo cultural.

La experiencia del estado de soledad esencial y los procesos que desencadena en el individuo, donde si todo sale bien, le permiten descubrir su aptitud para estar a solas y adquirir una mayor confianza y seguridad en él y su medio, aportan en sumo grado para que él pueda resignar parte del brillo entregado por la omnipotencia de su estado primitivo y contrarrestar la angustia residuo del anhelo por su pérdida primitiva. Así, el individuo logra descubrir su propia vida personal estando solo, y constituirse como un in-dividuo en una relación armónica e interdependiente con los objetos de su mundo.

2.5. Miedo a estar a solas

> *La verdadera neurosis no es necesariamente una enfermedad; al principio deberíamos considerarla un tributo al hecho de que la vida es difícil.*
> (Winnicott, 1956/1999, pág. 420)

Hasta este punto se ha realizado un análisis de la aptitud para estar a solas dentro de lo que sería un desarrollo óptimo del individuo; empero, resulta necesario exponer los resultados que se

darían en el caso de que la adaptación no logre ser perfecta, pues es innegable que en el desarrollo de varios individuos este sería el curso más próximo a desembocar. Por ejemplo, por las normativas culturales que se le imponen a la madre en la crianza del bebé la identificación primaria podría verse obstaculizada, impidiendo el desarrollo de una devoción materna que sea acorde a las necesidades del pequeño (Winnicott, 1948/1999).

Para designar uno de los posibles caminos que puede tomar el desarrollo del individuo cuando las condiciones ambientales fallan en la adaptación y la función intelectual no es apta para aportar con el monto necesario a fin de cubrir con dicho fallo, se propone el termino *miedo a estar a solas*, como el resultado de la incapacidad del pequeño para poder introyectar un objeto bueno lo suficientemente fuerte como para lograr manejar los sentimientos acordes con la fase de inquietud.

El estado de soledad esencial evidencia al bebé como un ser abocado a un destino que el medio debe encargarse de que sea el perfecto, y así la madre que en un inicio fue la que calmó las necesidades del pequeño cuando éste estaba en su vientre, debe continuar siendo la fuente de cuidado tras el nacimiento; para que él, mientras ella sostiene continuamente la situación, no sin su ayuda, encuentre el mundo que va a crear.

Si el medio no es uno perfecto ante las necesidades del pequeño, al llegar a la fase de inquietud, si es que se llega, el individuo se verá enfrentado ante la incapacidad para poder sobrellevar los sentimientos correspondientes con esta fase, como la culpa y el duelo. Por lo que, la falla ambiental al no permitirle una adaptación continua, le imposibilita para poder introyectar un objeto bueno suficientemente fuerte como para apaciguar su angustia depresiva.

Los factores que impiden poder introyectar un objeto bueno suficientemente fuerte resultan ser vastos, empero se puede tomar como ejemplo la experiencia del bebé cuando desea el seno y éste no acude a él, que puede ser vivida como la pérdida perpetua de éste y el de su portadora, no solo real, sino también la internalizada; disminuyendo con ello, el sentido de seguridad del pequeño (Winnicott, 1952/1999a). De manera que, la pérdida de los cuidados maternos puede implicar una ruptura en la continuidad del pequeño y llevarlo a sentirse como reactivo al medio, volviéndose cada vez más inseguro, pues el medio en lugar de sostenerlo y cuidarlo lo ataca constantemente.

En fin, se podría continuar indagando en los factores que impiden poder introyectar un objeto bueno suficientemente fuerte; empero, este no es el lugar para dicho cometido, si lo es más, para exponer un concepto que permita elucidar la importancia de la noción de una aptitud para estar a solas en el individuo y los vastos caminos en los cuales ésta puede desembocar. Por lo que, desde la propuesta del miedo a estar a solas se llega a exponer uno de estos posible caminos a tomar como consecuencia de una falla ambiental, que impone la urgencia en el individuo por reparar la falla a través de una continua provisión ambiental de seguridad.

El pequeño en su intento por redimir la falla ambiental irgue un objeto que le posibilite evitar el tan atroz destino que le depara el encontrarse a solas, logrando así, en la presencia continua de su *objeto redentor* sepultar la angustia depresiva. Por lo que, el miedo a estar a solas sería una intensificación del proceso por el cual el individuo se ve impulsado a relacionarse con los objetos, donde en este caso por la inseguridad originaria de la falla ambiental, esta relación podría llegar a tomar una carácter maníaco que niegue la pérdida primitiva.

En consecuencia, un factor clave a tomar en cuenta respecto al miedo a estar a solas es el carácter lábil que tiene esta defensa, esto se evidencia en la constante necesidad del individuo por la presencia del objeto redentor para sepultar la angustia, pues ante la ausencia del mismo ésta vuelve a reinar, siendo solo aparente la calma otorgada.

Ante la incapacidad de esta defensa para sobrellevar el amor primitivo, la angustia se torna más impetuosa e impulsa al individuo a una relación con su objeto redentor, que incluso puede llegar a una total dependencia por éste; siendo la identificación en este caso una alienación por el resultado de la voracidad propia del amor primitivo, donde el individuo puede llegar a hacer responsable al objeto de varios aspectos de su vida o de toda ella. Por ejemplo, muy comúnmente se observa en las prácticas religiosas y políticas a las personas hacer responsables a sus dioses o gobernantes por sus opiniones y pensamientos.

Por lo tanto, no se puede dejar de lado que en determinados individuos que presenten miedo a estar a solas, exista la posibilidad de una fijación en el primer momento de total dependencia; sino, de que otra manera se podría explicar la relación del individuo con el objeto redentor, donde el nivel de idealización de éste resulta ser tan fuerte como el de la fase de dependencia total, mostrando como el individuo en determinados casos, puede usar su dependencia al medio como una defensa recurrente contra la angustia, llegando ésta a tomar el carácter de una fijación,

que lleva al individuo a negar la pérdida mediante una regresión a su estado primitivo cuando era completamente dependiente de su medio.

El miedo para estar a solas, desde esta lógica, puede ser entendido como una defensa de tipo maníaca, por consiguiente del impulso de búsqueda por compañía que procura negar los sentimientos de la fase de inquietud. Pues la experiencia de soledad, al ser la presencia de una ausencia en el individuo, se manifiesta en este caso como un anhelo insoportable por el pasado perdido, donde ante el miedo por la re-experiencia de estar a solas, el individuo se ve abocado a un constante movimiento de continuo re-encuentro que niegue por completo el componente de pérdida que resulta vital para esta acción.

El pequeño en la huida maniaca al objeto redentor, único capaz de apaciguar su añoranza, es capaz de no inquietarse, pues la presencia del objeto niega su pérdida primitiva; empero, a su vez muestra como su yo se encuentra un poco más vacío de todas esas cualidades que se hallan impregnadas en este objeto. Es decir, que el pequeño ha cedido todas sus fuerzas y ahora se encuentra a merced de la continuidad del objeto para poder sentirse seguro y evitar la angustia de estar a solas.

El objeto redentor, permite al individuo sentirse seguro únicamente cuando éste se encuentra presente, reafirmando con ello la necesidad continua por un objeto que imposibilite en el futuro que él logre estar a solas en su presencia, pues le resulta de vital importancia la presencia continua de este objeto para poder seguir sintiéndose seguro. Y así, en lugar de des-fusionar sus fenómenos transicionales por todo el campo cultural, el individuo va a empezar a fundir éstos en su objeto redentor, lo va a catetixar más y más, de manera que día a día estas experiencias tranquilizadoras se van a ver reducidas al territorio de este objeto, volviéndose el individuo completamente dependiente de su presencia.

Resulta adecuado, a pesar de que no sea el caso de esta investigación, evidenciar como en este tipo de fijaciones se puede hallar una respuesta a ciertos casos de adicción y romper con la idea de que el adicto es una persona aislada o solitaria, pues al ser completamente dependiente de su objeto droga nunca llegaría a encontrarse realmente solo, por lo que un posible abordaje para las adicciones se puede dar a través de un re-encuentro del individuo con su aptitud para estar a solas, en el movimiento de la experiencia de estar a solas en presencia del analista, y más adelante consigo mismo.

El miedo a estar a solas, de esta manera, se presenta como una forma de fusión, donde el individuo necesita de la presencia continua del objeto redentor para protegerse contra la angustia; implicando en esta relación tanto a un sentimiento como a un espacio, pues ante la ausencia del objeto, cuando *está* solo, el individuo se *siente* incompleto, en falta.

Esto lleva a que el sentimiento de soledad tome una connotación de futilidad para el individuo, ya que se *siente* incompleto al *estar* solo, volviéndose la soledad en este sentido una ausencia que evoca angustia por estar vacío; y por ende, esta experiencia no dará otra opción al individuo que no sea la retirada, el resguardarse en la presencia de un objeto salvador.

Freud (1909/1992) presenta como una de las posibles características en el individuo fóbico la búsqueda por un objeto de protección que le permita contrarrestar la angustia; tomando así el síntoma fóbico, el carácter de un producto que busca prevenir la angustia acabo de un intento de huida para evitar aquellos factores que estén relacionados con ella, como lo puede ser la soledad.

Desde la lógica freudiana el miedo a estar a solas encuentra cabida en la propuesta teórica de la fobia. En Freud (1925/1992) no se habla de un miedo a estar a solas, empero si de una *fobia a la soledad*, definida como una neurosis de angustia producto de la experiencia de separación esencial del individuo con su madre, donde el pequeño para apaciguar su angustia puede llegar a posicionarse en un trastorno fóbico, una neurosis obsesiva o histérica.

En *Análisis de la fobia de un niño de cinco años* (1909/1992) Freud expone un ejemplo muy detallado respecto a lo que él denomina un caso de *histeria de angustia*, entendida ésta como una neurosis de angustia cuyo mecanismo se asemeja a la histeria por su desplazamiento.

El caso expuesto, que su análisis en su mayoría fue epistolar, trata sobre un pequeño llamado Hans, que desarrollo una fuerte fobia a ser mordido por un caballo, figura que resulta ser tan temida por el pequeño desde esta lógica al ser un representante de la amenaza de castración. Empero, desde la propuesta de esta investigación, se pretende únicamente tomar fragmentos de este caso que permitan profundizar en una lectura de una de las formaciones sintomáticas dentro de la fobia, el miedo a estar a solas; por lo que, seguidamente se abordan partes del historial clínico que sustenten esta propuesta.

En este análisis, Freud (1909/1992) expone determinadas situaciones cuando Hans tenía alrededor de tres años de edad, en las cuales al pequeño durante las noches se angustiaba mucho,

demostrando que llegada la hora de dormir, la libido reforzada, buscando sostener la presencia materna, lo asaltaba en la forma de una añoranza que lo invadía al llegar el momento de separarse; entreviendo en esta experiencia una manifestación de su miedo a revivir la pérdida esencial, misma que conduce al pequeño a realizar todo lo posible por apaciguar la angustia.

En consecuencia, Hans comienza a ser apto de tolerar su ambivalencia pulsional, al encontrar una solución en la conducta masturbatoria, vástago de su estado de madurez alcanzado. Por tanto, ahora al encontrarse solo durante las noches en su cama, la experiencia masturbatoria le otorga una redención que por sí solo no es apto de hallar, y únicamente, tras esta acción, su angustia disminuye y el sueño se presenta.

Empero, llegado este momento la madre de Hans lo amenaza con contarle su *hace-pipi* si continua con esa conducta; exhibiendo en dicha acción, su función en frustrar, en separar al pequeño de lo que más quiere, recordándole en su amenaza, que ella es la verdadera castradora y no solo la portadora de un mensaje.

La particularidad en como la madre de Hans amenaza con cortar su pene y sus constantes manifestaciones de rechazo hacía él, cooperan para disminuir el sentimiento de seguridad del pequeño, y consecuentemente intensifican su miedo a estar a solas; observándose esto más adelante, en situaciones como cuando Hans a la edad de cuatro años tenía miedo a caerse en su bañera, pues él no creía ser apto de poder sostenerse en ella; o como cuando, el padre delata la búsqueda constante de Hans por un objeto de seguridad, al exponer que éste al ver a una niñita, naturalmente, se enamora enseguida de ella. Ambos ejemplos, constatan el carácter lábil que resulta propio de esta defensa, y así, en ella se encuentra a un individuo en una búsqueda continua por un objeto que le permita apaciguar su angustia.

Angustia que en este caso corresponde a una añoranza reprimida, y que por el mismo motivo carece en su comienzo de un objeto específico; es pura angustia. Por lo que, resulta normal que Hans en un inicio no haya sido capaz de decir aquello a lo que tiene miedo, pues él aún no lo sabía, y solo tras el re-encuentro con la experiencia que evoco el recuerdo de la perdida esencial en él pudo empezar a adquirir nociones sobre aquello a lo que teme, desplazando su experiencia de separación a una que le resulte mucho más específica y fácil de evitar: ser mordido por un caballo (Freud, 1909/1992).

Por ende, la propuesta de este caso desde la fobia y el miedo a estar a solas, corolarios de la angustia de separación, permite otra posible lectura freudiana donde el otro nexo de esta fobia se halla en la relación del pequeño con la figura materna, siendo el desplazamiento que desemboca hacia la experiencia determinada de ser mordido por un caballo, uno de la experiencia de separación con la madre, pues ella es la única que junto al pequeño, fue víctima y victimaria en este acto.

De manera que, la angustia propia de Hans sería un desarrollo desde la angustia primitiva hacia el miedo a estar a solas, donde el objeto específico de apego se vuelve cualquier experiencia de seguridad que le permita defenderse contra el recuerdo de aquello tan angustiante que se ha vivenciado, la pérdida constitutiva.

La fobia freudiana, resulta entonces ser análoga al miedo a estar a solas; fulgurando en ambos el síntoma como un producto para prevenir la angustia, donde éste se lleva a cabo en un intento de huida, que busca permitirle al individuo evitar determinadas experiencias que puedan evocar el recuerdo de su experiencia de separación primitiva.

A su vez, la distancia entre el miedo a estar a solas y la fobia, puede hallarse en la elaboración de su proceso defensivo, porque en el caso del miedo a estar a solas el individuo edifica un objeto protector y a su vez una experiencia fóbica de la cual protegerse con la huida continua hacia este objeto; y así, en el miedo a estar a solas el niño no solo huye de aquello que le produce angustia, sino que huye *hacia* otro, huye hacia una experiencia de protección; logrando en su impulso edificar un paraíso como el que se ha perdido, que lo resguarde y lo redima del pasado, siempre y cuando su presencia sea continua.

El individuo al verse incapaz de poder estar solo por su miedo a la experiencia de soledad, se encuentra constantemente abocado a la necesidad por la presencia del objeto redentor que le resulta clave para su sentimiento de seguridad, y por ello ante una separación con el mismo, experimenta una terrible angustia que lo lleva a condensar sus experiencias transicionales en su objeto redentor, para así poder apaciguar la angustia y lograr descansar en paz.

A manera de cierre, desde el paradigma del miedo a estar a solas se puede formular posibles teorizaciones respecto al objeto fetiche, la adicción, la fobia, la obsesión, etc., debido a que, en todas estas condiciones se puede llegar a observar una incapacidad en el individuo de poder estar a solas plenamente y de disfrutar de esta experiencia; empero, por el límite de este escrito, el

único ejemplo que se va a tratar en el siguiente capítulo es el de las nuevas tecnologías y su relación con la soledad.

CAPÍTULO III. LA SOLEDAD PATOLÓGICA

3.1. La soledad y la tecnología

¿Sueñan hoy en día los individuos con ovejas eléctricas?

Los continuos avances tecnológicos han vuelto al individuo ajeno a su soledad, ya que éstos en lugar de permitirle un reencuentro con su aptitud para estar a solas, se presentan como una vía de escape, entregándole su omnipotencia perdida al alcance de un objeto redentor, de un *clic*.

López Pérez (2017), detalla que el sepultamiento de las tensiones producto por la guerra fría, llevó al individuo a la era de la globalización, donde el desarrollo de las nuevas tecnologías y su aplicación, se colocaron, desde ahí en adelante, como pilares de este nuevo mundo. La actualidad se sostiene por la omnipresencia de estas tecnologías y sus dispositivos; resumiéndose el día común de un individuo moderno de la siguiente manera:

> "Me despierto con la alarma del móvil. Miro todas las notificaciones. Pongo música mientras me ducho. Mientras desayuno enciendo la televisión. De camino al trabajo escucho la radio en el coche. En el trabajo enciendo el ordenador para continuar con la tarea, abro también el Facebook y el MSN. Recibo y realizo llamadas de teléfono durante todo el día. Juego en mis ratos libres con el móvil. Hago fotos y las subo a las redes sociales. Antes de dormir veo una película en el ordenador. Vuelvo a la cama y dejo puesta de nuevo la alarma." (López, 2017).

Frente al ejemplo expuesto, donde los matices pueden resultar distintos; empero, sus rasgos generales llegan a develar el devenir continuo de la mayoría de individuos; se afirma que, nada de la vida puede llegar a ser tan significante y a la vez tan imperceptible, como aquello junto a lo que el individuo se levanta cada mañana: el objeto redentor.

Las nuevas tecnologías, mismas que pasan desapercibidas por lo vital que resultan, son como aíre en estos días. Citando a López (2017), hace diez años existían alrededor de cinco mil millones de teléfonos celulares para una población mundial de siete mil millones de habitantes; resulta un poco angustiante imaginar cuantos existen hoy en día. A su vez, la oferta al responder a una demanda, exhibe la imperante necesidad en la mayoría de individuos por poseer estos dispositivos, como ordenadores, televisores, teléfonos celulares, consolas de video, etc., pues, ellos han llegado a ser objetos de vital importancia para la vida moderna.

En este punto, resulta adecuado exponer como estos mismos avances tecnológicos que parecen condenar a los individuos han favorecido de muchas maneras su vida. Un ejemplo de esto puede ser el trabajo realizado por Yair Amichai-Hamburger y Barry H. Schneider (2014), que consistió en tomar una muestra de personas adultas mayores, con la cual se le realizo un entrenamiento en capacidades tecnológicas donde aprendieron como manejar estos nuevos dispositivos, y así al experimentar una comunicación *online* con su familia y amigos, los sentimientos de tristeza y depresión disminuyeron; evidenciando como el *Internet*, un dispositivo de estas nuevas tecnologías, podía ayudar a los individuos a construir y mantener relaciones con otros.

Congruentemente, lo que busca erguir y mantener las relaciones entre los individuos, al resultar en bastas ocasiones en una amenaza para las mismas, se muestra como una paradoja y el individuo en consecuencia, se define como una presencia sostenida de varias ausencias, y la soledad se presenta como un enunciado que en las experiencias de pérdida-reencuentro le recuerda que la redención es posible; en el caso más idóneo, gracias al descubrimiento de su aptitud para estar a solas que le permite resignar su pérdida originaria y contrarrestar la angustia en la búsqueda por nuevos mundos; y en el caso más próximo, el miedo a estar a solas se le comparece como una solución viable para apaciguar la angustia por medio de un objeto redentor que en su presencia le permite entrever que no todo se ha perdido.

El miedo a estar a solas, por tanto, impulsa al individuo a encontrar objetos redentores en los extensos dispositivos entregados por las nuevas tecnologías, como se evidencia en la búsqueda tras el fin de una relación amorosa, que con un *clic* intenta re-encontrar un sin fin de relaciones de este tipo, siendo alarmante en determinados casos, como las relaciones con los otros en las redes sociales se edifican con tanta facilidad y rapidez, resultando hoy en día mucho más angustiante, incluso más grave que un corazón roto, el perder la señal telefónica o la red wifi.

Esta dependencia actual hacia las nuevas tecnologías, ha generado una necesidad por construir nuevas rotulaciones que permitan sobrellevar las consecuencias de este avance, encontrando casos denominados como *ciberadicciones* o *tecnoestrés*, solo por nombrar algunos de estos neologismos que resultan muy llamativos, porque desde la propuesta respecto a la aptitud para estar a solas, reafirman la importancia por una teoría que tomen en cuenta los distintos matices que existen en la relación del individuo con su soledad.

En el capítulo anterior, se expuso respecto a cómo las vastas normativas culturales que se imponen a la madre en la crianza del pequeño pueden llegar a interferir para que se logre dar una adaptación perfecta, siendo una de ellas hoy en día el uso de nuevas tecnologías; por ejemplo, los dispositivos *tablets* que han logrado en la actualidad poseer la misma importancia y función que un succionador en determinados paradigmas de crianza que buscan relevar el rol de cuidador a estos dispositivos (Amichai-Hamburger & Schneider, 2014). En consecuencia, las madres deben usar con precaución estos nuevos instrumentos, pues, quién mejor que ellas para saber lo que necesita el pequeño.

Por último, se advierte no caer en el impulso por posicionarse de manera ferviente respecto a sí las nuevas tecnologías son o no adecuadas para la salud mental del individuo, pueden existir casos que sean favorables y otros no tanto, pues este espectro posee muchas aristas, algunas que aún quedan por conocer; todo dependerá del caso por caso. Por lo que, a pesar de que millones de individuos se encuentren comunicándose día a día usando estos dispositivos, la navegación de cada uno de ellos es una experiencia única, y por tanto, cualquier intento por comprender esta relación tiene que tomar en cuenta la personalidad de cada usuario (Amichai-Hamburger & Schneider, 2014).

Lo que sí parece quedar esclarecido, es que mientras más temprano sea el contacto con las nuevas tecnologías y sus dispositivos puede resultar mucho más desfavorable su efecto; por ejemplo, resulta muy distinto enseñar a las personas de la tercera edad a comunicarse por medio de esta vía, que criar a un pequeño usando estos dispositivos.

Respecto al pequeño, las nuevas tecnologías al poder ser parte de sus primeras experiencias transicionales, y en algunos casos de una manera abrupta, pueden impedir, si no se las maneja con precaución, que una relación acorde entre la realidad interna y externa se desarrolle; porque indudablemente, las nuevas tecnologías han demostrado que algunas cosas que sea creían propias de la ficción ahora son parte del día a día del individuo, exponiendo el riesgo de una realidad sin límite, porque *todo* puede ser real desde esta vía que reclama en su experiencia la omnipotencia perdida y niega en ella el estado de soledad esencial; *clic*, todo ha vuelto a re-iniciar.

3.2. De Winnicott a la actualidad

Su despreciable estar habría llegado entonces a ser poco más que la presencia simultánea de diversas ausencias evaporadas.

(Baricco, 2000, pág. 97)

La actualidad plagada de ausencias, se afirma en el miedo a estar a solas que impulsa al individuo a una desenfrenada búsqueda por vastos objetos que sirvan como defensa contra la posibilidad de re-experienciar la angustia que implica la huella de su estado de soledad esencial.

En el apartado anterior se puso de relieve como el estar conectado posee un efecto paradójico, al poder desvincular al individuo de un contacto real con su medio, como se puede observar en los individuos que *filtran* su realidad a través de dispositivos que les permiten ver únicamente aquello que desean.

Estas tecnologías al servicio del orden social ponen a la disposición del individuo continuos señuelos que lo distraen, que lo separan de lo más íntimo y desconocido de sí mismo. Entonces, el individuo en la excitación producto por la ficticia presencia se encuentra ante una necesidad continua por aquellos señuelos que permitan mantener su ficción, que falsamente le entreguen una solución para la pérdida esencial. Empero, todo tiene un precio, y así queda relegada su aptitud para estar a solas a ser un estado esencial del que ya nada más se quiere saber (Palomera, 2018).

En consecuencia, es de vital importancia replantear la noción actual respecto a la soledad, a través de una teoría que permita diferenciar entre una soledad precaria, entendida como un fallo en el desarrollo de la aptitud para estar a solas, y una soledad benigna, más acorde al desarrollo pleno de esta aptitud; para así, abrir paso a un re-encuentro entre el individuo y su soledad.

Dado que la falta de un tipo de diferenciación entre una soledad precaria y saludable, ha tornado a la soledad a ser únicamente considerada un factor de riesgo para la salud, un estado antagónico para la vida del individuo, volviéndola incompatible a él, como se observa en los manuales de diagnóstico y codificación *DSM-5* y *CIE-10*, donde se exponen a las conductas solitarias como un criterio referencial para varios trastornos mentales.

La soledad moderna es vista como un estado adverso, como un espacio de castigo para aquellos que atentan contra el orden social. La experiencia de soledad en la actualidad es algo

por lo que estar prevenido. Por ejemplo, algunos de los nuevos parámetros de crianza que se le imponen a la madre es el de preocuparse si ve al pequeño jugar solo, pues esto es un indicio de un posible desvío de la norma; como el de castigarlo con un tiempo fuera al comportarse indebidamente. Así, el pequeño como el loco y el reo, se encuentran aislado entre los muros de las prisiones modernas.

Un posible intento por desestigmatizar la visión actual de la soledad, es el proponer una diferenciación de ésta mediante los conceptos de *soledad* y *aislamiento*, donde la experiencia de soledad se presenta como el producto por un pleno desarrollo de la aptitud para estar a solas, y el aislamiento como el desarrollo precario de esta misma aptitud que se evidencia por ejemplo en el miedo a estar a solas, donde el *enquistamiento* entre el individuo y su objeto redentor se presenta como una defensa precaria contra el estado de soledad esencial.

Los individuos aislados, por tanto, van a presentar escasas oportunidades para estar a solas y van a tratar de evitar su experiencia de soledad en una búsqueda frenética por un objeto que les permita sepultar la angustia, anudándose a éste cuando crean haberlo encontrado, en un lazo tan intenso como tenue, que aparentemente logra negar la pérdida que implico en un inicio la búsqueda por este mismo objeto.

El compromiso del individuo con su objeto resulta similar al caso propuesto por Freud (1921/1992), donde la pareja de enamorados, en su *fusión*, manifiesta la función del Eros de convertir lo múltiple en uno, y al resultar dicho cometido en una amenaza para el orden social, en la actualidad se ha relegado a la soledad a ser un estigma; a pesar de que sea la misma sociedad la que impulse al individuo a depender de sus objetos, abocándolo a aislarse con ellos, y así hoy en día, “cada ciudadano es una ciudad que excluye a otra” (Rincón, 2006, pág. 124).

El aislamiento del individuo con sus objetos, al volver cada vez más precaria su relación con los mismos, le recuerda que la soledad es algo esencial en él, demostrando que aquello que se le presenta como un mar de infinitas posibilidades; paradójicamente, evoca su mortalidad en las corrientes que lo separan de lo que más quiere en determinados momentos de su vida. Nunca la redención dura para siempre, y la fragmentación actual de los vínculos entre los individuos lo demuestra bruscamente, llevándolos a una incapacidad de poder estar a solas; pues, su aptitud permanece sepultada en la aparente calma que les entrega la redención moderna.

Al resultar casi imposible mantener algún tipo de vínculo saludable y duradero en estos días, uno de los problemas que se presentan es cómo poder mantener algún tipo de relación que dure más tiempo que la rapidez con la que se construye; ya que, al parecer el individuo ha dejado de ser el agente directo de sus vínculos de objeto, y en su lugar la sociedad ha usurpado esta función, siendo ella hoy en día la principal gestora, con sus distintos dispositivos, de estos vínculos.

Por ende, la soledad moderna no es más que un aislamiento forzado, y el individuo solitario una amenaza moderna, porque el sistema actual no puede verse enfrentado ante un individuo apto de poder resignar su deseo esencial, pues sería un individuo que consumiría mucho menos de sus dispositivos, que no estaría en una constante búsqueda frenética por un objeto que calme su angustia; sería un individuo que no se siente vacío, que se encuentra sostenido en la presencia de varias ausencias.

En otras palabras, la aptitud para estar a solas en la modernidad se presenta como una aptitud para separarse de lo que se goza, de lo que a uno le excita, ya sea el uso de objetos y dispositivos, las fantasías, las sustancias tóxicas, el sexo, salir con los amigos, tomarse un trago, etc. El poder estar a solas plenamente implica ser lo suficientemente maduro como para resignar la falta constitucional, implica ceder el brillo del estado originario a un futuro que nunca llegará a equipararlo. Empero, esto no es motivo de angustia, sino motor de búsqueda.

La soledad remite búsqueda y el ser apto de poder estar a solas implica un desarrollo, un producto; pues, el poder estar solo supone haber conseguido cierto equilibrio al nivel de las pulsiones sexuales y agresivas, haber alcanzado esa parte de la vida pulsional, que no es ni excitación ni completa quietud; un estado intermedio donde el sosiego de las pulsiones le permite al individuo estar a solas en su medio sin caer en angustia.

Así, en esta investigación se intenta devolverle a la soledad este matiz benigno, para exponerla como una experiencia por la reminiscencia del estado de máxima dependencia entre el individuo y su ambiente; que en consecuencia, a lo largo de su vida va a persistir como una huella esencial que evoca angustia en su re-experiencia, empero, que el individuo sano logra mitigar gracias a su aptitud para estar a solas al cuidado de una parte de sí mismo.

Es decir, la soledad se fundamenta en la paradoja de que solo le es posible al individuo estar solo en un inicio cuando alguien más está presente y le permite adquirir en estos encuentros

seguridad en sí mismo y en su medio, logrando así llegado un momento, estar a solas en compañía de alguien más. De esta manera, estar solo es algo que se aprehende, destacando que lo que le permite al pequeño estar a solas es la aptitud que dispone para separarse de aquello que tanto quiere.

Lastimosamente, la incapacidad actual para poder estar a solas impone una necesidad por un reencuentro del individuo con su soledad. La soledad debe dejar de ser una utopía y volver a ser parte de la vida del individuo. Estar solo no es estar sin otros, no es cortar vínculos, implica tener vínculos sólidos que permitan poder mantener una relación con uno mismo, a solas; que permitan constituirse como tal, como un ser sujeto a su existencia y a la de los otros.

3.3. La necesidad de estar a solas

> *Me aterra la palabra de los hombres. ¡Lo saben expresar todo tan claro! Y esto se llama "perro", y eso, "casa", y el principio está aquí, y allí está el fin*.
>
> (Rilke, 1949/1999, pág. 20)

En este último apartado, se intenta dejar de lado el trabajo de otros autores y se trata de presentar una conclusión específica respecto a lo evidenciado en esta investigación, a través de la propuesta de una necesidad actual en el individuo por un re-encuentro con su aptitud para estar a solas, una *necesidad de estar solas*.

El individuo moderno, en su mayoría, busca un objeto y se aferra a él, se entrega devoto a todo aquello que atempere su miedo a la experiencia de soledad; siendo una de las vías más propicias para tramitar la angustia en estos tiempos modernos: el aislamiento, una soledad precaria que no es más que un enquistamiento con el objeto, un tipo de fusión que en su vínculo busca negar la pérdida inherente, y por lo tanto, toda amenaza contra éste será señal de angustia, experiencia que se busque evitar a toda costa. El individuo con miedo a estar a solas, no es más que una embarcación en un mar de soledades esperando que las corrientes y los vientos jueguen a su favor; un ser aislado a la espera continua por presencias, un ser con miedo a los otros, con miedo a sí mismo, un individuo acorazado que encuentra imposible adueñarse y exponer aquello que realmente le pertenece.

La actualidad, donde la estabilidad resulta ser algo remoto, no le deja otra opción más al individuo que aferrarse, con todas sus fuerzas, a los objetos que ella le presenta para evitar

ahogarse en soledad, creando con ello un movimiento que lo lleva a oscilar entre la omnipotencia dada por sus objetos redentores y el recuerdo de su mortalidad develado por la futilidad de su relación con estos mismos. Todo aquello es ficción.

Si nada es eterno, el recuerdo de su mortalidad va a involucrar al individuo a una búsqueda constante por seguridad, por un sostén; pues, el saber que la mayoría de sus vínculos llegarán a ser rotos raudamente lo impulsa a buscar en los objetos de su medio la estabilidad que le fue expropiada, y en consecuencia por el mismo carácter fugaz de sus vínculos de objeto, en este impulso se ve abocado a un movimiento circular, donde su sentimiento de soledad lo impele a relacionarse con otros. Empero, cuando los vínculos con éstos fracasan, por sus características actuales, se acentúa este sentimiento en él con una mayor angustia, y así, en un intento por apaciguarlo busca un nuevo vínculo que en su lugar lo angustia más; repitiendo el círculo.

Una posibilidad para romper este círculo vicioso es a través de la seguridad entrega por el medio, ya que un individuo con mayor seguridad en sí mismo y en su medio, es apto de buscar y relacionarse con sus objetos sin fusionarse con ellos. El individuo con mayor seguridad puede sentirse tranquilo en su interior como exterior, y así la soledad se le presenta como un impulso, como un estado que genera una búsqueda armónica que lo lleva a conocer su mundo y el de los otros.

La soledad, por lo tanto, se presenta como un peligro y una virtud ante el individuo, que desde su origen lo ha impulsado hacía otro. Desde los primeros estadios de vida del individuo se pude afirmar que éste necesita de un otro para poder sobrevivir y vivir. Un otro que con su ayuda le permita tomar noción parcial de sí mismo, todo gracias a que en un inicio construyó conjunto a él su realidad, mediante un cuidado continuo que le permitió acumular libido narcisista para cuando llegue el momento poder investir a sus objetos, con la misma luz con la que este otro le presentó en un inicio el mundo.

Ante ello, es adecuado reiterar que mundo e individuo se edifican mutuamente en esta paradoja donde el individuo posee un papel crucial en la creación del mundo; empero, a su vez el mundo es una pieza clave para que él pueda constituirse como tal, como un in-dividuo. Y así, desde el origen existen tanto yo como hay tanto un otro para notarlo, presentándose la angustia y el miedo por la ausencia de este otro como complementarios entre sí, empero no como iguales; por lo que no tiene lugar ni fin el equiparar la separación con la pérdida, pues en el primer caso

se desvanece y no existe una voluntad por revertir la irrevocabilidad dada por la desaparición del objeto, y en el segundo el individuo se ve impulsado a re-encontrarse con aquello que ha perdido.

Por tanto, la soledad entendida como una experiencia universal por el recuerdo del estado originario perdido, se manifiesta como un impulso inherente en el individuo que lo lleva a relacionarse con los objetos de su medio, con los otros; siendo una huella que evoca una demanda por vivir, que estriba entre violenta y serena, donde si todo salió suficientemente bien, el individuo en lugar de sentirse aislado en la compañía de los otros se siente resguardado por ellos, logrando estar a solas consigo mismo sin sentir que ha perdido a estos objetos de su mundo.

En este caso, la soledad se presenta como una virtud que le permite al individuo estar a solas en compañía de sus objetos y consigo mismo sin caer en angustia. Por lo que, la soledad muchas veces podría tratarse de una experiencia que sea el desarrollo de una voluntad individual. No es una enfermedad querer estar solo, la soledad es un estado natural que no se debería buscar renegarlo, pues como se ha visto esto puede producir mayor angustia que alivio, y sobre todo, que el lado positivo de la experiencia de soledad quede relegado a un falso olvido.

La soledad voluntaria, la soledad como virtud, ejemplifica claramente el lado positivo de la experiencia de soledad, pues existe un gran número de pensadores y creadores que por su relación con la soledad han sido aptos de las más altas conquistas de pensamiento, han realizado descubrimientos muy importantes y han dado solución a varios problemas que solo encontraron respuesta en un trabajo en solitario.

Resulta un tema muy atractivo la relación de la soledad con el desarrollo intelectual y cultural; empero, este no es el lugar ni momento para continuar con este cometido, por lo que lo último que se dice al respecto, es que un individuo solitario puede ser alguien que ha decidido serlo, que el estar a solas no necesariamente es una señal de desgracia.

Debido a ello, el fin de esta investigación se expresa como un intento por devolverle a la soledad su matiz benigno, presentando este concepto en relación con una aptitud inherente en el individuo que le permite mitigar la angustia producto de la re-experiencia del estado de soledad esencial, gracias a la devoción entregada por el medio en los primeros momentos de vida que le permite estar tranquilo en soledad al cuidado de una parte de sí mismo.

Retomando el ejemplo del primer capítulo, se podría decir que le individuo como Jesús, al encontrarse solo en el desierto, logra salir airoso de su mar pulsional por su aptitud para estar a solas, misma que solo pudo ser habilitada por un otro, por su continua devoción, que permitió edificar la seguridad necesaria para que el individuo pueda estar a solas consigo mismo y con los otros sin caer en angustia.

El individuo, como Jesús, se encuentra frente a dos posiciones: la soledad y el aislamiento, pudiendo oscilar entre ambas en diferentes tiempos; logrando así, el individuo que se encuentra aislado tras un determinado movimiento salir airoso de este estado, y re-encontrarse a solas en una re-experiencia que evoca su aptitud para estar a solas, misma que hasta ese momento estaba sepultada en una falsa completud, dada por la negación respecto a la falta inherente por el precio de estar vivo.

Una de las vías posibles para abordar la necesidad actual por un re-encuentro entre el individuo y su aptitud para estar a solas, puede darse a través de un análisis que ahonde respecto a la posición depresiva o a la fase de inquietud del paciente, especialmente cerca de aquellos momentos que se ejemplificaron en la propuesta de una primera lactación teórica.

En consecuencia, este tipo de análisis se relaciona sobre todo con una re-experiencia de una situación ambiental, un recuerdo, una huella del estado de total dependencia, que en su regreso le permite al paciente re-experienciar esta situación en un medio acorde con sus necesidades; pues, ahora el analista es quien debe sostener la situación en el tiempo, que incluso en un inicio puede tratarse únicamente de sostener al paciente, para generar junto con él una nueva experiencia que resignifique la anterior.

El amor de transferencia generado entre paciente y analista se presenta en este momento como una adaptación total, que podría asemejarse con la relación primitiva madre-hijo. De manera que, el analista en este primer momento se encuentra devoto al paciente, se adapta sensiblemente a sus necesidades, teniendo siempre en cuenta el propio ritmo del paciente, su propio curso, pues las características más importantes de este proceso siempre van emanar del paciente y no del analista.

En esta re-experiencia del estado esencial, surge la esperanza de una nueva oportunidad para que el individuo pueda desarrollar aquello que por su temor ha quedado congelado, aquello que ha sido imposibilitado por una dificultad inicial dada por un fallo ambiental; consiguiendo en

este regreso, permitir una experiencia renovada en la cual esta situación de fracaso se puede re-experienciar ahora en un medio que puede realizar una adaptación suficientemente buena.

El medio que se comporta como es debido, que permite una adaptación suficientemente buena, da lugar a una personalización satisfactoria, no deja sitio para falsedades. Este re-encuentro pone en contacto al individuo con lo más íntimo de él, causando que todo aquello que proceda de su verdadera naturaleza se sienta como real, por muy agresivo que sea. Se ha dejado de ser autómata y se ha comenzado a vivir.

A medida que el paciente retiene e incorpora recuerdos renovados de sus experiencias pasadas de soledad, comienza a ser apto para estar a solas, comienza a adquirir gradualmente una mayor confianza en sí mismo y en su mundo; pues, la conversión de lo dañino en bueno le ha permitido creer en su poder constructivo, ser apto para tolerar su culpa y miedo. Y ahora mucho más seguro, arriba al momento dado cuando se encuentra a solas en presencia del analista.

La creciente aptitud del paciente para poder estar a solas, genera que la devoción del analista gradualmente comience a disminuir, porque el paciente con una mayor seguridad en él y en su mundo, que día a día se ve reafirmada por la experiencia analítica, empieza a dar cabida a las experiencias transicionales, ya que por las continuas experiencias de seguridad éstas se abren paso y permiten, de a poco, des-fusionarlas del objeto redentor.

En otras palabras, las experiencias transicionales gradualmente se comienzan a des-fundir, consecuencia de la descatetixación del objeto redentor, extendiéndose por el territorio intermedio entre la realidad psíquica y el mundo exterior, desarrollando una nueva relación entre el individuo y su mundo, una relación segura y estable.

Este re-encuentro del individuo con su aptitud para estar a solas y la evidencia de que ahora puede estar a solas plenamente, implica que él conjunto al analista, ha construido un medio suficientemente seguro como para lograr estar a solas sin caer en angustia, sin encontrarse ante la imperiosa necesidad por buscar amparo en la presencia continua de un objeto redentor.

Todo esto gracias a que ahora el futuro ha cambiado el pasado, impulsando al paciente a una nueva búsqueda, en consecuencia de que ha adquirido la seguridad necesaria en él y en su mundo como para ser apto de renunciar, poco a poco, al brillo de su primer objeto, comprendiendo que

éste nunca va a poder ser igualado a como lo fue en su inicio; empero, no por ello va a dejar de buscar algo semejante en su realidad. El cielo está en la tierra.

La naturaleza propia del ser humano lo impulsa a separarse de lo que más quiere, y a su vez, a desearlo para siempre; dejando en su inconsciente una huella informe a todo lineamento real, misma que lo lleva más allá, a crear un mundo y encontrarlo a la par, a buscar objetos de interés y satisfacción, a repetir continuamente algo nuevo, a vivir.

La falta es búsqueda en este sentido, y el desarrollo del individuo desde una total dependencia hacia la interdependencia con su mundo, muestra la existencia de una presencia continua sostenida por ausencias, que en esencia y en un modo inconsciente funge como un territorio de seguridad para cuando el individuo está a solas.

Es decir, el individuo se sostiene en una paradoja constitucional: *ser libre sujeto a otros*. La constitución como un individuo se da únicamente por el deseo de un otro, pues en su origen es un ser abocado, por su desvalimiento, a una dependencia completa que solo otro puede sostener. Este sostén brindado por otro le permite, en su continuidad de amor, formarse la creencia de un mundo seguro, un reflejo más exacto a la realidad. La ausencia ya no es señal de pérdida y esto le da la posibilidad de poder estar a solas consigo mismo y su mundo.

Resulta adecuado volver a resaltar la importancia que tiene esta otra persona en los primeros momentos de vida del individuo, ya que debido a su devoción, él logra formarse la creencia de un medio ambiente benigno que lo dota de seguridad, que lo impulsa a un movimiento entre-presencias, a circular entre *Uno* y dos; porque, su aptitud para estar a solas se sostiene en las experiencias dadas por la presencia de alguien más, y la soledad por tanto, es una cualidad de la presencia, y la pérdida del pasado no es señal de derrota, sino una promesa por un re-encuentro.

En breve cerrará esta investigación, sírvase disculpar el carácter enmarañado de la misma, pues ya desde el título de cada apartado se puede observar que éste no coinciden enteramente con su contenido, y que a su vez, al intentar arribar a algún tipo de conclusión final se volvió a lo ya tratado. No por ello esta investigación ha resultado insatisfactoria, pues ha retomado un camino que yacía olvidado respecto a una teoría de la soledad como un estado inherente al individuo.

Por esta razón, esta investigación da un mayor énfasis al re-encuentro del individuo con su aptitud para estar a solas, y concluye que en este continuo movimiento se puede producir un

desplazamiento, por medio de seguidas re-experiencias de seguridad, que permita resignificar la huella esencial, volviendo así la búsqueda menos insaciable y frenética. El individuo en lugar de negar en la relación con el objeto la pérdida inherente a su condición humana, la resignará a una búsqueda continua que lo lleve a una vasta relación con los objetos del mundo. En otras palabras, esto es: *vivir*.

CONCLUSIONES

- La soledad como fenómeno depende de los movimientos de pensamiento que se han dado sobre la condición de la existencia humana, porque se edifica desde una concepción particular, en una filosofía determinada que define al ser humano en una posición de la cual se extrae este pensamiento, y que por consecuencia, presenta a este fenómeno como polisémico.
- La angustia es producto del primer momento en cuando el individuo es *Uno* con su medio, ya sea espontanea o como señal. Se manifiesta como el producto del desvalimiento psíquico de individuo, que es el correspondiente con su desvalimiento biológico en un inicio. Por ende, la angustia encuentra su origen en los primeros momentos de vida cuando el individuo se encontraba en una completa dependencia de otro, siendo éste el desencadenante de la angustia; y en consecuencia, ella depende de él, de su deseo. El reflejo del individuo en los ojos del otro es lo único que en un inicio le da forma a la angustia.
- El objeto redentor, un objeto transicional que no cayó al limbo, permite formular teorizaciones respecto al objeto fetiche, la adicción, la fobia, la obsesión, etc., debido a que, en todas estas condiciones se llega a observar una incapacidad en el individuo para estar a solas, exponiendo en ésta que la función del objeto, que en la obsesión se presenta como una idea, es negar la pérdida constitucional. Por ejemplo, algunas religiones evidencian como el individuo se protege de la pérdida ante la presencia continua de un ser omnipotente, donde tras varias experiencias, rituales, puede llegar a ser de nuevo *Uno* con el Todo.
- En esta investigación, el concepto de castración no se limita a la pérdida del pene, pues el pequeño no puede menos que sentir cada retiro del pecho materno como una mutilación, como una pérdida de una parte sustantiva de su cuerpo que él la contaba como su posesión; llegando a ser el acto mismo del nacimiento, la separación de con quien hasta es entonces se estaba unido, una experiencia arcaica de esta experiencia de pérdida.
- La noción de una primera lactación permite formular una posible explicación para el sentimiento de culpa, debido a que cuando el bebé desea el pecho y éste no está, es para él como si lo hubiera perdido para siempre, y puesto que en un inicio el pecho se equipara

a su portadora, el sentimiento de pérdida del pecho lleva al temor de haber perdido todo, y esto significa tanto la madre real como la internalizada; sintiendo el niño su pesar como un castigo por sus horribles acciones. Se podría decir que el pequeño en este momento siente culpa.

- En un principio la soledad se construye en el experienciar, tras el percatamiento del estado de dependencia total que impulsa al individuo a tomar las medidas necesarias para conservarlo, y si todo sale lo suficientemente bien, abre paso a la relación del pequeño con su objeto transicional, que más adelante da paso a la experiencia de sus fenómenos transicionales, y así, el pequeño que antes se aferraba a su mantita ahora balbucea. El individuo ya no añora porque ha resignado algo y eso es madurar.
- La experiencia de soledad evoca angustia en el individuo y lo impulsa a una búsqueda, a una repetición, a oscilar entre pérdida y reencuentro; donde su aptitud para estar a solas, demuestra que él ha sido apto de construir un medio lo suficientemente seguro como para poder estar a solas sin caer en angustia, todo gracias a que en un inició la devoción de otro le permitió alcanzar este logro. Evidenciando así, que la soledad resulta ser un pilar de la transferencia, porque a quién se introyecta sino es la persona amada. La experiencia de soledad pone de manifiesto esta repetición: *el pequeño repite en sus objetos lo que sus primeros objetos de amor hicieron en él.* Es decir, el amor es buscar aquello que se intenta repetir y que se consigue únicamente desde una diferencia que resulta similar a la huella del pasado.
- Los primeros momentos de vida resultan cruciales para el devenir futuro, por tanto el medio debe ser uno lo suficientemente bueno, como para que el acumulo de experiencias de pérdida-reencuentro le permitan al individuo adquirir confianza en los objetos que habitan en su mundo, pues ellas reafirman su creencia en la bondad de éstos; y así, se fortalece su sentimiento general de seguridad, resultando determinante el vínculo entre el individuo y su medio para que la soledad desemboque en una virtud o en un peligro, pues desde un inicio el individuo forma en este vínculo los pilares para desenvolverse en un mundo, que puede resultarle peligroso y terrorífico o benigno y saludable.
- La sociedad que no niegue el matiz benigno de la soledad, será apta de replantear el orden social, de transformar los espacios institucionales como las cárceles y los hospitales psiquiátricos, que actualmente son destinados a ser un depósito de individuos,

en lugares de reencuentro y desarrollo. El solitario no es alguien a quien temerle, su soledad le debe ser devuelta.

RECOMENDACIONES

- A pesar de que Winnicott en su teoría excluya la idea de la pulsión de muerte, y en su lugar proponga el estado de soledad esencial como contrapropuesta respecto a esta noción psicoanalítica inherente al individuo; se cree que no por ello en esta investigación valdría dejarla de lado, pues enriquece mucho a su teoría y le da nueva luces, volviendo mucho más fructífera su lectura.
- Un tema que no se toca en la investigación, empero que latentemente en determinados lugares se manifiesta, respecta al concepto de la devoción materna que marca una abrupta diferenciación entre ser *madre* y ser *mujer*. Por lo que en consecuencia, se cree adecuado ahondar en el concepto de la devoción materna y su relación con la feminidad.
- La respuesta realizada en el primer capítulo ante la pregunta respecto a que motiva a los literatas de las *novelas solitarias*, fue en sumo grado superficial, por lo que se recomienda que se debería continuar en su profundización; en sí, se recomienda continuar con una investigación de la soledad que tome en cuenta lo aquí propuesto, pues en estas breves páginas se ha presentado solo un poco de aquel océano que implica una verdadera teoría de la soledad, dejando caminos aún inexplorados como la relación de la soledad con el arte, el lenguaje, la cultura, la psicosis, el autismo, las adicciones, el amor, el suicidio, la religión, etc. Como se ve los temas resultan vastos, por lo que se espera que sus investigadores lo sean igual.

BIBLIOGRAFÍA

Amichai-Hamburger, Y., & Schneider, B. (2014). Loneliness and Internet Use. En R. Coplan, & J. Bowker, *The Handbook of Solitude: Psychological Perspectives on Social Isolation, Social Withdrawl, and Being Alone* (págs. 317-334). New York: John Wiley & Sons, Ltd.

Baricco, A. (2000). *City.* Barcelona: Anagrama.

Bowlby, J. (1956/1986). Psicoanálisis y cuidado al niño. En J. Bowlby, *Vínculos afectivos* (págs. 15-42). Madrid: Morata.

Bowlby, J. (1957/1986). Un enfoque etológico de la investigación del desarrollo infantil. En J. Bowlby, *Vínculos afectivos* (págs. 42-64). Madrid: Morata.

Bowlby, J. (1960). Separation Anxiety. *The international journal of psycho-analysis*, 89-112.

Bowlby, J. (1961/1986). El duelo en la infancia y sus impliacaciones para la psiquiatría. En J. Bowlby, *Vínculos afectivos* (págs. 64-90). Madrid: Morata.

Chaparro, R. (2014). *Opio en las nubes.* Zaragoza: Tropo Editores.

Clemente, J. (1969). *Historia de la soledad.* Buenos Aires: Siglo XXI.

Donald, J. (1874). *Diccionario etimológico de la lengua inglesa* . London: W&R.Chambers.

Estermann, J. (1998). *Filosofía Andina: Estudio Intercultural de la Sabiduría Autóctona.* Quio: Abya Yala.

Freud, S. (1905/1992). Tres ensayos de teoría sexual. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo VII* (págs. 109-224). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1907/1992). El creador literario y el fantaseo. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo IX* (págs. 123-137). Buenos Aires : Amorrortu .

Freud, S. (1909/1992). Análisis de la fobia de un niño de cinco años. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo X* (págs. 1-119). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1914/1992). Introducción al narcisismo. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XIV* (págs. 67-98). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1915/1992). Pulsiones y destino de pulsión. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XIV* (págs. 28-38). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1916/1991). Conferencia 27: la transferencia. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XVI* (págs. 392-408). Buenos Aires : Amorrortu.

Freud, S. (1917/1992). Duelo y melancolía. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XIV* (págs. 235-257). Buenos Aires : Amorrortu.

Freud, S. (1921/1992). Psicología de las masas y análisis del yo. En S. Freud, *Obras completas, Volumen XVIII* (págs. 65-136). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1921/1992). Psicología de las masas y análisis del yo. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XVIII* (págs. 65-104). Buenos Aires: Amorrortu.

Freud, S. (1923-1992). El yo y el ello. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XIX* (págs. 3-66). Buenos Aires : Amorrortu.

Freud, S. (1925/1992). Inhibición, síntoma y angustia. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XX* (págs. 73-164). Buenos Aires : Amorrortu.

Freud, S. (1930/1992). El malestar en la cultura. En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XXI* (págs. 57-141). Buenos Aires : Amorrortu.

Freud, S. (1937/1991). Análisis terminable e interminable . En S. Freud, *Obras Completas. Tomo XXIII* (págs. 211-254). Buenos Aires: Amorrortu.

Klein, M. (1928/1996). Estadios tempranos del conflicto edípico. En M. Klein, *Amor, Culpa y Reparación y otros trabajos (1921-1945)* (págs. 193-204). Buenos Aires: Paidós.

Klein, M. (1935/1996). Contribución a la psicogénesis de los estados maníaco-depresivos. En M. Klein, *Amor, Culpa y Reparación y otros trabajos (1921-1945)* (págs. 267-295). Buenos Aires: Paidós.

Klein, M. (1937/1996). Amor, culpa y reparación. En M. Klein, *Amor, Culpa y Reparación y otros trabajos (1921-1945)* (págs. 310-345). Buenos Aires: Paidós.

Klein, M. (1940/1996). El duelo y su relación con los estados maníaco-depresivos . En M. Klein, *Amor, Culpa y Reparación y otros trabajos (1921-1945)* (págs. 346-371). Buenos Aires: Paidós.

Klein, M. (1946/1996). Notes on Some Schizoid Mechanisms. *Journal of Psychotherapy Practice and Research, 5*(2), 160-179.

Klein, M. (1957/1993). Envy and Gratitude. En M. Klein, *Envy and Gratitude and Other Works 1946-1963* (págs. 176-235). London: Karnac Books.

Klein, M. (1963/1993). On the sense of loneliness. En M. Klein, *Envy and Gratitude and Other Works 1946-1963* (págs. 302-313). London: Karnac Books.

López, P. (2017). Integrar eficazmente las nuevas tecnologías para evitar los riesgos que entraña el abuso de las redes sociales virtuales. *Almenara*, 68-75.

Medrano, O. (2018). Las Aptitudes Humanas, su Naturaleza e Importancia en la Orientación (Análisis Crítico). *La Universidad*, 6-36.

Mijuskovic, B. (2012). *Soledad en filosofía, psicología y literatura* . Bloomington: iUniverse,Inc.

Moreno, J. (2014). Hacia una historia de la soledad. *Historia y Grafía*, 35-63.

Muchink, E., & Seidmann, S. (1998/2004). *Aislamiento y soledad.* Buenos Aires: Eudeba.

Palomera, V. (18 de Mayo de 2018). La soledad del síntoma y el vínculo de la transferencia. En A. Fuentes, M. Maside, I. Capelli, V. Palomera, G. Cordido, & E. Díaz, *Boletín #4, 5, 6, 7 y 8: La Soledad y el Vínculo Social. El psicoanálisis en las instituciones.* Madrid: FCPOL.

Rilke, R. (1949/1999). *Versos de un joven poeta.* Barranquilla: Mondadori.

Rincón, O. (2006). Apagá la tele, viví la ciudad en busca de las ciudadanías del goce y de las identidades del entretenimiento. En J. Bonilla, A. Calle, E. Herrera, J. Barbero, F.

Medina, L. Mejía, . . . M. Villadiego, *Entre miedos y goces. Comunicación, vida pública y ciudadanías.* (págs. 118-149). Bogotá: Pontificia Univserdidad Javeriana.

Rousseau, J.-J. (1781/2008). *Ensayo sobre el origen de las lenguas.* Córdoba: Encuentro Grupo Editor.

Rousseau, J.-J. (1782/1983). *Las ensoñaciones del paseante solitario.* Madrid: Alianza Editorial.

Schophenhuer, A. (1851/2006). *Parerga y paralipómena: escritos filosóficos menores.* Barcelona : Trotta.

Séneca, L. (1986/2006). *Epístolas morales a Lucilio.* Madrid : Gredos .

Silva, M. (1926/2012). Él. En M. Silva, H. Fierro, A. Borja, & E. Noboa y Caamaño, *Decapitados* (pág. 113). Quito: Luna de bolsillo.

William Bukowski, W., & Véronneau, M.-H. (2014). Estudiando la retirada social y el aislamiento en el grupo de pares. En R. Coplan, & J. Bowker, *Manual de la Soledad: perspectivas psicológicas sobre el aislamiento social, el retiro social y el estar a solas* (págs. 15-33). California : Wiley-Blackwell.

Winnicott, D. (1936/1999). Apetito y trastorno emocional. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 53-76). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1945/1999). Desarrollo emocional primitivo. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 199-214). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1948/1999). Pediatría y psiquiatría . En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 215-236). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1949/1999). La mente y su relación con el psiquesoma. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 325-240). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1950-1955/1999). La agresión en relación con el desarrollo emocional. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 275-294). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1951/1999). Objetos y fenómenos transicionales. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 307-324). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1952/1999a). La angustia asociada con la inseguridad. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 135-140). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1952/1999b). La psicosis y el cuidado de niños. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 195-306). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1954/1999). Aspectos metapsicológicos y clínicos de la regresión dentro del marco psicoanalítico . En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 371-390). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1954-1955/1999). La posición depresiva en el desarrollo emocional normal. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 351-370). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1956/1999). Preocupación maternal primaria. En D. Winnicott, *Escritos de pediatría y psicoanálisis* (págs. 397-404). Buenos Aires: Paidós.

Winnicott, D. (1958/1990). The capacity to be alone. En D. Winnicott, *The Maturation Processes and The Facilitating Environment. Studies in the Theory of Emotional Development* (págs. 29-36). London: Routledge.

Winnicott, D. (1963/1990a). The development of the capacity for concern. En D. Winnicott, *The Maturation Processes and The Facilitating Environment. Studies in the Theory of Emotional Development* (págs. 73-82). London: Routledge.

Winnicott, D. (1963/1990b). From dependence towards independence in the development of the individual. En D. Winnicott, *The Maturation Processes and The Facilitating Environment. Studies in the Theory of Emotional Development* (págs. 83-92). London: Routledge.

Winnicott, D. (1971/2005). *Playing and Reality.* London: Routledge Classics.

Winnicott, D. (1988/1993). *La naturaleza humana.* Buenos Aires: Paidós.

Yépez, R. (2006/2015). *Identidad y pertenencia.* Quito : Pura Imagen .