



Universidad  
Nacional  
de Rosario

Facultad de Psicología.  
Trabajo Integrador Final.

Título:

Símbolo y plasmación. La expresión artística creativa como  
recurso psicoterapéutico posible.

Investigación bibliográfica.

Nombre: Anabel Luna Medranda.

Legajo: L-0875/3

DNI: 30176151

Docente responsable: Gabriela Milatich.

2023

**Agradecimientos**

El presente trabajo viene a cerrar un camino que no ha sido fácil, pero el cual siempre estuve segura de transitar a pesar de sus dificultades y vaivenes. Muchas personas me han

acompañado durante este tiempo y mientras escribía este trabajo, algunas solo en mis pensamientos desde otros planos, otras con palabras o su presencia... todas han sido de importancia y merecen que las nombre.

A mis padres, quienes me acercaron desde mis primeros años a los libros animando mi amor por la lectura, siempre motivando mi curiosidad y mi pasión por el saber.

A mis hermanos Belén, Maribel y Leonel. Por los cuales he elegido este camino, por creer en mí y ayudarme a que yo misma lo haga. Ellos fueron no solo el motivo por el que elegí esta carrera, sino que me ayudaron sin saberlo a elegir el tema del presente trabajo.

A mis abuelas y tíos por enseñarme del dolor, de la escucha y por aceptar mis palabras.

A mi novio Cristian, por animarme a seguir adelante, por su comprensión y sobre todo por su paciencia, sus mates y compañía durante todo este tiempo.

A la profesora Gabriela Milatich, quien no solo me acompañó durante toda esta investigación sino que me enseñó sobre valentía y a atreverme a unir mis pasiones.

A la profesora Julieta Salcedo, por recibirme en cada consulta con una sonrisa, por sus devoluciones justas y ayudarme con mi ansiedad durante este proceso.

A mí querida facultad, por ser el espacio donde siempre pude ser yo misma.

## **INDICE**

Resumen.....	1
Resumen.....	3

Introducción.....	4
Objetivos.....	6
Desarrollo	
Buscando coordenadas.....	7 El
método de imaginación activa y amplificación.....	12 La
plasmación, una experiencia de encuentro.....	14 La
expresión artística como recurso terapéutico.....	16
Conclusión.....	19
Referencias bibliográficas.....	21

La presente investigación bibliográfica pretende en un comienzo dar cuenta del proceso de creación artística y de explicar cómo el símbolo permite expresar de manera preverbal emociones, situaciones psicológicas y/o problemáticas en la que el individuo puede estar inmerso. Se adscribió para esto a la perspectiva teórica de la psicología analítica de Carl Gustav Jung, la cual permitió exponer la relación entre lo simbólico, la expresión de imágenes y el proceso de creación artística. En la primera parte de la investigación se revisa el desarrollo teórico de la perspectiva haciendo hincapié en algunos conceptos importantes como inconsciente, símbolo y acto creador que funcionan como cimientos sobre el cual podremos ubicar el método psicoterapéutico propio de esta perspectiva. En la segunda mitad del trabajo se desarrolla la importancia de la plasmación que permite comprender como la expresión artística – creativa puede convertirse en un recurso terapéutico útil en la clínica.

**Palabras claves**

Símbolo – Plasmación – Inconsciente.

### **Introducción**

El interés por la expresión artística - creativa y su posible aplicación en el área de la psicología, permitió establecer el tema del que parte el presente trabajo, el tema es la relación entre el arte y la psicología. La problemática en la que se centrará el trabajo integrador final es la importancia de la creación artística y su expresión por medio de lo simbólico, y cómo el símbolo es posibilitador de una expresión preverbal que puede conducir a una aplicación terapéutica. Es decir, el trabajo tratará de dar cuenta de cómo el acto creador en su expresión artística, según la psicología analítica de Carl Gustav Jung, posibilita la comprensión de la situación psicológica del individuo y la posible resolución de su problemática.

Se parte de una premisa, la expresión artística permitiría al paciente expresar problemáticas o dificultades y además significaciones importantes en situaciones donde la palabra hablada esté imposibilitada. Un ejemplo serían situaciones en la que la persona aún no se encuentra conscientemente con los términos verbales para poder enunciarlo

porque estaría atravesada por cierto impacto que le impediría procesarlo o razonarlo. La expresión artística, puede ser un recurso terapéutico en sí mismo y puede brindar tanto a la persona como al profesional elementos que ofrezcan información por medio de la cual poder comprender la situación que el individuo esté transitando.

El fin que se persigue con el presente trabajo es reflexionar sobre nuestra caja de herramientas como futuros profesionales y de ser posible, ampliar las posibilidades que como futuros psicólogos necesitaremos de cara a las necesidades de las problemáticas sociales presentes.

El paradigma de la psicología actual demuestra la importancia de buscar diferentes métodos que contemplen la realidad no sólo psíquica de los individuos sino también social, cultural y colectiva de las cuales no puede separarse. Por lo tanto el conocimiento y la aplicación de métodos que permitan al individuo situarse de manera activa ante su situación, no solo ayudarán al profesional en su tarea, sino que los mismos brindarán a las personas el reconocimiento de su carácter activo como transformadores de su propia realidad. La creatividad justamente permite que el individuo se coloque en un lugar activo, esto es fundamental en el bienestar y progreso de las personas. De este modo la expresión artística permite la exploración de los espacios psicológicos internos, en donde la creatividad juega un papel primordial en el encuentro con pensamientos, sentimientos, emociones y sensaciones físicas propias que pueden ser útiles en el campo clínico.

Para el desarrollo del presente trabajo se suscribió a la perspectiva teórica de la psicología analítica, debido a que fue C. G. Jung quien investigó y propuso en el proceso creador una forma de exteriorizar un drama interno por medio del símbolo. El plasmar que posibilita la creación artística, permitiría observar las imágenes internas, para que de esta manera puedan surgir las palabras. Justamente la psicología analítica cuenta con un método psicoterapéutico propio. Este autor introdujo las actividades plásticas para poder obtener información del inconsciente y de esta manera al plasmar estas imágenes podía comprenderlas e integrarlas a la consciencia utilizando el método de la imaginación activa y su posterior amplificación (Milatich, 2022).

Es necesario aclarar que a la psicología analítica no le interesó la obra de arte en sí, C. G. Jung (2014) centró su atención sobre el proceso de creación artística. Entendiendo al mismo como una actividad psicológica humana movida por procesos psíquicos, sostuvo que sería esta parte del arte, es decir el proceso de creación artística, la que debía ser objeto de la psicología. Por ende, pone el acento en el movimiento del tiempo, donde se da el acto creador, porque es allí donde aparece la subjetividad. Es decir, a este autor no le interesó responder la pregunta de qué es el arte o analizar una obra de arte en sí, sino la expresión particular y subjetiva de la persona por medio de la acción creadora. Es necesario agregar que tampoco se interesó en hacer del arte un modo de acceso al estudio de patologías.

Jung considera a la creación artística como una producción más del inconsciente, tan importante como otras formaciones. En la creación artística, Jung (1995) pudo situar una producción espontánea de material simbólico.

4

En los desarrollos teóricos de la psicología analítica se puede encontrar una clara exposición de la facultad que tiene el hombre de generar símbolos o imágenes. Un ejemplo de esta labor se encuentra en *El hombre y sus símbolos* (1995), libro que redactó junto a otros colaboradores convirtiéndose en su último trabajo, concluyendo esta obra poco tiempo antes de morir. Esta generación de símbolos es producto de la libido, desde esta perspectiva se entiende a la libido como energía psíquica general (Jung, 1995)

Para Jung (1995) una palabra o una imagen es simbólica cuando representa algo más que su significado inmediato y obvio, de esta manera diferenció claramente la función del símbolo de la del signo. Lo simbólico nos acerca a un aspecto del inconsciente, que nos permitiría un encuentro de éste con la consciencia. Cuando se hace referencia a las

imágenes internas se debe aclarar que no son sólo visuales, sino que estas imágenes pueden ser táctiles, gustativas, olfativas, auditivas y/o sensoriales.

Para poder cumplir con los objetivos propuestos en este trabajo, se seleccionó aquel material de los escritos de la psicología analítica que se ocupan de las categorías que se entienden indispensables para el mismo. La exposición de estas categorías, realizada en la primera parte del desarrollo, permitirá asentar los cimientos para poder entender cómo se levanta sobre estos el método de la psicología presentada por C. G. Jung. Estas categorías son la creación artística o acto creador, el símbolo y el inconsciente desde la perspectiva junguiana. Su definición de inconsciente aporta una mirada distinta y será necesario desarrollar esta categoría con el fin de demostrar la importancia de éste en el papel como “contenedor” de imágenes y su relación con la meta que persigue en la producción de símbolos por medio de los cuales se expresa.

## **Objetivos**

### **Objetivo general:**

\*Dar cuenta del proceso de creación artística según la psicología analítica de Carl Gustav Jung y explicar de este modo cómo el símbolo permite expresar de manera pre verbal emociones, situaciones psicológicas y/o problemáticas en la que el individuo está inmerso, y cómo esto puede conducir a una posible aplicación terapéutica.

**Objetivos específicos:**

\*Demostrar la relación que existe entre lo simbólico, la expresión de imágenes y el proceso de creación artística.

\*Establecer cómo la expresión artística puede convertirse en recurso terapéutico en sí mismo y puede ofrecer tanto a la persona como al profesional, información para comprender la situación que se está transitando.

**Buscando coordenadas**

Con el fin de poder alcanzar los objetivos planteados para el presente trabajo, es necesario comenzar la exposición con la presentación de Carl Gustav Jung, principal representante y fundador de la psicología analítica, perspectiva teórica sobre la que se apoya este desarrollo.

Carl G. Jung (1875-1961) fue un destacado médico psiquiatra, psicólogo y

ensayista de origen Suizo. Conocido también como uno de los representantes de lo que se llamó psicología profunda. Su vida profesional estuvo dirigida hacia el desarrollo teórico de sus ideas y la práctica clínica.

Colaboró en los inicios del siglo XX con Sigmund Freud en la difusión del Psicoanálisis, con el cual intercambió muchas ideas llegando a forjar una importante amistad y sobre todo un gran respeto (Jung, 2002). Sin embargo, luego de un tiempo toma distancia del psicoanálisis y se centra en sus propias ideas, profundizando y desarrollando lo que llamó a partir de 1913 psicología analítica.

La psicología analítica para su construcción teórica y terapéutica se apoyó en el método sintético constructivo, el cual Jung se ocupó de diferenciar del método causal reductivo que daba preeminencia al signo. El método sintético, abordaría los productos inconscientes como expresiones simbólicas. (2010) Se hace necesario agregar que la psicología analítica en su método abordó elementos provenientes de la Filosofía, la Mitología y la historia de las religiones.

Gabriela Milatich en su libro *Arte y Símbolo para C. G. Jung (2022)* nos brinda una mirada acerca de los conocimientos de la psicología analítica.

Los conocimientos de la Psicología Analítica componen una teoría que nos sucede y moviliza, pues resuena con la experiencia vivida de cada individuo y, en ese sentido, no se reduce a la sola articulación de conceptos racionales. Es, en mi entender, un conjunto de ideas coherentes que persigue mostrarnos la teleología de la psique, un fin que es intrínseco a ella, y que se realiza en cada uno de nosotros los sepamos o no. Jung nos invita a un trabajo de reconocimiento interior que iluminara nuestros traumas, complejos sufrimientos y, también, nuestras posibilidades y potencialidades como seres humanos, seamos terapeutas o no (Milatich, 2022, p.18).

La psicología analítica consistiría entonces en un constructo teórico que contendrá ideas y conceptos racionales, pero además C. G. Jung intentó en su despliegue poder dar cuenta del funcionamiento de la psique, de su estructura y de su meta incluyendo imágenes, emociones y sentido.

Para C. G. Jung (1995) la psique no es equivalente a la consciencia y su contenido. Él explica cómo el estudio de los sueños le facilitó a él y otros psicólogos investigar el aspecto inconsciente de los sucesos de la psique consciente. En base a estos estudios, se pudo suponer la existencia de una psique inconsciente. El interés por este aspecto de la psique y sus fenómenos dio lugar al porqué la psicología analítica se conoce también como psicología simbólica o psicología profunda. En el libro *Lo inconsciente (2010)*, Jung explica que fue Eugen Bleuler, psiquiatra, médico y profesor universitario quien le había propuesto el nombre de "psicología profunda" para indicar esta particular psicología, la cual se ocupa de las profundidades o fondos del alma, (aquí podríamos referir a la palabra psique que viene del griego ψυχή, psykhe = alma esencia de la vida, la palabra griega ψυχή proviene del verbo ψύχειν, psykhein = soplar) a estas profundidades se la designa con el nombre de lo inconsciente (Jung, 2010).

Se hace necesario poder entender, que cuando hablamos de inconsciente en psicología analítica se lo debe entender como un concepto psicológico y no filosófico, no se trata solamente de una mera descripción de aquello que era desconocido y quedaba por fuera de la consciencia. Jung (1995) describe al inconsciente como una compleja parte de la psique humana. Para este autor el inconsciente intenta llegar a la consciencia, hacer lazos con la misma y es a través de la manifestación de fenómenos psíquicos variados que intenta llegar a esta. Algo que resulta muy interesante en esta perspectiva, es la idea de que del inconsciente pueden surgir pensamientos nuevos e ideas creativas.

La concepción de inconsciente de la psicología analítica, implica tanto lo personal como lo colectivo, en un texto de 1922 podemos observar como explicaba Jung esta

diferenciación:

Al contrario de lo que ocurre con lo inconsciente personal, que es de alguna manera una capa relativamente superficial situada inmediatamente debajo del umbral de la consciencia, lo inconsciente colectivo no tiene, en circunstancias normales, capacidad de consciencia (...) En realidad, lo inconsciente colectivo no existe en sí mismo, ya que no es más que una posibilidad, concretamente esa posibilidad que hemos heredado de tiempos inmemoriales (remotos) en forma de imágenes mnémicas o, en términos anatómicos, en nuestra estructura cerebral (Jung, 2014, p. 72).

Jung ya a finales de su vida dice que “lo que llamamos inconsciente ha conservado características primitivas que formaban parte de la mente originaria” (Jung, 1995, p.98) En el mismo libro, el inconsciente es definido por el autor, como un fenómeno natural y explica que como la propia naturaleza (éste) es neutral. De esta manera contendría todos los aspectos de la naturaleza humana, tanto luminosos como oscuros, bellos y feos, buenos y malos, profundos y necios (Jung, 1995). A esto Jung lo llamó inconsciente colectivo.

Otra cosa que diferencia esta perspectiva fue la atención en la comprensión que el mismo paciente tenía de las imágenes que presentaba, de las que presentaban tanto en sus sueños como en sus fantasías. Era importante escuchar al paciente respecto a la comprensión que él mismo podía brindar, como a las asociaciones que éste hacía al relacionar estas imágenes con su historia y vida. Jung (1995) explica que fue el estudio de los sueños pero también el de la mitología y las imágenes mitológicas que esta aporta, lo que le brindó una comprensión de la psique humana. Estas imágenes provenientes del inconsciente tenían un sentido y un significado más profundo relacionado a lo más propio de cada individuo.

Ahora veamos la etimología de la palabra símbolo siguiendo el desarrollo de G. Milatich hace en su libro (2022), la palabra deriva del término latino *simbŏlum*, y este proviene del griego *σύμβολον* (*symbolon*). Se forma de la raíz *sin*, que quiere decir ‘con’, ‘junto’ o ‘unido’, y de *ballein*, que quiere decir ‘lanzar’. Por lo tanto, en su sentido etimológico un símbolo sería aquello que se lanza para unir. Si retomamos la idea de que el inconsciente para la psicología analítica intenta enlazar y alcanzar la conciencia, podemos entender que el símbolo como su producto tiene la propiedad de reunir dos partes.

Será necesario prestar atención en lo que expresa Jung en *El hombre y sus símbolos* (1995) donde expone que una palabra o una imagen son simbólicas cuando representan algo más que su significado obvio. En esta obra seguirá sumando ideas a la definición de símbolo, él expresa que lo que llamamos un símbolo es un término, un nombre o una pintura que, puede ser conocida en la vida diaria aunque posea connotaciones específicas, que además de su significado corriente y obvio, representa algo más, que es desconocido u oculto para nosotros. De esta definición que nos brinda el autor, podemos tomar este carácter de representar algo desconocido u oculto, esto parece ser una referencia clara a la noción de inconsciente. Entonces el símbolo, para la psicología analítica, tendría un aspecto inconsciente más amplio que nunca está definido con precisión o completamente explicado.

Los símbolos son productos naturales espontáneos, por ejemplo en el sueño se producen espontáneamente, Jung (1995) muestra que los sueños fueron la base sobre las que se asienta todo lo que se conoce del símbolo, pero los símbolos no solo se producen en los sueños, explica que aparecen en toda clase de manifestaciones psíquicas. Además deberíamos agregar que, existirían otros símbolos que no serían individuales, sino colectivos, tanto en su naturaleza como en su origen, ejemplo de esto podemos citar las imágenes religiosas. En estas imágenes podemos observar que hay pensamientos, sentimientos, situaciones y actos simbólicos, como por ejemplo los ritos, que están presentes en todas las religiones del mundo. Este tipo de imágenes tendrían un claro

origen inconsciente, conectadas con lo histórico social y colectivo. Por ende, estas imágenes o

8

símbolos colectivos pueden aparecer en el material que aportan los pacientes junto a otras imágenes individuales. Si retomamos lo trabajado hasta aquí, el símbolo tendría esta función de puente comunicacional entre el inconsciente y la consciencia.

Hemos llegado a la descripción de qué es un símbolo, y a partir de aquí hemos tratado de explicar que es una imagen simbólica, pero hay que aclarar que cuando hablamos de estas imágenes internas, las mismas no son solo visuales, estas pueden ser táctiles, gustativas, olfativas, auditivas y/o sensoriales.

Planteada la concepción de inconsciente y además que son las imágenes simbólicas o símbolos, será necesario pasar a desarrollar la tercera categoría indispensable para nuestro trabajo la creación artística o acto creador, para poder ver cómo estos conceptos o categorías se relacionan entre sí.

Jung en una conferencia del año 1922 dejaba claro su punto de vista sobre la relación del arte con la psicología. Ambos campos guardan una íntima relación que exigía la consideración psicológica, considera que el ejercicio de la creación forma parte de la actividad humana surgida de motivos psíquicos y por lo tanto se convertiría en objeto de estudio para la psicología analítica aportando conocimiento a la psicología general. Como se observa en la siguiente cita, a la psicología analítica no le interesó la pregunta de qué es el arte, sino que centró su atención en el proceso de creación.

Sólo esa parte del arte que se mantiene a lo largo de todo el proceso de la creación artística puede ser objeto de la psicología, pero no aquella en la cual radica la esencia genuina del arte. Esta segunda parte, es decir, la pregunta de qué es el arte en sí, no puede ser nunca objeto de consideración psicológica, sino únicamente de un enfoque estético-artístico (Jung, 2014, p. 57).

Lo que quiere explicar Jung a través de esta limitación, es que todo lo que podrá averiguar la psicología sobre el arte, está en relación al proceso psíquico de la actividad artística, por ende no será objeto la esencia más íntima del arte, de lo cual podríamos agregar que fue objeto de la filosofía. Cuando hace referencia al proceso, pone el acento en el movimiento del tiempo donde se da el acto creador, justamente porque es allí donde aparece la subjetividad.

Jung no adopta el punto de vista de la historia del arte, tampoco hace del arte un modo de acceso al estudio de patologías, estas formas de concebir el arte estarían vinculadas al signo. “Jung consideraba el arte, ante todo, como una actividad simbólica” (Milatich, 2022, p. 61).

El proceso psíquico de la actividad artística, es el que será de interés para la psicología analítica, es en este acto creador como lo llama esta perspectiva, que coloca la función del símbolo como viabilizador de diferentes expresiones. Si se retoma lo que se viene exponiendo, se comprende lo que Jung expresa al decir que la libido tiene una propensión a crear símbolos, esto que se observó en los síntomas neuróticos y que pudo estudiar la psicología analítica en los sueños, pudo situarlo en todas las manifestaciones de los fenómenos psíquicos y el acto creador es una más de estas manifestaciones. El símbolo, puede ser expresado por medio de diferentes creaciones o plasmaciones, las plasmaciones plásticas, literarias entre otras manifestaciones artísticas como podría ser también la danza a través del movimiento.

Abordar el arte desde la psicología analítica implica indagar sobre las emociones, los procesos internos y los procesos simbólicos que son determinantes para el desarrollo individual. Se trata de un proceso humano que puede plasmarse en cualquier tipo de obra,

no solamente en una obra pictórica, sino en la poesía, en la música, en la arquitectura y en otros modos de expresión (Milatich, 2022, p. 62).

Deberíamos agregar a la cita anterior que como se puede plasmar en cualquier tipo de obra, también se puede hacer en cualquier tipo de soporte. Y donde el soporte puede ser el cuerpo físico mismo o en diferentes espacios tridimensionales.

9

En *Las relaciones de la psicología analítica con la obra de arte poética* (2014), conferencia que Jung leyó en 1922 en la sociedad de Lengua y Literatura Alemanas explica que cuando se habla de psicología de la obra de arte, se tendrá en cuenta dos posibilidades distintas de creación de una obra. Por un lado puede ser que el artista se identifique con el proceso creador, es decir que él es la creación misma, se encontraría inmerso en ella con todo su ser. Y la otra posibilidad es que la obra se le imponga, tome posesión de su mano, de su cuerpo. En este caso la consciencia se ve inundada por un torrente de ideas e imágenes en la cual no hay ni intención ni voluntad de producirlas, no está a la espera de crear una obra u objeto de arte, el artista o individuo sólo podrá seguir el impulso creador (Jung, 2014).

En estas dos posibilidades, parece en un primer momento que la voluntad sería la causa que las diferencia, sin embargo en ese texto prosigue explicando que aquel que crea conscientemente y que dispone libremente de su facultad, podría a pesar de su conciencia, estar conmovido por un impulso creador y no recordar la desviación que se habría producido de su voluntad. Este actuar libremente sería solo una ilusión de su consciencia. “El análisis práctico de los artistas demuestra una y otra vez lo poderoso que es el impulso que, partiendo de lo inconsciente, insta a la creación artística, y también lo caprichoso y despótico que es” (Jung, 2014, p. 66).

La obra puede entonces ser intencionada y consciente o rebasar el alcance del entendimiento consciente con un lenguaje cargado de significado cuyas expresiones tuvieran el valor de auténticos símbolos. (Jung, 2014) En ambas producciones, el símbolo significa la posibilidad de un sentido más amplio y de esta manera podemos advertir la presencia del impulso creador del inconsciente.

En estas obras se encontrarán contenidos que podrían ser explicados por la persona o de los que podría intentar una interpretación, sin embargo, hay otros que parece mucho más difícil de entender su origen. Lo que nos explica Jung es que la obra que tuviera como origen el inconsciente personal sería claramente simbólica. Pero la otra además de simbólica, se distingue por contener imágenes primigenias, que provendrían de una mitología colectiva, estas imágenes son lo que llamó arquetipos y por lo que se viene entendiendo tiene su origen en el inconsciente colectivo (Jung, 2014). En esta conferencia podemos encontrar una de las primeras conceptualizaciones que ensaya el autor sobre lo que es un arquetipo.

La imagen primigenia o arquetipo es una figura que, ya sea «demon», hombre o proceso, se repite a lo largo de la historia allí donde se ejerce libremente la fantasía creadora. Por ello es esencialmente una figura mitológica. Si analizamos estas imágenes de cerca, descubrimos que constituyen en cierto sentido el resultado formulado de innumerables experiencias típicas de nuestros antepasados (Jung, 2014, p. 73).

Jung en su autobiografía publicada en el año 1961, narra muchas experiencias propias que muestran su relación con las herramientas que provee u ofrece el arte, con la plasmación, situaciones donde se puede percibir la influencia de este impulso creador en diferentes momentos de su vida.

Relata un episodio en el que se encontraba impedido de seguir trabajando en sus desarrollos teóricos alrededor de los años 1912 y 1913. Comenzó a tener sueños y

fantasías pero también la necesidad de realizar ciertas actividades como jugar, pintar, armar pequeñas construcciones con piedras que lo ponían en contacto con sus imágenes internas. Estas imágenes insistían y lo movilizaban profundamente. En un primer momento desconocía que era realmente lo que hacía, sin embargo, luego se dio cuenta de la necesidad de dejarse llevar por este impulso creador, pues luego de estos permisos él podía conseguir una claridad para seguir con su trabajo profesional. Estas actividades lo acompañaron durante toda su vida “Este tipo de acontecimiento continuó teniendo lugar en mí. Siempre que en mi vida posterior quedaba atascado, pintaba un cuadro o esculpía una piedra y ello constituía siempre un rite d'entrée (rito de entrada) para las ideas y trabajos subsiguientes” (Jung, 2002, p. 209).

10

Estas experiencias que comenzaron alrededor del año 1913 fueron plasmadas por Jung no sólo por escrito, sino también a través de imágenes. En su autobiografía hace referencia a este periodo como análisis del inconsciente o confrontación con el inconsciente y se ven materializadas en la obra que en la actualidad se conoce como *El libro rojo* (2010). Cabe aclarar que Jung registró sus fantasías primero en sus libros de anotaciones conocidos como los *Libros Negros*, tiempo después reelabora y completa con reflexiones en este libro encuadernado en cuero rojo de grandes dimensiones donde incluye las plasmaciones y lo titula *LIBER NOVUS* (Jung, 2010).

De la siguiente manera hacía referencia a los años en que se dedicó a trabajar sobre sus propias imágenes. “Los años en que ya trataba de aclarar las imágenes internas constituyeron la época más importante de mi vida en que se decidió todo lo esencial. Entonces comenzó todo y las posteriores particularidades son sólo complementos y aclaraciones” (Jung, 2002, p. 237). Cuando hace referencia a todo lo esencial se refiere a su trabajo posterior, por lo tanto a su desarrollo teórico y por ende a su práctica clínica.

El recoger estos pasajes de la vida de Jung no es inocente, tiene como objetivo, mostrar cómo su vida y obra profesional estaban fuertemente relacionadas. La experiencia llevada en esos años, consistió para este autor en un experimento científico llevado a cabo sobre sí mismo, sobre su propia persona tomándose como objeto de estudio, cuyo interés consideraba era realmente importante. Esta actividad creativa le permitió comprender cómo podía traducir sus emociones en imágenes y a la vez sus imágenes en obras, de esta manera no abandonarse enteramente a sus emociones. Lo que buscaba era hacer consciente las imágenes que se encontraban detrás de esas emociones pues tenía un valor terapéutico (Jung, 2002). Más tarde denominó a este método “Imaginación activa”, este se apoyó en el impulso creador del inconsciente que venimos desarrollando, por ende en la libido generadora de imágenes.

Es necesario situar estas experiencias en esa época de la historia, preguntarnos qué buscaba realmente en ese momento de su vida. En ese momento había retomado sus propios desarrollos teóricos e intereses, de esta manera se encontraba en un momento de necesidad de poder sistematizar esto que venía trabajando hace varios años. La necesidad de un fundamento científico, de un método se sostenía en un paradigma positivista que reinaba en esos años y el cual nunca abandonó. Estos conocimientos debían ser no sólo racionales sino contar con un sustento científico aceptado, esto puede explicar porque en un primer momento tuvo que superar su resistencia para darle lugar a sus propias imágenes.

Es naturalmente una ironía el que yo, como psiquiatra, haya topado en mi experimento, por así decirlo, a cada paso con aquel material psíquico que constituye los elementos de una psicosis y que por ello se encuentra en el frenopático. Es aquel mundo de las imágenes inconscientes que sume al enfermo mental en fatal confusión, pero también a la vez una matriz de la fantasía creadora de mitos, que han desaparecido de nuestra época racional.

La fantasía mítica existe ciertamente en todas partes, pero es tan mal vista como temida, y parece incluso una experiencia arriesgada a una aventura equívoca confiarse a la senda insegura que conduce a las profundidades del inconsciente (Jung, 2002, p. 225).

Jung fundamentó por medio de sus trabajos la utilidad que tenía la fantasía, la cual hasta ese momento no tenía valor, estas experiencias eran dejadas de lado e invalidadas. Para este autor la fantasía tiene una función psíquica, un lugar útil dentro del desarrollo psicológico

11

### **El método de imaginación activa y amplificación**

El camino que vamos transitando parece empezar a aclararse un poco. En el apartado anterior se trató de establecer el interés de la psicología analítica en relación al arte y cómo se produce el proceso psíquico de la actividad artística. Se pudo observar como el impulso creador moviliza al individuo y reclama un lugar en su vida.

Se intentó mostrar cómo la experiencia de confrontación con el inconsciente llevada a partir de 1913 permitió a Jung trabajar con sus propias imágenes internas que derivaría años más tarde en lo que se conoce como el método específico de la psicología analítica, este se divide en dos momentos el primero el de la imaginación activa y el segundo el de amplificación, comencemos con el primer momento.

La imaginación activa consiste en una práctica, en la cual se intenta lograr un particular estado de consciencia, que se denomina consciencia de umbral, sería una atención relajada. Milatich (2022) en su libro explica que se genera a partir de una respiración tranquila y pausada. “En este estado la persona volcaría su atención hacia su propio interior para permitir que los contenidos de su inconsciente afloren en forma de imágenes, palabras, colores, sensaciones, etc” (Milatich, 2022, p. 45).

Esta práctica que como describimos en el apartado anterior fue llevada adelante por el propio Jung, permitiría traer información del inconsciente a la consciencia.

La imaginación activa es cierta forma de meditar imaginativamente por la cual podemos entrar deliberadamente en contacto con el inconsciente y hacer una conexión consciente con fenómenos psíquicos. La imaginación activa está entre los descubrimientos más importantes de Jung. Mientras en cierto sentido, es comparable a las formas orientales de meditación, como el método del Budismo Zen o el Yoga Tântrico a los métodos occidentales, como los ejercicios espirituales de los jesuitas, es fundamentalmente distinto porque el meditador permanece vacío por completo de toda meta o programa consciente. Así la meditación llega a ser el experimento solitario de un hombre libre, que es todo lo contrario de un intento guiado para conocer el inconsciente (Jung, 1995, p. 206).

En la cita anterior podemos ver como Marie Louise von Franz en su contribución realizada en *El hombre y sus símbolos* (1995) en relación al proceso de individuación intenta explicar de qué se trata la imaginación activa y su utilidad. Como se puede observar el individuo tiene una actitud activa y voluntaria frente a las imágenes que le otorga el inconsciente, se dirige a ellas de manera intencionada.

Entonces podríamos situar aquí una distinción de la imaginación activa, mientras que en la fantasía vemos una facultad humana de representar mentalmente sucesos, historias o imágenes que parecen presentarse de manera espontánea. En la imaginación

activa se aplica la voluntad consciente y deliberada de dirigirnos hacia esas fantasías e imágenes de un modo activo e intencionado.

Sonu Shamdasani (2010), profesor y director de la University College de Londres, historiador e investigador de psicología y psiquiatría. En su contribución “El libro rojo de C. G. Jung”, escrito que se encuentra en la primera edición del *Libro rojo (2010)*, expone en *la transformación de la psicoterapia* que Jung desarrolló nuevos conceptos respecto de los objetivos y los métodos de la psicoterapia a partir de sus experiencias. En este segmento, podemos encontrar testimonio de anotaciones que hizo una de las pacientes respecto a las instrucciones de cómo dirigirse hacia sus imágenes internas que le había proporcionado el mismo Jung.

Entonces, en lugar de conservar la imagen o forzarla a irse, usted sólo debe mirarla. Ahora, cuando mira esas imágenes, usted debe aferrarse a ellas y ver hacia dónde la llevan -cómo cambian-. Debe intentar introducirse usted misma en la imagen -para convertirse en uno de los actores-. Cuando yo empecé a hacer esto, veía paisajes. Entonces aprendí cómo colocarme a mí mismo dentro del paisaje, y las figuras querían hablar conmigo y yo les respondía... (Jung, 2010, p. 217).

12

Por lo que se puede ir entendiendo el método permitiría entrar en contacto con el inconsciente, por medio de la interacción con las imágenes internas de una manera intencional y controlada, es decir se realizaba desde un estado de relajamiento pero sin perder la consciencia. Esto permitiría luego poder plasmar o materializar aquellas imágenes o contenidos internos vivenciados durante la práctica de la imaginación activa en algún soporte. Debemos recordar que no es necesario saber dibujar o tener alguna destreza especial para realizarlo, cuando hablamos de plasmación se hace referencia a la expresión por diferentes medios y en diferentes soportes con el cual el individuo se sienta cómodo.

La plasmación que se realiza luego de la imaginación activa, parece funcionar como un punto de encuentro con la arteterapia en general. Con el fin de situar las diferencias y encuentros que tiene el método de la imaginación activa con la misma, G. Milatich (2022) explica que la arteterapia puede ser llevada adelante por cualquier persona con cierto conocimiento y que admite su aplicación en encuentros grupales donde puede utilizarse algún tipo de ambientación, por ejemplo cierta música en especial. En cambio, el método de la imaginación activa, requiere de un espacio tranquilo y solitario. En común podríamos situar el desarrollo, crecimiento y madurez de la persona, pero la meta en la imaginación activa es que el inconsciente hable y se exprese en forma de imágenes, complejos que deben ser comprendidos e integrados. De aquí se puede entender la importancia del acompañamiento de un profesional psicólogo formado en esta perspectiva, además de indicar el momento de aplicar la imaginación activa, él mismo podría producir diagnósticos, pronósticos, realizar tratamientos y devoluciones.

Pasemos al segundo momento, el de amplificación, como vimos el origen de las imágenes internas era el inconsciente y gracias al impulso creador estos símbolos pueden llegar a ser representados, plasmados y/o expresados. Aniela Jaffé en su colaboración “El simbolismo en las artes visuales” incluida en *El hombre y los símbolos (1995)* nos recuerda que Jung ya había mencionado que era la consciencia la que guardaba la llave de los valores del inconsciente y que por lo tanto, solo la consciencia estaría capacitada para determinar el significado de las imágenes y para reconocer su importancia para el hombre en el aquí y ahora. De esta manera hablaba de un desconocimiento del papel importante y decisivo que tiene el yo y por lo tanto la consciencia (Jung, 1995).

En la amplificación nos encontramos con un trabajo de sumatoria de datos en

relación a lo que ha plasmado, la amplificación permite a la persona detectar conexiones más amplias, se vuelve a encontrar con la figura del profesional, quien como nos dice G. Milatich lo acompañara y ayudara “-mediante sus diversos conocimientos vinculados al lenguaje simbólico y su experiencia personal- a la amplificación de lo que ha emergido para que el paciente pueda encontrarse con su propia historia y revelar el sentido oculto en esta” (2022, p. 74).

El solo observar lo que se ha producido o plasmado puede producir algo distinto en el individuo, esto se debe a que se encuentra con sus propios símbolos, comprensiones y emociones. A diferencia del primer momento en el cual el psicólogo solo aparecía dando ciertas directivas de cómo proceder en relación a las imágenes y su plasmación, ahora colabora en la amplificación de los símbolos e imágenes que se irán encontrando. Esto no quiere decir que se realicen interpretaciones a modo directo o cerrado, como si fueran signos. Será de importancia para la comprensión de los símbolos entender que el método de la psicología analítica permite la integración del símbolo en una expresión general comprensible.

Jung (1995) advierte que el símbolo no puede separarse de quien lo produce y será el propio paciente quien traiga cierta resonancia de lo que ha plasmado o siente respecto a eso.

Como se expresó en párrafos anteriores, la imaginación activa junto a la amplificación constituirá el modelo psicoterapéutico junguiano. La finalidad de este modelo psicoterapéutico será facilitar que el individuo entienda desde su presente su realidad y lo segundo el proceso de individuación o autorrealización psíquica, es decir aquello que Jung llamó autoconsciencia (Milatich, 2022).

13

### **La plasmación, una experiencia de encuentro**

La plasmación de nuestras imágenes internas nos posibilita otra manera de ser, de estar, de existir. A través de la expresión de aquellas imágenes internas surge otro decir de nosotros mismos, una forma de expresión preverbal que le da existencia, que hace cuerpo a través del cuerpo.

Por medio de la expresión y de estas imágenes -que debemos recordar no son sólo visuales sino táctiles, gustativas, sensitivas, olfativas- nos ponemos en contacto con nuestra naturaleza. Nos conecta a las sensaciones, sentimientos e intuiciones que enriquecen la comprensión de nuestro estado actual.

Aniela Jaffé hablando del arte moderno nos acerca algo que Jung había señalado “un verdadero símbolo aparece solamente cuando hay necesidad de expresar lo que el pensamiento o razón no puede pensar o lo que solo se adivina o siente (...)” (Jung.1995, p. 249). Podemos preguntarnos si en esta cita se puede percibir algo del carácter preverbal del símbolo.

El plasmar nos traslada a una atemporalidad a una dimensión diferente, cuando nos ponemos en contacto con la posibilidad de expresar, nos volcamos a un sentimiento de existencia y ser, una sensación de cambio y a la vez apertura, de posibilidad donde surgen sensaciones que se plasman a través de estas imágenes traducidas en colores, formas, palabras y hasta movimientos. Si por ejemplo observamos el uso del color, vemos como este siempre está cargado de emoción, significación e intencionalidad, de esta manera es transformado en un símbolo como nos explica G. Milatich (2022) en su libro.

Las imágenes se apropian de nosotros en diferentes ocasiones, una imagen puede persistir todo el día, acompañada de esta hay sentimientos hermosos pero también puede contener sentimientos hostiles o angustiosos que pueden ser expresados por medio del color, de la forma, de las palabras y eso darnos cierta sensación de alivio. A través de ese expresar que parece escapar de nuestra voluntad, de nuestra dirección voluntaria, podemos encontrar un camino de comprensión propia.

El plasmar nos permite expresar las oscuridades internas, esos sentimientos de

dolor alojados en lo más profundo de una manera creativa, más segura y transformadora. Nos coloca en una posición activa sobre esto que nos pasa, nos permite un hacer diferente.

A través de la expresión nos encontramos con eso para lo cual no tenemos aún palabras, pero que dice tanto de nosotros, de nuestra historia, de nuestro estado actual. De esta manera la plasmación se convierte en un recurso útil en la clínica y permite que una persona pueda expresar sus emociones o sensaciones internas de otra manera, encontrarse con estos sentimientos, sin la necesidad de usar las palabras. Por ejemplo, la plasmación plástica del arte permite esto, aun cuando la persona sienta que no tiene aptitudes o conocimientos sobre técnicas, lo que importa es que pueda sentirse cómodo para expresarse y dejarse llevar por el impulso creador del inconsciente. Cuando se hace referencia a la plasmación de estas imágenes internas se entiende de una manera amplia, dando lugar a diferentes formas, no solo el dibujo o la pintura, la escultura o la escritura.

La creatividad nos abre puertas hacia un sin fin de posibilidades, si observamos a los niños ellos se expresan sin inhibiciones a través del juego, la fantasía les posibilita procesar sus experiencias de manera segura de diferentes maneras. A medida que crecemos vamos dejando de lado esta habilidad que era tan libre y placentera desconectando esa posibilidad de encuentro con esta parte tan auténtica de nosotros mismos.

En la siguiente cita que se extrae de anotaciones que hizo una paciente Christiana Morgan en el año 1926, se observa como Jung animaba a sus pacientes a plasmar sus propias imágenes.

Entonces, cuando estas cosas se vuelcan en algún libro precioso, usted puede tomarlo y recorrer sus páginas, y para usted ésta será su iglesia —su catedral—, el lugar silencioso de su espíritu donde encontrará la renovación. Si alguien le dice que es morboso o neurótico y usted le presta atención, entonces perderá su alma, porque en ese libro está su alma (Jung, 2010, p. 217).

14

Resulta muy interesante ver el registro de esta paciente sobre las propuestas de trabajo que le hacía Jung. Es Sonu Shamdasani quien nos acerca este material en *El libro rojo*, del mismo modo lo hace con un fragmento de una carta de 1929 dirigida a J. A. Gilbert donde le comentó su procedimiento:

A veces encuentro que es de gran ayuda para poder manejar un caso darle al paciente coraje para expresar sus contenidos particulares, ya sea en la forma de escritura o de dibujo y pintura. Hay tantas intuiciones incomprensibles en esos casos, fragmentos de fantasía que emergen de lo inconsciente, para las cuales casi no hay lenguaje adecuado. Yo dejo que mis pacientes encuentren su propia expresión simbólica, su “mitología” (Jung, 2010, p. 217).

Retomar este último fragmento parece de gran importancia en la aplicación clínica, al decir que deja que cada paciente encuentre su propia expresión simbólica, nos permite no solo ver como esto habilita a una posición activa en relación a su tratamiento, sino también la posibilidad creativa tan amplia que puede brindar la idea de plasmación, como esto coopera en el impulso creador del inconsciente.

La plasmación permite un movimiento, algo de nuestro interior va hacia afuera, movimiento de exhalación, pero que permite una integración posterior cuando podemos entender algo de su significado. Entonces se puede entender más de este movimiento de adentro hacia afuera y de afuera hacia adentro, un ir y venir donde se va produciendo una transformación. Y lo que propicia esto es el símbolo, como vimos este funcionaba a modo de conexión entre el inconsciente y la consciencia, es esta su manera de actuar produciendo puente o lazo de acá su gran importancia.

### **La expresión artística como recurso terapéutico**

El pensar en la expresión artística en la clínica nos lleva instantáneamente a representarnos un espacio creativo y esto nos trae una imagen casi instantánea de espacios de trabajo con niños. Al parecer, pensar en adultos expresándose artísticamente en un consultorio o en un ámbito clínico no es habitual. Sin embargo como se pudo exponer, Jung (2010) invitaba y propiciaba que sus pacientes plasmaran sus sueños y fantasías, no sólo en las consultas sino también fuera de estas, valiéndose de las producciones que realizaban para que pudieran comprender más sobre sí mismos y sus procesos, sugiriendo la amplificación como recurso importante a aplicar sobre sus producciones plásticas. Los sueños, los síntomas y las fantasías Jung las entiende como importantes manifestaciones psíquicas del inconsciente que hay que atender.

Si se observa el juego está muy relacionado con la creatividad, una de las cosas que aprendimos durante estos años en el cursado de nuestra carrera, es que como explica Winnicott (1982) el juego es posibilitador de un sujeto creador y el mismo es relevante para el desarrollo psíquico. En nuestra cultura, esta actividad se relaciona claramente con la infancia, la vida adulta demanda responsabilidades, madurez y deja poco o casi nada de espacio para la recreación o actividades placenteras. Jung (1995) expuso cómo muchos de sus pacientes siendo adultos, habían dejado por demandas sociales y/o familiares de lado estas actividades en su vida o no le habían otorgado la importancia merecida. De esta manera, demostró lo necesario e imprescindible que es recuperar e integrar estos aspectos creativos para la persona. El mismo los alentaba a

retomar la expresión artística y creativa. Podemos pensar que, de algún modo, los invitaba a retomar el juego también como una actividad efectiva y posibilitadora de acceso al inconsciente.

Si reflexionamos sobre el juego, el mismo es libre y espontáneo, no tiene un fin determinado, se puede vislumbrar como este se relaciona claramente con lo creativo, así como el juego es importantísimo para el desarrollo del niño, la expresión artística - creativa siendo adultos permite conectarnos con lo lúdico y de esta manera con una parte profunda de nosotros mismos, de nuestra naturaleza psicológica y física que en reiteradas oportunidades se deja de lado con el paso del tiempo y los años. Siguiendo la creencia popular que el juego es un pasatiempo no una herramienta psicoterapéutica.

Ahora bien, como se dejó claro la psicología analítica contaba con un método psicoterapéutico propio un objeto de estudio igualmente definido. La Federación Española de Asociaciones de Psicoterapeutas (FEAP) define a la psicoterapia como:

Todo tratamiento de naturaleza psicológica, que a partir de las manifestaciones psíquicas o físicas de sufrimiento humano, promueve el logro de cambios o modificaciones en el comportamiento, la adaptación al entorno, la salud psíquica o física, la integración de la identidad psicológica y el bienestar bio-psico-social de las personas y grupos tales como la pareja o la familia. (Bandolín, 2014, p.1)

Jung (1916) sobre el método de la Psicoterapia expresa en una conferencia de 1935 que no es un método sencillo y unívoco. Sino que poco a poco ha ido quedando claro que en cierto sentido es un procedimiento dialéctico.

“El trabajo que el paciente realiza conduce mediante la asimilación progresiva de los contenidos de lo inconsciente a la integración final de su personalidad y, por tanto, a la supresión de la disociación neurótica. Describir los detalles de este camino de desarrollo iría mucho más allá del marco de la conferencia. Por lo tanto, tengo que conformarme con haber expuesto al menos una panorámica general de los principios de la práctica de la psicoterapia” (Jung, 2016. p. 24)

Retomando el trabajo iniciado por Jung por medio de la imaginación activa y la amplificación, es claro que su propuesta promueve el logro de cambios propiciando una mejora integral en la salud, permitiendo la integración de la identidad psicológica de las personas y de esta manera su bienestar.

16

Investigando sobre el uso de la expresión en particular la plasmación plástica en la clínica, nos encontramos con Nise da Silvera. No obstante otros discípulos de C. G. Jung como Aniela Jaffe se introdujeron en el estudio del arte con su aporte sobre las artes visuales y el arte moderno, la experiencia de Nise parece relevante para el desarrollo de nuestro trabajo. Renombrada médica psiquiatra brasilera, con convicciones muy marcadas se oponía a los tratamientos psiquiátricos invasivos de su época. A mediados del siglo XX, debido a que se resistía a aplicar ciertas prácticas a sus pacientes, es trasladada a la sección de terapéutica ocupacional. En este espacio organizó talleres de pintura y de modelado, que posibilitan a los enfermos rescatar sus vínculos con la realidad a través de expresiones simbólicas y de la creatividad. De este modo, Nise da Silvera revolucionó la psiquiatría de entonces practicada en su país.

Lo interesante es que Nise es considerada discípula de Jung, ella introdujo la obra del mismo en Brasil y se encargó de divulgar luego de haber estudiado en Zurich y compartido su experiencia con él. Estos talleres llevados adelante en el Centro Psiquiátrico Nacional Pedro II, fueron pioneros en los movimientos anti psiquiátricos en Sudamérica, el uso de las expresiones artísticas habían permitido a algunos de sus

pacientes recobrar sus vidas fuera de las paredes del psiquiátrico, otros pudieron encontrar motivaciones y sentido para seguir adelante.

En la actualidad el resultado de sus talleres se puede encontrar en el Museo de imágenes del inconsciente que se encuentra en Río de Janeiro, que al mismo tiempo es un centro de estudio y de investigaciones que conserva aquellos trabajos de modelado y pintura creados durante esos años por sus pacientes.

La importancia de propiciar espacios de expresión creativa - artística también había sido de interés para la psicoterapia institucional francesa a mediados del siglo pasado sobre todo en La Borde, donde la creación de talleres y espacios que propicien la creatividad era una prioridad (Dosse, F. 2009). A pesar de tratarse de perspectivas teóricas diferentes, tanto la experiencia de La Borde como la llevada adelante por Nise da Silveira se pueden pensar como antecedentes de gran importancia. El acompañamiento de profesionales en estas prácticas, puede permitir al individuo ampliar el conocimiento sobre sí mismo, esto se debe a la información que puede brindar sobre los procesos psíquicos, estas producciones. Ambas experiencias las conocemos por el cursado de nuestra carrera, donde se rescata el uso de la expresión artística o de la creatividad como un recurso útil. Estas experiencias llevadas adelante a mediados del siglo pasado nos muestran la importancia de generar espacios alternativos de salud mental, ya sea en la práctica clínica privada, en un consultorio o en espacios de práctica en sectores públicos como los dispositivos de los que forman parte psicólogos, de manera interdisciplinaria, con otros profesionales de la salud en la actualidad. Estas prácticas resultan enriquecedoras si pensamos hoy la importancia de la prevención y promoción en salud mental, casi cien años después, sobre todo en el marco de nuestra Ley Nacional de Salud Mental n° 26.657 o del art n° 2 de la Ley de ejercicio profesional de la psicología n° 23.277.

Durante nuestro desarrollo, hemos hecho referencia también a la arteterapia junguiana, a manera de cierre retomaremos de forma muy sintética algunas apreciaciones. Las mismas, pueden ayudarnos a comprender los conocimientos que la psicología analítica aporta en relación a la aplicación psicoterapéutica, el uso de la plasmación y de la importancia que esta perspectiva le da a la expresión artística y creativa.

En el arteterapia junguiana el uso de colores, de diferentes materiales y diferentes expresiones artísticas puede propiciar el surgimiento de símbolos, lo que permite el acto de creación artística es que se vuelquen pensamientos, sensaciones físicas y emociones que estaban alojadas en el inconsciente por medio de la plasmación de una imagen. No obstante la arteterapia junguiana puede ser aplicada en grupos al igual que la arteterapia convencional, pero cabe recordar que se diferencia de esta última porque desde el comienzo da lugar a una elaboración profunda con el símbolo. Así mismo, si quien la dirige es un profesional psicólogo con formación en psicología analítica podría indicar como paso terapéutico siguiente el método de la imaginación activa si fuera necesario. Puede además acompañar a la persona en el momento de la amplificación sobre su producción y

17

reparar atentamente en los símbolos que pudieran aparecer en sus producciones, esta última instancia se da en la privacidad de una consulta particular.

El método sintético constructivo que propone la psicología analítica, aborda los productos inconscientes como expresiones simbólicas, la sumatoria de las relaciones e información que haga el individuo más las contribuciones que aporta el profesional ayudarían a entender el sentido oculto detrás de las imágenes que irá presentando el paciente. Por ende, podrá relacionar el contenido de lo plasmado con su vida, con su realidad interna y externa por lo tanto unir lo inconsciente a la consciencia.

Al entender, que mediante la plasmación se llega a la liberación del afecto o emoción que acompaña a las imágenes, se puede comprender más claramente cómo este

método psicoterapéutico en la instancia de la amplificación puede permitir la confrontación y luego la integración a la consciencia de aquella información o conflictos que hasta ese momento solo se encontraba en un nivel preverbal e inconsciente.

### **Conclusión**

Cuando se comenzó el trabajo, el interés estaba centrado en poder entender la relación posible entre el arte y la psicología. Se planteó la problemática de la importancia de la creación artística y cómo la expresión por medio de lo simbólico posibilita una expresión preverbal y si esta podía conducir a una aplicación terapéutica. Lo que se buscaba era material que pudiera respaldar la utilización de expresiones artísticas en la clínica como herramienta complementaria o alternativa en aquellos casos en que la persona estuviera imposibilitada para poder hablar sobre lo que le sucede o para facilitar el comenzar a nominar sus problemáticas, pues como futuros profesionales sabemos de

la importancia de la verbalización, pero muchas veces esta se ve obstaculizada.

Tomar a la psicología analítica como perspectiva en este trabajo respondía a que fue Carl Gustav Jung quien se había interesado en el proceso de creación artística, en ese movimiento del tiempo donde se da el acto creador. Había utilizado la plasmación de las imágenes internas con sus pacientes utilizando diferentes modalidades artísticas como el dibujo, la pintura, la escritura o la escultura. Sin embargo luego de realizar el trabajo, llegamos a la conclusión de que cuando se hace referencia a la creación artística o plasmación de estas imágenes internas se debe entender en un sentido amplio. Es por esto que fuimos adoptando la idea de expresión artística - creativa porque permitía comprender a la plasmación en un sentido que incluye no sólo diferentes modos de expresiones artísticas, sino también, de los diferentes tipos de materiales que pueden ser utilizados y/o soportes en los que se puede plasmar incluyendo al cuerpo mismo como uno de estos.

La Psicología analítica no persigue producir una obra de arte, ni tampoco analizarla, el objetivo de esta línea de pensamiento es observar el proceso de la psique y los modos en que el inconsciente se presenta desde allí unir con los procesos conscientes.

En relación a los objetivos propuestos el material que se revisó permitió mostrar que la psicología analítica tiene un método psicoterapéutico propio, que se divide en dos momentos, como se describió durante el desarrollo de este escrito. Retomando las palabras de aquellos representantes de esta perspectiva, se puede despojar a la imaginación activa (primer momento) de todo misticismo mostrando que no se trata más que de una forma de ponernos en contacto con el inconsciente de una manera intencional, voluntaria y controlada. Por ende, lo que se intenta lograr es un particular estado de consciencia, que se denomina consciencia de umbral, es decir un estado de atención relajada.

Con respecto al proceso de amplificación (segundo momento) pudimos comprender cómo se procede ante las expresiones y plasmaciones de las imágenes internas de sueños, de fantasías o de las imágenes que surgen luego de la práctica de la imaginación activa. La amplificación permite detectar conexiones más amplias, relacionarla con la vida del paciente, es decir con su realidad interna y externa. En lo que respecta a la figura del psicólogo, se pudo recabar información sobre su labor. Además de indicar si es necesaria la imaginación activa, él ofrecería información para comprender los símbolos encontrados en las diferentes producciones que va presentando el paciente, además de poder brindar acompañamiento en la confrontación e integración de la información que va surgiendo de los mismos. Como se pudo entender el método psicoterapéutico en sí mismo propicia el valor de la fantasía y el juego sumado a la expresión creativa y artística, Estos elementos tienen como centro la plasmación misma.

El explorar el símbolo nos permitió entender que hay algo más, un sentido más profundo y que muchas veces detrás de las imágenes internas se encontrarán emociones, sensaciones físicas y pensamientos que no pueden ser aún verbalizados. Lo inconsciente de esta manera se muestra en su impulso creador, creador de imágenes y de símbolos por medio de la libido, que como una parte más de la psique puede brindar información y ayudar a la persona al igual que lo hace el razonamiento consciente. Se pudo comprender de esta manera, que un verdadero símbolo sólo aparece cuando hay algo que todavía no se puede pensar o verbalizar, el símbolo aparece con la necesidad de comunicar un significado más profundo. El símbolo trae consigo una carga emocional intensa y es por

esto que causa una gran impresión, el símbolo llega con un fin a la consciencia, trae con él una información inconsciente que es útil y es necesario poder confrontarla e integrar. El símbolo se convierte de esta manera no solo en el portador de un mensaje, sino que tiene la importante función de ampliar nuestra perspectiva convirtiéndose éste, en un importante

eslabón que como futuros psicólogos nos permitirá unir las expresiones artísticas a la psicología.

Al poder plasmar estas imágenes internas, la persona se encontraría con sus propios símbolos, contenidos y emociones que las acompañan. El carácter terapéutico que parece acompañar a la expresión artística, se debería a la liberación de la carga afectiva o emoción que está relacionada a las imágenes internas que se plasman, como lo explica Jung (2002) en su propia experiencia, el plasmar le permitía entrar en contacto con estas emociones sin dejarse tomar enteramente por estas.

La posibilidad de plasmar permite expresar tanto las luces como las oscuridades internas, los sentimientos de dolor alojados en lo más profundo del individuo así como también su posibilidad de plenitud de una manera creativa, segura y transformadora. Por ende, facilita posicionarse de manera activa ante lo que sucede, encontrando de esta forma una manera de disponerse abiertamente a sus propios contenidos la cual se enriquece en el acompañamiento que puede brindarle un profesional.

En el recorrido que hicimos también tuvimos la oportunidad de ver la relación íntima del juego con la expresión artística – creativa y se puede llegar a la conclusión, que siendo adultos se va perdiendo la oportunidad de poder expresarnos espontáneamente y de manera libre. Con el aporte de la psicología analítica pudimos entender lo necesario que es el aspecto creativo/ artístico en el desarrollo psíquico durante toda la vida y con especial atención de propiciar y alentar a las personas a poder plasmar sus propias imágenes y por ende de volcar las emociones que la acompañan esto último fundamentalmente en el espacio psicoterapéutico. Es menester desde esta perspectiva que los consultantes puedan sentirse parte y activos en sus propios procesos psíquicos.

Concluimos diciendo que el poder ceñir estos conocimientos puede brindarnos herramientas sobre todo a cara de nuestra futura práctica, donde es necesario tener a disposición diferentes recursos con fin de poder propiciar espacios que puedan brindar no solo acompañamiento sino una efectiva intervención sobre la psique.

La psicología analítica de Carl Gustav Jung nos ofrece estos recursos distintivos.

## Referencias Bibliográficas

- Brandolín, D. (2014) Apuntes sobre las psicoterapias y sus elementos constitutivos. Universidad de Psicología. Rosario. Ficha de cátedra.
- Dosse, F. (2009) La Borde entre mito y realidad. En, Gilles Deleuze y Felix Guattari. Bibliografías cruzadas, Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Jung, C. G. (1995) El hombre y sus símbolos, Buenos Aires: Paidós. Jung, C. G. (2002) Recuerdos, Sueños y Pensamientos. Barcelona: Seix Barral. Jung, C. G. (2010) El libro rojo de C. G. Jung. En, EL Libro Rojo. Buenos Aires: El Hilo de Ariadna, Malba - Fundación Constantini.
- Jung, C. G. (2010) Lo inconsciente en la vida psíquica normal y patológica, Buenos Aires: Losada.
- Jung, C. G. (2014) Sobre las relaciones de la psicología analítica con la obra de arte poética. En, Sobre el fenómeno del espíritu en el arte y en la ciencia. Volumen 15. OC Madrid: Trotta.
- Jung, C. G. (2016) Problemas generales de la psicoterapia. En, La práctica en Psicoterapia. Volumen 16. OC Madrid: Trotta.
- Milatic, G. (2022) Arte y símbolo para C. G. Jung Buenos Aires: Dunken.
- Winnicott, D. (1982) Realidad y Juego. Barcelona: Gedisa.
- Ley N° 26.657. Ley Nacional de Salud Mental, publicado en el B. O. Argentina, 3 de diciembre de 2010.
- Ley N° 23.277. Régimen legal del ejercicio de la Psicología, publicado en el B. O. Argentina, 15 de noviembre de 1985.

## Otras referencias

- (2023) Nise da Silveira MII. Rio de Janeiro: Recuperado de: [www.museuimagensdoinconsciente.org.br](http://www.museuimagensdoinconsciente.org.br)

