

El juego y su importancia¹

Grazia Vittigni²

El término juego deriva del latín *ludus* e indica, en el lenguaje común, una actividad gratuita, más o menos ficticia, que produce un placer particular. El juego cuando aún tiene derecho de ciudadanía en el territorio de una persona adulta y es vivido de forma sana, constituye un momento de distensión, un espacio para tomar aliento, un modo de poner entre paréntesis por un tiempo bien preciso la seriedad de la vida con sus problemas, un espacio de ilusión que, paradójicamente, permite regresar a la realidad teniendo una mayor capacidad para afrontarla en toda su complejidad.

El espacio del juego es un espacio que lentamente se va restringiendo en el curso del desarrollo: cuando somos pequeños pasamos mucho tiempo jugando, después al crecer este espacio se restringe hasta volverse un paréntesis que, cada tanto, se inserta en la narración de una persona adulta.

La psicología se ha manifestado muy interesada en el fenómeno del juego, sobre todo en el juego de la primera infancia. Toda psicología ha afrontado el estudio de este fenómeno en base a su paradigma interpretativo y por lo tanto tiene diversas interpretaciones del fenómeno y de su función en el crecimiento psicológico del niño. ¿Para qué sirve el juego?

Reparación del sufrimiento (Freud)

Ya Freud notó que al jugar el niño rememora experiencias psíquicas dolorosas e intenta repararlas, dejando aparecer en el juego cuanto tiene de “no digerido” en su historia emotiva. En el caso del pequeño Hans, por ejemplo, mostró que los sueños, las fantasías y los juegos de su pequeño paciente consistían en una continua repetición y dramatización del conflicto edípico. En 1920, observando a su nieto de 18 meses que jugaba con un carretel, tirándolo lejos, haciéndolo desaparecer debajo de la cama y acompañando este juego con muchas exclamaciones, Freud dedujo que el juego es una especie de puesta en escena de una experiencia dolorosa vinculada a las numerosas separaciones de su madre. De esto dedujo la hipótesis que el niño repite muchas veces el mismo juego para transformar una experiencia dolorosa y frustrante (como la ausencia de la madre) en una experiencia controlable, que le permita soportar la separación. Por tanto, Freud concluyó, a partir de estas observaciones, que el juego permite al niño reparar las experiencias de sufrimiento y que los miedos y las ansiedades, como también la

¹ VITTIGNI, Grazia, *Il gioco e la sua importanza* en “Tredimensioni” 10 (2013), pp 62-70. Traducción: Luján Bica para el Curso *Psicología Evolutiva*, Facultad de Teología Mons. Mariana Soler (Montevideo, Uruguay), 2014.

² Docente de del Instituto Superior para Formadores y psicóloga en el Centro de Acompañamiento Vocacional de Milán.

agresividad y todo otro impulso, presentes en su vida emotiva, pueden ser reducidos y re-elaborados con el juego.

Ejercicio para afrontar el mundo (Klein)

Melanie Klein puede ser considerada la psicóloga que por primera vez evidenció la importancia del juego como el camino real para acceder al inconsciente infantil. Para el niño el juego no es un simple pasatiempo, sino su trabajo más importante: le permite crecer, alimentar el pensamiento simbólico, aprender a adueñarse del mundo externo y a dominar y mediar la angustia del propio mundo interior, mediante la elaboración de los conflictos y de las fantasías inconscientes (el juego del niño es el equivalente de las libres asociaciones de los adultos). En *Psicoanálisis de los niños* (1932) sostiene que el juego permite al niño proyectar al exterior angustias y conflictos, y por tanto a través del juego es posible observar las fantasías inconscientes del niño y la angustia que está ligada a ellas.

Hace crecer en autonomía y estimula la creatividad (Winnicott)

Otro aporte interesante, siempre en el paradigma interpretativo del psicoanálisis, proviene de Donald Winnicott. Este autor colocó el juego entre los fenómenos “transicionales” que ayudan al niño, que ha recibido buenos cuidados maternos, a emanciparse en forma no traumática de la dependencia materna, aprendiendo a ser autónomo y conservando cierta confianza en la realidad positiva que lo protege.

En el nacimiento, sostiene Winnicott, el lactante vive un estado de fusión total con la realidad externa, no tiene consciencia de ella y por tanto depende totalmente de los cuidados maternos, de los cuales no tiene ninguna noción y a los cuales no puede controlar. La madre “suficientemente buena” es aquella que, en este primer estadio, se adapta totalmente a las necesidades del niño y sostiene su omnipotencia, es decir da al niño la ilusión de poder crear una realidad externa que responda mágicamente a sus necesidades. Sucesivamente, la madre debe ir paulatinamente disminuyendo esta adaptación, para hacer que el niño se emancipe del estado de fusión con ella y conciba la existencia de un “no-yo”. Para cumplir este difícil viaje desde la subjetividad pura a la objetividad, el niño usa lo que Winnicott llama “objetos transicionales” y “fenómenos transicionales”. Se trata respectivamente de objetos concretos (peluches, frazadas, chales) o de experiencias (el juego), que constituyen un área intermedia que no pertenece ni a la realidad interna ni al mundo externo, da forma al área de ilusión que ligaba madre y niño³. Este espacio tiene una doble función: por una parte ofrece al niño un sentido de seguridad y lo ayuda a controlar la angustia, permitiéndole así separarse de la madre, por otra parte es el lugar en el que comienza a desarrollarse la creatividad.

De hecho, para Winnicott el juego es siempre una experiencia creativa y la capacidad de jugar de manera creativa permite al sujeto expresar todo el potencial de su personalidad. En esta tercera área neutra e intermedia entre lo subjetivo y lo objetivo, puede aparecer el acto creativo, que permite al sujeto encontrarse a sí mismo, estar en contacto con el núcleo del propio Si mismo.

³ D. Winnicott, *Gioco e realtà*, Armando, Roma 2006, p.84.

La cualidad del juego, y por consiguiente toda la experiencia creativa, primero del niño y después del adulto, dependen de la cualidad de este espacio potencial entre madre e hijo, que nace en los primeros estadios de la existencia del individuo, en relación a la confianza del lactante en la confiabilidad de la figura materna.

En el paradigma psicoanalítico, por tanto, el juego ha sido estudiado sobre todo en relación a los efectos que tiene sobre la esfera afectiva, inconsciente y relacional. Su función es esencialmente la de ser un espacio intermedio, transicional (como diría Winnicott), un lugar privilegiado en el cual pueden emerger contenidos inconscientes y amenazadores (como diría Malanie Klein), y al mismo tiempo un medio precioso para poderlos elaborar (como diría Freud). Propiamente esta posibilidad de elaboración favorece el nacimiento de la creatividad, entendida como capacidad de ponerse frente a la vida de un modo más libre.

Fortifica la Inteligencia de lo real (Piaget)

La función que el juego tiene en el desarrollo de la dimensión cognitiva del niño fue estudiada con particular atención por el psicólogo suizo Jean Piaget, a quien le corresponde el mérito de haber identificado algunos estadios en el desarrollo de la actividad lúdica del niño, estadios que van a la par con el desarrollo físico y cognitivo.

El primer estadio es aquel del *juego de ejercicio*, el único tipo de juego que aparece en la fase del desarrollo sensorio-motriz. Se trata de una forma primitiva de juego que no tiene ningún simbolismo y ninguna técnica específica, sino que consiste en la repetición de actividades adquiridas durante el desarrollo mediante la adaptación⁴. Por ejemplo, el niño que casualmente ha descubierto que golpeando un objeto que cuelga éste se mueve, lo golpea de nuevo, pero esta es una repetición y no propiamente un verdadero juego. Una vez que ha adquirido el esquema, repite el gesto solamente por un simple placer funcional o por el placer de ver su capacidad de producir ciertos efectos o para tener una confirmación posterior de la nueva habilidad conquistada, confirmando a su vez que es una fuente de placer y de gozo. Se llama juego de ejercicio cuando el niño juega con el propio cuerpo (y de este modo comienza a gatear, después a caminar), o con los objetos (cuando los mete en la boca, los usa para golpear una superficie de

⁴ Es bueno recordar que para Piaget existen dos mecanismos de desarrollo: la organización y la adaptación. La organización es la tendencia a organizar diversas informaciones de la experiencia de modo que existan nexos entre ellas y que todo tenga sentido, en forma tal que el sistema esté en equilibrio. Cuando nos encontramos ante nuevas informaciones y necesariamente se rompe el equilibrio, aparece otro mecanismo complementario que Piaget llama adaptación. Este mecanismo se divide en dos sub-categorías, llamadas asimilación y acomodación. Con la asimilación las nuevas informaciones encontradas son de alguna forma incorporadas, asimiladas; en las estructuras ya existentes esto es posible porque las nuevas informaciones son compatibles con los esquemas mentales que tenemos. Si la nueva información no es compatible con nuestros esquemas, entonces, se activa la acomodación, en el cual se modifica el esquema mental según la nueva información. De este modo ocurre el conocimiento y el desarrollo cognitivo.

modo de producir sonidos, cuando los tira al piso o los deja caer todo lo que puede estar al alcance de sus manos...). La actividad es siempre la misma: el niño descubre y aprende a conocerse a sí mismo, su cuerpo, sus capacidades, las propiedades de los objetos y, una vez que adquiere el nuevo esquema, lo repite y esta repetición es para él un juego y una fuente de placer, acompañado de las llamadas vocalizaciones lúdicas (ma-ma, ba-ba, pa-pa, ca-ca...). Otro juego de ejercicio es cuando el niño intenta continuamente subir escalones una vez que ha descubierto como se hace, cuando tira al piso las cosas y otras actividades similares de las cuales pareciera que no se cansan jamás... “El juego es lindo mientras dura poco”, no parece ser un proverbio adaptado a esta primera fase.

Desde los 7 meses más o menos, comienza el *juego imitativo*: el niño comienza a imitar simples acciones de vida cotidiana, agarra el teléfono, se peina (de algún modo), pone la cuchara en la boca de su madre...

Hacia el segundo año de edad, el juego de imitación se transforma en el llamado *juego simbólico* o juego de ficción. A este punto el niño comienza a evocar situaciones particulares. Comienza a pensar con imágenes mentales (actividad representativa), vinculadas a una realidad que no está presente o que no tiene directa relación con el objeto que sirve de pretexto o de base para el juego. Típico es el caso del niño que toma un juguete blando, apoya la cabeza como para ponerse a dormir, cierra los ojos y ríe..., o también el niño que, tomando un objeto cualquiera, lo lleva a la oreja y finge hablar por teléfono, también el niño que finge beber mientras dice sed... En todos estos casos, el niño evoca conductas específicas que se realizan con determinados objetos, pero que él cumple en ausencia de esos objetos, pero sí en presencia de sus símbolos. Luego, en vez de fingir dormir, hablar por teléfono o beber en primera persona, proyectará estos comportamientos sobre otros y entonces iniciará a hacer dormir a la muñeca, a hacer hablar por teléfono al oso o dar de beber al perrito de peluche. Siempre según Piaget, el juego simbólico se volvería más simbólico después de los cuatro años y, más allá de desempeñar la función de favorecer la capacidad representativa (mediante la evocación de situaciones), facilitaría el logro de cierto equilibrio en la vida afectiva. El juego simbólico es el ápice del juego del niño, en cuanto le ofrece la posibilidad de aprender cómo es la realidad. De hecho, es un espacio en el cual no es el niño que se adapta a la realidad, sino que es la realidad que se adapta al niño (asimilación), al contrario de la imitación en la cual los esquemas del niño se adaptan a la realidad externa (acomodación).

Más adelante, según Piaget hacia los siete años pero probablemente antes, en los juegos simbólicos comienza a aparecer cierto orden en lugar de la desordenada secuencia de hechos que le ha caracterizado hasta ese momento, y sobretodo un simbolismo ya no de tipo individual sino de tipo colectivo, como por ejemplo en los juegos donde cada uno asume un rol complementario respecto al de los otros. Característico es el juego de la escuela en la cual un niño hace de maestro/a y los otros de alumnos, o el juego de la familia en la cual un niño es el papá, una niña hace de mamá y los otros son los hijos, los primos... En este nuevo comportamiento de juego, definido *juego de construcción o basado en reglas*, aparece también una más exacta reproducción de la realidad de tal modo que el niño con sus construcciones de madera, por ejemplo, es capaz de reproducir con cuidadosamente la escuela y la propia clase, o la casa, su barrio...

En el paradigma interpretativo de Piaget el juego es el protagonista por excelencia del desarrollo cognitivo, en cuanto lugar de asimilación de la realidad.

Más allá de las diversas corrientes de pensamiento, resulta evidente como el juego sea altamente significativo para el crecimiento del niño, desarrollando una función estructurante de toda la personalidad. Mediante el juego el niño hace experiencia de personas y objetos, enriquece la memoria, estudia causas y efectos, reflexiona sobre los problemas, se construye un vocabulario, aprende a controlar sus reacciones emotivas y adapta el propio comportamiento a los modelos culturales de su grupo social. El juego es por tanto necesario para el completo desarrollo del cuerpo del niño, de su intelecto, de sus emociones y de su personalidad. Todo esto independientemente del paradigma teórico con el que se lo estudia; universalmente se lo considera un protagonista importante en el desarrollo psicológico y sobre todo de la personalidad del niño. Se lo puede considerar el instrumento del cual cada individuo está genéticamente dotado para organizar su estructura interna.

Juego, psicoterapia, formación

Por tanto, el juego no es un simple pasatiempo sino el modo práctico del niño (y del adulto) de adquirir – paso a paso – la libertad de disponer de sí con confianza y de encontrar su ubicación creativa en el mundo real.

¿No es este quizás también el fin de la psicoterapia,? ¿es más, de todo intento formativo? Lo que el niño (y el adulto) pretende hacer con el juego es exactamente lo que se propone hacer el psicoterapeuta: ayudar a las personas a confiar en sí y encontrar el propio lugar en la vida.

La analogía entre juego y psicoterapia es usada frecuentemente en la literatura psicológica; sería igualmente fructuoso servirse de él también para las otras formas de educación, desde el momento que toda educación recupera todas las actividades, que el hombre ya usa de por sí, para servirse de ellas como itinerarios de humanización.

Toda forma educativa es, si se quiere, una situación de juego, muy serio; un juego en el que es posible crear un espacio y un tiempo diversos de la realidad que aprisiona cada día y de la convencionalidad social. En este espacio, sin peligros y sin consecuencias apremiantes, cada uno de nosotros suspende los modos y los ritmos de la vida ordinaria para dejar emerger la voz de la interioridad, puede re-visitar estos modos sin sentirse invadido por la ansiedad o hacer hipótesis de otras formas nuevas sin tener que llegar en seguida a una decisión irreversible. En este espacio de intervalo respecto a la realidad, se aprende la libertad de administrarse a sí mismo, a distinguir lo pensable de lo real, lo realizable de la ilusión, el posible de lo imposible y se enciende el deseo de hacer todo esto también en la realidad⁵. Es el propio Winnicott quien describe la psicoterapia como un juego entre dos personas. “La psicoterapia se realiza allá donde se sobreponen dos áreas de juego, la del paciente y la del terapeuta. La psicoterapia está vinculada con dos personas que juegan juntas. El corolario de esto es que cuando el

⁵ F. Imoda, *Sviluppo umano, psicologia e misterio*, EDB, Bologna 2005, pp. 207-210.

juego no es posible, entonces la finalidad del trabajo del terapeuta es llevar al paciente de un estado en el cual no es capaz de jugar a otro en el que sí es capaz”⁶.

En la fase inicial se ponen las reglas de juego (*setting* y contrato de trabajo), después se crea lentamente una alianza terapéutica (es preciso haber superado la etapa del “juego de ejercicio” según Piaget y ser capaz del “juego social basado sobre reglas”).

En la fase central de la terapia se vuelven a visitar algunos “partidos” evolutivos que se han jugado mal, se coloca al “*paciente*” en la situación de jugar aquello que aún no ha jugado a causa de algún bloqueo. Después, a un cierto punto se activa el juego de la transferencia y contratransferencia, aún cuando sea terriblemente serio, como lo es para el niño. En la transferencia la persona adulta experimenta al terapeuta como si éste fuera su madre o su padre, pero gracias a esta ficción, su mundo emocional, intelectual e interpersonal se refuerza y permanecer fuera del “juego”, yendo así a hacer parte de la compleja configuración que llamamos personalidad.

En la fase central de la terapia se trata de repetir varias veces el mismo juego (*working through*) para aprender a contener y gestionar el ansia y otros sentimientos difíciles; se trata de re-elaborar experiencias difíciles para poderlas integrar. A veces se trata de afrontar la realidad que se encontrará fuera de la terapia así como el niño usa el juego para hacer sus experimentos.

Tarea del terapeuta es la de jugar y jugarse en la relación terapéutica, pero poniendo mucha atención en no confundirse, o sea en no jugar al mismo nivel. El “paciente” juega para repetir el modo habitual “de vivirse”, el terapeuta para ayudar a explorarlo y a vivirlo de modo más humanizante. El terapeuta cambia el juego haciéndolo como un padre que jugando con el hijo no se vuelve también él un niño, sino que lo ayuda a volverse hombre.

La elección del tipo de juego y de la modalidad de participación en el juego por parte del terapeuta “no pueden ser predeterminados por una técnica. Es preciso que sea reconocida, ante todo, la dinámica evolutiva en acto. De aquí pues, se podrá identificar la estrategia más eficaz para entrar en el espacio evolutivo, según la modalidad experiencial más cercana a aquel estadio y capaz de interactuar con aquella dinámica”⁷.

El juego de los niños no dura eternamente pero está bien definido en el espacio y en el tiempo, así como la terapia no puede durar eternamente y llega el momento en el cual es necesario concluir el juego y entrar en la realidad... esperemos que con una mayor competencia para jugar el gran juego de la vida.

⁶ D. Winnicott, *Gioco e realtà*, cit, p.71.

⁷ S. Guarinelli, *Pedagogia genetica e pratica psicoterapeutica*, en A. Manenti, S. Gaurinelli, H. Zollner, *Perona e formazione*, EDB, Bologna 2007, pp259-288,281.