

XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2021.

# Aburrimiento.

Navarro, Matias.

Cita:

Navarro, Matias (2021). *Aburrimiento. XIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVIII Jornadas de Investigación. XVII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. III Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. III Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-012/539>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/even/RGn>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# ABURRIMIENTO

Navarro, Matias

Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, Argentina.

## RESUMEN

El contexto actual de privaciones y restricciones tiene como una de sus consecuencias el aburrimiento de los seres hablantes. El dolor, el deseo de Otra cosa, la percepción de la repetición monótona y el tiempo vacío aguijonean al sujeto aburrido. Este trabajo surge de problemas clínicos. Su objetivo es proponer un enfoque teórico psicoanalítico acerca del aburrimiento. Para lograr ello se realizará una búsqueda bibliográfica de los trabajos actuales del tema en cuestión, luego se articularán con algunos conceptos y nociones de Freud y Winnicott. La propuesta del concepto de “capacidad para la distracción de la atención” intentará ampliar las explicaciones existentes.

### Palabras clave

Aburrimiento atención - Ambiente facilitador - Freud

## ABSTRACT

### BOREDOM

The current context of deprivation and restrictions has as one of its consequences the boredom of human beings. Pain, desire for something else, the perception of monotonous repetition, and empty time goad the bored subject. This work arises from clinical problems. Its aim is to propose a psychoanalytic theoretical approach to boredom. To achieve this, a bibliographic search of current works on the subject in question will be carried out, then they will be articulated with some concepts and notions of Freud and Winnicott. The proposal of the concept of “capacity for distraction of attention” will try to expand the existing explanations.

### Keywords

Boredom attention - Freud - Facilitating environment

“I believe I can see the future

‘Cause I repeat the same routine” (Reznor, 2005, 0m27s)

## INTRODUCCIÓN

El aburrimiento se ha manifestado como padecimiento actual en el contexto de pandemia mundial. Si bien hay trabajos sobre el tema, la mayoría se basan en aportes de otros ámbitos del conocimiento humano que no son del psicoanálisis. El objetivo del presente trabajo es proponer un enfoque teórico psicoanalítico acerca del aburrimiento.

Mi perspectiva psicoanalítica tomará como base los fundamentos teóricos de Freud más las elaboraciones y aportes de autores posteriores tales como Lacan o Winnicott.

Para alcanzar dicho objetivo realizaré una revisión bibliográfica sobre el estado de arte de los últimos años. Luego estableceré relaciones con los aportes de los autores ya mencionados, articularé conceptos y crearé nuevas preguntas a partir de los datos recogidos.

La descripción será otra vía para alcanzar los objetivos de este trabajo. Explicar de manera detallada y con cierto orden aquello que encontré en los textos. A través de una lectura atenta y una recolección de datos identificaré y describiré elementos que sean útiles a los fines de este trabajo.

## PANORAMA ACTUAL

Para la confección del estado del arte de este trabajo se realizó una búsqueda bibliográfica en las memorias de este congreso. Los criterios de búsqueda fueron los últimos 5 años y las palabras buscadas (key words) fueron: aburrimiento, tedio y acedia. Si bien se encontraron 147 artículos referidos al tema sólo me referiré a 9 de ellos ya que tienen una vinculación cercana con el presente trabajo. Una buena parte de los artículos restantes solo mencionan al aburrimiento como consecuencia del contexto actual de pandemia y las restricciones que los gobiernos tomaron. Es decir lo mencionan pero no lo elaboran.

En el año 2020 Paolicchi et al (Paolicchi et al, 2020) realizaron una investigación acerca de las capacidades parentales y su relación con el despliegue de la actividad lúdica. En él analizaron los resultados obtenidos a cuestionarios a 116 padres y madres de niñas y niños entre 3 y 5 años. Hallaron que en madres y padres con apego inseguro “se constata mayor frecuencia en las respuestas que refieren al aburrimiento, que quieren que termine pronto y que podrían invertir el tiempo en actividades más importantes.” (Paolicchi et al, 2020, p.72)

Fabián Allegro ha dedicado 3 trabajos a afectos vinculados al aburrimiento en los últimos años. En su trabajo sobre la tristeza insípida (Allegro, 2017) menciona desarrollos acerca del dolor en Kant. Escribe que para el filósofo alemán hay una doble cualidad del dolor, un dolor positivo que puede llevar a la actividad (aguijón de la actividad) y uno negativo que lleva al aburrimiento o vacío que suscita horror.

En su trabajo sobre Hölderlin (Allegro, 2018) menciona la dificultad de distinguir varios afectos ya que el Weltschmerz del romanticismo alemán, el ennui y el spleen francés, la enfermedad inglesa y el tono fundamental de Hölderlin comparten características similares siendo solidarios entre sí.

En el trabajo sobre el Ennui (Allegro, 2017) dice que el aburrimiento está sellado por la reiteración constante de la monoto-

nía, una percepción dolorosa de la repetición bajo el sesgo de monotonía.

Dossena Martínez (2019) y Depetris (2019) trabajaron al aburrimiento desde la orientación lacaniana. Dossena Martínez realizó un recorrido en la obra del psicoanalista francés ubicando cuatro referencias. Luego relató una viñeta clínica que ejemplificaba su posición al respecto.

El seminario 5 de Lacan se encuentra una primera referencia al aburrimiento como “deseo de Otra cosa”. En “Radiofonía” Lacan comenta que los objetos de consumo tapan un vacío. En “Televisión” habla del “ennui” refiriéndose a él como la identificación del Otro al Uno. La última referencia que menciona Dossena Martínez es del seminario “la topología y el tiempo” donde Weill dice que el sujeto aburrido es aquel no apto para la sorpresa, para el asombro. En el aburrimiento habría una percepción dolorosa de la repetición y la monotonía.

Depetris (2019) por su lado hace hincapié en la época actual caracterizada por el exceso de oferta, malestar, la falta de la falta, época de consumo y capitalismo extremo que exhorta a gozar. Ante el deseo que aumenta el sujeto profiere aburrimiento, desgano y hasta ganas de poner fin a su vida.

Paz (2017) desde una perspectiva fenomenológica y logoterapéutica presentó un caso clínico en el que estaba presente el vacío existencial cuyos efectos patológicos fueron presentados como acedia y consumo de alcohol. Como conclusión dice que la frustración existencial que movió al paciente a una búsqueda ficticia de homeostasis, con el tedio implicado, posibilitó la oportunidad de formularse una pregunta sobre sí mismo.

Rusconi en “tiempo al tiempo” (2016) vincula el aburrimiento con el tiempo. Citando a Gadamer comenta que al tiempo se lo puede disponer o no. Uno de los extremos de no disponerlo es el aburrimiento definido como “vaciedad del tiempo”. También sugiere que si el hombre contemporáneo se orienta solamente con el “tiempo lleno” se objetiva a sí mismo. El aburrimiento sería consecuencia de ello.

Vino en “Horizonte moral y tedio existencial” (2016) realizó aportes desde la filosofía. De la época actual nos dice que se ha masificado el desgano y las personas de “vidas grises” son un fenómeno recurrente. Personas abatidas, sin proyectos vitales aunque sin dificultades cotidianas. Vino menciona una perspectiva que dice pasarse por alto en los estudios sobre el tedio. Esta perspectiva halla un componente saludable del aburrimiento reconociéndolo como potencialidad, como una oportunidad.

Podemos notar que los desarrollos son variados enriqueciendo el conocimiento que se tiene al respecto. Si bien todos los trabajos ubican al aburrimiento como un afecto desagradable también hay que señalar que son varios los autores (Dossena Martínez, 2019; Paz, 2017; Vino, 2016) que lo consideran una oportunidad para algo diferente.

¿Qué es lo desagradable en el aburrimiento?

Nos encontramos allí con dos posiciones marcadas aunque no excluyentes: por un lado el aburrimiento es presentado como

un efecto o reacción subjetiva ante un medio hostil. Llámese ejercicio de la parentalidad, discurso capitalista, sociedad de consumo, aislamiento en un contexto de pandemia, época de la inmediatez.

En la segunda posición hallada se lo entiende como el resultado de una situación interna. Vacío existencial, dolor negativo, aumento del deseo.

Una posición intermedia es la de complementar ambas situaciones. Por ejemplo Depetris (2019) afirman que si bien el aburrimiento es consecuencia del aumento del deseo, este mismo es generado por la época de consumo que exhorta al goce.

Es digno de mención que varios trabajos (Allegro, 2017; Dossena Martínez, 2019; Paz, 2017; Rusconi, 2016; Vino, 2016) lo vinculen con el “vacío”.

La búsqueda de algo diferente es expresada como “Deseo de otra cosa” por las autoras de orientación lacaniana y de manera menos explícita se lo encuentra en el análisis de los resultados de Paolicchi.

Hasta aquí un breve recorrido por el panorama actual.

#### UNA PRIMERA APROXIMACIÓN AL ABURRIMIENTO

Ante la gran variedad de puntos de vista actuales cabe preguntarse ¿Qué es lo característico del aburrimiento?

La etimología de la palabra nos dice que aburrimiento proviene del latín “abhorrere”, tener aversión a algo. De dicha palabra también se deriva el aborrecer. En la palabra latina mencionada se encuentra también “horrere” la cual llega a nuestros días como “horror” (Corominas, J. y Pascual, J. 1980).

Coincido con los autores expuestos en ubicar al aburrimiento como una problemática doliente vinculada al deseo. Pero a ello añadiría algo más: la inhibición. Ya que ¿porque este dolor no mueve a la acción exteriorizada? ¿Cuál sería la dificultad de este deseo de darse un objeto?

El sujeto aburrido se encuentra no solo conflictuado en su deseo sino también inhibido en su acción.

Ya Fenichel (2014) en su célebre trabajo sobre el tema menciona como parte del aburrimiento a la incapacidad para sentirse incitado por los estímulos externos. A su vez el sujeto se encuentra en una posición pasiva ya que pide al ambiente estímulos que lo saquen de estado.

Fenichel (2014) al conflicto entre querer hacer algo e inhibirse le supone un conflicto anterior vinculado con la escena primaria. Como consecuencia el sujeto se encuentra ante una desagradable falta de impulsos y la ausencia la satisfacción.

El esquema es coherente con el clásico paradigma de la defensa (abwehr) pero si todos los sujetos se encuentran inmersos en un ambiente hostil ¿Que hace a la variabilidad individual? Es decir ¿Qué es lo que sucedería en casos donde a mismas condiciones externas el resultado es diferente? ¿Por qué la defensa actuaría de esta forma y no de otra? ¿Es el aburrimiento el resultado de una maniobra defensiva o ella misma es la defensa?

Desde una perspectiva psicoanalítica la respuesta aparece de

inmediato: accidentes en la historia de cada uno, pero ¿se trata de una parte específica de esa historia?

Por otro lado ¿de dónde proviene el dolor negativo? ¿Qué es lo que inhibe la acción ante el deseo de Otra cosa? ¿Por qué el sujeto aburrido no puede distraerse?

#### ATENCIÓN Y ZONA MEDIA DE LA EXPERIENCIA

Han quedado muchas preguntas sin resolver hasta el momento y para poder ensayar alguna respuesta me veo en la tarea de describir algunos conceptos.

La introducción de la noción de inconciente hecha por Freud trajo consigo una nueva forma de entender al ser humano y a su funcionamiento psíquico. La atención no fue una excepción. Clásicamente la atención fue entendida a partir de una psicología de la conciencia.

Pero a partir de Freud podría describirse a la atención como una energía móvil que contribuye al devenir-conciente (Freud, 1900).

Freud en “formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico” (Freud, 1911) emplea una “ficción” para explicar la génesis de la atención. Habla de un aparato psíquico primitivo cuya homeostasis se rompió por necesidades internas. Tal apremio vehiculizó el pasaje del principio del placer-displacer al principio de realidad. Y al aumentar en importancia la realidad exterior se desarrollaron los sistemas perceptivos, la conciencia y la atención. Esta última es una función que periódicamente iría a explorar el mundo exterior (Freud, 1911).

Y añade, en una nota a pie de página, que esta ficción está basada en la observación del niño junto con el cuidado materno (Freud, 1911).

Winnicott en *Realidad y juego* (Winnicott, 1971) para explicar el desarrollo del niño habla de la zona intermedia de experiencia, lugar en el que, con el marco de la ilusión y desilusión, es esperable que se alcance la integración del yo, la personalización y una vinculación con el mundo externo.

El niño trae consigo al mundo un conjunto de tendencias que si hay un ambiente que acompaña facilita el desarrollo (Winnicott, 2015b).

Entre las características que Winnicott estima de suma importancia de este ambiente está la “presentación de objeto” que implica una presentación de alternativas al objeto originario. De esa forma el niño se aleja de él.

Apoyándome en la etimología podría decir que se “divierte del objeto originario” ya que divertirse proviene del latín “divertere” que es “apartarse” o “distraerse” (Corominas, J. y Pascual, J. 1980).

Al apartarse del objeto originario el niño se relaciona con los objetos del mundo exterior (Winnicott, 2015b). De todas formas la acción del ambiente facilitador no es una acción dirigida a un ser pasivo sino que el objeto es a medias presentado por el medio y a medias creado por el niño en la zona intermedia de la experiencia.

Volviendo a Freud resulta interesante señalar que en su obra es mucho más preponderante y significativo la “distracción de la atención” que la atención misma.

En la atención parejamente flotante, en la asociación libre, en los chistes, en la telepatía o transferencia de pensamiento, en el artilugio de la presión en la frente a Elisabeth von R., en los procesos que se llevan a cabo en el espectador de una obra de teatro. En todos ellos y más situaciones la distracción de la atención tiene un papel significativo.

Será válido para sostener esta afirmación ahondar en las siguientes referencias.

Freud (Freud, 1912) recomendaba no focalizar en ningún aspecto de lo expresado por el paciente y dejarse llevar por las representaciones involuntarias. Esta disposición en la escucha llamada “atención parejamente flotante” [i] sería el centro de la comunicación de inconciente a inconciente. Recomendaba esta disposición porque al tensar la atención hasta cierto nivel se comienza a elegir el material corriendo el peligro de no hallar más que lo que se busca.

Al relajar la tensión de la atención surgen de forma espontánea representaciones que contribuyen al trabajo analítico. Dicho de otra forma al ahorrarse el esfuerzo de la atención se evita la acción de la censura (Freud, 1912).

Quizá sea en su libro acerca del chiste (Freud, 1905) donde haya trabajado más este aspecto de la atención. En el chiste la fachada cómica actúa como placer previo y al distraer la atención, pero acercar el contenido reprimido, facilita la descarga de afecto en forma de risa. La primera parte del chiste distrae y facilita la descarga.

A su vez en dicho libro intenta precisar aquello que obstaculiza la producción de la risa. Si hay un obstáculo en la distracción no se obtiene el efecto deseado.

Si en la primer parte del relato del chiste el tiempo se dilata demasiado, hay interrupciones, lo que se expresa no es fácilmente inteligible o afecta el entendimiento, o el relato genera un esfuerzo desmedido para comprender por ser complejo en todos esos casos la producción de risa en el oyente se ve obstaculizada (Freud, 1905).

En resumen si en el transcurso de oír un chiste la atención se focaliza en algún lugar no hay efecto risa tan acentuado en el oyente (Freud, 1905).

A partir de estos dos ejemplos, los chistes y la atención parejamente flotante, se puede inferir que con el “distraerse la atención” se redistribuye la energía psíquica y ello fuerza o acentúa algún tipo de descarga o efecto.

Articulándolo al tema que nos ocupa, ¿se podría decir que la inhibición de la acción en el aburrimiento es debido a algún obstáculo en la distracción de la atención?

¿Se puede entender el aburrimiento como dificultad en la distracción de la atención?

Si es así ¿de que no podría distraerse? Quizá estamos en un momento privilegiado para investigar clínicamente esta cues-

ción, un posible efecto del encierro es la reflexión, la concentración del interés hacia uno mismo. Lo que Fenichel (Fenichel, 2014) señaló como introversión.

¿Puede haber una vía de pensamiento fuertemente facilitada cuyo contenido sea tan repulsivo como para no poder distraerse? Planteado en los términos que se trabajaron en el estado de arte: ¿es el terror, el dolor negativo, el vacío existencial el que dificulta la distracción?

Nuevamente surgen preguntas: ¿se estaría acotando la comprensión del fenómeno al relacionar el aburrimiento con la atención? Podría explicarse sólo la inhibición del acto como una dificultad para di-vertir la atención.

No es la intención de este desarrollo apuntar a un único factor, sino ampliar el conocimiento teórico del asunto teniendo como horizonte la sobredeterminación de los fenómenos psíquicos. Tampoco en agotar todas las posibles respuestas en este trabajo.

#### PERDER EL TIEMPO, DISTRAERSE

Así como para Winnicott existe una capacidad para estar solo o para preocuparse por el otro (Winnicott, 2015b) postula una capacidad para la distracción (de la atención).

Este postulado iría en la línea de lo desarrollado por Freud en la “ficción” del origen de la función de la atención (Freud, 1911) y en los desarrollos de Winnicott sobre el ambiente facilitador (Winnicott, 2015b).

Esta “capacidad para la distracción” estaría implicada en la experiencia cultural ya que en ella el espectador debe poder distraer su atención con el efecto anestésico del arte para que así el contenido implícito en la obra vaya generando el estado emocional buscado por el artista (Freud, 1942 [1905]).

Para entregarse al juego ilusorio de la experiencia cultural es necesario poder divertir la atención de uno mismo es pos de la obra de arte en cuestión.

Ya comenté que Paolicchi et al (Paolicchi et al, 2020) encontraron que los padres con apego inseguro consideraban “que podrían invertir el tiempo en cosas más importantes” en vez de jugar con sus hijos.

Esta capacidad de distracción sería el precipitado histórico del efecto del ambiente facilitador en términos de presentación de objeto.

Al horror, al deseo de Otra cosa, a la inhibición de acción sumo una dificultad en la capacidad de la distracción como componente del aburrimiento

#### Conclusiones

En resumen se partió de una búsqueda bibliográfica de los trabajos actuales del tema en cuestión, luego de unas primeras aproximaciones y problemas se expusieron algunos conceptos y nociones de Freud y Winnicott. Posteriormente se propuso un concepto para ampliar las explicaciones existentes.

El aburrimiento implica el deseo de Otra cosa, la repetición de una modalidad pasada, la inhibición en la acción y una dificultad

en la capacidad de distracción.

Proponiendo una capacidad de distracción me alejo del paradigma clásico de la defensa y me acerco al del desarrollo o historia. Esta capacidad o sus dificultades entrarán en los dispositivos analíticos vía la transferencia y la repetición abriéndose así una oportunidad hacia Otra cosa. El ambiente externo que otrora presentaba objetos o que tuvo accidentes en ello y el infans, sujeto activo en ese ambiente, pueden hacerse presente en el dispositivo analítico.

De esta forma coincido con Dossena Martínez (2019), Paz (2017) y Vino (2016) al entender al aburrimiento como potencialidad clínica.

A lo largo de este recorrido surgieron preguntas que no se responden en este trabajo pero que agujijonean para seguir investigando.

Resta una revisión crítica del aburrimiento vinculándolo con otros conceptos como el juego, la sublimación, la reelaboración de las resistencias, el dolor psíquico...

¿Qué duele en el aburrimiento? ¿De qué horror se trata el que se halla en el fondo del aburrimiento? ¿Quién aborrece en ese aburrimiento?

#### NOTAS

[i] Menciono al pasar una curiosidad en la bibliografía psicoanalítica, el escaso estudio sobre la Atención parejamente flotante, no solo en la obra de Freud sino también en la literatura psicoanalítica general.

#### BIBLIOGRAFÍA

- Allegro, F. (2017). Ennui: tristeza de plenitud. En *Memorias del IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Allegro, F. (2017). Kant y la tristeza insípida. El dolor como experiencia de lo sublime. En *Memorias del IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Allegro, F. (2018). Hölderlin y el “malestar en el mundo”. En *Memorias del X Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXV Jornadas de Investigación XIV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Corominas, J. y Pascual, J. (1980). *Diccionario crítico etimológico castellano e hispánico*. Madrid: Gredos.
- Depetris, S. (2019). El sujeto cautivo: Las vestiduras actuales del goce y sus derivas en la subjetividad. En *Memorias del XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXVI Jornadas de Investigación XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Dossena Martínez, G. (2019). Aburrimiento: Del vacío a la creatividad. En *Memorias del XI Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXVI Jornadas de Investigación XV Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.

- Fenichel, O. (2014). El tedio. *Revista Affectio Societatis*, 11(20), 108-117. (Publicado originalmente en 1934).
- Freud, S. (1900). *La interpretación de los sueños (segunda parte)*. En Obras completas. Tomo V. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1905). *El chiste y su relación con lo inconciente*. En Obras completas. Tomo VIII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1942[1905]). *Personajes psicopáticos en el escenario*. En Obras completas. Tomo VII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1911). *Formulaciones sobre los dos principios del acaecer psíquico*. En Obras completas. Tomo XII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1912). *Consejos al médico*. En Obras completas. Tomo XII. Buenos Aires: Amorrortu.
- Paolicchi, G., Bozzalla, L., Sorgen, E., Bosoer, E., Núñez, A., Larrabure, M. y Lescano Caneva, D. (2020). Las capacidades parentales y su relación con el despliegue de la actividad lúdica. En *Memorias del XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXVII Jornadas de Investigación XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Paz, H. (2017). La acedia y sus efectos patológicos. El sentido y sus efectos saludables. En *Memorias del IX Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIV Jornadas de Investigación XIII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Reznor, T. (2005). Every day is exactly the same, en *With teeth*. Interscope records.
- Rusconi, E. (2016). Tiempo al tiempo. En *Memorias del VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Vino, N. (2016). Horizonte moral y tedio existencial. En *Memorias del VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*.
- Winnicott, D. (1971). *Realidad y juego*. Bs. As.: Gedisa editorial.
- Winnicott, D. (2015b). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*. Bs. As.: Paidós.