



**COMILLAS**  
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y  
SOCIALES

**Temporalidad: concepción filosófica, desarrollo  
evolutivo, y psicopatología**

Autor/a: Francisco José Gómez Sastre

Director/a: Gonzalo Aza Blanc

Madrid

2020/2021

## Índice

Índice .....	1
Introducción.....	2
Concepción Filosófica .....	3
Tiempo y Psicología .....	6
Desarrollo Evolutivo de la Temporalidad.....	7
Psicopatología y Temporalidad.....	13
Ansiedad.....	16
Trastorno del Estrés Postraumático.....	17
Depresión .....	18
Manía.....	18
Adicciones.....	19
Trastorno Límite de Personalidad .....	20
Psicoterapia y temporalidad.....	21
Conclusión.....	21
Referencias .....	24

## Introducción

La cuestión del tiempo acompaña la existencia humana de una manera ineludible. Aunque decidamos no preguntarnos sobre ella, está profundamente ligada a nuestros pensamientos, emociones y conductas. A lo que fue o dejó de ser, a lo que es y lo que no, a lo que será y lo que nunca será. A la propia vida, en definitiva. Y siendo como es un asunto tan central para la experiencia humana, lo ha de ser también para la Psicología.

Además de ser ineludible, se nos presenta también como algo en cierto modo insondable. Cuando hablamos del tiempo parece que siempre hay algo que se nos escapa y que es posible que nunca alcancemos, como ocurre con frecuencia en aspectos tan nucleares de la existencia humana.

Si acudimos a la literatura acerca del tiempo contemplamos una clara falta de consenso, motivada en gran medida por el misterio que entraña la cuestión. Históricamente han ido surgiendo posturas muy diversas desde disciplinas como la Filosofía, la Sociología, la Psicología, y la Física. Se hace patente una necesidad de diálogo interdisciplinar a la hora de abordar este tema. No ya para buscar un consenso general (que se antoja imposible), si no para dar cierto orden y coherencia al estudio de la temporalidad.

La fundamentación filosófica de este trabajo, antes de entrar propiamente en el campo de la Psicología, responde a esta necesidad de diálogo entre disciplinas. Saber qué perspectiva filosófica vamos a adoptar acerca del tiempo es fundamental de cara a comprender el trabajo en su totalidad. Además, se nos antoja especialmente necesario el diálogo entre Psicología y Filosofía a la hora de abordar esta cuestión, por su relevancia en términos existenciales.

Una vez establecida esta base filosófica, entraremos a hablar de la Psicología del Tiempo, siendo como es un campo donde vuelve a ser característica la falta de consenso y diálogo. Se buscará profundizar en el desarrollo evolutivo de la noción de temporalidad adoptada, relacionando a distintos autores. Con el modelo de marcos temporales propuesto por McCormack (2015), buscaremos entender cómo se siembra la base conceptual de la temporalidad. Además, introduciremos perspectivas de otros autores que nos hablan de cómo va surgiendo y desarrollándose nuestra relación existencial con esta temporalidad.

Tras ello, nos adentraremos en el apartado de Psicopatología, en el que hablaremos de la relación entre temporalidad y sufrimiento en la existencia humana, e introduciremos las nociones de estructura y flujo temporal, que nos ayudaran a la hora de analizar distintas patologías en las que la temporalidad está implicada de una u otra manera (ansiedad, depresión, trastorno de personalidad límite, etc.), tomando como referencia los trabajos realizados por distintos autores desde una perspectiva fenomenológica. Y, por último, haremos un pequeño apunte sobre las implicaciones que puede tener esta temporalidad en terapia, prestando atención a las características de la sociedad actual.

La pretensión de este trabajo es hacer patente la importancia de reflexionar sobre la temporalidad desde la Psicología. Siendo como es una cuestión que, a pesar de ser central en nuestra existencia, es generalmente eludida por las complicaciones que puede presentar a nivel metodológico. Es necesario un esfuerzo de investigación, profundización, e integración, promoviendo un mayor diálogo entre Psicología Evolutiva, Psicopatología y Filosofía, con el objetivo final de una mayor comprensión del paciente como persona que sufre, y que nos puede poner en la pista de cómo ha llegado hasta ahí, cómo se siente ahora, y en qué dirección podemos ayudarle.

### **Concepción Filosófica**

El problema del tiempo se presenta en la historia de la Filosofía como una de las cuestiones más discutidas. En el debate clásico encontramos dos posturas antagónicas: *el objetivismo y el subjetivismo*. Mientras que la primera contempla el tiempo como un objeto dentro de la naturaleza, independiente del hombre, la postura subjetivista defiende que el tiempo es una condición de la experiencia humana (Elias, 1989).

Durante la Edad Moderna fue esta visión subjetivista del tiempo la que se impuso (Elias, 1989). Para Kant (2005), por ejemplo, el tiempo no es sino una forma a priori del conocimiento humano. Sin embargo, durante el siglo XIX surge la Fenomenología, un movimiento filosófico que reclama un cambio en la Filosofía, un “retroceder a las cosas mismas” (Husserl, 1999).

Desde esta nueva perspectiva, Heidegger (2002) hace un particular análisis de la cuestión de la temporalidad en su obra magna *Ser y Tiempo*. Habla de que existe una concepción lineal del tiempo, la que se usa de manera cotidiana, que puede ser útil en la

ciencia para medir o contar, siendo el tiempo contemplado como una sustancia, una sucesión de puntos, de horas. Sin embargo, plantea que es una visión que no da cuenta del paso del tiempo: lo que experimentamos es algo más que una sucesión de puntos, nuestra experiencia temporal implica un ya no (retención) y un todavía no (expectativa).

La perspectiva diferencial que propone Heidegger (2002), y adoptamos en este trabajo, contempla el tiempo no como una sustancia, sino como un modo de ser. La pregunta ya no es “¿qué es el tiempo?”, sino “¿quién es el tiempo?” (Malquori, 2011). El Dasein no está en el tiempo, sino que es su tiempo (Heidegger, 2002).

El **Dasein** (ser-ahí) es la manera auténtica de estar en el mundo del ser humano propuesta por Heidegger (2002). Auténtica en el sentido de que cuida su ser estando atento a las decisiones que toma continuamente, responsabilizándose de ellas.

Este modo de estar pone de manifiesto la diferencia entre el ser humano y el resto de entes del mundo. Y es que, mientras estos simplemente ocurren físicamente, el Dasein existe, no está determinado, no es un proyecto cerrado, y se encuentra en una permanente apertura. **El Dasein es siempre lo que no es, proyecta posibilidades continuamente y se entiende en términos de las mismas.** La estructura que posibilita esta proyección continua de posibilidades no es otra sino la **temporalidad** (Heidegger, 2002).

Por otro lado, la forma de estar en el mundo impropia es lo que Heidegger (2002) presenta como el **Dasman**. Esto es, no tomar las decisiones por uno mismo, sino en virtud de lo que dicta el mundo. Dejarse llevar por la corriente, vivir según lo que determina la sociedad en la que uno está inscrito. Heidegger (2002) asume que nadie puede vivir de una manera auténtica totalmente, que nacemos y vivimos en una sociedad, pero podemos tomar la resolución de cuidar en mayor o menor medida de nuestra existencia.

Una vez establecida esta diferencia entre Dasein y Dasman podemos profundizar en la cuestión del tiempo propiamente. La visión del tiempo del Dasman es la visión lineal de la que hemos hablado antes. A frases como “no tengo tiempo”, “dame más tiempo”, tan presentes en nuestra vida diaria, subyace una visión del tiempo como sustancia, como algo externo a nosotros. Nos encontramos en un presente desvitalizado, esperando de forma pasiva la llegada del futuro, y recordando el pasado. El ser humano se hace de esta manera similar al resto de entes del mundo, es lo que es simplemente.

La aproximación del Dasein es totalmente distinta. El tiempo es el sentido de la existencia, su modo de estar en el mundo. Respecto al **pasado**, resuelve asumir la responsabilidad de sus decisiones, de lo que ha sido, que es lo que permite dar sentido a las posibilidades que proyecta. Su modo de estar en el **presente** se caracteriza por su relación con el resto de entes, en la cual se le da la posibilidad de “cuidar” su ser, de tomar la resolución de vivir de manera auténtica. Y vive orientado hacia el futuro, en una continua proyección y anticipación de sus posibilidades. Esta anticipación, este ser-hacia constante del Dasein nos habla de una **existencia que tiene sentido principalmente en términos de futuro**. Sin embargo, solo en la unión del ser-hacia, haber-sido, y hacer-presente se constituye la temporalidad y se posibilita la existencia (Heidegger, 2002; Ricoeur, 2004).

La temporalidad posibilita y está íntimamente ligada a un concepto tan central para la Fenomenología como la **intencionalidad**. Las relaciones intencionales están siempre inscritas en un marco temporal. Del mismo modo, subjetividad e intersubjetividad se relacionan con estos dos conceptos anteriores. Dentro del acto comunicativo, cuando una persona responde al gesto o la palabra que ha emitido la otra, extiende sus posibilidades comunicativas y le otorga el sentido de que existe en un contexto intersubjetivo. Sus acciones y decisiones tienen impacto en el mundo, en otros sujetos, hay una vitalización del flujo del tiempo (Seligman, 2016). Esta vitalización parece elemental en la aproximación al tiempo del Dasein.

Dentro del análisis de la existencia humana que realiza Heidegger (2002) hay una decisión clave, y es la que el Dasein debe tomar ante la **angustia** que le genera su posibilidad última: **la muerte**. Sin esta conciencia de su mortalidad, el Dasein no sería diferente del resto de entes del mundo, y el tiempo sería una mera sucesión de instantes.

Con la posibilidad de la muerte no se está refiriendo al momento de morirnos, que se correspondería con la visión del tiempo del Dasman de la que hemos hablado antes, sino a la relación que establecemos con esa posibilidad en el presente. Es algo que está siempre presente y condiciona el resto de posibilidades (Heidegger, 2002)

La experiencia de angustia ante esta posibilidad de la muerte nos habla de la verdad existencial de que somos seres temporales y la finitud a la que estamos sujetos (Kierkegaard, 1952). Para Heidegger (2002) esta experiencia pone de manifiesto que el Dasein es el único responsable de su vida. Es en las decisiones que ha tomado durante su

existencia en las que ha ido marcando que las cosas sean de la manera que han sido. Y es esta responsabilidad restaurada la que posibilita la libertad del Dasein. El ser-hacia-la-muerte del Dasein es lo que posibilita que esté vuelto hacia la vida. Es decir, el hecho de tener presente su finitud en las distintas decisiones que toma el Dasein en su día a día, hace posible que se haga realmente cargo de las mismas, siendo consciente de su libertad como actor principal en su vida. No estamos determinados como el resto de entes del mundo, sino que somos el fundamento de aquello que decidimos hacer.

La experiencia de angustia reclama una decisión. Como pasaba con la visión del tiempo, la persona también puede elegir acallar esta llamada y seguir el camino del Dasman, por el que la muerte se contempla como algo lejano que ocurre al final de la vida. La emoción que sustituye a la angustia es el miedo. Se huye de esta experiencia que nos hace sentir extraños en el mundo. El **miedo a la muerte** que experimenta el **Dasman** es más manejable, y “libera” de la carga y responsabilidad que entraña el cuidado de la existencia (Heidegger, 2002).

Cuando Heidegger (2002) habla del **ser-hacia-la-muerte** del Dasein no se refiere a regodearnos constantemente en esta posibilidad. Sería algo que nos impediría continuar con nuestra vida cotidiana y podría tener fatales consecuencias (Holzhey-Kunz, 2020), sino más bien tener presente esta posibilidad de forma que nos recuerde la llamada a hacernos cargo de nuestras decisiones.

## Tiempo y Psicología

La denominada Psicología del tiempo está marcada por la falta de sistematización a nivel teórico. Entre los principales motivos se encuentra la polisemia del término “tiempo” y las distintas acepciones y aproximaciones que se han dado en Psicología (Vásquez, 2011). En su intento por paliar esta falta de orden en el estudio de la cuestión, Laplanche (1996) propuso una clasificación en la que se describen cuatro niveles a los que podemos referirnos al hablar del tiempo:

-**El nivel I** alude al tiempo cosmológico, de la naturaleza y sus ciclos.

-**El nivel II** o tiempo perceptivo se refiere a la estimación interna del tiempo, el ritmo (también presente en los animales).

-El nivel III o temporalización es el tiempo propiamente humano, el tiempo subjetivo que enmarca entre otros conceptos la perspectiva interna del tiempo, la narrativa del yo, o la conciencia interna del tiempo.

-El nivel IV o tiempo histórico se refiere al tiempo de las sociedades, de la historia de la humanidad.

El nivel III nos habla del modo en que el ser humano organiza su existencia según el tiempo, y, como el propio Laplanche (1996) señala, es en este nivel en el que se enmarca el concepto de tiempo propuesto por Heidegger. Por lo tanto, el análisis que ofrece este trabajo se enmarca en este tercer nivel.

Un primer paso, que se nos antoja necesario antes de entrar en el campo de la Psicopatología, es echar un vistazo a la Psicología Evolutiva. Entender cómo se desarrolla la concepción del tiempo es clave para entender en mayor profundidad cómo el ser humano se relaciona con su temporalidad y las distintas patologías vinculadas.

## **Desarrollo Evolutivo de la Temporalidad**

El campo de la Psicología Evolutiva no se libra de la discusión en torno al tema del tiempo. Aunque encontramos que para algunas concepciones del tiempo de corte más cuantitativo en Psicología sí que hay un modelo más asentado, no es así para gran parte de espectro teórico (Vásquez, 2011). En congruencia con la concepción de la temporalidad escogida en este trabajo, claramente cualitativa, hallamos en el modelo propuesto por McCormack (2015) un punto de partida sólido a nivel teórico y empírico.

La autora introduce en su análisis de la cuestión, como punto de partida, el concepto de marcos temporales (“**temporal frameworks**”). Y establece dos distinciones básicas dentro de estos marcos temporales (McCormack, 2015).

La primera entre aquellos que incluyen una perspectiva y aquellos que no. En el primer caso, nos referimos a un tiempo concreto en relación con el momento actual (“ocurrió hace 3 años”). Y en el segundo caso, nos referimos al evento independientemente del momento actual (“antes de la I Guerra Mundial”). La segunda distinción es entre aquellos marcos referidos a secuencias repetidas o ciclos (estaciones



del año, horas del día, etc.), y aquellos referidos a momentos particulares (“el día en que nos conocimos”) (McCormack, 2015).

Es en el dominio de estos distintos tipos de marcos temporales en el que la persona va construyendo un concepto evolutivamente maduro del tiempo. Esta noción madura del tiempo que se debería alcanzar, propuesta por McCormack y Hoerl (1999), se traduce en que la persona sea capaz de distinguir pasado, presente, y futuro, considerando a su vez cada momento como único, irrepetible, e interrelacionado con el resto de momentos. También implica la capacidad de pensar en localizaciones temporales con independencia del evento que pudiera acontecer en ellas. Comprender cómo se forma este concepto básico del tiempo nos ayudará a comprender la relación existencial que ese establece con el mismo.

McCormack (2015) hace un recorrido previo por la literatura entorno a la cuestión, caracterizada por la falta de consenso y de tareas estándar para la evaluación de los hitos evolutivos. Gran parte de los estudios que tratan la cuestión son pertenecientes al ámbito de la psicolingüística. Se presenta el modelo de Weist (1989), en el que propuso una serie de etapas en el desarrollo del concepto de tiempo basándose en el lenguaje utilizado por los niños. McCormack (2015) valora esta propuesta, pero también señala algunas de sus limitaciones, apoyándose en las críticas hacia su modelo por parte de autores como Campbell (2006), del cual hablaremos más tarde al referirnos a la causalidad.

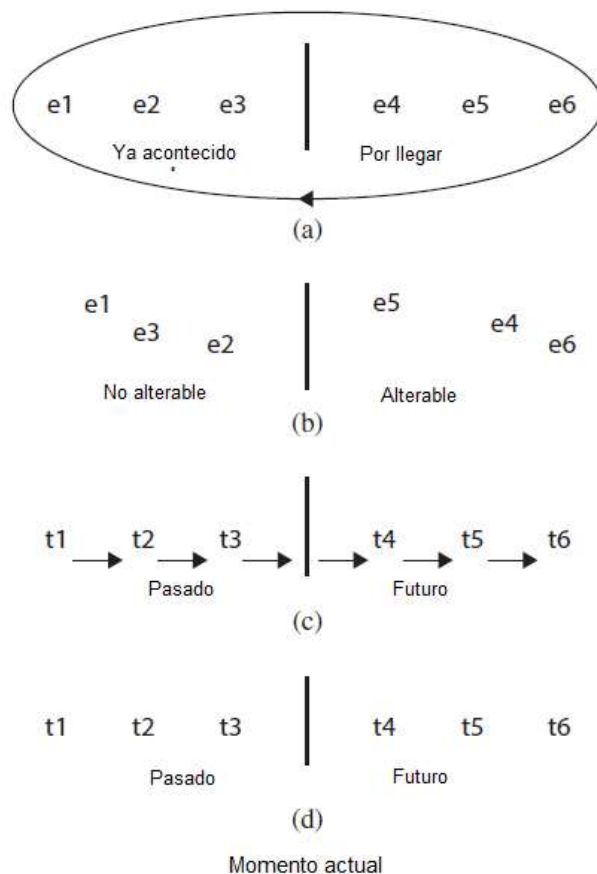
Una vez hecho este análisis previo de la literatura, McCormack (2015) propone su propio modelo (representado en el Gráfico 1), en el que encontramos cuatro estadios en la adquisición del concepto maduro de tiempo:

a) **El primer estadio**, situado entre los 18 meses y los 2 años y medio, consiste en una orientación básica en el tiempo basada en la distinción entre eventos ya acontecidos y aquellos que aún no han llegado a ocurrir dentro de una secuencia. No existe una distinción propiamente dicha entre pasado y futuro.

Por ejemplo, el niño puede entender que ya se ha terminado el baño (que podría ser en el apartado (a) del Gráfico 1 el “e2” o “evento 2”) pero aún no ha llegado la cena (que podría ser el “e4” o “evento 4”), dentro de su rutina habitual. Vemos como hay una flecha en forma de elipse que enfatiza el hecho de que en esta etapa la aproximación al tiempo se hace en términos de secuencias repetidas.

b) **El segundo estadio**, situado entre los 2 y 3 años, incorpora la capacidad de distinguir eventos no alterables y aquellos que son potencialmente alterables. Aquí ya hay una distinción, aunque básica, entre pasado y futuro. Sin embargo, no hay una capacidad de pensar en momentos temporales con independencia del suceso, ni hay una visión del tiempo como un continuo (por ello, en el apartado (b) del Gráfico 1 no aparecen ordenados los eventos).

Por ejemplo, el niño entiende que la excursión que hicieron el fin de semana anterior (“e2” o “evento 2”) es algo que ha pasado y no se puede cambiar, mientras que lo que van a hacer el fin de semana siguiente (“e4” o “evento 4”) es algo que aún no está totalmente definido. Vemos esta incipiente distinción entre presente, pasado y futuro, en una aproximación al tiempo que ya no se rige exclusivamente en base a secuencias repetidas (ya no se representa la flecha en forma de elipse alrededor).



**Gráfico 1.** Modelo de desarrollo evolutivo de los marcos temporales

propuesto por McCormack. Extraído de McCormack (2015)

c) **En el tercer estadio** sí que se da ya esta visión del tiempo como un continuo unificado. Se comprende cómo la alterabilidad de los eventos va variando al moverse uno en el tiempo. En este estadio ya hay cierto descentramiento temporal e implica un conocimiento creciente de cómo opera la causalidad en el tiempo.

En el apartado (c) del Gráfico 1, el niño puede entender que antes de que empezaran las vacaciones (“t2” o “tiempo 2”) aun podía haber pedido a sus padres que le apuntaran al campamento, pero es algo que ya no puede cambiar. Además, en este estadio el orden de los eventos pasados y futuros es más claro. Vemos también que el gráfico ya no habla de eventos, sino de tiempos, porque en este estadio ya se empieza a poder pensar en momentos con independencia del evento que sucede en ellos, aunque todavía de una manera en cierto modo primitiva. Vemos en las flechas que van desde el pasado al futuro entre los distintos momentos temporales que ya se empieza a experimentar el tiempo como un continuo, pero no con la flexibilidad e independencia total de los eventos del siguiente estadio.

d) **El cuarto estadio** se alcanza cuando se es capaz de manejar plenamente esta noción del tiempo independiente de los eventos. (McCormack, 2015). Una manifestación evidente de esta capacidad es la utilización del reloj y el calendario de una manera consciente y adecuada, que según Friedman (1977, 1993, 2000) se empieza a manifestar de manera tentativa a los 6-7 años, de manera más desarrollada entre los 8 y los 10, y se culmina en la adolescencia.

En el apartado (d) del Gráfico 1, el niño ya es capaz de pensar en un momento dentro de 5 años (“t5”), o hace dos semanas (“t2”) sin necesidad de asociarlo a ningún evento concreto. Desaparecen las líneas entre tiempos que veíamos en el apartado c), lo que representa esta flexibilidad que otorga el descentramiento temporal en nuestra relación con el tiempo.

Hay dos conceptos claves en el modelo resaltados por la autora: **el descentramiento temporal** y la **causalidad**. En primer lugar, el descentramiento temporal se refiere a la capacidad de adoptar un punto de vista distinto temporalmente al momento actual (Harner, 1982). Para McCormack (2015) solo cuando esta habilidad está totalmente desarrollada podemos hablar de un concepto maduro de tiempo.

Respecto al otro concepto, hay evidencia empírica de cierta comprensión de cómo funciona la causalidad en el tiempo entorno a los 5 años de edad (McCormack y Hoerl,

2005, 2007; Povinelli, Landry, Theall, Clark, y Castille, 1999). Campbell (2006) señala que en la base de la capacidad de distinguir entre pasado y futuro ontológicamente, está la comprensión de que lo pasado es inalterable y lo futuro sí que es alterable potencialmente.

Partiendo de esto, McCormack (2015) afirma que este conocimiento de cómo opera la causalidad en el tiempo, integrado dentro del descentramiento temporal, abre la puerta a entender varias cuestiones fundamentales. En primer lugar, que lo pasado puede afectar a lo presente, pero no a la inversa. En segundo lugar, entender que puede haber eventos pasados que no afecten al presente, ya que entre ellos y el momento actual han podido suceder eventos que hayan vuelto a alterar las cosas. Y, por último, la capacidad de pensar en momentos del futuro de manera independiente a los eventos que puedan ocurrir en ellos. El futuro se presenta como un recipiente vacío que podemos llenar de distintas maneras.

Todo ello, y en especial el último punto referido al futuro, está íntimamente relacionado con la vitalización del flujo del tiempo en las interacciones tempranas de la que habla Seligman (2016) en su estudio sobre la temporalidad. El autor, apoyado en los escritos de Winnicott (1960) sobre las interacciones madre-hijo en la primera infancia, describe cómo el niño va adquiriendo un sentido de temporalidad en este contexto intersubjetivo. Pone de ejemplo al bebé, inmerso en el entorno que conoce básicamente a través de la sensorio-percepción. De cómo un gesto espontáneo (como mover una mano, balbucear, o buscar la mirada) a través de una respuesta responsiva del cuidador es transformado esencialmente en algo más. El instante se extiende en el tiempo, se crea un sentido de continuidad en el flujo temporal. El niño percibe que su acción tiene impacto en el mundo, en un contexto comunicativo, forjándose así progresivamente un sentido de intersubjetividad, intencionalidad, y temporalidad. El presente se vitaliza, y se abre a un futuro que se contempla como un campo de posibilidades sobre el que tenemos impacto. Nos recuerda al ser-hacia del que nos hablaba Heidegger (2002) al referirse a la orientación hacia el futuro del Dasein (Seligman, 2016).

En este tipo de interacciones con los cuidadores se forja una **cotemporalidad** básica, la dimensión intersubjetiva del tiempo. El niño va incorporando una capacidad de sincronización temporal con su entorno, que es básica para sentirse temporalmente conectado con otros. A medida que el niño crece, estas interacciones con un carácter melódico armonioso, de juego y sincronización, se van sofisticando. En los primeros

meses se basan en las expresiones faciales, o en los intercambios sensorio-perceptivos. A partir del octavo mes, con el desarrollo de la atención conjunta (*joint attention*), se incorporan momentos en los que niño y cuidador lidian juntos con un objeto (por ejemplo: juegan juntos con una pelota). Y, más adelante, se irán incorporando los intercambios verbales (Fuchs, 2013).

Entendemos por **responsividad** la capacidad de los cuidadores de responder de manera pronta, apropiada, y contingente en las interacciones con el niño (Bornstein, Tamis-LeMonda, Hahn, y Haynes, 2008). Y, como hemos visto, esta responsividad por parte de los cuidadores es crucial es el desarrollo de un sentido completo de temporalidad, que incluye un sentido como individuo y de agencia en la relación con otros (Seligman, 2016).

Al hablar de la relación entre el desarrollo de un concepto maduro del tiempo y la memoria autobiográfica, McCormack (2015) recoge otro proceso en el que los cuidadores tienen un papel de importancia en el desarrollo de la temporalidad en el niño: **la reminiscencia conjunta** (*joint reminiscence*).

Se refiere a las interacciones entre niño y adulto en las que se habla sobre el pasado y se construyen narrativas sobre lo que ocurrió o lo que dejó de ocurrir. Estos procesos de construcción de relatos sobre el pasado ponen en marcha las mismas estructuras que requiere la comprensión de cómo funciona la causalidad en el tiempo. Permiten, en primer lugar, entender no solo el orden, sino cómo y por qué los distintos eventos están conectados causalmente. Y, además, invitan al niño a adoptar una perspectiva temporal diferente desde el pasado, entendiendo, así, como las decisiones que tomó han tenido consecuencias sobre su situación en el presente (McCormack, 2015). Quizás en esto último se sientan las bases de la relación existencial que establece el Dasein con su pasado en términos de hacerse cargo y responsable de sus decisiones.

En las interacciones con el niño donde se ponen en juego la responsividad y en los procesos de reminiscencia conjunta se muestra **la importancia del papel de los cuidadores** en el desarrollo evolutivo de la temporalidad. Vemos reflejada la afirmación de Seligman (2016) de que es en las interacciones “micro” donde se van construyendo los “macro” sentidos de ser en el mundo.

A propósito de la memoria autobiográfica, parece interesante hablar del desarrollo evolutivo del *personal self* y su relación con la temporalidad, sobre la que escribe Fuchs

(2013). El *personal self* comienza a desarrollarse en el segundo año de vida (aunque se puede considerar el desarrollo de la permanencia del objeto como una etapa preliminar) a partir de momentos en los que el niño puede empezar a percibirse como un yo-aquí-ahora. Fuchs (2013) dice que estos momentos suelen llegar como reacción a sucesos inesperados, que causan sorpresa o shock, y hacen que el niño empiece a reparar de una manera un poco más explícita en la temporalidad (aunque de una manera bastante primitiva). Es en el tercer año de vida en el comienza a desarrollarse la memoria autobiográfica, lo que va a permitir una creciente integración de pasado y futuro en el presente del self. Esto va a posibilitar a la persona empezar a proyectarse en el futuro en función de lo vivido, y es clave en la relación existencial del ser humano con el tiempo: la capacidad de proyectarnos en el futuro y apropiarnos de nuestra propia historia, desarrollando una narrativa autobiográfica. El desarrollo del *personal self* y la memoria autobiográfica nos permite “temporalizarnos”, y no ya solo en un rol pasivo, como en los momentos de sorpresa o shock que hemos mencionado, sino también siendo capaces de colocarnos en un rol activo en nuestra vivencia del tiempo y nuestra vida (Fuchs, 2013).

Hasta aquí hemos tratado cómo se desarrolla evolutivamente el concepto de tiempo, que sirve como base para la relación existencial con el mismo. Una vez hecho esto, nos vemos en disposición de abordar la relación entre temporalidad y Psicopatología.

## **Psicopatología y Temporalidad**

La temporalidad de nuestra existencia implica una serie de verdades acerca de nuestra condición humana, como que el tiempo pasa inexorablemente, que el pasado es inalterable, que el futuro es incierto o que algún día moriremos. Estas verdades son una fuente potencial de sufrimiento para el ser humano (Moskalewicz y Schwartz, 2020a), de la angustia de la que nos hablaba Kierkegaard (1952), o del miedo hacia la muerte del Dasman (Heidegger, 2002). Son verdades sobre la vida que pueden verse mitigadas o suavizadas por nuestras creencias, pero en ningún caso eludidas. La clave de la importancia del tiempo está en su finitud. Si nuestra vida en el mundo nunca terminara, ¿qué importancia tendría el paso del tiempo? (Moskalewicz y Schwartz, 2020a).

Pero si estas verdades están presentes en la vida de todos, ¿por qué algunas personas las sufren claramente mientras que otras pareciera que no? Desde el discurso de la Psiquiatría tradicional se afirma que la razón está en que las personas sanas tienen la capacidad de aceptar lo que implica su condición humana, incluyendo su temporalidad. En cambio, Holzhey-Kunz (2020) nos plantea que esta aceptación serena de las verdades filosóficas que entraña la temporalidad raramente se consigue. La mayoría de gente que es capaz de llevar una vida normal y “sana” lo hace más bien cerrando los ojos ante estas verdades. Nos pone el ejemplo de las dos informaciones que obtenemos al mirar un reloj: por un lado, nos dice qué hora es, y, por otro, nos habla de que el tiempo avanza irremediabilmente. La mayoría de la gente se queda solo en qué hora es, y no se paran a reflexionar sobre la fugacidad de la vida, para finalmente aceptarla, como podríamos entender desde la Psiquiatría tradicional. Y probablemente quedarnos en el dato de qué hora es sea lo más sano (Holzhey-Kunz, 2020).

Como decíamos en el apartado de “Concepción filosófica”, Heidegger (2002) nos alerta sobre el peligro que entraña la angustia ante la muerte si no somos capaces de poner cierta distancia. Su ser-hacia-la-muerte no consiste en vivir en una constante rumiación de que podemos morir a cada momento, o sobre otras verdades que implica nuestra temporalidad: sería algo que nos impediría llevar a cabo nuestra vida diaria, nos haría enfermar. Lo que él propone es tener presente estas verdades acerca de nuestra existencia de manera que resolvamos hacernos cargo de ella, pero sin que nos obsesionen (Heidegger, 2002).

En definitiva, la temporalidad se nos presenta como una fuente potencial de sufrimiento, y parece difícil conseguir lidiar con ella de una manera ideal. Nuestra relación con ella tiende a ser conflictiva: ya sea por acercarnos demasiado o por huir de ella (Moskalewicz y Schwartz, 2020a).

Por tanto, como fuente de sufrimiento y conflicto en la existencia humana, se presenta como un tema ineludible para la Psicopatología. Dada la concepción cualitativa y existencial por la que hemos optado en este trabajo, no podemos tomar como referencia el DSM o el CIE. En ellos solo se contempla el tiempo en cuanto a duración de síntomas, y apenas se hace ninguna referencia al modo en que lo experimentamos (salvo algunas referencias a la aceleración o deceleración, desde un prisma cuantitativo en todo caso) (Moskalewicz y Schwartz, 2020a).

Por suerte, la temporalidad se presenta como uno de los temas principales de debate dentro de la vertiente fenomenológica de la Psicopatología. Tomando como base el pensamiento de filósofos de la Fenomenología como Heidegger o Husserl, se busca analizar y comprender la relación entre las distintas patologías y las alteraciones en la temporalidad de las personas. (Fuchs, 2013). Se busca profundizar en las estructuras subyacentes de la experiencia humana, de acercarnos a “las cosas mismas”, a la comprensión de cómo experimenta el mundo el paciente. Ya que de otro modo se antoja complicado llegar a estas estructuras y ayudar a modificarlas, al menos deliberadamente (Aho, 2018). En este trabajo, en coherencia con la visión de la temporalidad desarrollada hasta ahora, adoptaremos esta visión a la hora de analizar las distintas patologías en relación con la temporalidad.

Desde este prisma, Vogel et al. (2020) nos presentan una distinción básica entre dos dimensiones en la experiencia de la temporalidad: **estructura** y **flujo**. La estructura se corresponde con la percepción de las tres dimensiones temporales (pasado, presente, y futuro), de la manera en que nuestro pasado y nuestra vivencia del mundo presente nos permite planear y encarar nuestro futuro, así como con la narrativa personal. El flujo es la experiencia del paso del tiempo, que es vivida en dirección al futuro.

La estructura de la que hablan Vogel et. al (2020) estaría relacionada, por un lado, con el marco temporal de McCormack (2015) que supone la integración de las tres dimensiones temporales; y, por otro lado, con el desarrollo de la memoria autobiográfica y el *personal self* (Fuchs, 2013) en cuanto a la relación existencial con estas dimensiones de presente, pasado, futuro.

El flujo (Vogel et al., 2020) está muy relacionado con la vitalización del flujo del tiempo de la que nos hablaba Seligman (2016). Y también tiene una dimensión intersubjetiva, que se refiere a cómo experimento el paso del tiempo en relación con cómo lo experimentan el resto de las personas. Esta sincronización o falta de ella nos remite a la cotemporalidad de la que nos hablaba Fuchs (2013).

Ambas dimensiones, estructura y flujo, se encuentran enormemente interrelacionadas, y sería difícil entender una sin la otra (Vogel et al., 2020). Sin embargo, de cara a describir cómo se ve afectada la temporalidad en las distintas patologías, nos ayudan a entender de una manera más profunda la experiencia de la persona.



Por la extensión limitada de este trabajo, nos vamos a centrar en patologías en las que se ve afectada principalmente la parte accesible a la experiencia de estas dimensiones de estructura y flujo. Sin embargo, hemos de tener en cuenta que ambas tienen una cara implícita e inaccesible a la experiencia consciente, cuya alteración se hace manifiesta en patologías de corte más psicótico (Fuchs, 2013; Vogel et al., 2020).

En la siguiente aproximación a distintos trastornos vamos a referirnos tanto a aspectos generales, como a otros que solo se presentan en las formas más graves de las patologías. Cada paciente tiene una vivencia única, y lo que se pretende es dar cierta luz a la comprensión de sus experiencias en base a una serie de investigaciones, pero en ningún caso debemos aplicar estos criterios de manera rígida.

### **Ansiedad**

En la ansiedad, entendida como estado de ánimo presente en distintos trastornos, en relación con el flujo, encontramos una aceleración. No solo en el plano corporal (aumento del ritmo cardiaco, dificultad para respirar, etc.), sino también en el psicológico en forma de rumiación, de pensamiento recurrentes, o de aglomeraciones de ideas que desbordan la capacidad de expresión de la persona y que se manifiestan principalmente a través del discurso (Aho, 2018).

También en relación con el flujo, en el plano intersubjetivo, en mayor o menor grado podemos encontrar una ruptura con los ritmos sociales. Puede desarrollarse un sentido de “urgencia de tiempo”, de que el mundo va demasiado lento, y se experimenta con impaciencia y distrés. Podemos verlo reflejado en distintos hábitos de las personas como en la forma de comer, de conducir, de expresarse verbalmente. Esta **aceleración y sensación de urgencia** puede llegar al extremo en forma de ataque de ansiedad o de pánico, que vemos en patologías como la agorafobia o el trastorno de pánico (Aho, 2018).

En cuanto a la dimensión de estructura, apoyándose en el análisis que hace Heidegger (2002) acerca de la ansiedad, Aho (2018) afirma que el futuro deja de percibirse como un horizonte de posibilidades significativas, y pasa a convertirse en una región hostil, peligrosa y amenazante. Está muy relacionado con la expectativa aprensiva y preocupación característica del trastorno de ansiedad generalizada. Se va restringiendo el rango de posibilidades futuras sobre las que poder construir un relato vital, es decir, el quién quiero ser en base a dónde se dirige mi historia. Como **el futuro se presenta como amenazante**, este deseo narrativo se va apagando y el mundo deja de ser significativo.

**El pasado** empieza a reinterpretarse como un **lugar de fracaso**, de oportunidades perdidas, de promesas fallidas: como un recordatorio constante de que podrían haberlo hecho mejor. Las personas quedan congeladas en la duda, en pensamientos como “nada de lo que haga es suficiente”. Y **el presente** se vive como una cárcel que aprisiona en una **constante rumiación**, en una vorágine de pensamientos caracterizados por la preocupación, por los “y si...” (Aho, 2018).

### **Trastorno del Estrés Postraumático**

Este trastorno guarda relación con la ansiedad en cuanto a la temporalidad, sobre todo en cuanto la destrucción de las posibilidades de futuro que, como describía Heidegger (2002), socava la capacidad de ser.

Encontramos dos variantes principales de este trastorno en función del momento en el que se experimenta el síntoma, y que da lugar a dos experiencias de temporalidad diferenciables, aunque siempre con el telón de fondo de la **pérdida de un futuro emergente** (Seligman, 2016).

En la primera variante hay una experiencia de que el trauma puede llegar a ocurrir en cualquier momento. Hay una anticipación y un intento constante de evitar que el trauma vuelva a ocurrir. En cuanto a estructura, lo que vemos es que hay un **pasado**, muchas veces no procesado, que **se come el presente**, mezclándose ambos. Por otro lado, se genera un bucle en el que se entremezclan dos momentos, pasado y futuro, por el que el trauma se anticipa en cualquier situación que lo llegue a evocar en la memoria. En definitiva, el síntoma trata de cubrir una herida del pasado, haciendo reinterpretar el presente, pero también cerrándose a la posibilidad del futuro que emerge. La relación con el futuro se reduce a esa anticipación de que el trauma puede volver a ocurrir en cualquier momento (Seligman, 2016).

En la segunda variante descrita por Seligman (2016) el trauma se experimenta como si estuviera ocurriendo ahora. Esta variante está especialmente relacionada con casos en los que el trauma nunca llegó a ser admitido en la experiencia. Aquí **pasado, presente, y futuro se entremezclan y se confunden**, lo que puede dar lugar a una gran sensación de indefensión y de desorientación temporal: hay algo horrible que está ocurriendo en este preciso momento.

## **Depresión**

En este caso Cavaletti y Heimann (2020) ponen el foco en la estructura como clave de la experiencia de la temporalidad en el trastorno. En concreto en el futuro, habiendo una carencia de esta dimensión. Hay una pérdida progresiva de las posibilidades significativas, que son fundamentales en la búsqueda de sentido existencial, en la anticipación de metas, acciones, decisiones (Ratcliffe, 2018).

En relación con el flujo temporal, hay una **desincronización intersubjetiva**, en la que el tiempo de la persona se enlentece respecto a los tiempos sociales, y se genera una sensación de que no se llega nunca a responder a sus presiones y demandas. En casos extremos, este **enlentecimiento** puede llegar a traducirse en una desincronización total. La explicación de este enlentecimiento puede estar en el hecho de que **no hay futuro** (no se conciben metas significativas), lo que convierte el tiempo en algo irrelevante, pudiendo llegar al punto de que fuera como si no existiera. Una percepción de dilación del tiempo, hasta el extremo de que se vuelve algo estático. Independientemente del grado del trastorno, se encuentra como característica compartida en este trastorno la inactividad y pasividad.

Volviendo a la estructura, Minkowski (1970) apunta que, dependiendo del nivel de gravedad del trastorno, el **presente o el pasado pueden tomar una especial relevancia en la experiencia**. En casos no extremos, en los que el tiempo se presenta más bien como enlentecido, el **presente** cobra una especial relevancia y su vivencia está caracterizada por la imposibilidad de lidiar con él, con las situaciones que presenta. Esta vivencia se refleja muchas veces de forma manifiesta en obsesiones (como pueden ser contar, rumiar, comprobar, seguir la secuencia de eventos insignificantes, etc.), que podrían entenderse como una forma de compensación, al ponerse en contacto con una especie de progresión, aunque mecánica, en el tiempo. En **casos más extremos**, en los que el tiempo se experimenta como detenido, es el **pasado** el que toma un papel central. Es un pasado que **determina, ineludible**, y lo podemos ver manifiestamente en delirios de carácter melancólico: relacionados con la ruina, con catástrofes inminentes, de indignidad, etc.

## **Manía**

En relación con los episodios maníacos y los trastornos que los incluyen, Moskalewicz y Schwartz (2020b) ponen, en primer lugar, el foco en una experiencia de flujo temporal que se acelera. Esta aceleración puede llegar a ser tal que llegue a colapsar

la estructura de la temporalidad, rompiendo las fronteras entre pasado, presente y futuro. Cuando hablan de su experiencia, muchos pacientes refieren sentirse en una especie de **eternidad acelerada**. No es presente, en el sentido de que es inauténtico, puntual, momentáneo (Minkowski, 1970). El tiempo se acorta hasta volverse puntual. Tampoco es un futuro como tal, sino que sería una especie de "futuro" que ya ha ocurrido (un futuro muchas veces irreal e inalcanzable, que se puede ver reflejado en los delirios de grandeza). Hay una desconexión en el plano social entre el futuro del yo y el futuro del mundo (Moskalewicz y Schwartz, 2020b).

La persona vive congelada en esta "**atemporalidad**", en la que el self queda estancado, sin capacidad de modificarse. Moskalewicz y Schwartz (2020b) interpretan este estado como una rebelión contra la facticidad de la existencia. Como una huida del "aquí y ahora", en forma de excitabilidad que cubre la imposibilidad de aceptar los límites del presente en la experiencia humana de la temporalidad. En este tipo de trastornos parece que sí que hay ya un daño en la temporalidad implícita, aunque no está rota.

### **Adicciones**

Al hablar de la distorsión en la experiencia de la temporalidad en las adicciones de carácter más crónico y patológico, Kemp (2020) pone el foco en la estructura. En primer lugar, se experimenta el **pasado** como **discontinuo y fragmentado**. Muchas personas en los primeros periodos en abstinencia describen un pasado borroso, como si fuera un agujero negro o si esos años nunca hubiesen existido. Este pasado fragmentado es clave en la dificultad de crear sentido. Ya que si no sabemos quién somos y de dónde venimos, es difícil saber qué queremos y hacia dónde nos dirigimos (en términos heideggerianos, el ser-hacia-la-muerte). Siguiendo con la estructura, el **futuro** se experimenta como **cerrado**, no hay disponibilidad del largo plazo. Sin ese acceso al pasado, se socava la proyección de posibilidades y la esperanza. Los deseos a largo plazo se conciben como algo que habrá de ser soportado eternamente, y por ello se evitan.

Todo esto lleva a una experiencia de **presente como un vacío que busca ser llenado** a través de la compulsividad y esa eterna repetición del ciclo necesidad-saciación. Hay de fondo un afecto negativo crónico que se busca calmar con la sustancia o la conducta, en un intento de liberarse del mismo y alejar la infelicidad. Sin embargo, el remedio termina siendo también enfermedad. La persona con adicción termina prisionera de la misma, imposibilitándose el cambio (Kemp, 2020).

En cuanto al flujo, además de esta **eterna repetición** en la que se vive, también hemos de tener en cuenta los efectos químicos de la sustancia o conducta específica, y las posibles comorbilidades con depresión u otros trastornos. Además, de la ruptura interpersonal que aleja a la persona del tiempo social e intersubjetivo (Kemp, 2020).

### **Trastorno Límite de Personalidad**

En este trastorno comenzaremos hablando de la estructura. Podemos hablar de un **dominio prácticamente total del presente**. Es un presente que se vive con una gran **intensidad**, ya que la persona vive totalmente identificada con el afecto del momento. Pero, a su vez, se trata de un presente **vacío**, incapaz de integrar las experiencias pasadas y las anticipaciones respecto al futuro. Un vacío que trata de ser llenado a través del placer momentáneo, de intrigas, de momentos fugaces. Hay una enorme dificultad de construir una identidad narrativa, ya que esta implica una continuidad, que en este caso se ve sustituida por una **estructura cíclica sin historia** (Fuchs, 2007).

Esta falta de continuidad tiene por consecuencia una identidad fragmentada. No hay posibilidad de proyectarse a futuro, ni un sentimiento de desarrollo personal en cuanto al pasado. La relación con el futuro está marcada por la dificultad que suponen los objetivos a largo plazo, manifestada en la impulsividad, además de un sentimiento de que no son autores de su futuro. En cuanto al pasado, el rechazo posmoderno a la constancia, los compromisos, las responsabilidades, la culpa, o la incertidumbre de las relaciones se lleva al extremo. Sin embargo, la culpa y los remordimientos que pueden asociarse a hacerse cargo del pasado, vienen a ser sustituidos por la ansiedad y la vergüenza de la exposición total al presente que se da en este trastorno. También en relación con el pasado, son frecuentes las dificultades en memoria autobiográfica: en la capacidad de recordar eventos concretos, en un sentimiento de inconsistencia, o de periodos vacíos. Hay asociada una tendencia a la disociación, que esconde en muchas ocasiones una historia traumática (Fuchs, 2007).

En relación con flujo temporal, está marcado por una **carencia en la intersubjetividad y la cotemporalidad**. Hay una ausencia de experiencias tempranas de responsividad por parte de los cuidadores, de una adecuada función calmante, especular y sostenedora y, en definitiva, de secuencias de ser-con-otros (Fuchs, 2007). Las investigaciones reflejan una prevalencia mayoritaria de patrones de apego inseguro entre el 75-90% en personas con este trastorno, muchas veces habiendo sufrido experiencias traumáticas y/o de adversidad (Levy, Meehan, Weber, Reynoso, y Clarkin, 2005).

## Psicoterapia y temporalidad

A lo largo de la historia de la Psicología, distintos autores han señalado la importancia de prestar atención a la temporalidad en la experiencia de los pacientes en terapia. El propio Freud (1914) nos habla de que, tanto en la neurosis como en la psicosis, el individuo sufre de su propio pasado, un pasado que no puede aceptar y que se intenta cambiar a través de los síntomas. Baranger y Baranger (2008) señalan que, generalmente, los pacientes acuden a terapia porque sienten que no tienen un futuro abierto, se sienten atrapados en su neurosis. Hay incluso autores que han desarrollado modelos terapéuticos basados en la relación de la persona con el tiempo, como la Terapia de Orientación Temporal (Zimbardo, Sword y Sword, 2012).

En una sociedad dominada por una visión del **tiempo lineal** (*chronos*), con un **presente dominante** (que cuestiona el valor de pasado y futuro, desplazándolos) en el que reina la necesidad de productividad, de lo inmediato; Olabarría (2012) llama nuestra atención sobre la necesidad de adoptar una visión del tiempo más existencial (*kayros*) en terapia. Habla de la importancia de las **experiencias de “tiempo suspendido”**, de aquí y ahora, que nos permiten restaurar las experiencias y poder resignificarlas, de descubrir nuevos aspectos de nuestras vivencias, lo que permite reconfigurar nuestra percepción del pasado y nuestras estrategias de cara al futuro. En la misma línea, Baranger y Baranger (2008), señalan una visión del tiempo en el contexto de la terapia como un pasado, presente, y futuro simultáneos, que permiten la reexperimentación y la generación de nuevos significados.

Por otro lado, Moskalewicz y Schwartz (2020a) hablan de la importancia hacer explícito en terapia el rol que puede estar jugando la temporalidad en la vivencia de trastornos como la ansiedad, las adicciones, o los trastornos del ánimo. Muchas veces puede resultar esclarecedor tanto para pacientes como para familiares, que por fin se sienten comprendidos

## Conclusión

A través del presente trabajo se ha buscado hacer patente la importancia de la temporalidad en la existencia del ser humano, el marcado déficit de investigación y

consideración de esta dimensión desde la Psicología, y la necesidad asociada de un esfuerzo desde nuestra disciplina de profundización en diálogo con la Filosofía.

Entendemos la temporalidad como la estructura que posibilita el ser en cuanto a hacernos cargo de nuestro pasado, cuidar nuestra existencia y, en base a ello, proyectar posibilidades. En el plano psicológico se concreta en nuestra relación conceptual y existencial con esta condición de estar inscritos en el tiempo, en términos de flujo y estructura.

Independientemente de la corriente psicológica que adoptemos y del modelo de intervención asociado, sabemos que hay una serie de factores y dimensiones de la persona que hemos de tener en cuenta, aunque no trabajemos directamente con ellos: emociones, conductas, cogniciones, el contexto familiar y cultural, los valores, etc. Sin embargo, una dimensión tan central para el ser humano como la temporalidad (que es, además, condición básica para que se den el resto) es raramente tenida en cuenta. Muchas veces podemos no saber siquiera a qué nos referimos con temporalidad, o, en su defecto, considerar que es algo demasiado filosófico.

Y me pregunto, ¿no habría podido pensarse hace unas décadas lo mismo de cuestiones como las emociones, la visión sistémica del ser humano o la teoría del apego? Cuando, a día de hoy, son dimensiones y aspectos de la persona tenidos en cuenta de manera generalizada desde nuestro campo. No podemos olvidar que parte de nuestras raíces como disciplina nacen de la Filosofía. Que la temporalidad sea una cuestión de gran relevancia antropológica, de hecho, nos señala la necesidad de estudiarla y atenderla desde la Psicología.

No podemos renunciar a una dimensión tan central en la vida de las personas por las dificultades que pueda presentar a nivel metodológico, sino más bien esforzarnos por superarlas, y contribuir a una Psicología más completa, que pueda acercarse un poco más al misterio del psiquismo humano, y de este modo poder ayudar mejor a las personas.

La necesidad de investigación alrededor de la temporalidad se evidencia de manera especial en el campo de la Psicología Evolutiva. Aunque en este trabajo hemos presentado algunos modelos desde distintos prismas, que pueden complementarse, parece necesario un cuerpo teórico más sistematizado y holístico (que abarque tanto cómo se forma el concepto de temporalidad, como el desarrollo de la relación existencial con el mismo), incluyendo la consolidación de tareas para evaluar los hitos evolutivos.

Además, también se antoja necesario explorar las modificaciones que puede experimentar nuestra relación con la temporalidad en etapas evolutivas como la adolescencia, juventud, adultez, y vejez, que es una cuestión prácticamente inexplorada en la literatura. Si queremos darle a la temporalidad un papel activo en el ejercicio de la Psicología, es fundamental entender cómo se desarrolla en los primeros años y cómo va cambiando, creando una base sólida de conocimiento que nos permita comprender cómo la experimentan nuestros pacientes en las distintas fases y momentos del ciclo vital.

Por otro lado, hay episodios en la vida de las personas en los que parece particularmente interesante estudiar la relación que establecemos con nuestra condición temporal en términos de estructura y flujo. Momentos como el nacimiento de un hijo, la jubilación o los últimos años de la vejez. Pero no solo en eventos normativos, sino también otro tipo de acontecimientos significativos como, por ejemplo, una experiencia cercana a la muerte (un accidente, una enfermedad grave, un ictus, etc.), tener que emigrar o el fallecimiento de la pareja. Sin ir más lejos, poder entender cómo la situación de pandemia actual con todas sus implicaciones a nivel psicológico (aislamiento social, fatiga, miedo, incertidumbre, etc.) está incidiendo en la manera de relacionarnos con nuestra temporalidad tanto a nivel individual como colectivo.

No quiero terminar este trabajo sin hacer una pequeña reflexión acerca de las patologías de las que hemos hablado en el marco de la sociedad posmoderna actual. Si tomamos como referencia lo expuesto por Heidegger, no parece casual que la relación con la temporalidad en trastornos tan característicos de nuestro tiempo como la ansiedad, las adicciones o el trastorno límite de personalidad, coincida en mayor o menor grado con la concepción lineal del tiempo posmoderno (el tiempo del Dasein actual): un presente dominante, marcado por la prisa y lo inmediato, que desplaza el pasado y el futuro por ser fuentes de compromiso, responsabilidad, constancia. En la misma línea, vivimos en una sociedad en la que la muerte se presenta como un tema tabú, que en todo caso se considera como un momento lejano, ajeno a nosotros. El ser-hacia-la-muerte del Dasein, que nos invita a hacernos cargo de nuestras vidas y ejercer nuestra libertad cuidando de nuestra existencia, se hace complicado en una sociedad que parece cubrir con un velo la incertidumbre del futuro y la posibilidad de la muerte ¿Son acaso estas patologías una manifestación de las dificultades de nuestra sociedad en materia de temporalidad? Lo primordial no es solo la respuesta, sino que desde la Psicología podamos hacernos este tipo de preguntas sobre la temporalidad, prestándole, al fin, la atención que merece.



## Referencias

- Aho, K. (2018). Temporal experience in anxiety: Embodiment, selfhood, and the collapse of meaning. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 259-270.
- Baranger, M., y Baranger, W. (2008). The analytic situation as a dynamic field. *The International Journal of Psychoanalysis*, 89(4), 795-826.
- Bornstein, M. H., Tamis-LeMonda, C. S., Hahn, C. S., y Haynes, O. M. (2008). Maternal responsiveness to young children at three ages: longitudinal analysis of a multidimensional, modular, and specific parenting construct. *Developmental psychology*, 44(3), 867.
- Campbell, J. (2006). Ordinary thinking about time. En F. Stadler y M. Stoeltzner (Eds.), *Time and history: Proceedings of the 28th International Wittgenstein Symposium* (pp. 1–12). Frankfurt: Ontos Verlag
- Cavaletti, F., y Heimann, K. (2020). Longing for tomorrow: phenomenology, cognitive psychology, and the methodological bases of exploring time experience in depression. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 271-289.
- Elias, N. (1989). *Sobre el tiempo*. México D.F.: Fondo de Cultura Económica.
- Freud, S. (1914). *Remembering, repeating, and working through*. London: Hogarth Pres.
- Friedman, W. J. (1977). Development of children's understanding of cyclic aspects of time. *Child Development*, 48, 1593–1599.
- Friedman, W. J. (1993). Memory for the time of past events. *Psychological Bulletin*, 113, 44–66.
- Friedman, W. J. (2000). The development of children's knowledge of the times of future events. *Child Development*, 71, 913–932.
- Fuchs, T. (2007). Fragmented selves: Temporality and identity in borderline personality disorder. *Psychopathology*, 40(6), 379-387.
- Fuchs, T. (2013). Temporality and psychopathology. *Phenomenology and the cognitive sciences*, 12(1), 75-104.

- Harner, L. (1982). Talking about the past and the future. En W. J. Friedman (Eds.), *The developmental psychology of time* (pp. 141–170). New York: Academic Press
- Heidegger, M. (2002). *Ser y Tiempo, traducción, prólogo y notas de Jorge Eduardo Rivera*. Santiago: Universitaria.
- Husserl, E. (1999). *Investigaciones lógicas I*. Madrid: Alianza Editorial
- Holzhey-Kunz, A. (2020). Two ways of combining philosophy and psychopathology of time experiences. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 217-233.
- Kant, I. (2005) *Crítica de la Razón Pura*. Madrid: Taurus
- Kemp, R. (2020). Addiction as temporal disruption: interoception, self, meaning. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 305-319.
- Kierkegaard, S. (1952). *El concepto de la angustia*. México D.F: Espasa-Calpe SA.
- Laplanche, J. (1996). *La prioridad del otro en psicoanálisis*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Levy, K. N., Meehan, K. B., Weber, M., Reynoso, J., y Clarkin, J. F. (2005). Attachment and borderline personality disorder: Implications for psychotherapy. *Psychopathology*, 38(2), 64-74.
- Malquori, D. (2011). Einstein, Gödel, Heidegger. Algunas consideraciones sobre el concepto del tiempo. *Pensamiento. Revista de Investigación e Información Filosófica*, 67(254), 1007-1027.
- McCormack T. (2015). The development of temporal cognition. En Liben L. y Müller U. (Eds), *Handbook of Child Psychology and Developmental Science, Vol. 2, Cognitive Processes, 7th ed.* (pp. 624–670). New York: Wiley
- McCormack, T., y Hoerl, C. (1999). Memory and temporal perspective: The role of temporal frameworks in memory development. *Developmental Review*, 19, 154–182.
- McCormack, T.,y Hoerl, C. (2005). Children’s reasoning about the causal significance of the temporal order of events. *Developmental Psychology*, 41, 54–63.
- McCormack, T., y Hoerl, C. (2007). Young children’s reasoning about the order of past events. *Journal of Experimental Child Psychology*, 98, 168–183.

- Minkowski, E. (1970). *Lived time. Phenomenological and psychopathological studies*. Translated by Nancy Metzger. Evanston: Northwestern University Press.
- Moskalewicz, M., y Schwartz, M. A. (2020a). Temporal experience as a core quality in mental disorders. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19, 207-216.
- Moskalewicz, M., y Schwartz, M. A. (2020b). Temporal experience in mania. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 291-304.
- Olabarría, B. (2012). El tiempo como elemento constituyente psíquico y relacional y su noción acelerada en la sociedad actual. Implicaciones en psicoterapia. *Cuadernos de terapia familiar*, 81, 19-29.
- Povinelli, D. J., Landry, A. M., Theall, L. A., Clark, B. R., y Castille, C. M. (1999). Development of young children's understanding that the recent past is causally bound to the present. *Developmental Psychology*, 35, 1426–1439.
- Ratcliffe, M. (2018). The interpersonal structure of depression. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 32(2), 122-139.
- Ricoeur, P. (2004). *Tiempo y narración, Volumen I*. Tucumán: Siglo XXI.
- Seligman, S. (2016). Disorders of temporality and the subjective experience of time: Unresponsive objects and the vacuity of the future. *Psychoanalytic Dialogues*, 26(2), 110-128.
- Vásquez, A. (2011). Experiencia subjetiva del tiempo y su influencia en el comportamiento: revisión y modelos. *Psicología: teoría e Pesquisa*, 27(2), 215-223.
- Vogel, D. H., Falter-Wagner, C. M., Schoofs, T., Krämer, K., Kupke, C., y Vogeley, K. (2020). Flow and structure of time experience—concept, empirical validation and implications for psychopathology. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 19(2), 235-258.
- Weist, R. M. (1989). Time concepts in language and thought: Filling the Piagetian void between two and five years. En I. Levin y D. Zakay (Eds), *Time and human cognition: A life-span perspective* (pp. 63–118). Amsterdam: Elsevier.

Winnicott, D. W. (1960). *The maturational processes and the facilitating environment*.  
New York: International Universities Press.

Zimbardo, P. G., Sword, R., y Sword, R. (2012). *The time cure*. New York: Wiley.