

Algunas reflexiones sobre la Ética, la Responsabilidad y la Neutralidad del Terapeuta en la Psicología del Self

CYNTHIA ZEPEDA LIZCAINO¹

En el ejercicio de nuestra profesión principalmente en la práctica clínica, siempre nos vemos en el momento de tener una profunda reflexión, sobre la ética que tenemos como analistas, las responsabilidades relacionadas al trabajo analítico, y el papel que juega la neutralidad del analista. Estos temas, adquieren una relevancia especial, en el contexto de la Psicología del Self, desarrollada por Heinz Kohut, la cual se centra en la comprensión del desarrollo del Self y las experiencias que lo configuran, así como las rupturas generadoras de alguna patología. Heinz Kohut dentro de su teoría subraya la importancia de la empatía y la comprensión profunda del Self del paciente. La ética, responsabilidad y neutralidad del terapeuta son cualidades que no solo orientan el proceso terapéutico, sino que también garantizan un entorno seguro para el crecimiento emocional del paciente. El objetivo de este ensayo es analizar, cómo concurren estas en la labor del analista, visto desde la perspectiva de la Psicología del Self.

La ética en la práctica psicoanalítica no solo implica respetar los límites y mantener la confidencialidad, sino proporcionar un entorno seguro y adoptar una postura empática que permita al analista comprender y sostener al paciente en su camino hacia la integración del Self. La ética en la Psicología del Self demanda una alta sensibilidad hacia las necesidades particulares de cada paciente, así como también de un compromiso profundo con su bienestar.

Kohut (1959) define la empatía como la herramienta principal para acceder al mundo interno del paciente. Desde esta perspectiva, la empatía no es solo una técnica, sino una

¹ Psicoterapeuta con enfoque psicoanalítico y consultora organizacional, con más de 20 años de experiencia profesional. Su labor se ha enfocado en el acompañamiento psicoterapéutico de adolescentes, adultos y mujeres en procesos de transición, así como en el diseño e implementación de estrategias de desarrollo humano y transformación organizacional. Atiende en *Equilibria Bienestar Integral*, centro dedicado a la salud emocional y al crecimiento personal y organizacional. Licenciatura en Psicología por la Universidad Autónoma de Nuevo León UANL. Maestría en Psicología Laboral y Organizacional por la Universidad Autónoma de Nuevo León UANL. Diplomado en Psicoterapia Breve centrada en soluciones por la Universidad Juárez del estado de Durango. Doctorado en Psicoanálisis. Universidad Intercontinental UIC. Actualmente cursa el Posdoctorado en Psicoanálisis Relacional. UIC. Contacto: equilibria@infinitummail.com

obligación ética, un compromiso el cual el terapeuta debe tener consciente para así poder validar las experiencias subjetivas del paciente sin juicios.

Para Kohut (1971), el papel de la Empatía es clave en el desarrollo saludable del Self. Kohut menciona al Self como una estructura que da coherencia y estabilidad a la experiencia en la vida de una persona. El Self puede ser fuerte o frágil esto dependiendo de las experiencias tempranas del desarrollo, especialmente con sus objetos primeros de amor que son los padres. Cuando este desarrollo del Self se ve perjudicado por fallas en estas relaciones tempranas, como puede ser la falta de empatía, se pueden desarrollar trastornos del Self. Kohut propone que el tratamiento psicoanalítico podría enfocarse en la reparación de un Self dañado, haciendo uso de la empatía como herramienta terapéutica primordial. El objetivo del tratamiento para Kohut sería ayudar al paciente a desarrollar un Self cohesivo y funcional lo cual puede ser posible gracias a la empatía del analista y el poder reconstruir experiencias tempranas en el espacio terapéutico.

La ética, entonces, no reside únicamente en el cumplimiento de normas externas, sino en la disposición del analista para crear un espacio seguro donde el paciente pueda explorar sus vulnerabilidades. Esto plantea una pregunta fundamental: ¿cómo puede el terapeuta mantener una ética de cuidado sin perder la objetividad necesaria para guiar el proceso?

El Psicoterapeuta desde la psicología del Self, adquiere una responsabilidad muy especial como un facilitador del proceso de reparación de un Self fragmentado, esto incluye ser consciente del impacto que tienen su actitud y sus intervenciones en la experiencia emocional del paciente. Kohut (1971). Kohut describe al analista como un selfobject, una figura que, a través de funciones de sostén, espejeo o idealización, ayuda al paciente a reparar fracturas del Self (Kohut, 1984). En este aspecto, Bacal y Thompson (1996) destacan la importancia de que el terapeuta pueda reflexionar sobre sus propios deseos y limitaciones, para no comprometer el bienestar del paciente. Kohut (1971) también explica que el terapeuta debe manejar con cuidado las respuestas transferenciales del paciente, ya que de no ser gestionadas adecuadamente estas dinámicas podrían provocar rupturas empáticas que pronunciaran las heridas del Self. De esta manera, la responsabilidad del terapeuta abarca el compromiso de sostener una empatía constante y reflexiva durante todo el tratamiento.

Por otro lado, la neutralidad clásica del psicoanálisis freudiano ha sido reinterpretada en la Psicología del Self, donde se reconoce que el analista no es solo un observador pasivo, sino un participante activo en una relación intersubjetiva. Lichtenberg (1985) subraya que las intenciones del terapeuta influyen inevitablemente en el proceso terapéutico. La neutralidad, desde esta perspectiva, no implica una ausencia de postura, sino un esfuerzo por estar plenamente presente y sintonizado con las necesidades del paciente sin imponer juicios. En

"Formas y transformaciones del narcisismo", Kohut (1966) señala que la neutralidad empática permite al terapeuta sostener la experiencia subjetiva del paciente, facilitando la integración de los aspectos fragmentados de su Self. Este enfoque también fomenta un entorno terapéutico en el que el paciente puede experimentar una conexión auténtica y segura.

Riera (2002) enfatiza que la neutralidad empática no significa pasividad, sino una participación activa en el proceso terapéutico. El terapeuta debe ser capaz de mantener un equilibrio cuidadoso entre su empatía y su capacidad de observar desde una perspectiva objetiva. Esta neutralidad permite que el paciente explore sus vulnerabilidades y conflictos internos sin sentir que está siendo manipulado o invalidado.

La ética, la responsabilidad y la neutralidad son elementos esenciales en la Psicología del Self. Kohut (1971) y Riera (2002) nos llevan a reflexionar sobre la importancia de un enfoque empático y respetuoso que fomente un entorno seguro para la reparación del Self fragmentado, reconociendo que el terapeuta tiene un impacto profundo en la experiencia del paciente. Estas cualidades no solo facilitan el proceso terapéutico, sino que también ofrecen al paciente un modelo de relación basada en el cuidado, la autenticidad y el reconocimiento. En última instancia, el terapeuta actúa como un facilitador del crecimiento emocional, acompañando al paciente en su camino hacia la cohesión y el bienestar y crecimiento emocional.

La Psicología del Self redefine al analista como un ser humano y un profesional ético, el terapeuta no es una figura aislada que todo lo sabe, sino que es un ser humano que participa en una relación profundamente relacional y emocional. Esta perspectiva requiere que el analista adopte una postura ética que integre la empatía, la autorreflexión y la responsabilidad. Además, le exige estar atento a las dinámicas intersubjetivas, reconociendo cómo su propio Self influye en la relación terapéutica.

Ser psicoterapeuta implica no solo adquirir conocimiento técnico, sino también cultivar una ética de cuidado y humanidad. La neutralidad, la empatía y la responsabilidad no son categorías abstractas, sino herramientas que interactúan en conjunto, las cuales permiten crear un espacio terapéutico donde el paciente puede sanar, transformarse y alcanzar la cohesión de su Self.

Estas lecturas nos recuerdan que el verdadero poder del análisis se encuentra no en las interpretaciones que hacemos, sino en la calidad de la relación que construimos con el paciente, esta relación terapéutica es la que tiene el potencial de transformar y fortalecer al

paciente. Como nos lo deja ver Kohut "no es lo que el terapeuta sabe, sino cómo entiende y sostiene" lo que define el éxito del proceso terapéutico.

Este enfoque se vuelve relevante en nuestro mundo actual lleno de cambios, velocidad e incertidumbre, cuando contemplamos el aumento de problemas relacionados a la autoimagen, las dificultades en las relaciones interpersonales y la desconexión emocional. Las demandas de las personas que buscan atención psicológica han cambiado de manera significativa, ya no solo buscan la posibilidad de poder curar síntomas o sentir alivio, ahora buscan un espacio seguro en donde se puedan sentir escuchados, comprendidos aceptados y validados de manera auténtica. En este tenor, el poder del enfoque empático de Kohut ofrece una visión humanista y esperanzadora, donde la ética, la responsabilidad y la empatía, permiten al terapeuta no solo aliviar los síntomas, sino también llevar al paciente hacia una vida más integrada, auténtica y emocionalmente satisfactoria.

Referencias

- Bacal, H. A., & Thompson, S. (1996). Las necesidades del analista. *Intercanvis*.
 Kohut, H. (1959). Introspección y empatía. Edición castellana revisada, 2017.
 Kohut, H. (1984a). Cómo cura el análisis. Capítulo 10: Las transferencias con el objeto-sí-mismo.
 Kohut, H. (1984b). El self bipolar. En *La Restauración del self*.
 Lichtenberg, J. D. (1985). Las Intenciones del analista. *Revista CeIR*, 3(2).
 Kohut, H. (1966). Formas y transformaciones del narcisismo. Traducción al español revisada, 2017.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Cepeda, C. (2025). Algunas reflexiones sobre la Ética, la Responsabilidad y la Neutralidad del Terapeuta en la Psicología del Self. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (1): 214-217. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190118

Original recibido con fecha: 14/3/2025 Revisado: 30/3/2025 Aceptado: 30/3/2025