

El pensamiento Kohutiano en la era digital.¹

Catalina Celsi Vallejos
IARPP

La sección "Ensayos sobre el Self" nace de las reflexiones y trabajos presentados por alumnos/as en el seminario sobre Psicología del Self en el Seminario de Renovadores de la psicoterapia impartido por Ignacio Blasco AGORA RELACIONAL. Como trabajo final se propone escribir un ensayo sobre los temas nucleares de la Psicología del Self desarrollados por Heniz Kohut y discípulos. Esta sección estará abierta en los próximos números de CEIR para aquellos que quieran escribir sobre la Psicología del Self, desde la teoría o clínica.

Las redes sociales y la IA han cambiado nuestra forma de vincularnos, y aunque nos ofrecen oportunidades, también nos presentan complejos problemas y desafíos. El concepto de uso problemático de redes sociales se utiliza para definir la pérdida de control sobre su uso y la presencia de síntomas similares a la adicción, que afectan el funcionamiento cotidiano de las personas (Van den Eijnden et al., 2016). Boer et al. (2020), realizaron un estudio internacional con una muestra de 29 países, afirmando que España es el país donde el uso de redes sociales por parte de los adolescentes es más serio.

Hoy en día, las redes sociales y la IA funcionan para muchas personas como sustentos de autoestima, ocupando un papel central como proveedores externos de valoración, algo especialmente complejo en personas que padecen alteraciones narcisistas. Asimismo, es posible que estas plataformas sean precursoras del desarrollo de alteraciones narcisistas. Se trata de un círculo que se retroalimenta, pudiendo exacerbar patologías previas o provocar alteraciones nuevas. El uso digital puede ser una vía simbólica de expresión del self, y debemos estar atentos a cómo las fallas en el mundo relacional analógico son desplazadas o compensadas en el mundo digital. Los intentos de regulación narcisista a través de tecnologías tienen el riesgo de la pérdida de cierto sentido de realidad y de capacidad de simbolización más profunda.

En este trabajo me enfocaré en dos posibles consecuencias que pueden tener el uso de redes sociales e IA en el desarrollo de la mente: la omnipotencia y la polarización. Dichas

¹ Ensayo como trabajo final del Seminario Renovadores de la Psicoterapia Psicoanalítica: Kohut y la Psicología del Self. Abril-Junio 2025. Profesor: Ignacio Blasco Barrientos.

problemáticas serán abordadas considerando las ideas del psicoanalista austriaco Heinz Kohut.

Heinz Kohut desarrolló una amplia teoría sobre el narcisismo. Sus aportaciones han tenido un importante impacto en el desarrollo del psicoanálisis, y aunque sus propuestas fueron realizadas entre los años 1959 y 1981, son perfectamente aplicables a los tiempos de hoy. Su premisa central es que las patologías aparecen cuando el objeto del sí mismo (cuidador) falla, ya que la cohesión del self no se logra si el niño no recibe devoluciones confirmatorias. Cuando el objeto- sí mismo le devuelve al niño una respuesta inadecuada que no le confirma en su ser, éste se desintegra y no logra tener la experiencia fundamental de ser un sí mismo completo. En situaciones traumáticas, el niño se retrae hasta quedar reducido a fragmentos de sí. Por lo tanto, es la confirmación del otro, la respuesta del objeto, lo que permite que el self se cohesione.

Con respecto a la omnipotencia, Kohut (1971) plantea que, en un desarrollo normal, el exhibicionismo y la omnipotencia del self grandioso arcaico se van dominando progresivamente hasta que, por último, toda la estructura se integra en la personalidad adulta y da energía instintiva para los propósitos y ambiciones, para el disfrute y la mantención de una autoestima equilibrada. Del mismo modo, la imago parental idealizada, se introyecta como super yo idealizado y se convierte en un componente importante de la organización psíquica, preservando el liderazgo de los ideales e integrándolos a la personalidad adulta. En cambio, cuando el niño sufre traumas narcisistas, el self grandioso no se funde con el contenido del yo, sino que queda retenido en su forma inalterada presionando por la realización de fines arcaicos. Así las relaciones que se construyen se fundan en la dinámica: "Soy perfecto" / "Tú eres perfecto, pero yo soy parte tuya". Estas dos configuraciones narcisistas básicas pretenden preservar parte de la experiencia original de perfección narcisista y omnipotencia en el sujeto. El mundo digital propicia y refuerza estas dinámicas gracias a la creación de realidades inauditas en las que prácticamente todo es posible. Las redes y la IA se constituyen como un "otro" con quien se interactúa a diario estableciendo vínculos de carácter omnipotente.

Con programas tecnológicos y aplicaciones, podemos hacer que nuestros antepasados tengan voz y movimiento, que nuestra cara sea otra, crear versiones mejoradas a través de espectaculares filtros. Podemos eliminar lo que no nos gusta de una foto con el solo toque de un dedo. Recuerdo mi impresión cuando me tomaron una foto en la Alhambra con un iPhone último modelo. La foto era de una calidad impresionante. Al ser un lugar concurrido, era difícil obtener una captura sin que otro turista apareciese en ella. En la esquina inferior de la foto se veía a una persona contemplando las vistas. En menos de 10 segundos y con un hábil movimiento del dedo índice, el dueño del móvil eliminó al turista sin nombre del cuadro. Lo

hizo desaparecer, como si nunca hubiese estado allí. La foto quedó aún más espectacular. Alteramos la realidad para acomodarla a nuestra manera.

La IA también tiene la capacidad de reproducir la voz de otra persona con una precisión asombrosa. Podemos hacernos pasar por alguien que no somos, llamar a nuestra madre con la voz de nuestro padre, clonando su tono y su timbre. Modelos como Voicebox o Vall- E imitan las voces, incluso de personas fallecidas, incorporando sus matices emocionales y su prosodia. La aplicación Project December diseñada por Jasón Rohler, permite a la IA simular conversaciones con un ser querido fallecido, incluso crear avatares con su cara y movimientos.

La IA compone sinfonías y pinta cuadros. En 2016, se realizó el “proyecto Rembrandt” un experimento que creó un nuevo cuadro de Rembrandt con IA de manera tan espectacular, que se volvió indistinguible para los ojos expertos. El software, diseñado y controlado por informáticos, ingenieros, científicos e historiadores del arte del Museo Rembrandt de Ámsterdam, la galería Mauritshuis de La Haya, la Universidad Tecnológica de Delft y la compañía Microsoft, se basó en algoritmos de reconocimiento facial que identifican y reproduce los patrones geométricos, las proporciones y la disposición del color del mismo modo en que lo haría el propio pintor neerlandés (De Lorenzo, 2016).

La serie *The Black Mirror* de Charlie Brooker, satírico y escritor inglés, es una serie con muy buenas críticas que presenta realidades futuristas. Recuerdo cuando la vi, haber sentido alivio al pensar que sus capítulos eran una fantasía imposible. Pocos años después, varios de ellos han dejado de ser ficción para transformarse en realidad. Los avances tecnológicos y la IA han hecho posible que una serie que parecía descabelladamente fantástica sea espeluznantemente real.

Parecemos magos, dioses, capaces de, en un solo click, transformar los paisajes a nuestra voluntad, articular la realidad a imagen y semejanza, resucitar a nuestros muertos. Somos más omnipotentes que nunca y, aunque suena muy bien jugar a ser Dios, las repercusiones para una mente en desarrollo pueden ser brutales. Se trata de la exposición sistemática a una realidad simulada que el mundo real no podrá sostener, que provocará una caída desde mucha altura con consecuencias posiblemente traumáticas. La inmediatez actúa como un catalizador que propicia estos resultados. La rapidez con la que estamos acostumbrándonos a procesar la información hace un efecto contrario; que no podamos procesarla bien. Vamos de atracón en atracón. ¿No es esto en sí mismo traumático para un sistema en desarrollo? Kohut señala que los traumas impiden que el imago parental idealizada se convierta en una estructura psíquica capaz de regular tensiones. La digitalidad está creando nuevas formas de traumatizar, y en la actualidad hay una importante crisis de salud mental, especialmente en adolescentes. Necesitamos más investigación para comprender las posibles repercusiones traumáticas en el desarrollo mental de nuestros jóvenes.

Con respecto a la polarización, tendemos a interpretar que la realidad es lo que nuestras redes sociales nos muestran. Si eres de derechas, la información que verás en tus plataformas será de derechas, siendo poco probable que aparezca contenido con opiniones discordantes. Se interpreta entonces que el mundo opina como uno, y que el propio modo de ver las cosas es el correcto, el único. Cuando esto es sistemático, los adherentes a otras ideas van desapareciendo. Esos “otros” se tornan bárbaros deshumanizados. Y aunque puede ser conveniente deshumanizar a aquello que no nos hace sentido invisibilizando posturas contrarias, el costo es el de vivir en una realidad polarizada en la que no existe nada más que lo propio. El riesgo es tornarnos egoístas, poco empáticos y convertirnos en pequeños dictadores, tiranos, dueños de la verdad. Las tendencias políticas se han extremado en los últimos tiempos porque las redes sociales fomentan la radicalización al mostrarnos solo una parte del asunto; la que nos conviene, la que nos gusta. Si una de las principales formas de conectar con el mundo es a través de las redes sociales ¿Cómo podemos tomar conciencia de la angustia de otro ser humano cuando éste ha sido acallado, invisibilizado en nuestro algoritmo?

Erich Fromm psicoanalista, psicólogo social y filósofo humanista, propone el concepto de filtro social. Refiere que la sociedad filtra contenidos que pueden abrumarnos, y que, sin darnos cuenta, vamos dejando fuera de la consciencia una importante cantidad de información. El mundo digital está poblado de filtros de los que no somos conscientes, y ejercen un importante efecto en nuestras visiones. “Debemos tomar conciencia para elegir el bien, pero ninguna conciencia nos ayudará si hemos perdido la capacidad de ser conmovidos por la angustia de otro ser humano, por la mirada amistosa de otra persona, por el canto de un pájaro, por el verdor de la hierba” (Fromm, 1964).

Estos desequilibrios afectan el desarrollo humano e influyen en la construcción de la personalidad, siendo caldo de cultivo para la generación de alteraciones narcisistas. Tanto la omnipotencia como la polarización generan una falsa e ilusoria creencia de poder. Podemos creer que tenemos cierto control sobre el manejo de nuestra vida digital, pero ¿es realmente así? ¿No somos como las ratas del flautista de Hamelin? ¿Cuán condicionados estamos sin darnos cuenta? El poder del marketing y de la información que consumimos es enorme, y el riesgo está en no ser conscientes de ello. El algoritmo está preparado para mostrarnos lo que queremos ver con un fin de consumo. Suele darnos la razón, alimentando nuestra omnipotencia, con la falsa ilusión de que somos nosotros los que creamos dicho algoritmo. Lo cierto es que también somos un experimento estadístico de consumo, en el que participamos activamente sin percatarnos de ello.

El filósofo Byung-Chul Han (2020) en su libro “La desaparición de los rituales” refiere: “Sin resonancia uno se ve repelido y se queda aislado en sí mismo. El creciente narcisismo contrarresta la experiencia de la resonancia. La resonancia no es un eco del yo. Significa

armonía. La depresión surge cuando la resonancia es cero. La crisis actual de la comunidad es una crisis de resonancia. La comunicación digital consta de cámaras de eco, en las que uno se escucha hablar ante todo a sí mismo. Los me gusta, los amigos y los seguidores no construyen ningún campo de resonancia. No hacen más que amplificar el eco del yo”.

Podemos aplicar las ideas de Kohut (1977) acerca de los tres tipos de transferencias narcisistas para reflexionar sobre el impacto de la interacción con medios digitales. Partamos de la premisa de que las redes sociales y la IA pueden actuar como selfobject, es decir, como un “otro” que se utiliza para mantener la cohesión del self, siendo posible establecer transferencias con medios tecnológicos. En otras palabras, tanto las redes como la IA, pueden cumplir funciones especulares, de idealización y/o de alter ego que devuelven respuestas que generan un gran impacto cognitivo y emocional en el sujeto.

Según Kohut, en la transferencia especular, la persona busca ser reflejada y admirada por otro. Aplicado al mundo digital, esto puede ser alcanzado a través de la búsqueda de likes, visualizaciones y reacciones inmediatas que actúan como espejos del self. Fácilmente el algoritmo se vuelve un “otro” que da forma a la autoestima y a las representaciones que el sujeto tiene sobre sí mismo: “tengo pocos likes porque no le gusto a nadie”.

En la transferencia idealizadora de Kohut, la persona se fusiona con otros poderosos e idealizados para encontrar seguridad. Son idealizaciones proyectadas en sistemas o figuras que parecen omnipotentes. En la vida digital esto se encuentra en influencers, gurús digitales o algoritmos que todo lo saben, pero que, a diferencia de los vínculos humanos, no funcionan como objetos reales que aprecian genuinamente al sujeto. Se trata, en su mayoría, de fines de marketing y lucro, y de tecnologías no humanas que convierten al sujeto en objeto de consumo. Se construyen así representaciones del mundo humano basadas en seres digitales: “el algoritmo me conoce mejor que mi propia pareja”.

En la transferencia de alter ego, la persona busca sentirse gemelo, perteneciente a otro similar. El mundo digital ofrece la posibilidad de formar parte de comunidades virtuales, tribus digitales y movimientos identitarios, que permiten al sujeto sentirse acogido. Y aunque puede haber beneficios, todo dependerá del tipo de comunidad y de la función que dicho lugar tenga en las representaciones del sujeto. No pocas veces se transforma en la única manera de interacción, con los riesgos de exacerbar la polarización, el aislamiento y el pensamiento de la parte por el todo: “solo en este canal me siento comprendido”.

Los tres tipos de transferencia narcisista de Kohut pueden surgir fácilmente con un otro digital. La película estadounidense *Her* (2013), escrita, dirigida y producida por Spike Jonze, habla de la relación de un hombre con una asistente virtual de inteligencia artificial, y muestra cómo el protagonista desarrolla un vínculo profundo y realista con una IA llamada Samantha. Sin darse cuenta, termina sumergido en una relación de pareja cuyos componentes base son prácticamente indistinguibles de lo humano.

En los trastornos narcisistas de la personalidad, la angustia principal se relaciona con la vulnerabilidad del self. En las patologías narcisistas, el self se enfrenta a peligros que provocan una fragmentación temporaria. La fuente principal de malestar es consecuencia de la incapacidad de la psique para regular la autoestima y conservarla en niveles normales. El self, recibe instrucciones de formas arcaicas de grandiosidad o de objetos del self narcisista engrandecidos, con una marcada oscilación, desde la grandiosidad y la excitación ansiosa, a la vergüenza intensa, la hipocondría y la depresión (Kohut, 1971).

Kohut (1971) es muy claro al describir este problema. Refiere que una hipocondría puede desaparecer luego de haber recibido un elogio externo o de haber gozado del interés del medio. Cuando lo pensamos en el contexto de las redes sociales, se trata del poder de un like, el like que da iniciativa a la vida. Kohut señala que en muchos casos de trastornos narcisistas de la personalidad, pareciera que hay una profunda participación en el mundo, pero dichos movimientos de asenso son breves y tienden a convertirse en desagradables causas de excitación que generan ansiedad. Muy pronto, los sigue una sensación crónica de embotamiento y pasividad. Estas vivencias, pueden ser experimentadas en forma abierta, o encubierto, por ejemplo, con horas y horas de actividad y ejecución mecánica. Un desaire, la ausencia de aprobación esperada, la falta de interés del medio, volverán a producir en poco tiempo el estado anterior de agotamiento. Es común que los pacientes narcisistas tiendan a sentirse agotados, con emociones embotadas, realizando trabajos sin iniciativa. El yo se agota como consecuencia de tener que defenderse contra los reclamos no realistas de un self grandioso arcaico o contra la necesidad intensa de un poderoso proveedor externo de autoestima y de otras formas de sustento emocional en el campo del narcisismo (Kohut, 1971).

¿No es justamente este el efecto que está teniendo un like de más o de menos en las personas? Pareciera que estamos en la era de las patologías narcisistas, lo que significa que la construcción de objeto está siendo arcaica y pre estructural. Se trata de objetos distintos a los de las neurosis de transferencia en los que lo primordial de la patología no está en el self ni en los objetos del self, sino en conflictos estructurales acerca de impulsos libidinales y agresivos que emanan de un self bien delimitado, cohesivo, y se dirigen hacia objetos infantiles diferenciados plenamente del self. En las patologías narcisistas, el resultado es siempre un desequilibrio narcisista ligado a una dependencia hacia un objeto, y sin ese objeto, no es posible conservar de buena forma la cohesión del self, de la autoestima, o mantener una relación gratificante con ideales y metas. En las neurosis de transferencia los temas tienen que ver con amor no correspondido, con anhelos y soledad de un objeto ausente. También con temor al castigo, siendo la caída de la autoestima secundaria. Es decir, los objetos son vivenciados como separados e independientes, a diferencia de lo fusional que caracteriza a las patologías narcisistas (Kohut 1971).

Si pensamos que parte de lo que hacemos en la clínica se trata de la integración de polos, de la búsqueda de matices y de puntos medios, ¿qué podemos aportar frente a tan poderoso adversario parcializador? Probablemente algo no tan distinto de lo que ya venimos pensando y haciendo: perspectiva, amplitud, curiosidad y empatía. Pero sería interesante abrirnos a la posibilidad de utilizar otras herramientas prácticas, y conocer nuevos conceptos que no necesariamente provengan del psicoanálisis relacional. Por ejemplo, el concepto de “vida digital”, significa que la vida actual está moldeada por estructuras, procesos y tecnologías digitales, que vivimos en sociedades digitales o en proceso de digitalización, y las estructuras sociales (los mercados financieros, la aviación, el consumo de medios, la publicidad y política), se basan cada vez más en la computación (Müller-Salo, J., 2025). Como solución se ha planteado el concepto de “desconexión digital” referido a la abstinencia o desintoxicación de la conectividad digital (Vanden Abeele & Nguyen, 2022).

Ahora bien, para ser justos, no todo está tan mal con la tecnología. El dicho popular “todo tiempo pasado fue mejor” implica que tendemos a olvidar las dificultades que en otros tiempos enfrentamos. Los avances de la IA en los ámbitos de la medicina son extraordinarios. AlphaFold (DeepMind) puede predecir estructuras proteicas con precisión atómica, algo que durante décadas fue imposible. Esto permite diseñar fármacos y terapias a un ritmo sin precedentes, lo que favorece la calidad de vida de las personas y entrega oportunidades para curar enfermedades.

Recientemente tuve que perfeccionar mi inglés para presentarme en un congreso. Chat GPT fue un aliado que, no solo me ayudó a conseguir el objetivo, también a organizar mis tiempos de dedicación al perfeccionamiento del idioma. Desarrolló un programa de clases muy bien pensado, según mi nivel de inglés y mis necesidades específicas. Me ayudó no solo con escritura y gramática, también con conversaciones diarias, corrigiendo mi entonación y pronunciación. Lo pude hacer a mi ritmo, en espacios que me acomodaban y de manera eficiente.

Las redes sociales pueden ser plataformas que nos entretengan y nos permitan interactuar con personas a las que tenemos lejos. En mi caso, vivo en España y mi familia y amigos están en Chile. Sin duda las redes sociales han sido importantes para mantener un tipo de contacto y sentirme cerca. También pueden ser buenas plataformas para desarrollar ideas, negocios, emprendimientos, para dar visibilidad a trabajos interesantes. Todo dependerá del uso que hagamos de ellas, y del lugar en que las posicionemos.

Como psicoterapeutas, lo que a todas luces es fundamental, es el hecho de incorporar la “vida digital” de nuestros pacientes al proceso terapéutico. Nos parezca mejor o peor, se está configurando como un área medular de la cotidianidad humana. La identidad digital, la omnipotencia, polarización, la adicción y los beneficios de tener a la mano extraordinarias herramientas para aprender y desarrollarnos vienen juntas. Un pack de maravillosas

posibilidades y de importantes peligros al que debemos hacerle un espacio en nuestros despachos. Así como en terapia averiguamos sobre sexualidad, trabajo, vínculos, debemos preguntarles a nuestros pacientes por sus vidas digitales. Será necesario averiguar cómo es la representación que tiene el paciente y la que ha tenido su entorno familiar sobre la tecnología. ¿Cómo se gestiona y representa el mundo digital en dicho contexto particular, y en la subjetividad del individuo? Sin duda, será información valiosa y necesaria que contribuirá al proceso terapéutico.

Los psicoanalistas relacionales tendemos a cerrarnos a la posibilidad de realizar intervenciones dirigidas, pero lo cierto es que nos vamos a enfrentar con muchos casos de adicción a redes sociales y problemas con la IA. Es prudente empezar a considerar alternativas complementarias de intervención dirigida cuando el paciente así lo requiera, sobre todo porque estos problemas no serán excepcionales, serán parte de la práctica cotidiana. Habrá que evaluar caso a caso de qué manera nuestros pacientes están haciendo uso de estas plataformas, y en términos relacionales, estudiar la naturaleza del vínculo que establezcan con estos actores digitales que han llegado para quedarse.

REFERENCIAS

Boer, M., van den Eijnden, R. J. J. M., Boniel Nissim, M., Wong, S. L., Inchley, J. C., Badura, P., Craig, W. M., Gobina, I., Kleszczewska, D., Klanšček, H. J., & Stevens, G. W. J. M. (2020). Adolescents' intense and problematic social media use and their wellbeing in 29 countries. *Journal of Adolescent Health*, 66(6), S89–S99. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2020.02.014>

Han, B.-C. (2020). *La desaparición de los rituales* (A. Ciria, Trad.). Herder. (Obra original publicada en 2019)

Fromm, E. (1964). *El corazón del hombre: su genio para el bien y el mal*. Paidós.

Fromm, E. (1997). *El miedo a la libertad* (Obra original publicada en 1941). Paidós.

De Lorenzo, M. (2016, abril 9). *Rembrandt ha vuelto: así crea una máquina un retrato barroco hoy.* El Español.
https://www.elespanol.com/cultura/arte/20160408/115738672_o.html

Virós-Martín, C., Montaña-Blasco, M. & Jiménez-Morales, M. ¡No puedo parar de desplazarme! Patrones de uso de TikTok de los adolescentes y autopercepción del bienestar digital. *Comunicación en humanidades y ciencias sociales*. 11, 1444 (2024).
<https://doi.org/10.1057/s41599-024-03984-5>

Kohut, H. (1971). *Análisis del self: El tratamiento psicoanalítico de los trastornos narcisistas de la personalidad* (M. A. Galmarini & M. Lucero, Trad.). Amorrortu. (Original publicado en 1971 como *The Analysis of the Self*).

Kohut, H. (1980). *La restauración del self*. Buenos Aires: Paidós. (Trabajo original publicado en 1977)

Van den Eijnden RJ, Lemmens JS, Valkenburg PM (2016) The social media disorder scale. *Comput Hum Behav* 61:478–487. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.03.038>

Vanden Abeele, M. M., & Nguyen, M. H. (2022). Bienestar digital en la era de la conectividad móvil: una introducción al número especial. *Mobile Media & Communication*, 10(2), 174–189. <https://doi.org/10.1177/20501579221080899>

Original recibido: 01/09/2025 Revisado 10/09/2025 Aceptado 20/09/2025
 :

Cita bibliográfica / Reference citation:

Celsi, C. (2025). El pensamiento Kohutiano en la era digital. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (2): 534-542. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190223