Clínica e Investigación Relacional
Revista electrónica de Psicoterapia
ISSN 1988-2939
www.ceir.info
Vol. 19 (1) – Primavera 2025 - http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2025.190117

La Responsividad Óptima: Un Pilar en el Desarrollo del Self ante la Adversidad

Aline Aleida del Carmen Campos Gómez[1]

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 postgrado de Psicoanálisis contemporáneo impartido por Ignacio Blasco en la UIC (Universidad Intercontinental de México). 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.

En el campo de la Psicología del Self, la relación entre terapeuta y paciente es un elemento esencial para el cambio terapéutico. Según Bacal (2017), el concepto de responsividad óptima redefine la interacción terapéutica, señalando que no basta con comprender al paciente empáticamente, sino que es vital comunicar esta comprensión de forma relevante y específica para las necesidades de cada individuo. Este enfoque supera las limitaciones teóricas de la frustración y gratificación óptima, priorizando una dinámica relacional adaptativa que propicia el desarrollo del self.

Bacal (2017) revisa los postulados de Kohut, quien introdujo la frustración óptima como un medio para fomentar el desarrollo del self a través de experiencias tolerables de decepción. Sin embargo, Bacal argumenta que este enfoque puede resultar insuficiente, especialmente para pacientes con vulnerabilidades graves. La responsividad óptima, en contraste, incluye no solo la empatía, sino también la capacidad de ajustar las respuestas terapéuticas de manera única a cada caso.

Kohut (1977) enfatizó la empatía como un componente fundamental en la psicoterapia, describiéndola como un proceso de introspección vicaria que permite al terapeuta sintonizar con el mundo interno del paciente (Bacal, 2017). Sin embargo, la responsividad óptima va más allá al implicar la acción deliberada del terapeuta para responder con palabras, gestos o intervenciones que transmitan comprensión y apoyo emocional.

Bacal (2017) señala que la relación terapéutica es el vehículo principal para la reparación de estructuras defectuosas del self. Este proceso, denominado internalización transmutadora,

[1] Doctorada en psicoanálisis por la UIC (Universidad Intercontinental de Mexico). Maestría en psicoterapia familiar por la Universidad Autónoma de Zacatecas; Licenciada en Psicología por la Universidad de las Ciencias y las Artes de Chiapas (UNICACH). Psicoterapeuta familiar. Docente investigadora en la Universidad Autónoma de Juárez, Tabasco. Presidenta y Miembro fundadora de del Colegio Oficial de Psicólogos del Estado de Tabasco.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

ocurre cuando el paciente internaliza aspectos de la relación con el terapeuta, como la seguridad y validación, permitiéndole fortalecer su self.

La responsividad óptima exige del terapeuta un juicio clínico refinado y un manejo ético de su contratransferencia. Bacal (2017) ilustra cómo intervenciones no tradicionales, como ofrecer contacto físico breve en momentos de crisis, pueden ser herramientas terapéuticas válidas, siempre que estén alineadas con las necesidades del paciente.

Según Kohut, las transferencias narcisistas—idealizadora, especular y gemelar—representan formas específicas en las que el paciente busca restaurar la cohesión de su self en el contexto terapéutico. Estas transferencias surgen de la necesidad de estabilizar estructuras del self grandioso o idealizado mediante la relación con un analista empático. La responsividad óptima del terapeuta juega un papel crucial al facilitar el manejo de estas transferencias, actuando como un espejo que refleja y valida el self del paciente, o como un objeto del self idealizado que otorga seguridad y dirección.

Por ejemplo, en la transferencia especular, el terapeuta es percibido como un reflejo que confirma y valida el self del paciente, ayudándolo a integrar experiencias fragmentadas. Este fenómeno se observa en casos donde el paciente siente una mejora significativa en su cohesión interna al percibir que el terapeuta recuerda y resuena con sus comunicaciones previas, reforzando así su sentido de continuidad temporal (Kohut, 1970).

Kohut describe la internalización transmutadora como un proceso central en la reparación del self, mediante el cual el paciente asimila gradualmente las funciones ofrecidas por el terapeuta hasta hacerlas parte de su estructura interna. En este contexto, la responsividad óptima implica no solo responder empáticamente, sino también proporcionar al paciente experiencias correctivas que promuevan su desarrollo.

Por ejemplo, un paciente puede experimentar alivio y cohesión al percibir que el analista valida sus logros o emociones, permitiéndole internalizar esta experiencia como un soporte constante. Este proceso es especialmente importante para pacientes con trastornos narcisistas, en quienes las respuestas empáticas del terapeuta ayudan a mitigar la fragmentación del self y a restaurar su cohesión.

El self grandioso y los objetos del self, como la imago parental idealizada, son elementos fundamentales en el desarrollo narcisista del individuo. Según Kohut, un self grandioso puede ser movilizado terapéuticamente a través de la responsividad del analista, ayudando al paciente a superar fijaciones arcaicas y a desarrollar una autoestima más estable.

En el tratamiento, el terapeuta responsivo facilita un entorno en el que el self grandioso puede reorganizarse y evolucionar hacia metas y propósitos más realistas y egosintónicos. Este proceso depende en gran medida de la capacidad del analista para proporcionar un eco empático y un soporte continuo.

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

Los casos clínicos descritos por Kohut ilustran cómo la responsividad óptima del terapeuta puede influir positivamente en el proceso terapéutico de pacientes con trastornos narcisistas. Por ejemplo, un paciente universitario con un trastorno de la personalidad experimentó un alivio significativo al percibir que el analista recordaba detalles de sesiones previas, lo que fortaleció su cohesión del self en el eje temporal (Kohut, 1970).

Estos casos demuestran que el manejo empático y adaptativo de las transferencias puede ayudar a restaurar la cohesión del self, incluso en pacientes con estructuras psicológicas frágiles. La responsividad óptima, al satisfacer necesidades específicas del paciente, actúa como un catalizador para el crecimiento y la integración del self.

La responsividad óptima exige del terapeuta un juicio clínico refinado y un manejo ético de su contratransferencia. Un caso ejemplar es el de mi paciente que le llamare Susy, el cual ilustra cómo la responsividad óptima puede transformar profundamente la experiencia terapéutica de pacientes en situaciones de alta vulnerabilidad. Susy, una adolescente de 14 años diagnosticada con leucemia, enfrenta no solo los desafíos físicos y emocionales de su enfermedad, sino también un ambiente familiar disfuncional marcado por la ausencia afectiva de sus figuras parentales. Vive con sus abuelos y su hermana menor en un entorno caracterizado por dinámicas estrictas, conflictos recurrentes y una limitada capacidad para satisfacer sus necesidades emocionales básicas.

A pesar de este contexto adverso, Susy ha logrado aferrarse a la vida y responder positivamente a su tratamiento médico. Sin embargo, su perfil psicológico muestra síntomas de inestabilidad emocional, problemas de autoestima, ideación suicida y dificultades en el control de impulsos. Estas características reflejan la fragmentación de su self y su necesidad de un entorno terapéutico que actúe como un objeto del self que le proporcione validación, seguridad y dirección.

La responsividad óptima, como lo describe Bacal (2017), va más allá de la empatía tradicional al requerir que el terapeuta ajuste sus intervenciones de manera personalizada a las necesidades emocionales del paciente. En el caso de Susy, esto implica ofrecer un eco constante a sus logros, emociones y luchas, ayudándola a construir una narrativa coherente sobre su vida y reforzando su sentido de autoestima.

Por ejemplo, al reconocer y validar su capacidad de resiliencia frente a la enfermedad, el terapeuta no solo fortalece su self, sino que también le brinda una experiencia correctiva que contrarresta las carencias emocionales de su entorno familiar. Este tipo de intervención empática y adaptativa permite que Susy internalice aspectos positivos de la relación terapéutica, como el apoyo y la confianza, facilitando un proceso de transferencia que promueve su desarrollo psicológico.

Susy manifiesta una combinación de necesidades narcisistas, como la búsqueda de validación (transferencia especular) y el anhelo de una figura idealizada que le ofrezca seguridad

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es

(transferencia idealizadora). En este sentido, la responsividad óptima del terapeuta actúa como un catalizador para estabilizar su self. Por ejemplo, al recordar detalles significativos de sus sesiones previas o al expresar reconocimiento por sus esfuerzos, el terapeuta se convierte en un objeto del self confiable que ayuda a restaurar su cohesión interna.

En este contexto, la responsividad óptima no solo se traduce en respuestas empáticas, sino en la capacidad del terapeuta para crear un entorno donde Susy pueda experimentar seguridad emocional y crecimiento personal. Este enfoque adaptativo, que considera tanto sus necesidades psicológicas como las demandas de su enfermedad, refleja la esencia de un trabajo terapéutico ético y eficaz.

El concepto de responsividad óptima representa un avance significativo en la práctica psicoterapéutica al situar la relación terapéutica como el eje central del cambio. Este enfoque holístico destaca la importancia de una interacción empática, flexible y adaptativa, en la que el terapeuta no solo interpreta, sino que responde activamente a las necesidades del paciente, promoviendo así el crecimiento y la integración del self.

El caso de Susy destaca la importancia de la responsividad óptima como una herramienta clave para abordar las necesidades complejas de pacientes con estructuras psicológicas frágiles. A través de una interacción terapéutica empática y adaptativa, el terapeuta puede ofrecer experiencias correctivas que no solo fortalezcan el self del paciente, sino que también le permitan enfrentar con mayor resiliencia los desafíos de su entorno. En Susy, este enfoque no solo facilita su desarrollo personal, sino que también le ofrece un camino hacia la cohesión interna y una mejor calidad de vida, a pesar de las circunstancias adversas.

Referencias

Bacal, H. A. (2017). La responsividad óptima y el proceso terapéutico. *Clínica e Investigación Relacional, 11*(1), 22-50. Recuperado de http://www.ceir.info

Kohut, H. (1977). *El análisis del self: Enfoque sistemático del tratamiento psicoanalítico de los trastornos narcisistas de la personalidad*. Editorial Paidós.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Campos Gómez, A.A. de C. (2025). La Responsividad Óptima: Un Pilar en el Desarrollo del Self ante la Adversidad. *Clínica e Investigación Relacional*, 19 (1): 210-213. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2025.190117

Original recibido con fecha: 26/3/2025 Revisado: 30/3/2025 Aceptado: 30/3/2025

© Derechos reservados/Copyright de *Clínica e investigación Relacional* y los autores. Prohibida la reproducción total o parcial sin autorización expresa. Este material es para uso científico y profesional exclusivamente y puede contener información clínica sensible. Los editores no se responsabilizan de los contenidos de los autores. Dirigir las consultas sobre derechos y autorizaciones a ceir@psicoterapiarelacional.es