



El cuidado de sí: una mirada ética en la psicología clínica

Diego Alejandro Raigoza Ríos

Trabajo de grado presentado para optar al título de Psicólogo

Asesor

Ferney Hernán Rincón Ospina, Magíster (MSc) en psicología clínica.

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Psicología
Medellín, Antioquia, Colombia
2023

Cita	(Raigoza Ríos, 2023)
Referencia	Raigoza Ríos, D. (2023). <i>El cuidado de sí: una mirada ética en la psicología clínica</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Tabla de contenido

Resumen	5
Abstract	6
1. Introducción	7
1.1 Justificación.....	10
1.2 Objetivos	12
1.2.1 Objetivo general.....	12
1.2.2 Objetivos específicos	12
1.3 Marco teórico	12
1.4 Diseño metodológico.....	15
2. La ética en la filosofía.....	18
2.1 La ética platónica.	18
2.2 La ética aristotélica.....	20
2.3 La ética helenística – romana	25
2.4 La ética cartesiana	29
2.5 La ética spinoziana	31
2.6 La ética kantiana.....	34
2.7 La ética foucaultiana	38
3. Psicología clínica	43
3.1. ¿Qué es psicología?.....	43
3.2. Psicología clínica.....	46
3.3. Enfoques de la psicología clínica	47
3.3.1 Modelo cognitivo	49
3.3.2 Modelo humanista.....	54

3.3.3 Modelo dinámico	57
3.4. Fines de los modelos terapéuticos	61
4. El cuidado de sí: una mirada ética en la psicología clínica.....	63
5. Conclusiones	68
Referencias	69

Resumen

La historia del pensamiento filosófico nos ha evidenciado que una de sus preocupaciones fundamentales es el comportamiento humano, es decir, la ética; razón por la cual en el trasegar de la deliberación sobre este problema se le reservó un lugar importante con el fin de delimitar cuál habría de ser la mejor vía del actuar para lograr el ideal que presuponen los buenos actos. Entre estos ideales se cuenta la felicidad, la contemplación, la libertad, el bienestar, entre otros. Así, teniendo en cuenta que los actos humanos también son objeto de estudio de la psicología clínica en función de lograr el bienestar del individuo, el presente trabajo busca dar a conocer cómo en el hacer de la clínica en la psicología, subyace una propuesta ética del cuidado y conocimiento de sí; este es entonces un trabajo que invita a una reflexión ética -no deontológica- que puede abrir nuevas consideraciones sobre los escenarios terapéuticos como apuesta para delimitar una ética en el discurso de la psicología clínica.

Palabras clave: filosofía, psicología, ética, moral, felicidad, libertad, cuidado de sí, conocimiento de sí.

Abstract

The history of philosophical thought has shown us that one of its fundamental concerns is human behavior, that is, ethics; For this reason, in the deliberation on this problem, an important place was reserved for it in order to delimit what should be the best way of acting to achieve the ideal that good acts presuppose. Among these ideals is happiness, contemplation, freedom, well-being, among others. Thus, taking into account that human acts are also the object of study of clinical psychology in order to achieve the well-being of the individual, the present work seeks to make known how the clinical practice in psychology underlies an ethical proposal of care and self-knowledge; This is then a work that invites an ethical reflection -not deontological- that can open new considerations on therapeutic scenarios as a bet to delimit an ethic in the clinical psychology discourse.

Keywords: philosophy, psychology, ethics, morality, happiness, freedom, self-care, self-knowledge.

1. Introducción

Muchos son los problemas que han inquietado el pensamiento humano, desde la antigüedad con el surgimiento de la filosofía aparecieron gran cantidad de pensadores que utilizaron esta herramienta para acercarse a todos los problemas que salían al paso y que, en buena medida, por medio de una continua deliberación se fueron acercando a cada inquietud. Estos problemas se fueron agrupando en diferentes bloques temáticos en función de lograr explicaciones o acercamientos a ellos. En principio, tantas eran las dudas que asaltaban la mente humana que se abordaban sin delimitación alguna; cada quien construía desde su pensamiento las posturas al respecto de la esencia de la naturaleza, de lo político, de la justicia y, por supuesto, del comportamiento humano, es decir, lo ético.

Este último problema de la filosofía que constituye una gran preocupación humana, es el que se refiere a los actos de las personas bajo la finalidad de alcanzar el sumo bien. Problema que ha estado marcado muchos discursos que buscan encaminar al hombre a modelos de vida justificados por principios de la razón. Así, dado que ese problema se encuentra en el umbral de la indeterminación, las diferentes posturas no han hecho más que construir discursos o tipos de pensamiento en los que adoptar o adherirse a uno de ellos es cuestión de gusto o preferencia. Esto muestra como la historia del pensamiento se encuentra signada por la subjetividad de cada época bajo la influencia de modelos sociales, culturales y políticos que modifican e impulsan variados tipos de discursos, es decir, cada quien concibe o asume la verdad que ha de guiarle de acuerdo a la imagen de realidad que a cada cual le es propio.

Con base en lo anterior, la ética constituye un problema para el ser humano en el continuo devenir, puesto que nos hallamos ante la pregunta por el actuar humano y los móviles que impulsan variadas conductas o acciones para lograr un fin determinado. En la filosofía ese fin último propuesto como ideal ético ha estado encarnado por la felicidad, el placer, la imperturbabilidad del alma, la libertad, entre otros. Fines que no hicieron más que justificar esa ambigüedad que presuponen los actos humanos en su relación con los demás. Un problema que ha estado presente en las consideraciones de los grandes pensadores y que, por ende, se instaura como cuestión de gran importancia para el pensamiento.

La búsqueda de una vía adecuada a este problema, ha hecho que la estructuración de los ideales de comportamiento ético de nuestro tiempo estén determinados por construcciones

discursivas eclécticas de las deliberaciones y los pensamientos de los diferentes filósofos, abriendo la posibilidad que algunas ciencias o disciplinas se ocupen de dicho problema, en la medida que guardamos la esperanza de encontrar un camino acertado para lograr el fin último que presupone un actuar ético.

Ahora bien, entre los diferentes discursos que hay sobre la ética se pretende retomar algunos planteamientos importantes desde la mirada filosófica y las diferentes torsiones que se han presentado a lo largo de la historia como base fundamental para articular el presente estudio y, así, evidenciar cómo en la contemporaneidad esas bases de pensamiento filosófico ético constituyen propuestas de vida tendientes a que el ser humano actúe en función de los ideales del bienestar, del sumo bien, de la felicidad o de la libertad. Todo ello con el fin de evidenciar cómo en la psicología clínica, se encuentra una herencia del pensamiento ético filosófico del cual poco se escucha o, desde mi perspectiva, se ha alejado de edificar teorizaciones al respecto.

Valga decir que el presente trabajo busca abrir la vía a una problemática que parecía estar ausente y que, al trabajar sobre las conductas, los esquemas mal adaptativos o los síntomas de los que se queja el sujeto en consulta, los investigadores de la psicología clínica sumergidos en cuestiones que competen al comportamiento humano sólo delegaron el estudio de la ética a los aspectos deontológicos, dejando en segundo plano las teorizaciones éticas teleológicas expuestas por la filosofía, que podrían abrir otras luces a las consideraciones del comportamiento humano.

En el proceso de construcción del presente trabajo han sido muchas las dudas que me asaltaron, pues al realizar la búsqueda de una ética en psicología no se encuentra mucha bibliografía, la mayoría de la reflexión al respecto de este tema está del lado de la ética deontológica como ya se ha mencionado, lo que me ha llevado continuamente a cuestionarme la pertinencia de un asunto al cual se le ha dado – por decirlo de algún modo – poca importancia; sin embargo, creo pertinente pensar la ética desde la ciencia que edifica su práctica a partir de los actos humanos, y que en el ejercicio clínico parte del principio del conocimiento y cuidado de sí.

En este orden de ideas, se justifica el presente trabajo, pues abre un camino poco explorado en la ciencia mencionada que ha dedicado su trabajo y constitución al compromiso por entender todos aquellos mecanismos que hacen del hombre un ser que actúa, piense, sienta, etc. pues considero importante a este punto del trabajo, pensar el problema que refiere a la ética desde la psicología que bien ha puesto su mirada en el ser humano y que podría aportar a la edificación de una posición ética anudada a las deliberaciones que en la historia se han hecho a este respecto.

Ese ejercicio del pensar lo ético ha estado fundamentado en el análisis del comportamiento del individuo, pero gran problema se nos pone allí ya que en este ámbito se evidencia la ambigüedad de los actos de los seres humanos y su finalidad, que en el desarrollo del pensamiento se sigue buscando una conciencia clara de cuál es el mejor camino de realización de la vida y su fin último. Lo que nos pone en el constante juego (debido a la ambigüedad anunciada) de conocer cuál es la instancia que establece en gran medida tanto el actuar como la moralidad que impera en la conciencia humana, una problemática que ofrece algunas luces desde los dos discursos acá mencionados.

Contando con estas ideas, vemos que mucho hay que considerar al respecto de la ética desde la filosofía, mientras que del lado de la psicología aun asistimos a una oscuridad – esto no implica que no se hayan dado reflexiones concernientes a la ética desde la psicología - pues implícitamente la psicología misma ha estado atravesada por dicho problema donde subyace así, en ella, posibles estructuraciones ideales de comportamiento para el ser humano bajo la idea del deseo, la libertad y el cuidado de sí. Términos que se encuentran idealizados en la ética moderna y contemporánea, lugar en el tiempo donde surgen los antecedentes de la psicología clínica.

El propósito por tanto, será desde el lado de la filosofía hacer un recorrido por algunas de las posiciones filosóficas éticas más importantes de manera general, partiendo de la antigüedad con el pensamiento clásico y pasando por la filosofía helenístico romana quienes se interesaron en gran medida por el actuar humano y su finalidad, estos dos momentos constituyen posiciones éticas eudaimónicas; luego en la modernidad, dar a conocer la torsión discursiva ética que se produce con Spinoza donde su ideal del actuar estaría en función de la libertad. Estas reflexiones abren el camino a evidenciar las mudanzas que se dan en esta reflexión, donde aparece Kant en su ética del deber o imperativo categórico como antesala de las consideraciones contemporáneas que llegan a la ética del cuidado de sí planteada por Michel Foucault.

Por otro lado, luego de hacer el recorrido antes mencionado, se examinará la incidencia de tales discursos filosóficos en la constitución de la psicología clínica como rama de la psicología que trabaja en función de la transformación subjetiva del individuo. Todo ello con el fin de justificar o rastrear una ética que subyace en el discurso de la psicología clínica desde esa transformación subjetiva; igualmente considerar si las propuestas psicoterapéuticas se anudan a ese discurso ético subyacente, pues, aunque no se haya dado mucha importancia en la literatura psicológica clínica a dicho problema, ella como disciplina parece ofrecer líneas para hablar de una ética.

Podría decir, con temor a equivocarme, que la psicología clínica es en sí misma una reflexión ética, pues al pensar o abordar el sujeto o individuo ya nos pone frente a un ser que actúa con miras a obtener fines determinados, sin embargo, la reflexión ética que se ha dado explícitamente en psicología con este tema ha estado generalmente dedicada a una ética deontológica por los riesgos que se corre al trabajar con el otro, una práctica que debe ser cuidadosa, rigurosa y exhaustiva para lograr el bienestar, incluso la práctica de ella como aquí la pensamos, guarda ideales éticos para mejorar las desadaptaciones que se le puedan presentar a un individuo que acude a dicho saber para encontrar respuestas o la imperturbabilidad del alma al modo griego.

Quizás se pueda creer que no hay una delimitación clara en el presente trabajo, pues aglomera toda una tradición filosófica que abre un panorama bastante amplio que da pie a pensar en lo infinito que es un abordaje de tal tipo, sin embargo, es claro que seguiremos la categoría de ética, felicidad, cuidado de sí y libertad como conceptos o elementos comunes a ambos discursos. Teniendo en cuenta lo antes expuesto el presente trabajo tiene la pretensión de responder a la siguiente pregunta:

¿Cuáles son los elementos de la ética filosófica adoptados por la psicología clínica y su práctica terapéutica que posibilitan pensar en su discurso, una ética del cuidado de sí?

Esta pregunta nos pone en el umbral de la problemática que ha de mostrar cómo ambos saberes ponen su pensamiento a la altura de los debates sobre el actuar mismo. En síntesis, un análisis centrado en una ética del cuidado de sí, consecuencia propia del pensamiento filosófico y discurso subyacente de la edificación científica de la psicología clínica y su práctica.

Queda por tanto especificado el propósito aquí buscado, en donde se abrirán puertas a las reflexiones que conciernen a la ética desde un saber que se ha preocupado más por dar explicaciones a los comportamientos más a allá de toda ética y moral, pero que en su ejercicio terapéutico impulsa acciones o pensamientos tendientes a ofrecer al individuo tranquilidad o bienestar ayudándole a edificar continuamente el cuidado de sí como finalidad del actuar.

1.1 Justificación

El lector podrá advertir aquí también que se emprende un trabajo en una zona pantanosa, pero es justamente este hecho el que justifica la realización del presente trabajo, a saber, la falta de teorización de una ética en la ciencia que ha dedicado su vida al estudio del objeto humano, sus

mecanismos y su conducta. Situándose por encima de toda consideración moral, pero encaminando los actos de los individuos a ideales éticos que consideran lógicos para llevar a cabo su práctica; la psicología clínica, como rama de la psicología que, aunque ha estado atravesada por el discurso ético le ha relegado la responsabilidad de esta reflexión a otras disciplinas, llevando sólo a cabo unas reflexiones al respecto.

Un trabajo que puede o pretende abrir puertas o poner una pequeña reflexión como antesala de posibles investigaciones a una temática de algún modo abandonada, pero que seduce por lo inagotable que puede ser pensar discursos éticos en nuestro tiempo desde las teorizaciones de la psicología clínica. Un trabajo que no tiene más propósitos que satisfacer la necesidad de conocimiento al respecto de un problema que se encuentra a la altura de los debates de nuestro tiempo y que se anuda a las continuas reflexiones de la filosofía, que aún desde la antigüedad al día de hoy, no ha dado posiciones concluyentes al respecto de los ideales éticos acá someramente mencionados.

Cada paso que se da en el camino emprendido, nos acerca más a las puntualizaciones del trabajo señalado, es importante que cuando se formula un proyecto de investigación en el cual no se han dado muchas teorizaciones, y que sólo se ha mantenido en la subjetividad de la experiencia de quien se pregunta la cuestión, lo enfrenta a uno al reto que no parece dar luces claras de conclusiones predeterminadas, sino que es un camino que está completamente anclado a infinitas posibilidades que ofrece la investigación; por ello, si se considera que no hay un referente conceptual claro es justamente por el hecho de que se necesita dar paso a paso en la edificación del proceso, claro está que los referentes conceptuales de la investigación son los arrojados por el recorrido general de algunas posturas filosóficas de los autores antes mencionados.

Por el lado de la psicología donde se encuentra el lado oscuro del problema, por decirlo de algún modo, requiere una búsqueda que dé cuenta del horizonte que presupone mi inquietud. Por ello, creo pertinente que la base de la investigación desde la psicología esté dada por las consideraciones de la psicología clínica, lugar donde puede tomar forma la investigación sobre lo ético. Así, el paso por el pregrado de psicología gestó estas inquietudes que ahora considero pertinentes para edificar algunas respuestas o, por lo menos, abrir algunas consideraciones desde esta ciencia al actuar y sus ideales finales.

1.2 Objetivos

Los argumentos precedentes ya nos dejan ubicar un poco en el camino que se ha de seguir, aun con temor debido a la oscuridad que presupone un problema poco explorado para una ciencia en la cual, con mis fabulaciones académicas, concebía que habían edificado ideales o teorizaciones éticas para encausar los actos humanos. Sin embargo, creyendo en la pertinencia del trabajo presento los objetivos del mismo con el fin de lograr el propósito que ahora aqueja mi preocupación sobre la ética y la psicología clínica.

1.2.1 Objetivo general

El objetivo general y los objetivos específicos describen lo que se pretende con la investigación, cuál es el alcance y cuál es el problema que se desea resolver. Deben iniciarse con verbos que describan claramente lo que se lleva a cabo.

1.2.2 Objetivos específicos

Enunciar algunas posiciones éticas relevantes de la filosofía como suelo teórico para la realización del presente estudio.

Exponer algunas consideraciones generales que competen a la psicología clínica como base para pensar una ética psicológica,

Analizar a la luz de la ética, la práctica de la psicología clínica.

1.3 Marco teórico

En el devenir de la filosofía son muchos los temas que marcan caminos de reflexión y que, susceptibles de ser considerados en el tiempo cambian de acuerdo con el reflejo de la época a la cual pertenecen. La ética es uno de esos problemas gruesos de la filosofía que ha edificado una senda llena de reflexiones generando gran inquietud en quienes se han preocupado por el actuar humano y su fin último. Un problema que desde la antigüedad se instaló en el deseo de encontrar respuestas acertadas, sin embargo, debido a que compete mucho a las subjetividades, son variadas

posturas las que quedaron como punto de referencia para la edificación de las teorías tendientes a resolver la finalidad de los actos humanos.

Desde los presocráticos ya se dejaba ver que el ser humano se preguntaba por el actuar, pero estos pensadores se dedicaron en gran medida a pensar los asuntos de la naturaleza más que lo que se refería a ser humano, parece que asistía allí en forma lógica pensar el arjé o la esencia de la naturaleza antes que dirigir la mirada al ser humano mismo. Con la llegada de Sócrates y su voluntad de preguntar, la gama de problemas se fue ampliando al punto de evidenciarse la necesidad de pensar cuál es el deber ser de los actos humanos y la búsqueda del fin de ese deber ser; la conclusión de estos hombres no se hizo esperar enalteciendo la virtud como la guía de los actos humanos y la felicidad como aquel fin alcanzable para quien vive en función de aquella: la virtud.

Platón como buen discípulo, se adhirió a esas consideraciones llevándolas a la academia, por otro lado, Aristóteles que asiste veinte años a la academia de Platón, cambia de perspectiva el problema que, aunque también fundamentado en la virtud y la felicidad, lleva a precisiones más profundas invitándonos a que nuestros actos deberían estar contruidos a partir de la búsqueda del justo medio, es decir, un acto virtuoso en sí mismo que se encuentra entre dos polos opuestos, a saber, el pecar por exceso y el pecar por defecto, hecho que hace que los actos requieran de una delimitación tan precisa para alcanzar la virtud y, por ende, cada acto virtuoso se sumaba para lograr la felicidad al final de la vida.

Este pensamiento Aristotélico, puso el debate de la ética a la altura de los problemas filosóficos de modo que hoy se siguen construyendo reflexiones alrededor de este problema cual figura discursiva ingeniosa. Posteriormente a la filosofía clásica que se cierra con Aristóteles se da lo que hoy llamamos filosofía helenístico-romana, en este periodo aparecen diferentes escuelas que ya un poco alejados de los problemas que se gestaron en la época clásica, sólo dirigieron su mirada al problema de la felicidad. El fin último del ser humano que había dejado Aristóteles enaltecido. Parecía que sólo esa búsqueda era la necesaria, lo cual fue, por tanto, un avance en las consideraciones éticas.

Estas escuelas de la filosofía helenístico-romana fueron bastante diversas y dieron sus aportes a la edificación de esta problemática. El cinismo, eclecticismo, gnosticismo, epicureísmo, estoicismo y escepticismo creían haber encontrado la respuesta a lograr la felicidad del ser humano bajo el camino que consideraron lógico, lo cual nos llevó a ese considerar de la filosofía que nos abre innumerables puertas, pero ninguna salida segura al problema. Con el desarrollo del

pensamiento filosófico en la edad media, los discursos contruidos por Platón y Aristóteles centrados en la virtud volvieron a tener eco con San Agustín y Santo Tomás, quienes de nuevo enaltecen la virtud como vía única de lograr la felicidad.

No es sino hasta la modernidad con la llegada de Spinoza que se desliga el problema de la virtud y la felicidad y da cuenta que la búsqueda del ser humano no obedece a esa subjetividad que se llama felicidad, sino libertad, otro fin último bastante subjetivo e inalcanzable como el anterior. Esos caminos van aportando elementos a la problemática que se ha insertado en mí con gran gusto al punto de seguir escudriñando qué subyace en toda esa construcción, hoy desde el lente de la psicología clínica.

La contemporaneidad asume el problema de la libertad lo cual guiado por múltiples torsiones, como la voluntad de Schopenhauer y la adopción de dicho concepto por el pensamiento nietzscheano se fue debilitando al caer en grandes críticas y concebir la imposibilidad de lograr tanto la felicidad como la libertad, hasta Freud quien edifica la ética del psicoanálisis con su eco pesimista de la naturaleza humana elude ambos conceptos considerándolos como ideales últimos inalcanzables. El siglo XX trae nuevas reflexiones a este somero recorrido que ha de desarrollarse con más detenimiento. En esta época, los grandes pensadores ya venían permeados por innumerables corrientes filosóficas; entre los filósofos acá tomados en consideración está Michel Foucault, quien bajo todo el entramado ético acude a proponer el fin de los actos humanos como el cuidado de sí, como práctica de la libertad. Ya no enalteciendo esos ideales imposibles que ponemos en esos grandes conceptos sino como un camino realista alcanzable y práctico para el ser humano.

Teniendo en cuenta el desarrollo anterior, la virtud, la felicidad, la libertad y el cuidado de sí, son esos conceptos que recogen toda una tradición ética. Un recorrido que abordaremos teniendo en cuenta puntos clave que han de edificar nuestro propósito. Desde la psicología clínica, se hace pertinente construir un recorrido general por los presupuestos que edificaron dicha disciplina con el fin de evidenciar cómo su accionar está permeado por los discursos de la ética antes mencionados y que nos podría llevar a pensar que subyace en la teorización de esta práctica una ética fundamentada en el cuidado de sí.

Cabe decir que el propósito acá expuesto es rastrear esas categorías éticas contemporáneas, a saber, la felicidad, la libertad y el cuidado de sí, en tanto considero desde un imaginario personal, subyacen al discurso psicológico clínico.

Cabe también decir que este trabajo de grado está escrito bajo la incertidumbre de lo que he de encontrar, pues no tiene sentido formular un proyecto de investigación si ya tengo en el horizonte las respuestas finales, se pretende edificar un trabajo que abra un camino a inquietudes que considero deben estar presentes en la construcción discursiva de la psicología clínica. Queda aclarado aquí, por tanto, cuáles son los referentes conceptuales que enmarcan el trabajo que he de emprender y poder encontrar ese discurso ético que subyace en la construcción de la psicología clínica.

1.4 Diseño metodológico

La investigación en las ciencias sociales y humanas por lo general está atravesada por la peculiaridad de su objeto, en tanto se encuentra con la subjetividad y las diferentes posturas al respecto. Por ello, cuando el objeto de estudio en estas áreas es posible medirse considerando sus fenómenos observables se recurre a investigaciones de tipo cuantitativo; sin embargo, cuando permanece en las teorizaciones y disertaciones de tipos reflexivo o filosófico se debe recurrir a un diseño de investigación cualitativo que pueda dar cuenta del proceso y las posturas que se pretende abarcar.

Teniendo en cuenta que ya nos hemos forjado unos objetivos, es importante tomar como punto de referencia el diseño metodológico que ha de llevarse a cabo en la elaboración del presente trabajo de investigación; así, al tratarse de una búsqueda conceptual en los discursos de la filosofía y la psicología clínica se hace necesario trabajar desde un diseño metodológico cualitativo, el cual orientará el objeto de estudio acá planteado y la manera en que se construirá el conocimiento acerca del problema. La investigación cualitativa es entonces, una aproximación ordenada que permite describir las experiencias o los discursos y darles un significado abarcados desde la propuesta inicial del problema.

Como dice Hernández Sampieri (2014) el enfoque cualitativo utiliza la recolección y análisis de los datos para armonizar las preguntas de investigación o mostrar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación. Los estudios cualitativos pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y análisis de los datos. Con frecuencia, estas actividades sirven, primero, para descubrir cuáles son las preguntas de investigación más importantes; y después, para perfeccionarlas y responderlas. El autor acá referenciado, afirma incluso que el

investigador al plantear un problema de investigación cualitativa no sigue un proceso definido claramente. Sus planteamientos iniciales no son tan específicos y claros como el enfoque cuantitativo y las preguntas de investigación no siempre se han conceptualizado ni definido por completo.

Ahora, por el argumento precedente que nos trae Hernández Sampieri considero importante trabajar desde ese enfoque ya que el presente trabajo está completamente determinado por la reflexión más que por la contabilización de fenómenos como se da en la investigación cuantitativa. Pareciese lógico teniendo en cuenta la pregunta planteada cuál ha de ser el enfoque de investigación necesario, sin embargo, es importante justificar la necesidad de tal enfoque para llevar a cabo el trabajo investigativo.

En otras palabras, considera Hernández Sampieri (2014) que el enfoque cualitativo se fundamenta en la vía en que el investigador se forme creencias propias sobre el fenómeno o la teoría estudiada, en tanto, hay una realidad que descubrir, construir o interpretar.

Para lograr los objetivos acá expuestos se hará una revisión narrativa cuyo objetivo es la localización y recuperación de la información para dar respuesta a las dudas acá planteadas y buscar de forma sistemática la selección de la información adecuada. Mi trabajo se ha de fundamentar en una revisión de bibliografía ya especificada con el fin de encontrar lo que he supuesto se encuentra en la base de tales teorías y así poder deducir todo lo concerniente al discurso que subyace a la psicología clínica desde la ética pensada filosóficamente.

Queda claro nuestro enfoque de investigación y su estrategia, el cual se anudará a nuestro método, la investigación documental, ésta que constituye una técnica del enfoque cualitativo que se encarga de recopilar y seleccionar rigurosamente la información a partir de la lectura de documentos, libros, revistas, etc. un método bien justificado para el presente trabajo en la medida en que se asocia con la investigación que tiene que ver con la historia. Para llevar a cabo tal método es importante hacer una exploración con el fin de probar que en la psicología subyace un discurso ético al modo como es concebido por la filosofía. También queda especificado nuestro método de recolección de información, el cual será la lectura de los textos de los autores referenciados desde la filosofía, así como las construcciones teóricas de la historia de la psicología clínica trabajadas en el ámbito académico de la Universidad. En tanto hay allí puntualizaciones sobre las categorías que se pretende rastrear en el presenta trabajo. Esta forma de recolección de información aporta todo lo que concebimos es necesario para lograr los objetivos planteados y así seguir en la

construcción de un proyecto que algunas veces sin un asidero puntual irá consolidándose paso a paso al cumplimiento de lo que me he dimensionado lograr.

2. La ética en la filosofía

2.1 La ética platónica.

“Conócete a ti mismo” era el aforismo griego inscrito a la entrada del Oráculo de Delfos o templo de Apolo que invitaba a los viajeros a investigar su propia esencia, podríamos decir que este aforismo sienta las bases del conocimiento, en tanto, debía ser el punto de partida para acceder a él. El filósofo Platón fue quien le da mayor trasmisión a esta frase de un alto valor ético y reflexivo a través de la construcción de los diálogos como punto de partida para acceder a todo conocimiento. Era pues la forma de comunicar que mirar hacia adentro era un elemento fundamental antes de tomar cualquier decisión, antes de emprender cualquier camino.

Podríamos decir también que este aforismo es la piedra angular del saber psicológico ya que encierra la necesidad de volcar la mirada hacía el sí mismo en función del autoconocimiento, elemento que podemos considerar es parte fundamental de la importancia que le daba el pueblo griego a que las acciones y las decisiones, debían estar mediadas por una deliberación consigo mismo. En este sentido, las primeras aproximaciones de la ética estaban fundamentadas en este aforismo que invitaba a que la razón y el autoconocimiento fueran siempre sin distinción alguna, el común denominador del actuar.

El actuar ético en el mundo de los griegos no tenía otro fin que el de lograr la felicidad (Eudaimonía), por lo que conocerse a sí mismo era la base sobre la cual se habrían de asentar los actos para lograr el tan anhelado bien último, es decir, la felicidad. La ética de Platón que será nuestro punto de partida, se fundamentó en una visión antropológica y metafísica en la medida en que alma y cuerpo constituyen, para este autor dos elementos distintos, el cuerpo representado por Platón no era más que la cárcel del alma volviéndola esclava del mundo aparente o material y, por supuesto, esclava de las pasiones. En este sentido, ser feliz y lograr el verdadero conocimiento se le ofrecía al ser humano como una empresa imposible.

Platón en sus diálogos como el Gorgias, Protágoras y La República pone en consideración la problemática que presupone los dos tipos de vida que se imponían en la época, a saber, la entregada al placer y aquella dedicada al saber y la práctica de la virtud; de este modo condenaba completamente toda vida orientada a la posición hedonista y comulgaba con la búsqueda de la virtud y el cultivo de la sabiduría. Sin embargo, frente a la vida ética hedonista que se anclaba al

placer gozaba de gran aceptación por algunos pensadores como base fundamental del logro de la felicidad, hecho que no puede dejar de pasar por alto Platón aludiendo que el placer debe estar completamente mediado por el ejercicio de la razón, pues aquel ser humano que ceda completamente a sus deseos y placeres estaría reducido meramente a la vida animal.

Desde la perspectiva platónica el conocimiento y el placer deben estar en comunión a partir de la justa medida, pues “el placer medido por la moderación y mezclado con la sabiduría, resulta proporcionado, bello y verdadero, y constituye el bien y la felicidad de que el hombre es capaz en este mundo” (Fraile, 1975, p. 383). Este argumento nos da evidencia cómo para Platón la teorización ética está completamente anclada al conocimiento, pues la meta de la vida del ser humano no puede reducirse a la satisfacción de sus necesidades materiales. El ser humano debe desarrollarse en busca de la felicidad identificada con la armonía de la vida.

Para lograr este ideal de vida, Platón propone la ética de la virtud, esto significa que la ética está dirigida hacia la consecución del bien último, la felicidad, y esta última consiste en el ejercicio de la virtud, tarea que desemboca necesariamente en la perfección del alma.

La virtud es entendida en Platón a partir de 3 formas, a saber, virtud como sabiduría donde como habíamos advertido algunas líneas arriba hay una identificación entre virtud y conocimiento, y así, quien tenga un conocimiento perfecto podrá obrar conforme a la virtud, dicho en un ejemplo quien conoce la justicia puede obrar con justicia; virtud como purificación en la cual el ser humano por medio del ejercicio de la virtud purifica su alma de las pasiones y de las necesidades aparentes o corporales y, la virtud como armonía, ésta última surge en el alma cuando cada parte hace lo que le es propio, lo que significa que la parte racional del alma a la que corresponde la virtud de la sabiduría y la prudencia debe guiar a la parte irascible del alma que corresponde el valor de la fortaleza y, ambas partes del alma, racional e irascible, dominar a la apetitiva.

En pocas palabras, la felicidad para Platón sólo es posible encontrando un equilibrio entre una vida dedicada al conocimiento y una vida dedicada al placer; para lograrlo es fundamental la práctica de la virtud. Virtudes en las cuales se destacan 4 esenciales derivadas de las partes del alma humana, la racional, la irascible y la concupiscible. De este modo, al alma concupiscible le corresponde la moderación, pues quien se muestre moderado en la consecución de la virtud obrará de forma buena. En segunda instancia el alma irascible tiene la función o capacidad del sacrificio, es decir, la fortaleza ante las adversidades, el coraje de los guerreros; estas dos virtudes se unen al

alma racional que motiva la prudencia, esta última con gran reconocimiento para Platón puesto que representa lo verdaderamente bueno para el hombre.

Las tres virtudes mencionadas moderación, sacrificio y prudencia se integran en una cuarta, que produce la armonía perfecta del alma: la justicia. Sobre estas cuatro virtudes platónicas gira la vida moral del ser humano ya que abarcan la determinación práctica del bien (prudencia), su efectiva realización social (justicia), el coraje para alcanzarlo o defenderlo de agresiones o amenazas (fortaleza) y la moderación necesaria en virtud de la cual podemos controlar y no confundir dicho bien con el exceso placer corporal (templanza).

2.2 La ética aristotélica.

Uno de los filósofos más influyentes en el problema de la ética en la filosofía fue Aristóteles, el cual también enaltece la virtud como medio fundamental para acceder al sumo bien o la felicidad. Su pensamiento al respecto de este problema relacionado a los actos de los seres humanos en busca de un fin último fue expuesto en el libro que le escribe a su hijo Nicómaco, razón por la cual conocemos estas reflexiones como *Ética a Nicómaco* o *Ética nicomáquea*. Allí en este texto, tenemos uno de los pensamientos más excelsos en la filosofía antigua en donde se plasma, entre otras cosas, lo que Aristóteles concibe al respecto de la felicidad y cómo llegar a ella.

Si partimos de un reduccionismo absoluto, podríamos decir que para Aristóteles el sujeto ético que actúa bien alcanzará la felicidad; sin embargo, son muchas más las consideraciones que surgen. Para el autor mencionado la felicidad es el fin último de los actos que deben estar necesariamente mediados por la razón, pues quien delibera constantemente sobre los actos logrando una vida en el mejor modo posible, le hará un sujeto feliz. Si bien es claro que la ética aristotélica está pensada desde el ideal de la felicidad por medio del ejercicio de la virtud, la base de este planteamiento es el bien, pues el autor parte su texto afirmando que “todo arte y toda investigación e, igualmente, toda acción y libre elección parecen tender a algún bien; por esto se ha manifestado con razón, que el bien es aquello hacia lo que todas las cosas tienden” (Aristóteles, 1985, p. 129).

Para Aristóteles en toda la naturaleza se cumple este axioma, lo que implica que, para la acción humana, incluso mediada por el apetito o el deseo también cumple esa tendencia hacia el bien mismo, es decir, que sin el bien no habría acción o elección. En otras palabras, la vida ética

es una cadena de acciones que tienden a un bien, siendo todo bien un fin para el sujeto y estos bienes tienen un fin último que le da valor, un fin último que se quiere por sí mismo: eso es la felicidad. (Aristóteles, 1985).

Es evidente que este fin será lo bueno y lo mejor ¿no es verdad, entonces, que el conocimiento de este bien tendrá un gran peso en nuestra vida y que, como aquellos que apuntan a un blanco, no alcanzaremos mejor el que debemos alcanzar? Si es así, debemos intentar determinar, esquemáticamente al menos, cuál es este bien y a cuál de las ciencias o facultades pertenece. (Aristóteles, 1985, p. 85)

De este modo vemos como su consideración sobre fines viene a recaer sobre la felicidad (el bien final), la cual es pensada como una actividad del alma. Para acercarse a ese planteamiento, Aristóteles descarta algunas posiciones sobre el actuar de la ética que circulaban en la teorización de otros pensadores de su época, posiciones centradas más en el placer; parándose en la idea de que la felicidad está justificada en la vida contemplativa y el principio del bien moral en la perfecta actuación del ser humano, es decir, que si nuestros actos se llevan a cabo según la naturaleza y se cumplen las leyes fundadas, seremos buenos.

Decir que la felicidad es lo mejor parece ser algo unánimemente reconocido, pero con todo, es deseable exponer aun con más claridad lo que es. Acaso se conseguirá esto, si se lograra captar la función del hombre. En efecto, como en el caso del flautista, de un escultor y de todo artesano, y en realidad de los que realiza una función o actividad parece que lo bueno y el bien están en su función, así también ocurre, sin duda, en el caso del hombre, si hay alguna función que le es propia. (Aristóteles, 1985, p. 141)

La idea aristotélica acá expuesta expone que para lograr el fin último o la felicidad es necesario el uso de la razón o la vida racional, en la medida en que los actos, función propia del ser humano desde la elección, sólo y únicamente es posible bajo el uso de la razón. La ética es entonces una actividad del alma en consonancia con la razón y, de este modo, se actúa bajo los principios de la naturaleza que tienden al bien y a la perfección, tal como lo dice nuestro autor “La función propia

del hombre es una actividad del alma según la razón, o que implica la razón” (Aristóteles, 1985, p. 141).

La función del hombre, tal como lo leemos en la anterior cita, es la actividad del alma según la razón en el sentido que ésta procura las mejores acciones del hombre y, es allí, donde se empieza a perfilar el sentido de la virtud que constituye el medio para lograr el fin de los fines o la felicidad, es decir, que quienes obran o actúan son los que conquistan con derecho, las cosas bellas y buenas de la vida, razón por la cual cada quien obra de acuerdo a lo que le apasiona o lo que es placentero para sí. “Porque el placer es algo que pertenece al alma, y para cada uno es placentero aquello de lo que se dice ser aficionado” (Aristóteles, 1985, p. 145).

Ahora bien, la ética de Aristóteles parte de las buenas acciones, las cuales desde la práctica continua y el ejercicio de la razón se vuelven virtuosas; ésta, la virtud, es una acción que se hace conforme a la perfección y, en un sentido práctico, consiste en el natural obrar del hombre dado que su naturaleza racional lo invita a pensar y desear; en este sentido, la ética separa al ser humano de las demás especies de la naturaleza como poseedor de un orden racional de las acciones. En resumen, el bien humano es una actividad del alma de acuerdo a la virtud que organiza el deseo y permite al ser humano vivir una vida plena o feliz.

Para Aristóteles, la virtud está dividida en dos grupos capitales, a saber, las virtudes intelectuales o dianoéticas y las virtudes morales o éticas, las dianoéticas pertenecen a las perfecciones del entendimiento tal como la sabiduría, donde se constituyen a partir del conocer mismo o, en otras palabras, se llega a ellas por la valoración de la verdad, mientras que las virtudes éticas o morales tienen su campo de acción en el sometimiento del cuerpo y de los apetitos al dominio de la razón. Ambas virtudes son elecciones que están determinadas por el gusto o el placer de quien las practica. “Las virtudes son una especie de elecciones y no se adquieren sin elección” (Aristóteles, 1985, p. 166).

Esta ética que exponemos en estos párrafos pensada en el ejercicio de la virtud, se forma por medio del hábito que desde un sentido estricto hace parte de una sensibilidad del modo cómo llevamos a cabo las acciones según sean las circunstancias y los deseos del alma. Las virtudes éticas se relacionan con el placer y el dolor, de modo que el hábito termina por ser un organizador de nuestros deseos, pues al hacer cosas buenas tendremos placer y al hacer cosas malas tendremos dolor. El ser humano feliz sería, por tanto, aquel cuyos placeres y dolores cuadran perfectamente

con las acciones del hombre virtuoso, lo que implica que los placeres y dolores no están fijados por la naturaleza, sino que pueden ser distribuidos y organizados por el hábito y la costumbre.

Teniendo como base este argumento, el placer y el dolor es la causa de que los seres humanos actuemos mal y, por tanto, los placeres de un hombre malo estarían mal distribuidos porque actuar mal sería actuar en contra de la naturaleza, mientras que actuar virtuosamente sería actuar conforme a las leyes de la naturaleza.

Ahora bien, actuar conforme a la virtud según Aristóteles es actuar de acuerdo a un justo medio, es decir, que la virtud es malograda por exceso o por defecto. Esto quiere decir que la virtud es el punto medio entre dos extremos, un medio concretamente proporcionado a las peculiaridades de cada caso, por ejemplo, la virtud de la valentía pecaría por exceso con la temeridad, mientras que pecaría por defecto con la cobardía y este principio se aplicaría a todas las virtudes tales como la moderación, la generosidad, la veracidad, la delicadeza, etc.

En palabras de Aristóteles:

(...) es, por tanto, la virtud un modo de ser selectivo siendo un término medio relativo a nosotros, determinado por la razón y por aquello por lo que decidiría el hombre prudente. Es un medio entre dos vicios, uno por exceso y otro por defecto, y también por no alcanzar, en un caso, y sobrepasar en otro lo necesario en las pasiones y acciones, mientras que la virtud encuentra y elige el término medio. (Aristóteles, 1985, p. 169)

Para ser virtuoso es necesario poseer conocimiento práctico, es decir, cada persona deberá saber qué postura tomar en una circunstancia dada, en segundo lugar, el individuo debe elegir el acto por sí mismo y, en última instancia, el acto debe venir de un carácter firme. Ese conocimiento práctico aludido es llamado por Aristóteles la prudencia y ésta será la fuente del obrar moralmente bueno, pues la prudencia es el tipo de medida que impulsa a ejecutar una acción o no hacerlo. En otras palabras, la prudencia es la fuerza motriz del individuo y a su vez es el sentido más elevado del pensamiento práctico con capacidad para juzgar los fines buenos y malos; las acciones del hombre prudente no son medio sino fines, pues quien vive prudentemente tiene una vida bien vivida y vivir bien es uno de tantos fines.

En resumen, el acto de Aristóteles comienza con el deseo, el cual debe pasar por la deliberación donde el individuo cuestiona los pasos necesarios para lograr el fin buscado, es decir,

el bien; esa deliberación consciente lleva necesariamente a la razón práctica donde la prudencia exhibe las mejores metas y toma el camino por medio del cual las consigue.

El ser humano moderado ocupa el término medio entre estos extremos, porque no se complace en lo que más se complace el licencioso, sino que, más bien, le disgusta, ni se complace, en general, con lo que no debe, ni en nada con exceso, y cuando estas cosas faltan no se aflige ni las desea, o solo moderadamente, y no más de lo que debe o cuando no debe, ni, en general, ninguna de estas cosas; y cuantas cosas agradables conducen a la salud o al bienestar, los deseara con medida y como se debe, y lo mismo, las restantes cosas agradables que no impiden aquellos bienes o no son extraños a lo noble o no exceden en sus recursos, porque el que no tiene tal disposición ama más a esos placeres que la dignidad, y el moderado no es así, sino que su guía es la recta razón. (Aristóteles, 1985, p. 205).

Según Aristóteles por obtener placer cometemos actos ruines y por evitar penas nos alejamos de las buenas acciones; siendo las virtudes una posición intermedia que ni se inclina al exceso o al defecto y que es movida por la justa razón y la deliberación. Así, el hombre que viva conforme a la virtud no se aflige por carencia de placer ni desea sino bajo la moderación ni más de lo que conviene ni cuando conviene, sin incurrir en tales defectos.

Ahora bien, a partir de las premisas precedentes se edifica el concepto de felicidad en Aristóteles, concepto que parte de la virtud para ir en última instancia a la vida contemplativa como ejercicio del conocimiento y el intelecto, como camino para acceder a la felicidad de preferencia a las demás, ésta es para nuestro autor junto con el ejercicio del conocimiento la vida más loable de todas, puesto que la inteligencia es lo más alto cuanto tenemos los seres humanos. Para Aristóteles, la vida feliz consiste en la contemplación a partir del ejercicio intelectual e igualmente de los actos conforme con la virtud, ya que esta es regulada por la razón y, por ende, por el justo medio.

Sea que lo que es naturalmente lo propio de cada ser, es para él lo mejor y más deleitoso. Y lo mejor y lo más deleitoso para el hombre es, por tanto, la vida según la inteligencia, porque esto es precisamente el hombre; y esta vida será por consiguiente la más feliz. (Aristóteles, 1985, p. 365)

La felicidad como un supremo bien consiste en el obrar bien y conducirse bien, lo que implica vivir obrando conforme con la virtud, camino que conduce al verdadero fin de la vida; ésta, la felicidad, es entonces accesible ya que depende de la propia voluntad, es un resultado que se constituye apoyándose en los actos valiosos y duraderos. La felicidad en Aristóteles, a fin de cuentas, es la realización del bien racional a través de una búsqueda de una meta donde la prudencia y la voluntad se hacen hábito.

2.3 La ética helenística – romana

Con la muerte de Aristóteles se da inicio al tiempo conocido como periodo helenístico que abarca desde el año 332 A.C hasta el siglo I A.C. época que estuvo determinada por diferentes cambios políticos y filosóficos; los filósofos comenzaron a abandonar los razonamientos abstractos y se inclinaron hacia una filosofía práctica donde se unían cuestiones tales como la felicidad, el buen vivir y la realización personal, es decir, fue un periodo donde el problema ético cubre gran parte de la reflexión. Allí, los pensadores trataban de dar respuesta a las nuevas preocupaciones imponiéndose la búsqueda práctica de la felicidad, razón por la cual aparecen varias escuelas que no tenían otro fin que enseñar a sus adeptos cómo dirigir su alma para lograr el ideal último, la felicidad. Hagamos un breve recorrido por algunas de estas escuelas con el fin de puntualizar ese aporte al pensamiento ético que realizamos en el presente trabajo.

Empecemos por los Cínicos, si bien hay múltiples discusiones de si fue o no una escuela de pensamiento, lo que sí es claro, es que la actitud de estos hombres en la sociedad y la vida fue determinante para la creación de lo que algunos llaman escuela y otros, secta. Los cínicos fueron un grupo de filósofos callejeros que constituían un conjunto de figuras características del ambiente filosófico; estos pensadores rechazaban la cultura y la civilización estableciendo otro ideal de vida. El representante más reconocido de esta filosofía práctica fue Diógenes de Sinope quien proponía un retorno a la naturaleza y un rechazo a las convenciones y engaños de la civilización.

El pensamiento de los Cínicos también contó con pensadores como Antístenes quien defendía la libertad de acción y de palabra, la virtud individual y la austeridad, insistiendo en la autosuficiencia del individuo para lograr la felicidad. La influencia directa de esta corriente de pensamiento está dada por Sócrates quien afirmaba que el hombre sabio es

aquel que es virtuoso y la virtud es el determinante de la dicha, mientras que los objetos materiales, la riqueza, la belleza, etc. Son secundarios y no suman nada al ser feliz del sabio (García & Ímaz, 2007, p. 43).

Por su parte, Diógenes de Sinope extremó las ideas de Antístenes en una depuración progresiva de las tesis socráticas sobre la autosuficiencia del sabio y la virtud. En su pensamiento se puede evidenciar que ese ideal de la felicidad consistía en eludir todo bien material de la civilización haciendo un llamado al retorno a lo natural admitiendo que la austeridad, la independencia y la libertad total era la vía a la dicha misma. Desde esta perspectiva el ideal práctico del cinismo griego planteaba que la felicidad es posible si el comportamiento humano está determinado por el dominio absoluto de sí mismo sin prejuicio en la palabra y en los actos, eludiendo todo apego a lo material y respetando sólo y únicamente los ideales de la naturaleza.

Otra de las escuelas representativas del periodo helenístico es el epicureísmo, escuela que lleva dicho nombre por ser expuesta por el pensamiento de Epicuro quien concebía que:

Sabio será aquel que lleve una vida feliz, no el que corra tras un ideal teórico; es el arte de vivir una felicidad constante frente a los que llevan una vida dedicada a la investigación y a teorizar sin pararse a meditar en el verdadero fin del existir humano. (García & Ímaz, 2007, p. 59)

En este sentido, el saber es un puente para el logro último de la felicidad a partir del estudio de la naturaleza, pues al tener el saber se acerca el hombre a la sabiduría logrando el tan anhelado fin último que está mediado por la autosuficiencia o dominio de sí mismo; un dominio que alejará al ser humano de los placeres azarosos e inconstantes que constituyen la raíz de los males humanos. La base de su pensamiento, si bien parte de lo ya enunciado es el placer, señalando que el objetivo ético práctico humano es buscar lo que nos da gozo y evitar lo que nos produce dolor, bien lo dice este autor en la Carta Meneceo:

Y por esto decimos que el placer es principio y culminación de la vida feliz. Al placer, en efecto, reconocemos como el bien primero, a nosotros connatural; de él partimos para toda

elección y rechazo, y a él llegamos juzgando todo bien con la sensación como norma. (Epicuro, 1999, p. 122)

La felicidad por tanto es natural al ser humano y los animales, pues la evidencia empírica muestra como los niños y los animales se conducen de acuerdo a lo que les genera placer y evitan el dolor. Teniendo en cuenta esta idea podemos observar que la ética de esta escuela se cimentaba en una búsqueda del placer, sin embargo, no podemos reducir tal planteamiento a un hedonismo absoluto, sino que ese placer que también constituye la evitación del dolor, debe estar mediada por la prudencia, la cual debe ser la encargada de conducirnos de tal modo que sepamos qué deseos aceptar y cuáles rechazar mirando siempre el bienestar de la naturaleza.

Esta postura filosófica evidencia entonces que el hombre sabio es aquel que busca lo natural desprendiéndose de lo superfluo y reconociendo lo que no es necesario para la vida; el saber distinguir los verdaderos placeres lleva necesariamente a la moderación y ésta última, a su vez, brindará tranquilidad, ausencia de dolor y, por tanto, la imperturbabilidad del alma. Una postura ética que establece que el actuar en busca del placer como evitación del dolor conducirá necesariamente a ese fin último que es la serenidad del alma, es decir, la felicidad.

Otra de las escuelas que nos encontramos en este periodo es el estoicismo, una escuela fundada por Zenón de Citio casi a la par del desarrollo del epicureísmo. Esta corriente de pensamiento es contraria a los postulados de Epicuro, pues Zenón plantea que el camino para acceder a ese bien último es la renuncia a los placeres a partir de una vida mediada por la razón como guía absoluta de la actuación moral. Para realizar este planteamiento acude al concepto de virtud ubicándolo como aquello que le es propio al ser humano, mientras que el vicio sería lo impropio.

Con base en esta idea afirma que la virtud entonces es la meta de toda actividad gobernada por nuestro guía interior abriendo camino a una felicidad autárquica. Desde esta perspectiva se considera que “El sabio sabe elegir correctamente sus actos en atención constante a los objetivos últimos de la virtud. La conducta virtuosa se caracteriza por la constancia y coherencia ejemplares, y no espera otras compensaciones que la propia auto estimación” (García & Ímaz, 2007, p. 135).

Podríamos decir que el pensamiento estoico descansaba sobre un idealismo absoluto en el campo de la actividad moral, herencia que fue retomada por las figuras religiosas del cristianismo que abogan por una vida donde la renuncia hace parte fundamental de la racionalización de los

actos. El ser humano feliz o el sabio, según esta corriente, sería un modelo de virtudes carente de impulso pasional, despreciador de las comodidades mundanas confinado en el poder de su razón para obtener la vida serena y feliz. El estoico controla sus emociones y rechaza cualquier tipo de pasión, pues éstas últimas son vistas como impulsos excesivos que no deben ser alteradores de una vida racional. La felicidad estoica es un ideal utópico que se obtiene por medio de una cautela en contra de las emociones y de las pasiones donde la renuncia a los placeres es imperativo para lograr la excelsa virtud.

Por último, tenemos el escepticismo como escuela que se basa, principalmente, en la figura del filósofo que reflexiona detenidamente sobre lo que se le presenta y concluye después de una profunda deliberación que nada puede conocerse de verdad; el fundador de esta escuela fue Pirrón de Elide quien en su postura ética concibe el ideal de la felicidad como la serenidad de ánimo y la imperturbabilidad que se logra a partir de la suspensión del juicio o la no afirmación de nada como real. Esto es posible para estos pensadores en la medida en que al ser humano le es imposible saber qué está bien o qué está mal, por lo que ha de permanecer sereno ante lo que suceda en el mundo que no tiene, a fin de cuentas, un sentido claro. (García & Ímaz, 2007, p. 163).

En otras palabras, podríamos decir que el escéptico descansa sobre dos extremos en la consideración de las cosas, si bien reconoce los argumentos que afirman algo o lo niegan, suspende su juicio y no se inclina ante ninguna premisa, logrando así la serenidad y no estar perturbado por el error discursivo; se es feliz siempre y cuando no concebamos nada como absolutamente cierto porque todo es susceptible de ser negado lógicamente. Un ideal de felicidad que se ubica en una tibieza frente a la búsqueda de la verdad. La duda ha de ser siempre el común denominador del filosofar y, por ende, la posibilidad de acercarse a un ideal ético que respeta las normas sociales en cuanto le son útiles pero que elige no darle una determinación moral a los actos.

Estas escuelas mencionadas hacen parte de ese desarrollo de la filosofía helenístico-romana que concluye la época antigua del pensamiento, si bien es claro que también participaron escuelas como el neoplatonismo o el eclecticismo, sólo esperábamos dar una visión somera al respecto del pensamiento de esta época que se preocupó por la búsqueda de la felicidad como ideal ético de los actos humanos. Un abanico de opciones que presentan vías del acceso a ese fin último por medio de posturas ético-morales que no pretendían más que ofrecer el bienestar del individuo a partir del ejercicio de la virtud, elemento común a casi todos los postulados antiguos sobre el problema que nos convoca.

2.4 La ética cartesiana

Con la llegada de la edad media y la expansión del cristianismo, el problema ético asumió un punto importante en lo que respecta a los actos de los seres humanos, sin embargo, las posturas éticas de dicha época fueron una continuación de los discursos griegos al respecto, pues si tomamos como referentes dos de los filósofos más importantes a este periodo nos encontramos con San Agustín y Santo Tomás que, en última instancia, cristianizaron los pensamientos de Platón y Aristóteles respectivamente, sumado a ellos elementos propios del estoicismo y otros tantos que fueron adaptados en función de ese ideal religioso que caracterizó esta época.

Por esta razón si bien es claro que hay más consideraciones al respecto del problema, para efectos del presente trabajo se continuará la exploración por otras posturas que irrumpen en la modernidad con la llegada de Descartes y su Cogito ergo sum. Punto de partida de un sinfín de nuevos pensamientos que pretenden superar el vacío en que las condiciones políticas determinadas por lo religioso gobernaron el pensamiento filosófico y científico.

Ahora bien, como pudimos advertir en las páginas precedentes el problema de la felicidad determinado en la tradición griega tienen sus raíces en el pensamiento socrático que ubicaron la eudaimonía o felicidad como el fin último que se prefiere por sí mismo y no por otra cosa (Aristóteles, 1985), el bien absoluto y, por tanto, el fin de todos los actos. Con la llegada de la modernidad Descartes nos presenta otra reflexión con ánimo de superar la formula antigua del problema retomando algunas doctrinas morales para tratar de unificar una visión nueva para su época.

Cabe señalar que aunque se pretende edificar allí una nueva forma de pensamiento ético, Descartes continúa anclado a los conceptos de felicidad y virtud con ánimo de insertarla a la nueva idea de naturaleza humana configurada en su pensamiento. En su artículo La concepción moderna de la felicidad en Descartes afirma Estrada López (2020) que:

Descartes no identifica la felicidad con un tipo particular de vida ni la considera un bien. Para él, la felicidad no es otra cosa que una emoción placentera de la mente. Es verdad que la felicidad está íntimamente unida con la práctica de la virtud, pero estas, para Descartes, no son la misma cosa. La felicidad realmente es el contento o la satisfacción del alma generados por el ejercicio de la virtud, el bien supremo. (...) la felicidad, para Descartes,

no ocupa el lugar del bien supremo; sin embargo, ella puede ser considerada, junto con la virtud, como el fin de nuestras acciones. (Estrada, 2020, p. 38)

En este sentido la posición cartesiana difiere de la tradición antigua porque la felicidad deja de ser el ideal último quedando reducido a la alegría de la mente y la satisfacción interior. Para lograr ese estado nos servimos del ejercicio de la virtud por medio de una voluntad estable y constante de hacer lo que mejor nos parece y así usar toda la fuerza de la razón para que esa elección sea la mejor y más virtuosa posible.

La felicidad cartesiana no es otra cosa que un estado placentero de la mente que consiste en el contentamiento producido por la conciencia de haber hecho uso de nuestro mayor bien, la virtud, junto a la satisfacción de haber realizado nuestro mejor esfuerzo y la tranquilidad de saber que no dejamos de hacer nada que estuviera en nuestro poder. La béatitudo es el placer que naturalmente acompaña al ejercicio de la virtud, el bien supremo del individuo. (Estrada, 2020, p. 40)

Con este planteamiento podemos decir que para este autor lo más excelso es la virtud, el verdadero bien del individuo, pues la felicidad es el premio que se obtiene por la práctica de la virtud, siendo esta última el fin último de los actos. Si bien Descartes aún continúa anclado a los conceptos y teorizaciones filosóficas del pensamiento griego, su posición sobre la felicidad difiere de aquella ya que bajo su posición reduccionista es sólo y únicamente el placer derivado de la posesión del bien supremo, la virtud. Para dar claridad a esta idea es importante mencionar que para Descartes el placer es una emoción positiva que se siente en el alma cuando ella considera tener un bien ya sea por la acción de ella misma o por medio de los estímulos corporales. “El placer, para Descartes, no es propiamente un bien, sino que es el goce que el alma siente cuando posee algún bien” (Estrada, 2020).

En conclusión, la teoría ética cartesiana en su reformulación de la teoría griega lo que hace es darle un sentido nuevo al concepto de felicidad ya que para los antiguos la felicidad es el fin último o el bien supremo, mientras que para Descartes el bien supremo o fin último estaría encarnado por la virtud (la firme voluntad de actuar correctamente) y la felicidad sólo sería el producto de la práctica de aquella; esta distinción pone al autor mencionado en una evidente

distancia con las teorías eudaimónicas antiguas de la ética, lo que permite agregarle consideraciones nuevas al problema del comportamiento humano y su finalidad.

Así, la naturaleza deseante del ser humano en busca del placer se mueve por la motivación o decisión del buen actuar, es decir, practicar la virtud. Ese matrimonio entre felicidad y virtud, explica Descartes, se entiende porque ese deseo natural de obtener placer nos mueve a desear la virtud en cuanto fin último, en consecuencia la práctica de la virtud hará sentir bien al ser humano y le dará placer al reconocerse como virtuoso. La virtud no es el puente para llegar a la felicidad, sino que la felicidad es la motivación primera para practicar la virtud.

Y, por todo lo dicho, creo que podemos llegar a la conclusión de que la beatitud no consiste sino en el contento espiritual, es decir, en el contento en general, pues, aunque existan contenidos que dependen del cuerpo y otros que no dependen de él, no existe contenido alguno que no sea espiritual. Pero, para que el contenido sea consistente, hay que atenerse a la virtud, es decir, tener voluntad firme y constante de llevar a cabo cuanto nos parezca lo mejor y poner toda la fuerza de nuestro entendimiento en formarnos juicios atinados. (Descartes, 2011, p. 543)

2.5 La ética spinoziana

El legado de Baruch Spinoza cambia la forma de concebir la ética en el trasegar del tiempo que constituye la historia de la filosofía; éste autor considera que pensar el ser humano ético debe ser a partir del ideal de la libertad, ya que la ética al ocuparse no de prescripciones sino de aquello que queremos hacer implica la toma de decisiones como condición natural de la acción humana. En este sentido, el ser humano siempre está expuesto a la elección o la toma de decisiones en un sinfín de posibilidades. Sin embargo, si el ideal ético de Spinoza radica en la libertad, pues al ser humano no le es posible lograrla puesto que la categoría de la libertad sólo pertenece a Dios o la Naturaleza.

“Dios obra en virtud de las solas leyes de su naturaleza, y no forzado por nadie (...) Todas las cosas son en Dios; por lo cual, nada puede haber fuera de él que lo determine o fuerce a obrar” (Spinoza 2001, p. 68). Aun sobre esta idea la capacidad de decidir abre la posibilidad de pensar el hombre libre por su naturaleza deseante o esfuerzo por perseverar en su ser y sus afectos. La ética

de este autor se fundamenta en el problema de la libertad, la cual consiste en el dominio de los afectos por medio del uso de la razón. Este pensamiento da un nuevo giro en la filosofía ética, por lo que podríamos decir que a partir del siglo XVII se elude la felicidad como fin último de los actos humanos y en ese lugar comienza a aparecer la libertad como condición última de nuestras elecciones.

Para hablar de la ética de Spinoza es importante concebir el ser humano desde tres afectos fundamentales, a saber, el deseo, la alegría y la tristeza; de estos afectos se desprenden los demás, sin embargo, nuestros actos se mueven por el incremento o disminución de ellos, en algunos casos reprimidos o impulsados por causas exteriores que les permiten moverse continuamente en su naturaleza. Dicho por Spinoza:

(...) el deseo de cada individuo difiere del deseo de otro cuanto difiere la naturaleza o esencia del uno de la esencia otro. La alegría y la tristeza, por su parte son pasiones que aumentan o disminuyen, favorecen o reprimen la potencia de cada cual, o sea, el esfuerzo por perseverar en su ser. (Spinoza, 2001, p. 257)

Aunque ya utilizamos el concepto de afecto es importante remitirnos a la definición de nuestro autor que afirma que:

Por afectos entiendo las afecciones del cuerpo, por las cuales aumenta o disminuye, es favorecida o es perjudicada, la potencia de obrar de ese mismo cuerpo, y entiendo, al mismo tiempo, las ideas de esas afecciones (...) Así pues, si podemos ser causa adecuada de alguna de esas afecciones, entonces entiendo por “afecto” una acción; en los otros casos, una pasión. (Spinoza, 2001, p. 193)

Estos afectos implican la acción ya que posibilitan que ocurra algo en nosotros o fuera de nosotros que impulsa la capacidad de elección o decisión a partir de los tres afectos antes mencionados.

En cuanto al deseo, afecto fundamental en el actuar humano nos dice Spinoza (2001):

El deseo es el apetito acompañado de la consciencia de sí mismo. Así pues, queda claro en virtud de todo esto que nosotros no intentamos, queremos, apetecemos ni deseamos algo porque lo juzguemos bueno, sino que, al contrario, juzgamos que algo es bueno porque lo intentamos, queremos apetecemos y deseamos. (Spinoza, 2001, p. 206)

En este sentido nuestras acciones o afectaciones se dan de acuerdo a cómo somos afectados, y estas afecciones sólo se dan por agentes externos que posibilitan los estados de ánimo, pues dichos afectos dan cuenta de cómo vivimos, cómo actuamos o cómo pensamos.

Ahora bien, la ética de Spinoza nos expone con esta teoría de los afectos cómo se comporta y se va el ser humano apropiando de su vida, en la medida que pensar una libertad ética compete necesariamente al qué quiero hacer y es a partir de allí que se toman las decisiones y se va formando un carácter en el sujeto. Está ética fundamentada en la libertad presupone así un propósito, como esfuerzo para lograr el ideal acá planteado como condición de la reafirmación de la existencia misma del ser; una ética que busca racionalizar el destino moral o la realidad del ser humano para generar una comprensión de su naturaleza, un camino que está mediatizado por la acción y el ejercicio de la razón que pueda darnos la conciencia clara de hacernos sujetos libres.

La ética de Spinoza nos plantea, a fin de cuentas, cómo el progreso moral del ser humano consiste en liberarnos de las emociones pasivas y sustituirlas o convertirlas en emociones activas. Pero no hay otro camino para frenar las pasiones que parar esa fuente de donde surge, a saber, el conocimiento inadecuado de la imaginación o sensibilidad que habrá que sustituir por el conocimiento adecuado de la razón, es decir, que el camino de liberación es transformar nuestras pasiones por medio del entendimiento. El progreso moral es paralelo al progreso intelectual, pues entre más lógico se piensa más activas y adecuadas serán nuestras emociones y menos esclavos de las pasiones seremos.

La vida de la razón o de la virtud es entonces entender para ser liberado de la servidumbre de las pasiones, pues “un afecto que es una pasión deja de ser pasión tan pronto como nos formamos de él una idea clara y distinta” (Spinoza, 2001, p. 389). En este sentido, lo realmente bueno será todo aquello que nos lleve al entendimiento mientras que lo malo será todo aquello que lo obstaculice y nos impida entender con claridad. Cuanto más conectemos discursivamente unas cosas con otras, cuando más entendamos el sistema de causas y que todo se sigue necesariamente de Dios, la Naturaleza, más lograremos desprendernos del influjo negativo de las pasiones y, por

supuesto, más control sobre nuestra vida tendremos. En pocas palabras, el conocimiento es el camino hacia la liberación de la servidumbre de las pasiones.

Cada cual tiene el poder —si no absoluto, al menos parcial— de conocerse a sí mismo y conocer sus afectos clara y distintamente, y, por consiguiente, de conseguir padecer menos por causa de ellos (...) No hay un remedio para los afectos, dependiente de nuestro poder, mejor que éste, a saber: el que consiste en el verdadero conocimiento de ellos, supuesto que el alma no tiene otra potencia que la de pensar y formar ideas adecuadas (Spinoza, 2001, p. 390).

Según nuestro autor y su ética, en la medida en que concibamos las cosas como contenidas en Dios o la Naturaleza y siguiéndose necesariamente de ella, es decir, en la medida en que lo consideramos todo en relación con el sistema causal e infinito de la Naturaleza, del que todo se sigue con necesidad lógica, menos sujetos vamos a estar a las pasiones, porque vamos a entender que todo es como tiene que ser. El cambio de la conducta o el comportamiento depende de un cambio en el punto de vista, pues tenemos que dejar de ver las cosas como desconectadas y pasar a verlas en su conexión y relación con el todo. Entender el lugar de las cosas individuales en el sistema divino de la Naturaleza y alcanzar el conocimiento abre la posibilidad de estar por encima de las reacciones pasivas -fruto de la ignorancia y la confusión- y alcanzar la sabiduría y, por ende, la felicidad.

2.6 La ética kantiana

No es ajeno a nosotros, por lo que hemos leído en el presente trabajo, reconocer en la filosofía antigua la felicidad como el fundamento de toda ética, dado que los hombres han dirigido sus actos con el objetivo de lograr un espacio en esa finalidad última que presupone el buen actuar. Este hecho nos fue evidenciado por los griegos quienes a su modo ubicaron la felicidad como consecuencia de los actos conforme a la virtud, pues en la medida que las acciones del hombre tienden a un bien o a un fin, llamaron así, la felicidad y la moralidad como un solo fin. Este hecho no pasa en la fundamentación kantiana de la ética, pues la felicidad en Kant no vendrá tampoco a constituir el fundamento de su moralidad, ya que si bien nuestro autor no pretende negar que en el

hombre hay una búsqueda constante que apunta a la felicidad, si insiste en el hecho de que la felicidad y la moralidad son dos fines totalmente diferentes.

La posición ética kantiana la podemos ver en *La fundamentación de la metafísica de las costumbres*, texto que parte de una crítica a la filosofía antigua que ponía todo el peso de la ética en el axioma del bien tal y como es evidenciado en Aristóteles al afirmar que toda acción y elección parecen tender a un bien. Para Kant, por el contrario, el inicio de su moralidad está fundada en un principio a priori que descarta la idea de ese bien aristotélico, a no ser que éste funcione como director de la voluntad, es decir, como una voluntad buena y, a su vez, esta (voluntad buena) tendrá la función de rectificar la acción a un fin universal como condición de hacer dignos a los hombres de la finalidad última, la felicidad.

Dicha dignidad apunta a la posición griega de los actos conforme a la virtud como camino de acceso a la felicidad, y no de aquella felicidad que descansa en el mito del placer absoluto, es decir, que el hombre no se hace feliz sino que se hace digno de la felicidad. Este argumento nos evidencia que para Kant hay dos posiciones de la felicidad respecto de los cimientos de su moralidad, una se nos muestra imposible de adquirir y la otra, por el contrario, se une a la buena voluntad como condición indispensable de su consecución.

Ahora bien, es la buena voluntad específicamente la que lleva consigo un valor absoluto y obra bien por el sólo hecho que encierra la razón o el conocimiento del bien actuar; lo que implica que la razón es la que debe instaurar la buena voluntad en sí misma como condición de cualquier otro bien, aun si ese bien está dirigido al deseo de ser feliz. El valor absoluto de la voluntad buena restringe alcanzar en muchos modos la felicidad, justamente porque ella no proporciona el placer absoluto, sino que genera una satisfacción particular que surge de una acción que ha apuntado a un fin determinado por la razón y no por la inclinación.

Igualmente hay otra restricción de la consecución de la felicidad en Kant, la cual se asienta en el hecho que si fuera la naturaleza la que apuntara a ese fin, como dice nuestro autor “habría muy mal tomado sus disposiciones al elegir la razón de la criatura para encargarla de realizar aquel su propósito” (Kant, 2005, p. 93) lo que implica que para Kant la razón que se encarga de dominar los instintos es el objeto al cual están dirigidos todos los peculiares fines del ser humano.

En este punto, es donde nuestro autor vendrá a introducir el concepto de deber, el cual tiene en sí la idea de una buena voluntad y donde toda acción del ser humano tendrá que ser por deber y no por inclinación. Para Kant el valor moral de la acción reside no en un propósito del hombre sino

en una máxima, es decir, en el principio del querer sin tener en cuenta todos los fines y objetos de la facultad de desear; esto implica, en última instancia, que toda acción por deber se da por la necesidad del respeto por la ley ya que es la razón la que vendrá a regular, dominar o excluir las inclinaciones de la elección. Nuestro autor parece prescindir así de todo objeto de la voluntad, es decir, que la ley tiene la función de determinar la voluntad puesto que ella, constituye la universal convicción de las cosas prescritas en torno a las acciones en general; para Kant la ley debe ser el único principio de la voluntad.

Bajo este argumento se formula el imperativo categórico kantiano, que es en sí, la base sobre la cual está asentada la moralidad indicada. Yo no debo obrar nunca más que del modo que pueda querer que mi máxima deba convertirse en ley universal (Kant, 2005).

Vemos la importancia que le atribuye Kant a la ley, ya que ésta tendrá que determinar la voluntad y el deber, instaurando la necesidad de que toda acción se realice por respeto a las leyes morales como condición del valor absoluto de la buena voluntad, incluso si en el ser humano existe una fuerza del instinto alejándole de los mandatos que constituyen el deber que para la razón le representan principios dignos de respeto; pues no podemos eludir el hecho que la reunión de las inclinaciones sólo forman parte del mito del placer absoluto llamado felicidad.

La formulación del imperativo categórico kantiano excluye el problema de la felicidad, el cual, por ningún lado constituye el fundamento de su ética, dado que, ella es un fin que aunque todos los hombres tienen por un impulso natural, no puede formarse como deber ya que ese hecho implicaría una contradicción, es decir, que por el solo hecho de ser una idea tan vacilante al referirse a lo que cada individuo tiene en su experiencia sobre sus propias inclinaciones y sus fines, no podría concebirse como deber puesto que la universalidad iría en contradicción con los fines de cada individuo.

Kant en este sentido manifestó que todo lo que recae en el campo de la felicidad y que se alimenta de inclinaciones individuales no puede constituir una ética que, necesariamente, debe caracterizarse por la universalidad de las normas. Por consiguiente, solo una voluntad buena y que por ende sea libre de toda inclinación empírica puede ser la base sobre la cual se asiente la moralidad, a partir de la evidencia del imperativo categórico que establece que la acción no es moral por ningún objeto que se hubiese propuesto, sino por la aceptación de la máxima con la pura forma de la ley como universalidad.

El concepto de felicidad entonces no es un concepto que acaso el hombre abstraiga de sus instintos y extraiga de su propia animalidad, sino que es una mera idea de un estado, idea a la cual quiere adecuar dicho estado bajo condiciones simplemente empíricas (lo cual es imposible). El hombre proyecta por sí mismo esa idea y ciertamente de modo tan variado merced a su entendimiento entremezclado con la razón y los sentidos, modificándola con tanta frecuencia que aun cuando la naturaleza también estuviese enteramente sometida a su arbitrio, no podría asumir en absoluto ninguna ley precisa, universal y estable, que coincidiera con este titubeante concepto y con el fin que cada cual se propone de modo arbitrario. Pero incluso si quisiéramos o bien rebajar este concepto a la auténtica necesidad natural en la que nuestra especie está enteramente de acuerdo consigo misma, o bien, por otra parte, elevar la destreza tan alto como para procurarse fines imaginarios, pese a todo jamás conseguiría el hombre lo que él entiende por felicidad. (Kant, 2001, p. 417)

En resumidas cuentas, hemos evidenciado por qué la finalidad última o felicidad no sirve de fundamento en la moralidad en Kant, dado que las inclinaciones que el ser humano lleva consigo, acarrearán una idea de placer que no podría ser atribuido a los actos que han de referirse a la formulación del imperativo categórico, ya que allí, habría una coerción por parte de la ley moral que afectaría en muchos modos las inclinaciones del hombre. La fundamentación moral de Kant apunta a pensar la voluntad no implicada en las inclinaciones, sino a todo aquello que se considera moralmente bueno.

El concepto de felicidad consiste en el ser digno de ser feliz (la satisfacción de su voluntad). Este ser digno se funda en el estar de acuerdo con aquellas leyes bajo las cuales, si es que fueran universalmente observadas, todos podrían participar de la felicidad en su más alto grado, de aquella manera en que solo puede ocurrir mediante la libertad. (Kant, 2017, p. 97)

Concluimos entonces afirmando que la ética en Kant consiste en las implicaciones que reúnen la buena voluntad, el deber y la ley como condiciones del establecimiento del imperativo categórico, desembocando así en el hecho de llegar a descartar por un lado la felicidad que se establece en los ideales de la inclinación que no son más que la evidencia del egoísmo y, concebir

por otro lado, el juicio acerca de la dignidad de la felicidad que proviene propiamente de la razón a partir de un placer particular que puede proporcionar la buena voluntad.

La dignidad de ser feliz se establece de acuerdo con las leyes en tanto que fueron medidas por el canon de la universalidad; en este sentido, todos estaríamos entrando en la senda de la anhelada felicidad de tal modo que solo ocurre bajo una libertad moral que presupone la ética Kantiana.

2.7 La ética foucaultiana

Michel Foucault es uno de los filósofos más influyentes de la filosofía contemporánea, su reconocimiento recae sobre las reflexiones que hizo sobre psiquiatría, medicina, ciencias humanas, etc. se considera que Foucault hizo parte del movimiento estructuralista, sin embargo, Foucault afirmó no pertenecer a este movimiento expresando que su trabajo apunta más a una crítica histórica de la modernidad.

El papel de este pensador es muy importante ya que su pensamiento al respecto del poder, el saber y el sujeto rompe con las concepciones modernas que venían en la tradición del pensamiento filosófico. Para Foucault el poder se refiere a un análisis histórico que obedecen a una multiplicidad de relaciones de fuerzas inseparables y que son constitutivas de su organización, éstas a su vez se forman y actúan en aparatos de producción tales como la familia y las instituciones que atraviesan todo el cuerpo social. (Foucault, 2001)

Así el poder, movido por el saber y la verdad por medio de producciones discursivas, tiene la función de conducir las conductas de los individuos y disponer de su posibilidad estratégica para provocarlas, apartarlas, facilitarlas, obstaculizarlas, limitarlas o impedir las; en otras palabras, las relaciones que se dan en el poder son un conjunto de acciones que tiene por objeto otras acciones posibles, las cuales funcionan sobre un sinfín de posibilidades (Castro, 2004). Como afirma Foucault “El poder, es el nombre que se presta a una situación estratégica compleja en una sociedad dada” (Foucault, 1999, p. 113) El poder en últimas crea esferas de saber, de verdad y de realidad al fundar normas que le ponen límites a las conductas del ser humano en la medida que el poder y el saber se apoyan y refuerzan mutuamente.

Si bien acá se pretende hablar de la ética del cuidado de sí como práctica de la libertad, es importante aclarar para Foucault la diferencia que establece entre sujeto e individuo; el primero

obedece a una doble acepción entre sujeción y subjetivación, donde la sujeción es el proceso mediante el cual las tecnologías de poder convierten a un individuo en sujeto y, por otro lado, la subjetivación es el modo mediante el cual el sujeto trata de ser sujeto de sí mismo; dicho de otro modo, se refiere a las formas de actividad sobre sí en las que el individuo trata de transformar su ser.

En cuanto al individuo, se refiere al cada uno, del cual se debe ocupar el poder para lograr cierto funcionamiento ya que “el poder transita por los individuos, no se aplica a ellos” (Foucault, 2001, p. 34). En este sentido, el individuo se relaciona con la identidad de sí, es decir, el individuo es el punto por donde el poder pasa o puede ser desviado. Mientras que el sujeto es el punto de creación, efecto del poder, todo aquello que se mantiene de forma activa y latente.

Ahora bien, teniendo en cuenta que lo que nos interesa en el pensamiento de este autor es su postura ética, es importante el concepto de moral, este último término que se refiere a las tradiciones y reglas que crean sujeciones; “Por moral se puede entender (...) un conjunto de valores y reglas que son propuestos a los individuos y a los grupos, de manera más o menos explícita, por diferentes aparatos prescriptivos (la familia, las instituciones educativas, las iglesias.)” (Foucault, 1996, p. 26) De esta forma, la moral tiene que ver con las acciones de los individuos, en tanto estos se adhieren o no a los códigos o reglas que le son propuestos.

El término ética por otro lado, se refiere a un ejercicio reflexivo de la libertad y que puede estar mediado por códigos morales, pero que se inclina más por la relación que tiene el individuo consigo mismo y lo que de ello pueda desprenderse. Se propone entender la ética como dice Foucault como “elaboración de una forma de relación consigo mismo que permite al individuo constituirse como sujeto de conducta moral” (Foucault, 1996, p. 26) lo que también se relaciona con el proceso de subjetivación antes mencionado. Se puede afirmar que la moral es del orden de la sujeción y la ética del orden de la subjetivación. En conclusión, la moral juega un papel importante dentro de las políticas de identidad y sujeción del poder, mientras la ética apuesta más del lado de la subjetivación, la resistencia y el ejercicio reflexivo de la libertad.

Este pensador nos expone considerando la vida cotidiana del ser humano en relación al comportamiento y la sexualidad, cómo se constituyeron los puntos fundamentales de la reflexión moral y la futura instauración de los ideales éticos; pues el movimiento de los discursos creados sobre la ética en el tiempo por los diferentes pensadores desde lo que concebían como racional o verdadero, posibilitaron la adopción de tales discursos como normas de conducta o principios del

actuar bueno. Esto nos deja ver cómo la sociedad viene a establecer, por medio de la creación discursiva, los códigos a los cuales deberíamos plegarnos, códigos que son interiorizados en el tiempo hasta pertenecernos de tal modo que ni la más mínima duda sobre ellos nos asalta, ya que al estar determinados por un discurso o saber que se legitima, termina por volverse un poder que no hace más que generar modos de sujeción en el individuo.

En la ética foucaultiana los discursos se mueven constantemente desde afuera y vienen a determinar hasta las partes más imperceptibles de los cuerpos, es decir, que hay una incidencia constante que dispone el actuar de los hombres ya que los discursos preceden o incluso constituyen los sujetos. Una constante producción por medio de formas de poder que penetran hasta las más tenues conductas.

La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad es una postura ética que ha tomado como base la posición griega y romana para adecuarla a un discurso contemporáneo, pensada para superar el modo en que el individuo al estar expuesto a múltiples discursos que insinúan ser verdaderos, no le ha quedado más remedio que entrar en esas relaciones de poder asumiendo un discurso que le vuelve sujeto del mismo. En este sentido es una ética que pretende que se dé un proceso de subjetivación fundamentado en las prácticas de sí, prácticas que en su continua transformación fueron bloqueadas o matizadas en la historia por instituciones o saberes que instituían nuevas relaciones poder, de verdad y de saber.

Las prácticas de sí deben entenderse entonces como el modo por el cual el sujeto trata de transformarse con el fin de acceder a cierto modo de ser desde el ejercicio de la libertad, una libertad que asume el sujeto en el campo social donde está atravesado por un haz de relaciones de poder que forman estados de dominación, que toman forma a partir de instituciones que se sirven de instrumentos económicos, políticos, militares, pedagógicos, etc. aquel modo de ser sería justamente su apuesta ética “¿Qué es la ética sino la práctica de la libertad, la práctica reflexiva de la libertad?” (Foucault, 1994. p. 396).

Bajo esta perspectiva el cuidado de sí es un ideal de vida en el que prima el ejercicio de la libertad individual, un legado del pensamiento histórico de la filosofía que se dio en torno a la reflexión moral, ya que la ética, pensada como reflexión de la libertad, giró en torno al imperativo fundamental del cuídate a ti mismo. Este pensamiento como un discurso ético sobre el cuidado de sí presente que el ser humano tenga un conocimiento determinado de reglas y principios que guíen

su actuar por mediación de la razón de modo que mientras está expuesto a los juegos de verdad, a las producciones discursivas sociales, culturales, religiosas, etc. pueda a su vez cuidar de sí mismo.

Es preciso que hayáis aprendido los principios de un modo tan constante que cuando vuestros deseos, vuestros apetitos, vuestros temores lleguen a despertarse como perros que ladran, el logos hable como la voz del amo que, con un solo grito hace callar a los perros. (Foucault, 1994, p. 398).

El planteamiento de nuestro filósofo que toma puntos de referencia del pensamiento griego expone que, quien se concebía desde lo ético aludía a alguien que practicaba su libertad de una forma determinada que se fundamenta en lo bello, en lo honorable, en lo virtuoso, etc. De este modo el sujeto ético requiere de un trabajo constante sobre sí mismo para escapar a la esclavitud de los deseos y los apetitos.

El modo de conducirse debe estar ligado a las relaciones complejas con los otros, ya que la acción de cuidarse de sí mismo se refiere esencialmente a ocuparse también de manera adecuada en las relaciones con los demás, pues la práctica del cuidado de sí debe estar pensada desde el actuar, desde el lugar y la relación que ocupo con respecto al otro. En este sentido, la ética de Foucault como ejercicio reflexivo de la libertad se ancla a la dualidad que presupone el saber/poder, ya que esta relación permite analizar los instrumentos que determinan al hombre en su relación con los juegos sociales de la verdad. Juegos de verdad que han encauzado la vida del sujeto a determinadas apreciaciones promovidas por instituciones, pensamientos y variados discursos.

Ahora, teniendo en cuenta que el sujeto se constituye por su cultura en la medida que allí se mueven discursos que le son propuestos, indicados e impuestos por grupos sociales -campo donde se mueven constantemente las relaciones de poder- esta ética pretende hacer valer la libertad y relación con los otros, a partir de la máxima socrática fúndate en libertad, mediante el dominio de ti mismo.

Es muy importante no caer en la idea de pensar que la ética de Foucault estará totalmente emparentada con la ética aristotélica, platónica o romana, sino que los ejemplos de conducirse de acuerdo a un régimen evidencia bien cómo el hombre puede ceñirse por medio de discursos a ciertos principios o regímenes precisos de vida, en el presente caso, hacerse sujeto de sí bajo formas de subjetivación, una ética que debe estar en función del sí mismo, de la estética individual de la

existencia, que establece el sujeto autónomamente, con sujeción a sí mismo y no a códigos que vengan del exterior.

En resumidas cuentas, el cuidado de sí es un conjunto de prácticas mediante las cuales el individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el individuo se constituye como sujeto y es consciente de sus acciones, es una posición ética que pretende que el ser humano entre en un proceso creativo de transformación individual como estética de la existencia. En este planteamiento, nuestro autor habla de la libertad como una libertad reflexionada de las vivencias y las acciones donde están involucrados los valores morales que se han adquirido en la experiencia de la vida.

Para lograr esta posición ética y ocuparse de sí mismo es necesario, por tanto, que el conocimiento y la acción se conecten en la realización de la vida misma; esta ética pretende así que el individuo guarde una actitud de respeto a sí mismo con respeto al otro, pues ya que estamos en un juego constante con los demás es muy importante que nuestras acciones estén pensadas siempre bajo nuestro bien y el bien de los demás; este modo de conducirse implica que el individuo reflexione siempre sobre la forma en que llevará a cabo sus actos. Una ética pensada por Foucault que busca que el individuo utilice las tecnologías del yo por las que se podría alcanzar cierto estado de felicidad, pureza o sabiduría; dichas tecnologías serían las que permiten que los individuos actúen por cuenta propia y no promovida por los demás.

Ya con un panorama amplio de algunos aportes éticos de la filosofía en los que se evidencia cómo el movimiento discursivo buscó establecer ideales éticos adecuados para lograr la felicidad, la tranquilidad, el bienestar o la libertad, pasemos a reconocer la psicología clínica como una rama de la ciencia psicológica que tiene, en última instancia, la voluntad de guiar a los individuos a un ideal del bienestar, en el cual las malas adaptaciones de los sujetos que acuden a este espacio trabajarán sobre su construcción moral y por lo que iniciarán un proceso que terminará en el determinante de su acción, lo que en última instancia podríamos llamar una ética que subyace en este ejercicio y discurso.

Pasemos a elucidar estos aspectos que quizás se han dado bajo la apreciación que he tenido de dicha ciencia, pues hablar de la clínica psicológica como una ética no pretende darle un sentido peyorativo tal como muchas críticas a este ejercicio lo han hecho sino abrir una ventana a la discusión y, por supuesto, abrir a posibles debates donde debe ser pensada la ética de los individuos desde la orilla científica.

3. Psicología clínica

Bien es claro que el presente trabajo no pretende dar respuestas inamovibles y establecer lo acá planteado como el ideal ético que compete a la psicología clínica, sino abrir o, por lo menos invitar, a que los investigadores o quienes en su ejercicio profesional trabajan en el contexto clínico de la ciencia psicológica a que pensemos un poco más la problemática expuesta, en la medida en que el ejercicio clínico se da a partir del encuentro con un sujeto que tiene una construcción discursiva ética medida por consideraciones morales; estas últimas consideraciones que bien podrían ser la causa de su visita al tratamiento terapéutico en tanto hay algo que parece “no estar bien” en él y que requiere de una dirección adecuada para enfrentarlo y lograr mantenerse en el anhelado bienestar que presupone el concepto de la cura o la normalidad anímica por decirlo de algún modo.

Para lograr exponer por qué el ejercicio clínico de la psicología es una apuesta discursiva ética basada en el cuidado y conocimiento de sí, como se ha podido leer entre líneas, es necesario aclarar qué es la psicología clínica, cuáles son sus enfoques en el ejercicio práctico, sus objetivos, su finalidad, como base fundamental para dejar abierta la posibilidad a que este problema inédito pueda ser continuamente pensado por nosotros los interesados en la terapia psicológica.

Podría pensar el lector que la ética en este sentido, si al día de hoy no ha habido mucho interés es porque no ha sido relevante para el proceso de su ejercicio, sin embargo, desde una posición muy personal parece que los psicólogos clínicos sólo y únicamente se han centrado en su ejercicio a partir de las construcciones de la psicología general y concibiendo la ética sólo desde la deontología y no desde los ideales que se encuentran en el sujeto edificados desde una moralidad que ha adoptado desde su experiencia en los contextos en los cuales se desenvuelve; razón por la cual pareciese –desde mi especulación– que el profesional de la ciencia que nos convoca parece abordar la experiencia del sujeto desde sus prejuicios como si hicieran parte de una ética profesional superior edificada en función de su ejercicio.

Sin más preámbulos pasemos a realizar las aclaraciones pertinentes esenciales para retomar la discusión y así poder llegar a las conclusiones del presente estudio.

3.1. ¿Qué es psicología?

Continuamente en el argot popular se tiene la idea que la psicología sólo se ocupa de los procesos terapéuticos que se desarrollan en el contexto clínico, sin embargo, son muchas las áreas en las cuales se desenvuelve esta ciencia que día a día se amplía en su objeto de estudio, Belloch (2008) dice, por ejemplo que, cuando se habla de psicología clínica se tiene la tendencia lógica y comprensible a describirla como una rama o extensión natural de la psicología. Pero ¿qué es la psicología? Frente a esta pregunta muchas reflexiones se han dado al respecto e, igualmente, ha sido una de las ciencias más atacadas porque se considera tienen un soporte epistemológico débil en la medida en que es una construcción ecléctica. Valga decir que este hecho sólo es mencionado acá de paso pues no se pretende realizar una defensa de la psicología.

La psicología, etimológicamente, se podría definir como la ciencia (logos) del alma (psyché), lo cual de entrada nos pone en las consideraciones metafísicas que presupone un concepto como aquel; concepto que se encuentra anclado a las ideas griegas sobre la naturaleza humana y que con el paso del tiempo se fue trasformando discursivamente en función de entender ese mundo interior que habita en el cada uno. La pregunta por la esencia de la psicología entonces como en la mayoría de los conceptos que la componen está determinado por la polisemia de acepciones, ya Canguilhem (1998) al abordar este tema afirmaba que:

(...) para la psicología la pregunta por su esencia, o más modestamente, por su concepto, pone también en tela de juicio la existencia misma del psicólogo, en la medida en que no pudiendo contestar exactamente lo que él es, le queda muy difícil dar una respuesta sobre lo que hace. (Canguilhem, 1998, p. 7)

Estas afirmaciones refieren al debate epistemológico de la psicología e incidieron en la construcción discursiva de la misma en tanto su pretensión siempre estuvo dirigida a entrar en la senda de la ciencia que hoy consideramos, que si bien se explica dicha ciencia por fenómenos observables, ramas como la psicología clínica se encuentra sobre un terreno pantanosos debido a la naturaleza de su objeto de estudio, donde su proceder se ve de frente a la subjetividad que presupone el yo.

Ahora, volviendo a nuestra pregunta, siempre que intentamos responder al interrogante ¿qué es la psicología? se escuchan respuestas como, es la ciencia del comportamiento; es la ciencia que estudia los procesos mentales; es la ciencia del alma, etc. Canguilhem (1998) buscando la

respuesta a esta pregunta recuerda lo que al respecto dice llanamente Daniel Lagache quien la define como teoría general de la conducta. Definición que de algún modo también nos puede evidenciar la pertenencia de pensar este discurso como un discurso ético, aunque no podemos caer en el error de dejar esa definición como última y acabada. Así, el concepto de psicología históricamente también ha tenido diferentes torsiones en su construcción; para pensar en ello es importante tener como punto de referencia la idea de psyché o alma que desde la antigüedad hasta la modernidad era concebida dentro de la concepción de la naturaleza física humana, pues no podemos eludir el hecho de que el tratado del alma de Aristóteles bien responde a un tratado de biológico.

En este sentido, retomando a Aristóteles piensa Canguilhem que “El objeto de la física es el cuerpo natural y organizado que contiene la vida en potencia; por lo tanto, la física trata del alma como forma del cuerpo viviente y no como sustancia separada de la materia.” (Canguilhem 1998, p. 10) Lo que nos ubica frente a las primeras consideraciones de la psicología que se extienden hasta la modernidad como ciencia de la física. No es sino hasta después de la reevaluación de la física aristotélica que se viene a constituir como un discurso o ciencia de la subjetividad; este hecho se da por la discusión sobre la realidad y la percepción de la misma, pues la relación del sujeto con el objeto donde se edifica el conocimiento hay todo un proceso que evidencia que la física del ser humano está determinada por la función del pensamiento que procesa e interpreta la realidad que se nos impone.

Posterior a estas consideraciones no es sino hasta el siglo XVIII que aparece el término psicología con el sentido de la ciencia del yo, una construcción que fue herencia cartesiana del yo pienso por la utilización del concepto interior para referirse al conocimiento directo que el alma tiene para sí misma. Esto llevó a que los pensadores de la época que sólo concebían como científico todo lo que tuviera bases matemáticas deslegitimaran la posibilidad de una ciencia psicológica por su objeto de estudio. El recorrido histórico de la psicología se da entonces por diferentes miradas o disciplinas psicológicas donde se insertó Charcot y Freud que sirviéndose de conceptos metafísicos pretendían hacer la comunión entre lo físico y lo psíquico surgiendo así un concepto familiar hoy a todos, lo psicosomático, con base en esta idea la psicología fue concebida como ciencia de las profundidades del alma.

Vemos entonces como la psicología está apuntalada en la idea de la naturaleza humana, si concebimos ésta, a grandes rasgos, como ser viviente servido por una inteligencia y voluntad. Bajo

esta acepción la psicología entonces es pensada como dicen Canguilhem (1998) como una ciencia objetiva de las aptitudes, de las reacciones y del comportamiento; justamente es en la contemporaneidad donde la psicología se separa de la filosofía con estas consideraciones y se instituye como ciencia.

La psicología como ciencia, por lo tanto, se encarga de usar herramientas como la observación, la correlación y la investigación experimental con el fin de describir el comportamiento de los procesos mentales y sus causas. En otras palabras, la psicología es el estudio de los procesos psíquicos y de las leyes que los gobiernan, sin embargo, esta definición dada no es concluyente, pues tener una definición que sea aceptada por todos los interesados en esta ciencia es imposible por la complejidad que encierra el psiquismo humano. Una dificultad que se ha impuesto por la cantidad de definiciones que se han gestado y que se trata a dicha ciencia bajo un conglomerado de posiciones teóricas, métodos de trabajo, comprensión del sujeto, etc.

Ahora bien, luego de divagar un poco sobre algunos apuntes relacionados con el concepto de psicología, y con una aproximación a su definición, pasemos a explorar lo que se podría concebir como esa rama del gran tronco de la psicología, a saber, la psicología clínica.

3.2. Psicología clínica

Frente a la psicología, como vimos en las anteriores líneas parece muy difícil puntualizar una definición que sea última y acabada, sin embargo, todos parecemos estar de acuerdo en que hay múltiples problemas de salud mental que a la larga tienen efectos profundos sobre el comportamiento y las habilidades afectivas de las personas en su vida diaria; lo que nos enfrenta a la idea que debe haber una ciencia que tenga como fin ocuparse de esas dificultades que se vienen incrementando en nuestro tiempo.

Teniendo este argumento podemos pensar que el objeto de estudio de la psicología clínica son los trastornos mentales y del comportamiento. Para abordar este objeto, la psicología clínica ha buscado respuestas no solamente desde la psicología científica, sino también de discursos tales como la medicina, la sociología, la biología, etc. históricamente como afirma Belloch (2008) el surgimiento de la psicología clínica se da gracias a la voluntad o el interés de aplicación inmediata, lo que implica que su finalidad última es buscar soluciones útiles para los problemas mentales de

las personas, es decir, que la psicología clínica debe su origen a una orientación aplicada de la psicología general.

Continuando con la misma idea bien plantea Belloch:

Así pues, el objeto de estudio e interés propio de la psicología clínica va más allá de la idea de “enfermedad mental” para incluir todas las experiencias, sentimientos, y/o actividades, mentales o comportamentales de las personas que resultan inusuales o anómalas, disfuncionales y dañinas, inadaptadas y fuera del control o la voluntad personales o que provocan interferencias o deterioro en el desarrollo personal, en el comportamiento, y en las relaciones sociales. (Belloch, 2008, p. 83)

Claro que acá pensamos el objeto de la psicología clínica de manera general, sin embargo, teniendo el presupuesto que la actividad práctica de la psicología clínica varía según el enfoque o escuela, podríamos decir que hay elementos comunes a ellas y asimismo, el supuesto de que las experiencias, sentimientos y actividades mentales o comportamentales se distribuyen a lo largo de varias dimensiones, esto implica que es necesario considerar en qué grado se presentan en un momento dado y a lo largo del tiempo, qué variables median su incremento y su atenuación, y en qué grado difieren de la normalidad.

Si bien nos podemos acercar a una definición somera de lo que es la psicología clínica, reconocemos que es una falacia pensar que exista un planteamiento unitario o unánime sobre el concepto explorado. Es claro, en última instancia, que es una rama de la psicología científica que ha ido ampliando progresivamente sus marcos de referencia. Es un campo de especialización de la psicología que aplica conocimientos y técnicas de ésta al estudio del comportamiento anómalo, aquel que supone algún trastorno para la persona o para otros. Desde esta perspectiva el estudio del comportamiento desde esta actividad se interesa principalmente en establecer un psicodiagnóstico para identificar las desadaptaciones y analizar así la condición psicopatológica para llevar a cabo un tratamiento.

3.3. Enfoques de la psicología clínica

Como se ha evidenciado, el objeto propio de la psicología clínica ha estado sujeta a una observación continua de diferentes puntos de vista o interpretaciones que no han hecho más que tratar de edificar el hacer propio del trabajo terapéutico, este hecho más que generar confusión en los interesados de esta área ha permitido generar diferentes enfoques o puntos de vista que tratan de formar una comprensión más completa de la clínica psicológica. Valga aclarar que las facultades de psicología ponen a elegir el camino a tomar con relación a las escuelas o enfoques mientras al mismo tiempo los docentes repiten hasta el cansancio que la mejor terapia es la que le sirve al sujeto.

Aunque parece establecerse acá una aporía, lo que si podemos evidenciar es que la elección de escuela o enfoque de la psicología clínica radica en el gusto o interés discursivo del estudiante que se abre camino y adopta desde su perspectiva, aquel que se le presente más lógico científicamente o al impacto subjetivo que cada enfoque permea en el individuo. Por otro lado, no podemos desconocer que los enfoques de los que hablamos tratan de explicar desde su soporte, el comportamiento o el encuentro del individuo con su malestar, para ofrecer determinados métodos y objetivos terapéuticos que puedan llevar al individuo a un equilibrio emocional, si se me permite decirlo de ese modo.

Los enfoques, escuelas o modelos de la psicología clínica en última instancia, nos describen cómo se desarrolla la conducta examinando las áreas problemáticas de la misma ejerciendo una influencia directa sobre los estilos de evaluación, tratamiento e investigación. Este fenómeno nos pone en evidencia que existe un sinfín de maneras en los cuales se puede interpretar, evaluar, describir o investigar la conducta humana, es justamente por esta razón que las escuelas y su soporte epistemológico se encuentran en la búsqueda de superar la confusión que implica pensar el objeto de estudio al cual nos estamos refiriendo. Los modelos o enfoques nos ayudan a guiarnos en las decisiones acerca de los fenómenos por los que las personas acuden a consulta y, de este modo, introducir algún orden en ese sinfín de posibilidades de la conducta que a simple vista parece contener un caos conceptual en su interior.

Ahora bien, estos modelos o enfoques al final, no son más que la herramienta que permite tener una ruta o brújula para acompañar al sujeto en el proceso terapéutico. Por lo que un buen modelo debe incluir una explicación completa, eficiente y verificable del desarrollo, mantenimiento y modificación tanto de los aspectos problemáticos como no problemáticos de la conducta humana. Es importante mencionar que la adhesión ciega a un modelo particular puede

reducir el funcionamiento clínico a un nivel automático o reflejo en el cual la evaluación objetiva y la modificación subsecuente de la práctica profesional se tornan cada vez menos probables por la carga dogmática que allí asiste. Aunque no podemos afirmar de manera general que una referencia consistente y sistemática de un modelo particular sea perjudicial; por el contrario, puede ser beneficiosa. Sin embargo, si se aprecian los otros ángulos se puede tener criterios más amplios a la hora de llevar a cabo el hacer clínico de la psicología.

En este orden de ideas exploraremos de una forma general tres modelos, escuelas o enfoques de la psicología clínica con el fin de tener algunas luces que permitan la discusión acá planteada desde el principio.

3.3.1 Modelo cognitivo

Partamos entonces por las generalidades que competen al modelo cognitivo el cual como dice Judith Beck “propone que todas las perturbaciones psicológicas tienen en común una distorsión del pensamiento, que influye en el estado de ánimo y en la conducta de los pacientes” (Beck, 2000, p 17) es decir, que de entrada dicho modelo ubica en el pensamiento las génesis de los diferentes problemas psicológicos en relación al comportamiento ético del sujeto; la tarea propia del psicólogo que trabaja desde este enfoque busca así, por mediación de diferentes recursos, producir un cambio en el pensamiento (cognitivo) y el sistema de creencias del paciente para lograr a partir de allí, una transformación duradera de sus emociones y comportamientos (Beck, 2000).

Para lograr este último objetivo, el modelo cognitivo según Judith Beck, cuenta con diez principios; el primero se refiere a que la terapia cognitiva se fundamenta en una formulación dinámica del paciente y sus problemas concebidos desde términos cognitivos, es decir, que el terapeuta debe identificar el pensamiento presente disfuncional que evidencian el malestar del paciente y sus comportamientos problemáticos, todo ello con el fin de discriminar los factores que desencadenan las percepciones del mismo para así formular hipótesis acerca de la situación para construir un marco teórico con los datos aportados a lo largo de las sesiones buscando que el paciente aprenda a identificar aquellos pensamientos asociados con los sentimientos que lo perturban y así evaluar y formular respuestas más adaptadas a su pensamiento pues de este modo un sujeto “(...) logra sentirse mejor y muchas veces consigue también comportarse de una manera más funcional” (Beck, 2000, p.22).

El segundo principio hace referencia a ese imperativo terapéutico en la que se busca una sólida alianza terapéutica en donde son fundamentales elementos tales como la empatía, la calidez, interés en la verbalización del paciente, etc. de modo que se pueda sistematizar las ideas y pensamientos expresados. A estos aspectos se le suma el tercer principio, el cual afirma que la terapia cognitiva enfatiza la colaboración y participación activa, es decir, que el proceso terapéutico debe ser reconocido como un trabajo en equipo donde la participación activa del paciente será un elemento fundamental en el logro de los objetivos trazados; este principio podríamos decir, es elemental en los modelos acá explorados.

El cuarto principio está centrado en el hecho de que la terapia cognitiva debe estar orientada hacia objetivos y centrada en problemas determinados, lo que significa que se deben fijar objetivos claros que surgen del abanico de problemas planteados por el consultante que son la guía última del tratamiento y de las herramientas a utilizar para hacer más liviana la carga del paciente; también esto permite al terapeuta reconocer los obstáculos que impidan resolver los problemas y lograr los objetivos. Siguiendo en esta misma línea el quinto principio reza que la terapia cognitiva debe destacar el presente, es decir, centrarse en los problemas actuales y en las situaciones específicas que alteran al paciente, pues como afirma Judith Beck “la resolución o abordaje más realista de las situaciones perturbadoras muchas veces lleva al alivio de los síntomas” (Beck, 2000, p. 24). Razón por la cual el psicólogo cognitivo debe partir de un análisis profundo de la actualidad del paciente independientemente de cuál sea su diagnóstico.

El sexto principio afirma que la terapia cognitiva es educativa, pues debe enseñar al paciente a ser su propio terapeuta, enfatizando en la prevención de las recaídas; esto se logra por medio del establecimiento de objetivos terapéuticos que permitan al consultante evaluar los pensamientos y creencias para planificar los futuros cambios de conducta a la vez que se aprenda cómo hacerlo sin la intervención constante del profesional. El séptimo principio según afirma Judith Beck es que la terapia cognitiva tiende a ser limitada en el tiempo, pues su objetivo busca en principio, aliviar los síntomas resolviendo los problemas más acuciantes y proporcionar las herramientas para evitar recaídas. Si bien es claro que hay pacientes que requieren tratamientos más largos para modificar creencias disfuncionales muy rígidas, este modelo busca tratamientos de pocos meses que puedan aliviar la carga del paciente.

El octavo principio afirma que las sesiones de dicha terapia son estructuradas, esto es que independientemente del diagnóstico del paciente o la etapa en la que se encuentre el profesional en

psicología siempre tiende a armar una estructura para cada sesión lo que implica según Judith Beck que “al seguir un formato fijo, la terapia resulta mejor comprendida tanto por el paciente como por el terapeuta” (Beck, 2000, p. 25) lo que, en última instancia, puede hacer que el paciente tenga una participación activa y así luego de concluido el tratamiento continúe realizando por sí solo actividades que permitan modificar pensamientos o creencias que desencadenan malestar en el mismo. El noveno principio afirma que este tipo de terapia ayuda a los pacientes a identificar y evaluar sus pensamientos y comportamientos disfuncionales para actuar sobre ellos; pues uno de los objetivos fundamentales de las terapias cognitivas es la invitación constante a evaluar la validez del pensamiento y diseñar de este modo un plan de acción. Es en este punto una de las tareas importantes del terapeuta, en la medida que, al servirse del cuestionamiento socrático, podrá hacer que el paciente siempre pueda determinar la precisión y utilidad de sus ideas mediante la revisión cuidadosa de los datos.

Por último, el décimo principio afirma que la terapia cognitiva se sirve de una variedad de técnicas para modificar o cambiar el pensamiento, el estado de ánimo o la conducta -estas técnicas algunas construidas en el centro del modelo o tomadas de otros como la terapia gestáltica- es responsabilidad del terapeuta seleccionar las herramientas a utilizar según cada caso puntual y los objetivos que se tracen en el tratamiento. Valga la pena aclarar que estos principios según Judith Beck (2000) aplican a todos los pacientes, sin embargo, la terapia varía considerablemente según los casos, las dificultades, los objetivos y la capacidad del paciente para establecer un vínculo terapéutico sólido.

Ahora bien, los principios antes descritos tienen sentido en la medida que están soportados por una conceptualización, por eso es importante aclarar aquellos que son la base central del modelo en cuestión. En principio, y ampliando un poco más el modelo cognitivo, éste se asienta en la hipótesis de que las percepciones de los eventos influyen sobre las emociones y los comportamientos de las personas, de modo que los sentimientos no están determinados por las situaciones mismas, sino por el modo en que las personas interpretan esas situaciones (Beck, 2000). En este sentido podemos afirmar que las respuestas emocionales están determinadas por la percepción del sujeto, donde el terapeuta se interesará en el nivel de pensamiento que opera allí.

Detrás de este modelo hay una exhaustiva consideración del pensamiento humano, por lo que dicho modelo plantea que hay niveles de pensamiento; estos niveles se refieren a la evaluación que hace el sujeto de la realidad que le determine de dónde saca elementos facticos, mientras en

otro nivel se dan evaluaciones rápidas llamadas pensamientos automáticos, estos últimos no surgen de una deliberación o razonamiento, sino que brotan de forma automática siendo así rápidos y breves. Esta característica hace que dichos pensamientos no sean conscientes en principio, sino en la medida de las emociones que producen; por esta razón, muchos de estos pensamientos son asumidos como ciertos sin ser sometidos a ningún tipo de crítica. Como dice Judith Beck “(...) es posible aprender a identificar los pensamientos automáticos por medio de la observación de los cambios afectivos”. (Beck, 2000, p. 33)

Identificar entonces los pensamientos automáticos permitirá evaluar la validez de ellos y, de este modo, si el sujeto se permite darse cuenta de una interpretación errónea y logra corregirla, seguramente verá que su estado de ánimo mejorará. Ahora, estos pensamientos automáticos están arraigados a otro fenómeno cognitivo al cual se le da un papel más grande, a saber, las creencias. Las creencias se constituyen en el desarrollo del sujeto, donde él mismo asume creencias acerca de sí mismo, los otros y la realidad que le determina.

Las creencias centrales son entonces según Judith Beck (2000) ideas tan fundamentales y profundas que no se suelen expresar ni siquiera ante uno mismo. Ideas que son consideradas por el sujeto como verdades inamovibles que terminan por ser la explicación última de las cosas; de modo que cuando en un sujeto se activa una creencia central las interpretaciones que haga el sujeto se harán a través de dicha creencia aun cuando la interpretación bajo un análisis racional sea evidentemente falsa. Este fenómeno hace que el sujeto tiende a centrarse selectivamente en aquella información que le confirma su creencia central.

Las creencias centrales constituyen el nivel más esencial de creencia. Son globales, rígidas y se generalizan en exceso. Los pensamientos automáticos, que son las palabras e imágenes que pasan por la mente de la persona, son, en cambio, específicos para cada situación y se considera que constituyen el nivel más superficial de la cognición. (Beck, 2000, p. 34)

Es importante considerar que las creencias centrales inciden en una clase intermedia de creencias, que consisten en actitudes, reglas y presunciones; estas creencias intermedias influyen en la forma de ver la situación y esa visión influye en el modo como piensa, siente y se comporta un sujeto, lo cual forma una triada de niveles; en el ámbito más profundo se encuentran las creencias centrales, en un segundo nivel las creencias intermedias y de la manera más superficial

los pensamientos automáticos. Esas creencias centrales e intermedias se forman en las diferentes etapas del desarrollo en la medida que el sujeto interpreta todo lo que le rodea organizando así sus experiencias como instrumento adaptativo.

Las interacciones con el mundo y con los demás generan aprendizajes que forman las creencias y son variables en cuanto a su grado de veracidad y exactitud, de modo que las creencias disfuncionales o desadaptativas pueden ser modificadas y en su lugar aprender otras creencias basadas en la realidad y, por ende, más funcionales. Desde la perspectiva de Judith Beck (2000) el curso habitual de una terapia cognitiva implica que inicialmente se enfatice en los pensamientos automáticos en la medida que son conocimientos más cercanos a la conciencia. El objetivo del terapeuta será enseñar al paciente a reconocer, evaluar o modificar sus pensamientos para lograr un alivio de los síntomas. Posteriormente se centra en las creencias y pensamientos que subyacen en las ideas disfuncionales, es decir, aquellas creencias centrales e intermedias que son importantes evaluar de diversas maneras y así poder más tarde modificar para lograr un cambio en las conclusiones que saca el paciente desde la interpretación que hace de los hechos.

Si bien se ha aclarado que las creencias del sujeto influyen en sus percepciones, expresadas a partir de pensamientos automáticos específicos para la situación dada, desencadena igualmente emociones que, en última instancia, inciden igualmente en la conducta. En este sentido, la posibilidad de evaluar todos los pensamientos permitirá al sujeto que sus emociones, sus respuestas fisiológicas y su comportamiento se modifique de una forma positiva. Por eso es muy importante en un proceso terapéutico del presente modelo que se conceptualice en términos cognitivos la dificultad del paciente, con el objeto de determinar los pasos a seguir en la terapia: cuándo trabajar sobre un objetivo específico, un pensamiento automático, una creencia o un comportamiento.

Entre líneas parece ser claro que los procesos terapéuticos del enfoque cognitivo no buscan más que el sujeto logre comportarse de una manera más funcional, esto en otras palabras obedece a un ideal ético, quizás no desde la felicidad sino desde la funcionalidad y la adaptación que permitan una mejora significativa de la conducta; al final del presente estudio se abordarán estos puntos que parecer dar evidencia que el ejercicio de la psicología clínica – independientemente del enfoque - es en sí misma una apuesta ética del cuidado y conocimiento de sí en función de la conducta adecuada y por supuesto de una carga menor del padecimiento del individuo.

3.3.2 Modelo humanista

El modelo de la psicología humanista nace en la primera mitad del siglo XX con las construcciones teóricas de Abraham Maslow y Carl Roger. Dicho modelo podría decirse es la superación de esa idea planteada por el psicoanálisis que concebía al ser humano como un sujeto reprimido, por lo que después de las dos guerras mundiales se evidencia la necesidad de pensar el ser humano desde otras perspectivas, razón por la cual el humanismo comienza a ser aceptado como un signo de tal tiempo bajo grandes influencias filosóficas, sociales, culturales y, propiamente, psicológicas.

Siguiendo esta línea, la psicología humanista existencial se construye a partir de la herencia filosófica que nos ha legado conceptos tales como la fenomenología, este último que se aborda desde pensadores como Hegel y Husserl, sin embargo, todo aquel que quiera acercarse a este sistema de pensamiento por lo general recurre a Husserl quien, a grandes rasgos, concibe la fenomenología como método de estudio filosófico del mundo en la medida en que se manifiesta en la conciencia, en otras palabras, es el estudio de las estructuras de la experiencia humana. Para Husserl (Martínez, 2008), la fenomenología no ansía descartar nada de lo representado en la conciencia. Sin embargo, prioriza aquello que se muestra, ya que el individuo únicamente puede hablar de su experiencia, de aquí que se deriva que el comportamiento del ser humano está definido por sus vivencias.

En este sentido, las experiencias tal como el individuo las vive, siempre están dirigidas hacia algo, son sobre algo o con algo; constituyen una reacción a algo y nunca corresponden tan solo a una especie de entidad concreta y aislada dentro de una mente o un cuerpo determinado (Jonquera & Arroyo, 2006). Con base en estas ideas podremos decir que la actitud fenomenológica permite observar la intencionalidad de los de los procesos psicológicos como estructura constitucional y pre reflexiva de la experiencia humana. Pues en última instancia lo que sabemos o conocemos del mundo y del ser humano está determinado por nuestra experiencia y, finalmente, el mundo se percibe del modo en que se le presenta al cada uno en el marco de sus experiencias.

Estos argumentos nos dan a entender que la investigación fenomenológica busca la comprensión de los fenómenos tal como se muestran en la conciencia de quien los experimenta y observa; entendiendo fenómeno como aquello dado en una situación o en un proceso subjetivo o intersubjetivo que es de interés para un sujeto. Si nos movemos al terreno de la fenomenología

psicológica la herramienta esencial de investigación está dada por la vivencia del investigador tal como es percibida o sentida de manera corporal, afectiva e intelectual, en el aquí y el ahora (Jonquera & Arroyo, 2006).

Ahora bien, cuando hablamos de terapeuta humanista existencial pensamos en el interés que hay en estos en la exploración de los fenómenos propiamente humanos y psicológicos a partir de la existencia y la experiencia consiente del individuo. Jonquera, A. y Arroyo, L. (2006) plantean que hay diferentes aproximaciones psicoterapéuticas de orientación humanista existencial que han enfatizado algunos de los campos fenoménicos, entre los que se destaca la psicoterapia centrada en la persona propuesta por Rogers, que se fundamentó en clarificar y transformar el mundo interior del cliente tal como este lo describe en psicoterapia por mediación de un enriquecimiento mutuo, a partir de las características diferenciales de las fenomenologías del terapeuta y el cliente.

Otra aproximación es el de las psicoterapias corporales que fueron considerando la observación fenomenológica de los procesos corporales tal como son experimentados y descritos por el paciente en la terapia. Esta terapia lo que busca, en última instancia, es un intento por transformar la experiencia que el cliente tiene de sí mismo y de su propia realidad corporal. Finalmente tenemos la última aproximación que es la terapia gestáltica iniciada por Perls quien impulsó la utilidad clínica de la contrastación y clarificación de las diferencias más llamativas entre las descripciones fenomenológicas de la experiencia del cliente y las hechas por su psicoterapeuta. Así fueron articulando una metodología terapéutica que se centra en la exploración vivencial de la experiencia inmediata del paciente, posibilitando la ampliación de su capacidad de darse cuenta respecto de facetas no reconocidas de esta.

Las diversas formas de psicoterapia fundamentadas en el método fenomenológico, comparten un interés común por las múltiples dimensiones de la experiencia fenoménica presente del psicoterapeuta y del cliente, igualmente por los diferentes significados que ambos le atribuyen; lo que quiere decir que el psicólogo da inicio a un proceso terapéutico en general y a cada sesión en particular, desde el lugar experiencial y existencial en el cual se encuentra el paciente en un momento determinado, a lo se puede agregar también el lugar experiencial y existencial en el cual se encuentra el mismo psicoterapeuta en un momento dado.

En resumen, el método fenomenológico se basa en la descripción de la experiencia inmediata tal como aparece en el presente. Los psicoterapeutas de orientación humanista-existencial han enfatizado en la importancia del momento presente como eje primario de la

existencia humana y del proceso terapéutico. No obstante, este énfasis no pretende desvalorizar la relevancia del pasado y del futuro en términos de la vivencia que el cliente tiene de sí mismo y de su situación vital. Más bien, los terapeutas humanista-existenciales subrayan que tanto el recuerdo del pasado como la anticipación del futuro son fenómenos psicológicos que, invariablemente, se producen en el presente. La psicoterapia humanista-existencial reconoce y asume la necesidad de que el cliente sea capaz de comprender su propia historia y de construir un proyecto vital que lo guíe y que confiera sentido a su existencia. Sin embargo, destaca que el paciente vive, de hecho, en el presente, y que un proceso psicoterapéutico exitoso requiere que se preste atención a esta circunstancia convirtiéndola en una dimensión central de las intervenciones clínicas (Jonquera & Arroyo, 2006).

Con todo, uno de los objetivos centrales de la psicoterapia humanista existencial es el enriquecimiento y la profundización de la experiencia del cliente en este sentido, el desarrollo de su capacidad para poner entre paréntesis sus propias preconcepciones y los propios prejuicios para acercarse a su experiencia de forma más abierta, lo que contribuye a promover y facilitar el cambio de su personalidad.

No se pretende ser muy exhaustivo con las construcciones teóricas de los diferentes modelos, sin embargo, a grandes rasgos para la psicología humanista existencial, el hombre como ser libre o auto determinado se comporta y posee una visión del mundo bajo su subjetividad que importan en la terapia. Si bien se parte de la tendencia de auto actualización en la medida que el ser humano después de tener cubiertas sus necesidades primarias básicas, intenta desarrollarse para exponer su potencial, siendo la enfermedad aquello que sobreviene cuando no puede desarrollar su potencial, en este sentido la clínica en este enfoque debe ocuparse de la subjetividad y de la visión que el ser humano tiene del mundo.

La psicología humanista existencial, parte de un marco explicativo y utiliza métodos terapéuticos orientados a aliviar a sus clientes. Llamados así los sujetos porque la persona que acude a un terapeuta no es un paciente sino un cliente con el que se relacionará de igual a igual. En dicha relación el objetivo terapéutico es tratar la incapacidad para atender a la vida a partir de los recursos de nuestro yo buscando nuevas soluciones ante las demandas de nuestras necesidades y el ambiente, lo que se logra en el cliente cuando este llega a ser lo que es. La finalidad buscada pasa por un proceso que comienza con una investigación fenomenológica del cliente sobre su conducta y el presente, de modo que se pueda atender las necesidades y así posibilitar un cambio terapéutico.

La terapia humanista existencial, desde las diferentes aproximaciones que se dan en el centro del modelo, consiste en prestar atención al funcionamiento actual y ayudarnos a descubrir formas de aumentar nuestra conciencia, de entrar en contacto con el medio y manejarlo basándose en las necesidades que descubrimos. Desde este modelo no se trata de los asuntos del inconsciente o profundos del sujeto, sino de lo obvio, es decir, del funcionamiento actual, de aquello que constituye la vida misma y en esa medida generar conciencia o el darse cuenta, en palabras del modelo, puede disolver problemas en tanto hay conciencia de los síntomas y las causas que nos aquejan.

Los terapeutas humanistas existenciales necesitan hacerle saber a los clientes que no es posible que después de un proceso de psicoterapia toda su vida cambiará a una vida fácil y sin ningún problema, sino que se le facilitará el camino para que ellos desarrollen su potencial personal, hagan su vida más plena y aprendan a resolver sus problemas solos y se responsabilicen de sus decisiones. Nadie sabe más de uno mismo que uno mismo, el ser humano busca estar mejor, necesita a veces de alguien que le ayude a visualizar mejor sus opciones y, de esta manera, facilitarle la decisión que sólo a él concierne y de esta manera encaminar su vida hacia lo que más le convenga.

Frente a este modelo nos arriesgamos a pensar que la psicología clínica humanista existencial es, justamente, una postura ética que parte del autoconocimiento del aquí y el ahora, que en virtud del bienestar guía al sujeto a un modelo de conducta determinado que no pretende más que por medio de su conocimiento siempre esté presto a una mejora de comportamiento desde la continua reflexión de su experiencia.

3.3.3 Modelo dinámico

La práctica que en la actualidad se conoce, de manera general como terapia psicodinámica o modelo psicodinámico, es la corriente que evolucionó a lo largo del siglo XX conforme diferentes teóricos e investigadores continuaron al menos, en parte, los métodos planteados por Freud. Este modelo se ha ampliado tanto que incluye ideas de pensadores que revisaron los conceptos del padre del psicoanálisis e incluso de algunos que las rechazaron.

Según Bernstein & Nietzel (1982) en su libro *Introducción a la psicología clínica*, el modelo psicodinámico se encuentra fundamentado en cuatro principios, a saber, (1) que la conducta

humana y su desarrollo están determinados por mediación de los hechos, los impulsos, los deseos, los motivos y los conflictos intrapsíquicos del sujeto; (2) que los factores intrapsíquicos proporcionan de este modo, las causas que subyacen a las conductas manifiestas del sujeto, seas problemáticas o no; (3) que los orígenes de la conducta y sus problemas se establecen en la infancia a través de la satisfacción o frustración de las necesidades e impulsos básicos, por lo que, debido a la participación fundamental y potencial con las necesidades, se da especial atención a sus vínculos relacionales en la edad temprana; y por último (4) que la evaluación clínica, el tratamiento deben dirigirse a la búsqueda y funciones de los aspectos sutiles de la actividad intrapsíquica que, aunque se esconda a la observación directa, debe ser tratada donde hemos de comprender el comportamiento y aliviar los problemas conductuales.

Es entonces la psicología dinámica un modelo que se encuentra basado en la articulación del desarrollo de las relaciones objetales, la psicología del yo y las fases del desarrollo psicológico de la separación-individuación. Lo que nos da evidencia que la psicología dinámica se fundamenta en tres dimensiones, a saber, la representacional, relacional y evolutiva. Ahora, el abordaje clínico o la terapia de la psicología dinámica se fundamentan en el análisis de los conflictos relacionales, lo que implica que el objetivo último de un proceso de este tipo es resolver los conflictos intrapsíquicos que se le presenten al sujeto.

Como se ha evidenciado en los otros modelos, la relación que se da entre el sujeto paciente y el terapeuta es sumamente importante, pues como dice Coderch (1990) la terapia dinámica ofrece la posibilidad de generar una experiencia psíquica, única como experiencia irrepetible, desde un proceso relacional que permite generar una experiencia intersubjetiva que da lugar la relación mencionada, el proceso terapéutico es una actividad de auto investigación que se dirige a comprender toda la dinámica psíquica. Ahora, para llevar a cabo el proceso terapéutico se realiza una observación continua que permita hacer consciente al paciente de los conflictos psíquicos inconscientes que generen dificultades de adaptación, esto en última instancia, conducirá a una disminución del malestar que produce el conflicto del que se espera paulatinamente la desaparición del mismo otorgándole al sujeto las herramientas necesarias que puedan facilitar formas de adaptación dentro de las posibilidades de su voluntad.

El proceso terapéutico entonces, desde el modelo dinámico, busca explorar la estructura psíquica del sujeto a partir de la verbalización que éste hace de su malestar; de modo que la valoración que se haga del sujeto desde su padecimiento -que lo ha llevado a terapia- sea el hilo

conductor para abordar los conflictos y, de este modo, establecer los objetivos terapéuticos que atravesarán todo el proceso. Siguiendo a Coderch (1987) es justamente por medio del contenido del discurso del paciente que el terapeuta se acerca a conocer la fuerza y el funcionamiento del yo; las relaciones con los objetos internos; las ansiedades predominantes; los mecanismos de defensa; la fuerza pulsional; la satisfacción de impulsos; necesidades y deseos; el superyó; el tipo de sexualidad; la capacidad de comprensión, disposición, etc. Todo ello en el proceso terapéutico es posible darle seguimiento con el fin de hacer la formulación diagnóstica.

Ya teniendo algunas aproximaciones a la psicología dinámica, es importante repasar algunos conceptos esenciales en su construcción; iniciemos por hablar al respecto de las relaciones objetales. Los teóricos que abordaron este concepto hacen referencia al hecho de que la personalidad se forma por la relación que el sujeto en su infancia tiene con los objetos y el contexto social, allí juegan un papel determinante la figura materna quien provee los primeros cuidados. Lo que quiere decir que las experiencias tempranas de las relaciones con los objetos y con los otros son consideradas, desde este punto, elementos fundamentales del desarrollo de la salud mental del sujeto.

La psicoterapia que se realiza desde la perspectiva de las relaciones objetales se centra desde las representaciones internas del yo y de los otros significativos, de modo que el psicólogo dinámico explora estas relaciones, así como las representaciones mentales tempranas de los otros significativos mientras se centra en ayudar al paciente a reemplazar representaciones escindidas con unas integradas y estables. El aspecto relacional termina por ser ese punto donde el terapeuta debe poner su mirada aguda al momento de establecer los diversos conflictos que se generan a partir de las formas en se dieron las relaciones en el sujeto desde su infancia.

Continuando con las relaciones objetales, tenemos también la teoría del apego, la cual formulada por Bowlby (2009) postuló que la personalidad del individuo está formada por la relación temprana con su cuidador primario, estableciendo así el concepto de apego para hablar de ese lazo del infante con su madre identificando dos patrones, a saber, el seguro y el inseguro. Esta teoría fue ampliando su panorama al punto que termina por tener la delimitación de cuatro patrones del apego entre los que se cuentan el seguro, inseguro evitativo, inseguro ambivalente y el apego desorganizado, esto ha permitido a la psicología dinámica tener un panorama general de lo que acontece en la infancia del sujeto a partir de la relación que establece con el mundo y con la madre como figura cuidadora.

Es claro que, si bien las bases de la psicología dinámica son del psicoanálisis, este último se basó más en una psicología del inconsciente, mientras que, la psicología dinámica, se centra más en la psicología del yo, la cual enfatiza la importancia de la experiencia de la subjetividad del sujeto. El supuesto básico de esta teoría afirma que el yo se desarrolla a través de interacciones tempranas con otros significativos que funcionan como objetos del yo. Estos objetos del yo son esenciales para el desarrollo de un yo coherente y consistente. Las perturbaciones en las relaciones tempranas pueden llevar a déficits en las funciones de los objetos del yo y una falta de equilibrio entre experiencias de aseguramiento y de frustración. En este sentido, el desarrollo psicológico del yo tiene su lugar en la diferenciación, es decir, cuando el infante comienza la distinción de aquello que es madre y lo que no, y además está en capacidad de diferenciar aquello que es madre y aquello que es yo.

Ahora bien, el padecimiento del sujeto que acude a terapia está evidenciado en síntomas, es decir, aquello que aqueja al sujeto mismo; estos síntomas constituyen el impulso psíquico para adaptarse a los conflictos emocionales inconscientes y a la ansiedad que ellos generan. Lo que nos muestra que el síntoma es una formación del yo, en la medida en que el yo media entre las pulsiones instintivas, la realidad que le determina al sujeto y el superyó como conciencia moral; cuando esta mediación no cumple los objetivos en lugar de producirse la adaptación sobreviene el síntoma (Coderch, 1990).

El síntoma es la evidencia misma de un deseo inconsciente que se hace evidente a través del cuerpo, el pensamiento, las relaciones, etc. por esta razón la psicología dinámica o modelo Psicodinámico pone su mirada en el doble registro de lo manifiesto y de lo latente; la queja manifiesta y el deseo inconsciente que la mantiene. Lo que se dice y lo que se oculta, porque lo que se vela, niega o transforma en lo contrario al final produce el malestar que empuja a pedir ayuda, a realizar una demanda, a solicitar un tratamiento.

Dentro de la clínica dinámica, es importante entonces prestar especial atención a esos conflictos psíquicos, los cuales se convierten en patrones rígidos de vivencias y experiencias que, en determinadas situaciones, conduce siempre al mismo modelo de conducta, sin que la persona se da cuenta de ello o pueda cambiarlo voluntariamente. Estos conflictos están determinados por patrones ya adquiridos de comportamiento que se reflejan a lo largo de la vida, es decir, de la experiencia inicial con los objetos primarios. Los patrones de comportamiento o la conducta entonces son la consecuencia directa de los deseos, el pensamiento y las representaciones

inconscientes, elementos que en constante juego dan pie a la aparición de conflictos. Si bien hay variedad de conflictos que se exponen desde esta teoría lo importante aquí era dar un panorama general del modelo para dar pie a nuestra reflexión.

Dentro de este último enfoque que hace parte de nuestra exploración en relación a la ética, se puede ver que la finalidad de los procesos terapéuticos buscan el bienestar o la funcionalidad que no tendría otro efecto en el sujeto más que otorgarle tranquilidad, bienestar o desde una posición ética griega, felicidad. Veamos a grandes rasgos cómo podemos puntualizar esos fines en el ejercicio terapéutico desde los enfoques antes mencionados para dar cabida a la reflexión que nos convoca el presente trabajo.

3.4.Fines de los modelos terapéuticos

Hablar de los modelos puede ser una tarea inacabable, lo importante aquí es dar a conocer algunas generalidades que den pie a la distinción de ellos en la medida que cada tratamiento sirviéndose de técnicas en común y otras adecuadas a cada modelo permiten tratar las dificultades del paciente y lograr una modificación de la conducta, si se quiere, o trabajar sobre marcos mal adaptativos que, en última instancia, sólo buscan el bienestar del sujeto. Frente a estas consideraciones es justamente donde se ancla nuestra reflexión, pues el ideal de la práctica terapéutica no es otra que brindarle al individuo tranquilidad y bienestar que, términos éticos, no es más que posibilitar modos de conducta adecuados que bajo la continua reflexión del paciente entre la senda de la felicidad.

Por nuestra experiencia de vida podremos decir que el concepto de la felicidad se nos muestra como ese ideal inalcanzable por estar del lado de un término absoluto que debería abarcarlo todo, sin embargo, en su sentido amplio no es más que el bienestar, lo cual constituye el fin último del ejercicio terapéutico. Es justamente en este sentido que la terapia psicológica o la psicología clínica terminan por equipararse a una propuesta ética tal como se evidenció en la tradición del pensamiento de la cual tomamos algunos autores en la primera parte de este trabajo. Aunque, por otro lado, podríamos decir también que las reflexiones éticas de la filosofía pueden ser al mismo tiempo parte fundamental de la historia de la psicología, en tanto muchas de estas reflexiones lo que hacen es explicar parte de la conducta humana para exponer desde sus puntos de vista los modos adecuados del actuar para lograr el bienestar.

Esta equiparación ha sido esa ventana que se nos ofrece para ser considerada, constituyendo así el núcleo central de la reflexión que nos empujó a escribir el presente estudio. Si bien desde el inicio del pregrado en psicología pensaba que habían reflexiones sobre la ética desde la ciencia que se encarga trabajar los problemas que aquejan al sujeto y determinan su actuar, me iba acercando al hecho que toda la psicología clínica como rama de la psicología general no es más que un postulado ético que busca encaminar al sujeto a un ideal de vida que sea descubierto por él mismo al punto que pueda evitar el padecimiento y así, se pueda adaptar a los vicisitudes de la vida misma levantando la bandera de la salud mental que daría pie a un equilibrio, si se me permite decirlo de ese modo, que otorga el bienestar.

Si somos consecuentes con la estructura de este trabajo podemos ver que, hay toda una tradición de pensamiento filosófico que trató de exponer cómo determinadas acciones delimitadas por la moralidad de cada época, impulsaban vías que no tuvieran otro fin que el de llevar a la felicidad, libertad o bienestar, finalidades que constituyen las mismas planteada por la psicología clínica, tanto la ética como la psicología clínica ponen en el horizonte un ideal que, al final, es lograr la visión del ser humano por fuera de las culpas, de las cargas, sin pensamientos que puedan dañarle y sin conflictos que le aquejen; es decir, un ideal de bienestar y de felicidad que permita potencializar al individuo en todas las esferas que se desempeñe de la mejor manera posible, en otras palabras, ambas disciplinas apuntan a la búsqueda de un ser humano que posea autoconocimiento, libertad y felicidad.

Por esta razón, tanto la ética filosófica nos puede abrir la perspectiva histórica de cómo pensamos al sujeto, como la psicología clínica ofrecernos un panorama ético que busca en su ejercicio guiar al sujeto a un equilibrio donde su conducta y su bienestar sean la base fundamental para enfrentar la realidad que le determina. Puntalicemos a continuación estas ideas que fueron las que gestaron la realización de este trabajo para optar al grado en psicología.

4. El cuidado de sí: una mirada ética en la psicología clínica

Evidentemente hemos hecho un largo recorrido para llegar a este punto, se podía objetar que se trascurre por una revisión muy larga sólo y únicamente para equiparar el cuidado de sí con la psicología clínica, sin embargo, parecía pertinente recoger el discurso ético en sus torsiones históricas para que se hiciera más claro cómo la psicología clínica es de forma implícita un discurso ético y, a su vez, como la ética constituye del algún modo parte de la génesis de la psicología en el devenir de sus formulaciones hechas por los diferentes filósofos.

Lo que nos ha evidenciado la construcción del presente trabajo es que la psicología, desde lo clínico, puede transitar desde su quehacer sobre aspectos éticos pero enmascarados con otras acepciones que por sí solas quedan dispersas, pero que unificadas podrían evidenciar que, evidentemente asiste allí un discurso ético propiamente dicho.

Es importante mencionar que cada ética planteada por los filósofos trae consideraciones puntuales de la psicología, pues si recurrimos a lo descrito por la filosofía antigua, la ética buscaba dar respuesta al comportamiento, para lograrlo inicialmente, era pertinente tener una idea de la naturaleza humana; problema que si bien en la actualidad se mantiene vigente, la psicología general y la psicología clínica desde los diferentes enfoques parten de la idea de lo que conciben constituye el ser humano. Para los griegos la visión antropológica del hombre como productos de la unión entre cuerpo y alma también termina permeando la idea de la psicología que distingue desde el modelo cognitivo esa diferenciación entre la naturaleza física del sujeto y las representaciones que hace del mundo; desde el modelo humanista la constitución física y la vivencia del sujeto que no es más que ese interior determinado por su experiencia y, desde el dinámico, donde se piensa al ser humano como unificación de mente, cuerpo y emociones.

Esta idea nos da pie para mantener en principio, que la psicología clínica entendiendo al ser humano se sirve de construcciones filosóficas para partir de una idea de lo que el ser humano es. Ello abre la posibilidad de pensar que entender al ser humano no sólo en las dimensiones físicas y psíquicas sino también éticas y morales nos podría dar más luces para trabajar los procesos terapéuticos, es decir, que la terapia independientemente de cualquier modelo, no debe olvidarse en modo alguno que el ser humano está completamente mediado por una estructuración moral que se ha gestado en su desarrollo; desde lo cognitivo termina por estar formado en un entramado de

creencias, desde lo humanista de vivencias y desde lo dinámico a partir de su desarrollo de las experiencias tempranas con las relaciones objetales.

Por otro lado, si recurrimos a la posición aristotélica de la ética de la virtud del justo medio, podríamos decir que en la psicología clínica también se da un equilibrio como propósito terapéutico que busca que el individuo en su proceso pueda ver y verse desde un lugar intermedio o percibir un panorama equidistante, no polarizado en su actuar en justa medida tanto consigo mismo como con los que le rodean. Igualmente, tanto en Platón como Aristóteles el concepto de prudencia toma un lugar privilegiado, si miramos la prudencia desde la psicología clínica podríamos decir que es la capacidad para establecer la posibilidad en busca de ese equilibrio sano del placer por medio de un claro discernimiento sobre lo que conviene y lo que no en sus acciones o lecciones para mantener la estabilidad interna y, por ende, armonizar su vida al lado de los demás.

Quizás se esté haciendo más claro que el ejercicio de la psicología clínica es una apuesta ética para el individuo, en la medida que ofrece caminos o estrategias para que el paciente logre el tan anhelado bienestar, lo cual como era evidente en la filosofía helenística, esas características expuestas por el epicureísmo nombradas como constancia y coherencia también obedecen a propósitos de los procesos terapéuticos, pues elegir correctamente el modo de conducirse o actuar desde la estimación propia, deben ir alienados a la deliberación y, por ende, coherencia de los actos que permitan superar el malestar y encontrar así un alivio de los síntomas que se presenten en el paciente.

Si recurrimos a Descartes, cuando este habla de la satisfacción interior, es también uno de los objetivos de la psicoterapia, pues lograr ese tipo de satisfacción no es más que ofrecer al sujeto que acude en búsqueda de ayuda, un terreno sobre el cual disponerse para la vida, es decir, la posibilidad de buscar en sí mismo la tranquilidad para afrontar la vida y encontrarse con esas satisfacciones que constituyen la propia felicidad. En cuanto a Spinoza y su concepto de libertad también podemos ver que el hecho de ocuparse de sí mismo son propósitos últimos de la terapia.

A grandes rasgos toda esa exposición ética se equipara con la psicología clínica que vista desde los presupuestos acá evidenciados, no son más que ese regreso al “conócete a ti mismo” como proceso liberador que conlleva a la capacidad de autonomía y poder de decisión. Ese conocerse a sí mismo se une a la propuesta acá planteada que refiere al cuidado de sí, pues si nos inclináramos por una idea reduccionista, diríamos que la psicología clínica y sus procesos no son

más que la ética del cuidado de sí. Pues la clínica podría asociarse fácilmente al concepto de cuidado, el cual constituye un término fundamental en la ética foucaultiana.

Siguiendo entonces ese camino de la filosofía acá expuesto, se puede ver que los postulados éticos pretendían darnos herramientas del cómo vivir en función de la felicidad por intermediación del conocimiento, descripción que nos acerca a los procesos terapéuticos, pues esto es sólo posible si se hace desde la propia transformación de sí en función del cuidado y conocimiento de sí. La terapia psicológica debe ser entonces esa guía fundamental que realiza el psicólogo como forma de que el sujeto actúe en función de su bienestar. ¿Por qué entonces la teorización sobre la ética de la filosofía parece estar tan distante de las reflexiones hechas en las aulas de la psicología? Este trabajo es una invitación a que los estudiosos de la clínica psicológica se acerquen en buena medida a estos discursos que nos pueden dar luces al respecto del sujeto que recibimos en consulta.

La moralidad, la ética y los ideales del sujeto frente a la imposibilidad de tener un estable bienestar, parecen que también se encuentran estructuradas en los diferentes conflictos o problemas que aquejan al paciente. De esas construcciones se desprende la culpa, el remordimiento, la angustia porque se actúa de tal modo que el sujeto considera malo desde su construcción moral, bajo la creencia que tiene de lo que es lo bueno o lo malo, bajo ese fenómeno inmediato que es la vida en el aquí y el ahora o desde la estructuración que enfrentó el infante en su relación con el otro y consigo mismo.

Foucault como se evidenció en su ética, presta especial atención a la inquietud de sí o cuidado de sí, lo que constituye a esa búsqueda de mirar dentro sí con el fin de intensificar la relación consigo mismo que le establece como sujeto de sus actos, deseos, pasiones, etc. esta postura pretende que nos ocupemos, nos atendamos en esa relación profunda que tenemos con nuestros placeres y así, lograr esa transformación subjetiva que se obtiene igualmente en la terapia. Continuando con esta idea el término ética se refiere, justamente, a ese ejercicio reflexivo de la libertad. De este modo la terapia psicológica también se puede equiparar lo que en palabras de Foucault (1996) denomina a la ética como “elaboración de una forma de relación consigo mismo que permite al individuo constituirse como sujeto de conducta moral”.

La ética del cuidado de sí en este sentido es una ética que pretende que se dé un proceso de subjetivación fundamentado en las prácticas de sí. Las prácticas de sí deben entenderse como el modo por el cual el sujeto trata de transformarse con el fin de acceder a cierto modo de ser desde el ejercicio de la libertad; una libertad que asume el sujeto en el campo social donde está atravesado

por un haz de relaciones de poder que forman estados de dominación, que toman forma a partir de instituciones que se sirven de instrumentos económicos, políticos, militares, pedagógicos, etc. “¿Qué es la ética sino la práctica de la libertad, la práctica reflexiva de la libertad?” (Foucault, 1994, p. 396).

Estos argumentos parecen darnos luces de la comparación acá expuesta, la clínica psicológica o los procesos terapéuticos, aunque incluyen muchos más desarrollos, no es más que una formulación ética que guía al paciente en función de su comportamiento para lograr una transformación sobre sí mismo que le permita estar tranquilo, equilibrado o con el anhelado bienestar que presupone su paso por la terapia. El cuidado de sí es un ideal de vida en el que prima el ejercicio de la libertad individual. Este pensamiento como un discurso ético sobre el cuidado de sí pretende que el ser humano pueda cuidar de sí mismo; lo que al final pertenece a los objetivos trazados en un proceso terapéutico.

Foucault considera como se expuso anteriormente, que el sujeto ético requiere de un trabajo constante sobre sí mismo para escapar a la esclavitud de los deseos y los apetitos. El modo de conducirse debe estar ligado a las relaciones complejas con los otros, ya que la acción de cuidarse de sí mismo se refiere esencialmente a ocuparse también de manera adecuada en las relaciones con los demás, pues la práctica del cuidado de sí debe estar pensada desde el actuar, desde el lugar y la relación que ocupo con respecto al otro. La terapia psicológica no debe eludir el hecho de todo ese entramado de relaciones bajo los cuales está el paciente, por lo que le guía a sentar bases en las cuales su relación con toda la realidad se mantenga dentro de una armonía con los demás.

La ética del cuidado de sí y la psicología clínica son, por decirlo de un modo, el ejercicio reflexivo de la libertad, son ambas posiciones un conjunto de prácticas mediante las cuales el individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el individuo se constituye como sujeto y es consciente de sus acciones, son ambas posiciones que pretenden que el ser humano entre en un proceso creativo de transformación individual como estética de la existencia.

Para lograr esta posición ética o lograr un adecuado proceso terapéutico se debe invitar al sujeto a ocuparse de sí mismo, que el conocimiento y la acción se conecten en la realización de la vida misma; ambos ejercicios pretenden así que el individuo guarde una actitud de respeto a sí mismo con respeto al otro, pues ya que estamos en un juego constante con los demás es muy importante que nuestras acciones estén pensadas siempre bajo nuestro bien y el bien de los demás;

este modo de conducirse implica que el individuo reflexione siempre sobre la forma en que llevará a cabo sus actos.

Creería en este punto que se cumplen los objetivos antes trazados. Pues evidentemente según el rastro obtenido tanto la ética como la psicología tiene ideales que pretenden ofrecer al sujeto el bienestar o la felicidad. Lo que evidencia así mismo, que la psicología clínica es una posición ética que pretende brindar herramientas al sujeto para dirigirse en su actuar en aras de su salud mental; por otro lado, la ética también es un discurso que en su interior ofrece antecedentes de la historia de la psicología en tanto ofrece visiones de diferentes psicólogos que pensaron la conducta.

Como afirma Luis Javier Agudelo:

No es gratuito que ante el desconocimiento e incomprensión de nosotros mismos aparezca la ética como fenómeno de la reflexión, como terapia y como remedio para tratar la infelicidad, la angustia, la depresión, entre otros. Cuando aparece este tipo de síntomas comenzamos a darle importancia a la vida, comenzamos a practicar el *bios ethikós*, pensamos en lo que hemos de hacer y en lo que vamos haciendo de nuestra vida, comenzamos a pensar en nosotros como lo más valioso o lo más importante. Es ahí cuando empezamos a incluir la ética como algo significativo, como parte de nuestra vida, cuando nos damos a la reflexión. (...) como dice Vidal Peña en su Introducción: “La Ética sería eminentemente terapéutica: una verdadera *consolatio philosophiae*.” (Agudelo, 2011 p.355)

5. Conclusiones

Se considera en este punto que mucho se pudo abordar al respecto del problema que gestó la búsqueda de respuestas desde el pregrado de psicología. Si bien se trató de abordar los objetivos inicialmente planteados se puede concluir a grandes rasgos que el discurso o práctica de la psicología clínica contiene implícitamente un discurso ético al modo en que es planteado en la filosofía. Si bien la psicología desde la clínica sólo se ha ocupado de la ética desde su función profesional, pareciese que está dejando de lado reflexiones importantes que serían de mucha ayuda en los procesos terapéuticos.

No podemos eludir el hecho que, al pensar que la psicología clínica es un discurso ético, necesariamente nos invitaría a concebirla, evidentemente, como un tratamiento moral, pero aunque esta afirmación pareciese tener un sentido peyorativo no debería pensarse así; pues conocer de entrada en el paciente su construcción moral y sus ideales éticos daría pie para entrar en su mundo subjetivo y así brindar objetivos terapéuticos claros que no le pongan en conflicto con el entramado de consideraciones a ese respecto.

La psicología clínica entonces es una teorización ética que empuja, por decirlo de un buen modo, al sujeto a que se ocupe, se cuide y transforme su vida y su existencia en función del bienestar y por supuesto de la construcción que tiene de lo que constituye la felicidad misma.

Queda abierta la discusión al respecto y se invita a todos los interesados en la psicología clínica a pensar desde ahora lo importante que es la construcción moral en los sujetos, no fue en vano como Freud construye una ética del psicoanálisis para poder entender al sujeto mismo. En fin, muchas más cuestiones podrían surgir de aquí pero valga este trabajo de grado como antesala para futuras consideraciones.

Referencias

- Agudelo, L. J. (2011) El hombre ético en Spinoza. *Revista Escritos*. 19(43), 351-369.
- Aristóteles. (1985). *Ética nicomáquea*. Editorial Gredos.
- Beck, J. S. (2000). *Terapia Cognitiva*. Conceptos básicos y profundización. Editorial Gedisa.
- Belloch F. A. (2008) Psicología y psicología clínica. *Revista Análisis y Modificación de Conducta*. Vol. 34(154), 67-94.
- Bernstein, A. & Nietzel, M. (1982) *Introducción a la psicología clínica*. Libros McGraw-Hill.
- Bowlby, J. (2009) *El apego y la pérdida. Volumen 1: el apego*. Ediciones Paidós.
- Canguilhem, G. (1998). ¿Qué es la psicología? *Revista Colombiana de Psicología*. 7(1), 7-14.
- Castro, E. (2004) *El vocabulario de Michael Foucault. Un recorrido alfabético por sus temas, conceptos y autores*. Universidad Nacional de Quilmes.
- Coderch, J. (1990). *Teoría y técnica de la psicoterapia psicoanalítica*. Editorial Herder.
- Descartes. (2011) *Obras completas*. Estudio introductorio de Cirilo Flórez Miguel. Editorial Gredos.
- Estrada López, M. S. (2020). La concepción moderna de felicidad en Descartes. *Revista Filosofía UIS*, 19(2), 35-54. <https://bit.ly/3IdsMtt>
- Foucault, M. (1994) *Ética, Estética y Hermenéutica*. Paidós.
- Foucault, M. (1996) *Historia de la sexualidad, El uso de los placeres*, Editorial siglo XXI.
- Foucault, M. (1999) *Historia de la sexualidad, La voluntad de saber*, Editorial siglo XXI.
- Foucault, M. (2019) La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad. *Revista de la Universidad Nacional de Córdoba*. 24(6), 257-280. <https://bit.ly/2FxVQwM>
- Foucault, M. (2001) *Defender la sociedad: curso en el College de France (1575-1976)*. Fondo de Cultura Económica.
- Foucault, M., Morey, M., & Allendesalazar, M. (2015). *Tecnologías del yo y otros textos afines*. Paidós.
- Fraile, G. (1975) *Platón en Historia de la Filosofía I Grecia y Roma*. B.A.C.
- García G. & Ímaz, M. (2007) *Filosofía helenística, éticas y sistemas*. Editorial Síntesis.
- Gondra, J. (2017). La ética como Praxis transformadora en la psicología de la liberación de Ignacio Martín-Baró. *Revista de Historia de la Psicología*. 38(1), 2-10.
- Hernández S. (2014) *Metodología de la Investigación*. Interamericana Editores.
- Jonquera, A., & Arroyo, L. (2006). Fenomenología y psicoterapia humanista-existencial. *Revista de Psicología*, 15(1), 91-106.

-
- Kant, I (2001) *Crítica del discernimiento*. Edición y traducción de Roberto R. Aramayo y Salvador Mas. A Machado Libros S.A
- Kant, I. (2005). *Fundamentación de la metafísica de las costumbres*. Trad. Manuel García Morente. Tecnos.
- Kant, I. (2017) *Reflexiones sobre filosofía moral*. Editorial Titivillus.
- Lopera, Manrique y Ortiz. (2010) *El objeto de la psicología como alma encarnada*. Editorial Universidad de Antioquia.
- Martin-Baró. (2015). Ética en psicología. *Revista Teoría Crítica de la Psicología*. 6(1), 491-531. <https://bit.ly/3jMig2Q>
- Martínez, M. (2008). *Epistemología y metodología cualitativa en las ciencias sociales*. Editorial Trillas.
- Nietzsche, F. (1997). *La genealogía de la moral: un escrito polémico*. Alianza Editorial.
- Onfray, M. (2009). *La escultura de sí: por una moral estética*. Errata Naturae.
- Platón. (1993). *Diálogos*. Panamericana
- Schopenhauer, A. (2005). *El mundo como voluntad y representación*: Editorial Porrúa.
- Spinoza, B. (2001). *Ética demostrada según el orden geométrico*. Alianza Editorial.