

# EDITORIAL

*Pedimos disculpas por el retraso en la publicación de la Revista. Ha habido razones diversas, pero sobre todo, la circunstancia de la renovación de la Junta Directiva de Aespat durante el XIII Congreso de Barcelona que se encontró desbordada por la novedad de esta nueva andadura, llena de proyectos, de la Asociación. En esta entrega, integramos en el número 55 el primero y segundo semestre del año 2006, tratando de compensar en cantidad y calidad los contenidos.*

*Además queremos dar nuevo impulso a la Revista con la búsqueda de nuevas metas tanto en contenidos cuanto en formato con renovadas normas, algunas continuación de las anteriores, aunque con novedades, como los Abstracts, que son una exigencia en cualquier revista de cierta solvencia científica y profesional. Las normas del formato son una exigencia de cualquier revista o publicación. Pueden ser de muchas formas. Nosotros, con las elegidas, hemos procurado las que nos parecen más homologadas, en el presente, de las publicaciones nacionales e internacionales. Son una señal de identidad y vamos a procurar entre todos asumirlas. Ninguna Revista o publicación puede atomizarse con las normas que cada uno pueda traer. Sería un caos.*

*En la Revista, junto a la temática centrada en el A. T., seguimos aceptando gustosamente como "humanistas que no excluyen", otros trabajos de orientaciones diferentes, aunque sea excepcionalmente. Deseamos que nuestra Revista sea, cada vez más, un instrumento adecuado a las necesidades de todos los transaccionalistas.*

*Además de la Revista, Aespat nos sigue ofreciendo su "Página Web Aespat", con toda la información de la Asociación y la "Página Web del A.T.", creada y constantemente renovada y aumentada, en cuanto a información y contenidos, por Felicísimo Valbuena, poniendo generosamente su aporte universitario al servicio de los profesionales y seguidores de Aespat.*

*En este número de la Revista, presentamos en primer lugar la Carta del nuevo Presidente con sus proyectos y directrices. Después ofrecemos la crónica del Congreso de Barcelona, que ha constituido todo un éxito, espléndidamente organizado por la Asociación Catalana de A.T. (ACAT), con los resúmenes de los trabajos presentados en él mismo.*

*Entre los artículos originales ofrecidos, nos encontramos con una gran y rica variedad de contenidos, algunos de los cuales son trabajos presentados en el Congreso de Barcelona. Nos gustaría que todos estos trabajos acabasen publicados en la Revista. Los trabajos seleccionados para ser "repblicados" son, en su totalidad, traducciones del equipo de Felicísimo Valbuena, esmeradamente seleccionadas y preparadas para disfrute de los amantes de la literatura y del A.T.*

*Vamos a potenciar la publicidad de Congresos y de Bibliografía relacionada con el A.T. a través del anuncio de libros y reseñaciones.*

*Queremos que esta nueva andadura de la revista esté marcada por la fidelidad al Análisis Transaccional de Eric Berne en todas sus dimensiones y por un sincero esfuerzo de servicio a todos los profesionales y a cuantos siguen esta línea de pensamiento vitalmente existencial.*

## SUMARIO

PRESENTACIÓN.	
<b>Rafael Sáez Alonso</b> .....	3
CRÓNICA DEL XIII CONGRESO DE BARCELONA.	
<b>Josep Lluís Camino</b> .....	5
ACAT.-XIII CONGRESO ESPAÑOL DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL BARCELONA, 2006. RESÚMENES DE PONENCIAS Y TALLERES. ....	6
ANÁLISIS DE LA PELÍCULA <i>ESENCIA DE MUJER</i> DESDE LOS CUATRO NIVELES DEL A.T.	
<b>Felicitísimo Valbuena de la Fuente</b> .....	17
UNA TEORÍA DE LAS EMOCIONES PARA EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL.	
<b>Josep Lluís Camino Roca y Arantxa Coca Vila</b> .....	22
UNA LECTURA NARRATIVA DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL.	
<b>Lluís Casado Esquiús</b> .....	30
ESTRUCTURA Y DINÁMICA DE LA SUPERVISIÓN.	
<b>Jesús Cuadra Pérez</b> .....	38
IMPLICACIONES NEUROBIOLÓGICAS DEL TRAUMA E IMPLICACIONES PARA LA PSICOTERAPIA.	
<b>Mario Salvador</b> .....	44
EDUCAR EN VALORES DESDE EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL.	
<b>José Antonio San Martín Pérez</b> .....	58
RÁPIDA RECUPERACIÓN DE UNA PARÁLISIS PSICÓGENA DEL BRAZO IZQUIERDO EN EL CONTEXTO DE TRASTORNOS DE ANSIEDAD: INFORME DE UN CASO.	
<b>Juan García Moreno</b> .....	74
ADICCIÓN A LAS COMPRAS.	
<b>M<sup>a</sup> Consuelo Llinares Pellicer</b> .....	81
EN FORMA MEDIANTE ESTRÉS.	
<b>Günter Jursch</b> .....	102
UN EJEMPLO DE COACHING DE EJECUTIVOS.	
<b>Günter Jursch</b> .....	105
UN CONTRATO DE SALIDAS DE EMERGENCIA.	
<b>Günter Jursch</b> .....	107
<b>ARTÍCULOS YA PUBLICADOS</b>	
<hr/>	
EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y LA ACTUACIÓN.	
<b>Arthur Wagner</b> .....	109
NOTAS SOBRE JUEGOS Y EL TEATRO.	
<b>Eric Berne</b> .....	118
<i>HAMLET</i> : LISTA DE VERIFICACIÓN DE SU GUIÓN.	
<b>Warren D. Cheney</b> .....	121
<b>PUBLICIDAD DE CONGRESOS</b>	
<hr/>	
JORNADAS HISPANO EUROPEAS DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL INTEGRANDO LAS DIFERENCIAS PARA COOPERAR. 9 Y 10 MARZO 2007 - MADRID.	
<b>EATA</b> .....	124
INTERNATIONAL CONGRESS OF TRANSACTIONAL ANALYSIS. ERIC BERNE, 1910-2010.	
<b>Francisco Massó Cantarero</b> .....	127
NOVEDADES BIBLIOGRÁFICAS .....	129
NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULOS .....	137

# *Presentación*

En el Congreso Español de Análisis Transaccional, celebrado en Barcelona durante los días 30 de Junio y 1 de Julio, fui elegido Presidente de AESPAT.

Después de mostraros mi agradecimiento, quiero explicaros cuáles son los objetivos que os propongo para los próximos años.

- 1) Ante todo, lograr que una editorial española publique todos los libros de Eric Berne. Creo que es la solución más importante y urgente ante la ausencia de las obras de Berne en las librerías: que el público español e hispanoamericano acceda fácilmente a sus obras. Muchos creemos que es el paso fundamental para “crear” el público interesado en el fundador del Análisis Transaccional. Si logramos ese objetivo, tendrán sentido todos los demás; de lo contrario, un AT transmitido en fotocopias corre el riesgo de convertirse en algo esotérico. Si llegamos a publicar todas las obras de Berne, habremos conseguido adelantarnos a otros países.
- 2) Multiplicar la presencia de los eventos, Jornadas, Congresos y Cursos de AT en los medios de comunicación. De esta manera, facilitaremos que las generaciones más jóvenes se pregunten quién era Eric Berne y descubran así la gran vigencia de su pensamiento para responder a los desafíos de las personas.
- 3) Trabajar para que nos coordinemos mejor los miembros de las diferentes organizaciones de AT en los diversos niveles.
- 4) Potenciar la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista, aplicando todas las normas que rigen en las revistas de prestigio y de calidad científica. Desde aquí animo a las diferentes organizaciones de AT a que publiquen la mayor cantidad de artículos sobre AT. Esperamos que ITAA y EATA ofrezcan las mayores facilidades para que todo el gran legado de tantos estudiosos del AT no se quede únicamente limitado al inglés o al francés como idiomas. En este sentido, las páginas Web pueden ser un medio ilimitado para difundir las aportaciones de los investigadores y profesionales.
- 5) Organizar sin prisas formas de aumentar el número de miembros de AESPAT.
- 6) Preparar los Congresos de Análisis Transaccional de 2008 y 2010. De esta manera, esperamos lograr una mayor conexión con ACAT, ATA, ITAA y EATA. Esperamos que esta conexión contribuya a

aumentar la creatividad y acercar las posiciones a la hora de aplicar las normas.

Creo que estos objetivos son asequibles y no quiero proseguir enumerando más metas, porque no quiero comprometerme a objetivos que caigan en la exageración.

Sólo me queda ponerme a vuestra disposición para negociar los diferentes asuntos que se nos vayan presentando. ¿Cómo vamos a enseñar a comunicar mejor si no empezamos comunicándonos mejor nosotros mismos?

Un abrazo:

**Rafael Sáez Alonso**, Presidente de AESPAT

## XIII CONGRESO DE BARCELONA

### CRÓNICA DEL XIII CONGRESO DE BARCELONA

Los días 30 de Junio, 1 y 2 de Julio tuvo lugar en Barcelona el XIII Congreso Español de A.T., organizado por ACAT, en colaboración con la Coordinadora Española de Análisis Transaccional AESPAT y ATA. El Congreso se ubicó en el edificio histórico de la Universidad de Barcelona, en la plaza Universidad.

El número de asistentes fue aproximadamente de 100, entre los que se encontraban 23 ponentes, repartidos entre las diferentes especialidades, como son las áreas: clínica, social, educativa y organizativa, que contaron a su vez con respectivas mesas de debate, donde se participó de forma activa y creativa, aportando nuevas ideas, que respondían al lema de este Congreso: "De la teoría a la praxis".

Aparte de algunas diferencias que marcan la forma de entender el A.T. en cada una de las organizaciones presentes y que se manifestaron una vez más en este Congreso, las conclusiones de consenso general que se dedujeron fueron las siguientes:

1. Nuevos retos del A.T. de cara al futuro inmediato y remoto;
2. Unión y cooperación entre las asociaciones, a pesar de las pequeñas divergencias;
3. Estudio de la paradoja existente entre el interés general por el A.T. y la poca cantidad de socios con que se cuenta en la actualidad.

La clausura del Congreso se efectuó por el Dr. Claude Steiner, quien también otorgó el premio de su mismo nombre, que este año se concedió a Francisco Massó, por su

extensa labor en la difusión e investigación del A.T. y a la Fundación Vicente Ferrer por su gran aportación humanitaria, dirigida a la consecución de la plena autonomía por aquellas personas a las que presta su asistencia.

Una nota a destacar fue contar en todo momento con la presencia de Terry Berne, hijo del fundador del A.T., actualmente residente en Madrid, quien además de contar-nos algunas anécdotas de su padre, que desconocíamos, nos alentó a continuar con nuestra labor de mantenimiento y expansión de esta línea psicológica de tanta trascendencia.

Una gran parte de los participantes en el Congreso asistieron a la cena de clausura que se realizó en el Real Club de Polo de Barcelona.

Previo al inicio del Congreso se realizó un Curso 101, según es ya tradición en estos eventos, y posteriormente al mismo tuvo lugar un taller de trabajo realizado por Claude Steiner, con el título de "Alfabetización Emocional".

Pensamos que el Congreso ha sido una clara manifestación, por parte de todos los participantes, de una muy buena integración de los tres estados del Yo, en cuanto a normativa, comunicación y actitud lúdica.

Nos resta dar las gracias a todos por vuestra presencia y colaboración, lo que ha hecho posible la realización de este XIII Congreso. Esperamos con ilusión el próximo.

**Josep Lluís Camino,**  
Presidente de ACAT.

# ACAT.-XIII CONGRESO ESPAÑOL DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL BARCELONA 2006 RESÚMENES DE PONENCIAS Y TALLERES

PONENCIA (55'):

**TÍTULO: LA COOPERACIÓN INCLUSIVA,  
EL A.T. Y LAS INICIATIVAS DE COMUNIDADES  
DE APRENDIZAJE  
PONENTE: J.M. Ferran Torrent**

## INTRODUCCIÓN

A partir de nuestra experiencia profesional docente de 25 años y 20 años de investigación psicopedagógica de cara a tres iniciativas de comunidades de aprendizaje comarcales.

## CONTENIDOS

La cooperación inclusiva, el A.T. y las iniciativas de comunidades de aprendizaje.

Los puntos clave en el sistema educativo para el estudio, análisis y decisiones de ayuda:

La formación permanente de los miembros de la comunidad de aprendizaje.

El papel y el enfoque de los servicios externos a los centros educativos

EL manejo de los recursos psicológicos en educación

Las aplicaciones en la selección del personal docente

## OBJETIVOS

1.-El A.T y su implicación en la formación permanente del profesorado y de las familias.

2.-El A.T. en el asesoramiento y en la orientación psicopedagógica en el EAP: el reto de la identificación de los juegos a que juegan las familias del alumnado.

3.-La gestión de los juegos de poder, de los juegos psicológicos y de los mecanismos de defensa manifiestos en las familias y en el profesorado.

4.-Las creencias y los juegos psicológicos del profesorado frente las pruebas selectivas del personal docente.

## CONCLUSIONES

De cara el futuro: El A.T. dentro de las universidades y en las organizaciones de cooperación internacional, ONG y en la UNESCO.

PONENCIA (55'):

**TÍTULO: EL LIDERAZGO EN EL CONTEXTO  
TECNOLÓGICO DE PRINCIPIOS DEL SIGLO XXI  
PONENTE: Dr. Antonio Ares Parra**

**En los años 60, cuando Eric BERNE exponía sus teorías y cuidaba de sus pacientes, no existía el teléfono móvil, ni se enviaban correos electrónicos, ni se consultaba Internet; pero la comunicación, interpersonal, grupal y social, cara a cara o con tecnología más rudimentaria que la actual, sí existía y llamó poderosamente la atención de Eric BERNE.**

El modelo teórico del Análisis Transaccional (A.T.), del que BERNE fue iniciador, se ha interesado, desde sus inicios, en estudiar el Liderazgo y la Comunicación en las Organizaciones.

**En esta comunicación vamos a considerar cómo el modelo del A.T. puede aplicarse al momento actual, en que los líderes experimentan nuevos escenarios para realizar su tarea: teletrabajo, comunicaciones a través del correo electrónico y del teléfono móvil, dispersión geográfica, obligación de ir trabajando mientras se viaja, necesidad de estar informado "en tiempo real", búsqueda de información a través de la Red de Internet, etc.**



**TALLER (110'):**  
**TÍTULO: ESTRUCTURA Y DINÁMICA**  
**DE LA SUPERVISIÓN**  
**PONENTE: Jesús Cuadra Pérez**

## INTRODUCCIÓN

Las actividades profesionales basadas en la relación interpersonal, como lo es la psicoterapia, la educación, la orientación o el coaching requieren un entrenamiento que comprende varios ámbitos.

Uno de ellos es el aprendizaje de los conocimientos técnicos pertinentes según cual sea el campo de la actividad profesional de que se trate y la orientación científica y técnica específica a la cual el profesional se adhiere para enfocar su trabajo.

Otro es la práctica de esa actividad profesional de una manera protegida y segura tanto para el profesional como para sus clientes, de modo que se desarrolle la eficacia del profesional y se salvaguarde el bienestar del cliente.

Un tercer aspecto básico del entrenamiento es el auto conocimiento y resolución de los conflictos y limitaciones internos que dificultan la eficiencia personal del profesional.

En estos últimos ámbitos son en los que la supervisión profesional desempeña su función primordial, junto con el desarrollo personal o la terapia del profesional.

Desde esta perspectiva se propone este taller inicial de SUPERVISIÓN con el fin de presentar la panorámica de su ESTRUCTURA Y DINÁMICA que permita tomar decisiones informadas de inicio o continuidad en este pilar básico del entrenamiento profesional en general y del Analista Transaccional en particular que es la supervisión.

## OBJETIVOS

- 1) Conocer el esquema general del contenido y el proceso de la supervisión.
- 2) Conocer el papel que juega la supervisión en el entrenamiento profesional

en general y en análisis transaccional en particular.

- 3) Hacer un proyecto personal informado de supervisión de la actividad profesional.
- 4) Recibir y ofrecer supervisión puntual profesional.

**TALLER (90'):**  
**TÍTULO: LAS HISTORIAS DE LA VIDA COTIDIANA**  
**PONENTE: Luis Casado i Esquiús**

Partiendo de una lectura narrativa del AT en el taller se presentaran las posibilidades que tenemos las personas para facilitar nuestro crecimiento en la vida cotidiana. La manera en que nos explicamos (y explicamos) nuestra vida es la construcción de historias de vida que ordenan y dan sentido a lo que nos sucede. Comprender esas historias y reescribirlas para crecer es un proceso presente en la mayoría de personas, aunque desaprovechamos muchas oportunidades para ello.

El taller presenta diversas vías para ampliar nuestra capacidad para crecer a partir de la vida cotidiana, utilizando las historias de vida como instrumento de cambio.

**TALLER (90'):**  
**TÍTULO: ¿CÓMO EVALUAR EN LA EDUCACIÓN**  
**INFANTIL Y EN LA EDUCACIÓN OBLIGATORIA PARA**  
**UNA ESCUELA INCLUSIVA CON LA AYUDA DEL A.T.?**  
**PONENTE: J.M. Ferran**

**Breve introducción al marco teórico:**  
**¿Como evaluar?**

**La evaluación y la escuela inclusiva**  
**La ayuda del A.T.**

**La evaluación por instrumentos**

**Las pruebas de la conservación Piagetana de la cantidad, de la longitud y de la superficie, su relación con el juego Escacs Digital y las implicaciones curriculares.**

**Los Instrumentos desde la personalidad directiva i de la capacidad analítica.**

**Ethos: el por qué?**

**Tecnos: el como?**

**Pathos: la satisfacción de la curiosidad.**

*Una serie de 10 ejercicios para la participación interactiva en el taller*

## CONCLUSIONES

**La construcción cognitiva desde la autonomía directiva y de las capacidades analíticas del sujeto de la educación.**

La identificación de referentes en el pensamiento, la gestión de sus emociones y la construcción de la conciencia educativa en los sujetos en la educación.

De interés educativo para maestros/as de educación infantil, de educación primaria y de educación secundaria obligatoria.

## PONENCIA (55'):

**TÍTULO: UNA LECTURA NARRATIVA DEL A.T.**

**PONENTE: Luis Casado i Esquius**

El AT presenta serias dificultades de adscripción paradigmática. Berne no puede ocultar las influencias recibidas del Psicoanálisis, Teoría Sistémica y Conductismo, todo ello filtrado a través del ambiente humanista en el que creció el AT. A partir de mitad de los años 90 del siglo XX surge en la comunidad transaccional un movimiento en clave constructivista especialmente en cuanto a la teoría del guión que culmina en la posible lectura de todo el modelo transaccional en la lectura narrativa que se presenta en esta ponencia.

Esta lectura narrativa presenta tres aportes importantes al AT: es coherente e integrable con el modelo clásico, facilita una mayor coherencia interna de los distintos constructos transaccionales, y significa una actualización más adaptada a la sociedad actual con lo que aumenta su receptividad social.

La ponencia se complementa con el taller "las historias de la vida cotidiana.

## PONENCIA (55'):

**TÍTULO: PROYECTO DE FORMACIÓN SOBRE CONVIVENCIA EN UN CRA**

**(COLEGIOS RURALES AGRUPADOS)**

**PONENTE: Blanca Robles Pellejero**

## PLANTEAN LOS PROFESORES

El claustro ha decidido trabajar el tema de la convivencia y convertirlo , además, en el eje de la vida del centro este curso. el proyecto de formación ...*Procedimientos para que las reuniones sean fructíferas y animen o permitan la participación de todos.*

## PROPONGO COMO ANALISTA TRANSACCIONAL

## OBJETIVOS

**Dotar al profesorado de herramientas útiles para comprender el conflicto en el desarrollo de su tarea docente.**

## CONTENIDOS

- Estructurar el grupo: los contratos y su aplicación al trabajo docente.
- La autoridad del docente. La personalidad.
- Las emociones básicas y su gestión.
- Elementos del conflicto. Los malos roles en la comunicación los juegos psicológicos.
- Actuación ante los conflictos: conocer mi dinámica interna. La escucha activa.
- La negociación-La mediación: sus condiciones. El desarrollo del proceso de mediación.

**METODOLOGÍA** de presentación. Una vez expuesta la experiencia. Plantearé casos prácticos de cómo abordar algunos de los contenidos.



**PONENCIA (55'):****TÍTULO: EL NIÑO DE CREA Y CURA****PONENTE: Carmen Valencia Lucas**

La propuesta del AT resulta un instrumento estructurados, fluido y dinámico, tanto para enriquecer como para enriquecernos. Por eso, dentro de esta consideración, cualquier disciplina, encaminamiento, quehacer relacionado con un planteamiento humanista puede resultar una aportación a aquello que a uno mismo "tanto de aporte".

Así es que le individuo realiza siempre transacciones entre los diferentes estados del yo; y crece, evoluciona, se construye observando de dónde pudieron partir su niño, su adulto, su padre; hacua dónde van; en qué momento de su particular movimiento están.

El niño podría ser considerado algo así como "la dinamo", el motor del que se van nutriendo el resto de los estados. Un elemento móvil en cuya creatividad el resto de estados pueden apoyarse para encontrar nuevos caminos, caminos "que curen" del dolor existencial; claro está: acariciándole, mimándole, dándole indicaciones, poniéndole limitaciones, ofreciéndole alternativas si es necesario... y dejándole vivir.

**TALLER (110'):****TÍTULO: LAS RELACIONES Y LA MEJORA****DE LA CONVIVENCIA EN LOS CENTROS EDUCATIVOS****A PARTIR DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL****PONENTE: Josefina Masip Tarragó****BREVE INTRODUCCIÓN  
AL MARCO TEÓRICO:**

Delante de los descubrimientos que vamos realizando desde los inicios de la vida esta el yo y el no-yo. La experiencia que adquirimos de la realidad fruto de las sensaciones, emociones, respuestas a nuestras demandas y necesidades hace que se establezca una frontera que separa el dentro del fuera.

Esta visión a veces puede verse distorsionada, errónea o incompleta. Pero la clave de todo ello esta en el tipo de relación que establecemos.

Relacionarse es establecer conexión, unión, referencia entre dos partes.

Si yo con la otra parte vivo como ser desconectado, separado, es fácil que se siente indiferente con el otro o incluso enemigo Así que la calidad de las relaciones depende de si vivimos en conciencia de separación y exclusión o de inclusión .

Esta conciencia se va adquiriendo y permanece en nuestro interior como prejuicios, mensajes parentales o impulsores desde el Análisis Transaccional, que marcaran nuestras relaciones futuras .

**ACTIVIDADES PARA DESARROLLAR  
EL TALLER:**

El taller intentará partir de vivencias propias inmediatas, fruto de los ejercicios y actividades propuestas y también de vivencias y experiencias pasadas que quieran aportar los talleristas al respeto.

Se intentará conocer y profundizar respecto a los siguientes puntos:

- Trabajar la formación del grupo.
- Como mejorar la cohesión del grupo.
- Trabajar ejercicios con mensajes impulsores y ver, como estos, pueden afectar al tipo de relaciones que establecemos.
- Experiencias de inclusión y exclusión o rechazo.
- Formas de gestionar estos rechazos sin dañarnos a nosotros mismos y a los demás.

**PONENCIA (55'):****TÍTULO: ANÁLISIS DEL GUIÓN****DEL SISTEMA EDUCATIVO****PONENTE: Carlos Vállez Ruiz**

Currículo: profesor de educación secundaria desde 1996. Miembro de la ACAT

desde 2001? Ha realizado varios cursos de Análisis Transaccional y tiene dos perritos y una gata (cuando no sabe qué hacer piensa en qué harían ellos...).

La ponencia presentará la problemática actual del mundo educativo analizando transacciones padres-alumnos así como la evolución del Sistema Educativo y el análisis de su guión. Todo se envolverá dentro de una atmósfera de crítica constructiva en la que se propondrán posibles soluciones y diferentes puntos de vista.

Se tratarán los siguientes puntos:

- Objetivos del Sistema Educativo.
- Los Padres dentro del Sistema Educativo.
- La formación del personal docente.
- Las materias.
- Enseñar a aprender.
- La evaluación y las "notas".
- Los espacios.
- Los impulsores.

### **PONENCIA (55'):**

**TÍTULO: APROXIMACIONES A LA PSICOTERAPIA  
INFANTIL EN GRUPO**

**PONENTE: Arantxa Coca Vila**

La Psicoterapia infantil en grupo (P.I.G.) tiene una extensa literatura en la escuela psicoanalista, en cambio su proyección en la línea humanista ha sido escasa y reducida a experiencias concretas en el campo sobre todo de la Gestalt.

Al respecto, en esta ponencia se abordarán las siguientes cuestiones:

- Diferencias entre los objetivos que busca el grupo de trabajo "psicoanalista" y el grupo de trabajo "humanista", concretando los objetivos en la psicoterapia grupal transaccionalista.
- Criterios para decidir la formación de un grupo de trabajo infantil.
- Condiciones de los niños para formar parte de un grupo: edad, diagnóstico, estructura de la personalidad, trabajo previo realizado.

- Características del setting en el trabajo grupal.
- Juegos psicológicos más usuales en la vida en grupo.
- Técnicas y actividades más propicias en el trabajo en grupo.
- Rol del psicoterapeuta durante la vida del grupo.

### **PONENCIA (55'):**

**TÍTULO: EDUCACIÓN EMOCIONAL DIRIGIDA  
HACIA OBJETIVOS  
PONENTE: Lic. Elisa Lion**

**Cuando hablamos de Educación Emocional nos referimos a la posibilidad que tenemos los humanos de re-aprender hábitos y conductas que nos permitan lograr otros resultados y ser lo que queremos ser**

La primera fórmula a trabajar en nuestro día a día es *valorar la vida*.

Valorar implica *sentir* que vale la pena estar vivo, no importa lo que podría pasar o lo que me gustaría que pase que no pasa. Lo valorable, trascendente y significativo es lo que está pasando hoy, Aquí y Ahora.

La segunda fórmula es: *la aceptación de sí mismo*.

Aprender a aceptar los aspectos internos que rechazamos de nosotros mismos. Para esto es necesario dejar de enojarse, reprocharse y pelearse con uno mismo, dado que todo lo que cada uno es, fue sumando para lo mucho o poco que logró, reflexionando, además, que aunque no sea el ideal, es mejor que no haber logrado nada. Y desde ya que la vida es un logro.

La tercera fórmula es: *ser responsables de que cambiar depende de ustedes*.

**Cada persona sólo es responsable de sí misma y de lo que desea para ella. No puede ni debe depender de nadie para ser lo que quiere ser en esta vida. No**

**puede ni debe querer que los demás cambien acorde a lo que ella necesita o quiere.**

Cada uno, en la medida en que se lo proponga, puede y debe trabajar para su propio desarrollo sin echar culpas a los otros, ni reprochar acerca de lo que recibió o no y le hubiera gustado recibir.

Para hacer una semejanza entre la Educación Emocional y el crecimiento, podemos pensar en un bebé cuando aprende a caminar.

En la primera etapa tiene mucha inseguridad; luego continúan las caídas y los golpes, hasta que llega el momento en el que se para sobre sus pies firmes y se larga a caminar.

Lo mismo va sucediendo con nuestra Educación Emocional: en la primera etapa de nuestras experiencias nos equivocamos y a medida que pasa el tiempo aprendemos a cambiar nuestros hábitos y conductas, para dirigirlos hacia la meta que deseamos.

De esto trata el sistema EDUCACION EMOCIONAL: re-aprender conductas y hábitos para dirigirlos y alinearlos con nuestros objetivos; para comprometernos a vivir siendo lo que somos con otros y no sobre los otros.

### **PONENCIA (55'):**

**TÍTULO: UNA TEORÍA DE LAS EMOCIONES PARA EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL**

**PONENTES: José Luis Camino Roca y Arantxa Coca Vila**

Esta ponencia constará de dos partes: en la primera, se reflexionará sobre la forma que el Análisis Transaccional entiende el ser humano partiendo de las bases filosóficas de la Fenomenología. Así, el A.T. diseña un modelo antropológico donde el individuo adquiere una condición de sujeto observador del mundo y de sí mismo con la intención de captar su propia esencia a través de una intuición de tipo emocional. Esta intuición emocional, en el caso de la búsqueda

de la esencia de uno mismo, se convertirá en la decisión emocional que el individuo hará sobre su persona.

En la segunda, se analizará las características del primer Estado del Yo que se manifiesta en el ser humano, el Estado del Yo Niño: su desarrollo interno dentro de la evolutiva del bebé, la naturaleza innata de las emociones y su condicionamiento educativo posterior. Se expondrá cómo las decisiones emocionales que realiza el ser humano a lo largo de su vida son de naturaleza fenomenológica y cómo éste concepto determina parte de los objetivos de la psicoterapia transaccional.

### **TALLER (230'):**

**TÍTULO: RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS DESDE EL NIÑO**

**PONENTE: Franciso Massó Cantanero**

Mostraremos la eficacia del lenguaje analógico como instrumento de comunicación con el Niño y aún de resolución de problemas.

También la significación constructivista del cuento, primero como trasacción del Adulto, válida para bloquear al padre y cautivar la atención del Niño y también como narración del argumento de vida personal.

### **PONENCIA (55'):**

**TÍTULO: LOS COMPONENTES DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS: INVESTIGACIÓN**

**Y PAUTAS DE INTERVENCIÓN**

**PONENTE: Jose Luis Martorell**

Se tratará la naturaleza y descripción de los componentes de los Juegos Psicológicos no directamente contemplados por la teoría clásica.

Se discutirán datos procedentes de la investigación y pautas para la intervención clínica desde el primer momento de la terapia.

### TALLER (110):

TÍTULO: **EL GUIÓN TRANSGENERACIONAL**

PONENTE: **George Escribano**

La familia es el vehículo de la historia; cada generación transporta en el espacio y el tiempo sus valijas de mandatos, permisos, programas en función de sus experiencias de sufrimientos y alegrías. Así nuestro guión se constituye en el cruce de las vivencias de nuestros antepasados y las nuestras personales. En este taller veremos las bases teóricas de la Psicoterapia del Guión Transgeneracional.

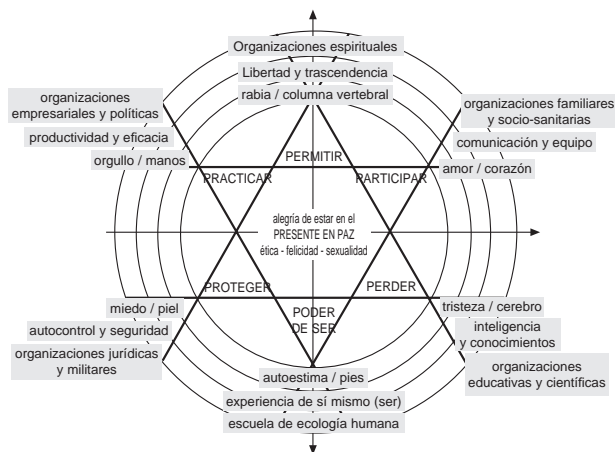
A través de un ejercicio práctico los participantes tendrán la oportunidad de experimentar algunos elementos de este modelo.

### PONENCIA (55'):

TÍTULO: **MODELO CULTURAL ECOLÓGICO DE LOS 7 PODERES (MCE-7P)**

PONENTE: **Juan Antonio Saavedra**

Metodología de la Escuela de Ecología Humana en Canarias



La Ecología Humana ofrece una tecnología educativa para **pasar de la Cultura del Yo**, centrada en hacer y tener, **a la Cultura del Ser Humano** que vive y convive en armonía consigo, con los otros y con la naturaleza. Al aplicar esa tecnología hemos ido creando este Modelo Cultural Ecológico de

las 7P, que contiene y resume las claves del éxito para realizarnos como seres humanos en cualquier área de nuestra vida, a nivel individual, grupal y organizativo. Los dos triángulos centrales están al servicio de la alegría de realizarnos como seres humanos estando en el presente. El de base inferior nos ayuda a sobre-vivir y disfrutar lo que tenemos, protegiéndonos de peligros, perdiendo lo que ya pasó y permitiéndonos crecer sin injusticias ni abusos de poder. El de base superior invita a crecer en super-vivir y disfrutar de lo que hacemos, mejorando continuamente la satisfacción de nuestras necesidades individuales y colectivas, desde una autoestima que es otroestima y desde un egoísmo que es altruismo.

La P que sirve de base a todas es la del **Poder de Ser lo que uno es**. Es la P que potencia y alimenta las otras claves o poderes que necesitamos desarrollar y aplicar. Es la P de experimentar lo que uno es y **sentir amor hacia sí mismo**, permitiendo enamorarnos de nosotros mismos por lo que somos y descubrir una fuente infinita de energía interior, continuamente actualizada, que luego nos lleva a amar de verdad a alguien o algo de fuera, ya que no podemos dar amor si no lo experimentamos dentro de nosotros. Es la P de tener los **pies en la tierra**, de nuestras raíces, de nuestro equilibrio entre la rigidez prepotente y la adaptación conformista a los moldes impuestos desde fuera. Es la P que nos descubre ese lugar de control interno, que nos da la independencia necesaria para evitar los círculos viciosos de los malos rollos en las relaciones con los demás en la interdependencia con lo externo. Es la P que prioriza y pone en el centro **la autoestima**, la experiencia intrapersonal de querernos tal como somos y que impide entrar en las rivalidades o competitividades aprendidas derivadas de creer que el poder es algo que se tiene. Es el fin principal de la Escuela de Ecología Humana y su tecnología educativa.

La segunda P es la de **Proteger de los peligros que nos amenazan o hacen daño a la vida**. Es la P que potencia nuestros lími-

tes adecuados en los intercambios con nuestro entorno, defendiéndonos ante peligros, descalificaciones, supresiones, elementos patógenos y ladrones de nuestras propias fuentes de poder. Es la P de la **piel**, que representa la protección física y la necesidad de encontrar una vierta seguridad en nuestros intercambios, evitando los caballos de Troya y las invasiones de nuestras fronteras externas e internas. Es la P que nos hace sentir **miedo** ante peligros reales para no dejarnos manipular con amenazas, engaños y prejuicios. Es la P que prioriza y pone en el centro **el autocontrol y la seguridad para evitar todo lo que no conviene**, aunque nos guste o parezca que viene programado desde el pasado o impuesto desde fuera. Es el fin principal de las organizaciones jurídicas, policiales y militares.

La tercera P es la de **Perder teniendo lo que uno tiene**. Es la P que potencia nuestras capacidades, nuestro poder de tener lo que tenemos con placer y sin dependencia. Es la P del **cerebro y la cabeza**, que sabe dar o perder sin falsos altruismos y sin pretender controlar o retener lo que no depende de nosotros. Es la P que nos hace sentir **tristeza** ante cualquier pérdida de lo que ya no podemos cuidar o disfrutar, para aceptar que nada es seguro y que todo lo que tiene masa en nuestro territorio material va a desaparecer en algún momento del tiempo lineal. Es la P que prioriza y pone en el centro **la inteligencia y los conocimientos actualizados** que permiten cuidar y mejorar lo que tenemos para aumentar nuestro placer cotidiano. Es el fin principal de las organizaciones educativas y científicas.

La cuarta P es la de **Practicar haciendo lo que uno hace**. Es la P que potencia nuestras habilidades, nuestro poder de hacer lo que hacemos con satisfacción y efectividad. Es la P que nos hace sentir **orgullo** de aprender de nuestros aciertos y errores, aprobados y suspensos, éxitos y fracasos. Es la P de las **manos**, que enriquecen nuestras habilidades a través de los intercambios de recursos con nuestro entorno. Es la P que nos libera de esa cárcel de la

aprobación externa y los resultados a lograr, en la que estamos encerrados durante los años de nuestra educación académica, para sentir el gusto de estar mejorando en cualquier momento del proceso de aprendizaje continuo que es la vida y no limitarnos a disfrutar sólo de los productos o éxitos logrados. Es la P que prioriza y pone en el centro **la productividad y el aprendizaje continuo de acciones efectivas** que mejoren nuestro abastecimiento y calidad de vida. Es el fin principal de las organizaciones económicas, laborales y políticas.

La quinta P es la de **Participar en relaciones donde se puedan armonizar las diferencias con las coincidencias de metas y reglas de juego**. Es la P que potencia el amor entre las personas, el que nos permite sentir las emociones inteligentes y descubrir las ideas adecuadas para disfrutar del arte de estar de acuerdo en que podemos estar en desacuerdo, sin violencia ni abusos de poder. Es la P de la **razón del co-razón**, que es el **amor al otro como ser humano** y que nos hace descubrir que el auténtico egoísmo es también altruista. Es la P que nos permite disfrutar en nuestras relaciones de la honestidad, la libertad y la equidad. Es la P que prioriza y pone en el centro **la comunicación y el trabajo en equipo**, el nosotros, el éxito colectivo, la convivencia desde la paradoja de sentirnos holones, diferentes e iguales al mismo tiempo como seres humanos. Es el fin principal de la familia, las ONG y las organizaciones socio-sanitarias.

La sexta P es la de **Permitir hacer camino al andar desde la libertad de experimentar nuestra diferencia como seres humanos únicos**. Es la P que potencia nuestra creatividad, aprovechando los intercambios para innovar y crear nuevas soluciones a los problemas no resueltos. Es la P de la **columna vertebral**, la que nos hace mantenernos rectos y mantener nuestra dignidad sin someternos ante injusticias o moldes impuestos desde engaños y mentiras. Es la P que nos permite volar con nuestras propias alas y sentir auténtica **rabia** ante las



injusticias o manipulaciones, que pretenden limitarnos a ser un número más en cualquier colectivo manejado por minorías o líderes psicopáticos y antihumanos. Es la P que prioriza y pone en el centro **la autorrealización y la libertad** para transgredir, trascender y transformar cualquier situación que no esté al servicio de la vida y de los seres humanos. Es el fin principal de las organizaciones espirituales y religiosas.

Por último está la P de la **Presencia, de Estar en el Presente, haciendo nada y dejando que pase lo que está pasando en cada momento**. Es la P que potencia el gusto de estar donde uno está, confrontando la realidad sin conformismos ni rebeldías mediocres, y poniendo toda nuestra energía en crear contexto cada día más humanos y al servicio de los seres humanos. Es la P de la **pasión de la zona genital**, la que nos indica la manera de satisfacer de forma equilibrada y sin adicciones o deseos absurdos nuestras necesidades y hambres básicas. Es la P que nos hace felices al descubrir que nuestra única meta en la vida es sentir la **alegría** de estar en el presente y no engañarnos esperando metas que nunca llegan pero que suponemos que nos harán felices. Es la P que prioriza y pone en el centro **la felicidad y la ética**, el estar en paz, el hacer nada, el confrontar cada realidad presente para transformarla y mejorarla usando todos nuestros poderes. Es el fin principal en que deben coincidir todas las organizaciones que creamos y mantenemos los seres humanos.

Estas son las 7P que usamos en la Escuela de Ecología Humana para encuadrar nuestros entrenamientos y experiencias educativas. Son las reglas de juego que aplicamos continuamente en nuestra metodología para lograr el fin de la educación: **crear contextos donde cada uno pueda llegar a ser lo que realmente es como ser humano**. Es urgente cambiar la imagen del educando como un papel en blanco, que tiene que copiar y repetir lo que se le transmite, por la imagen de la semilla que cada uno es y que tiende a convertirse en el árbol de su autorrealización como ser humano. Cada

vez somos más, sobre todo con las nuevas tecnologías, los educadores y educandos que disfrutamos de coincidir en **aprender a ser lo que somos**, sin que nadie se limite a aburrir y aburrirse enseñando. Ese es el fin del Modelo Cultural Ecológico 7P (MCE-7P), de la mente colectiva que proponemos y que resume los poderes, las emociones y los valores más adecuados para lograrlo.

### PONENCIA (55'):

TÍTULO: **EL MODELO CONFLICT MENTORING**  
EN CLAVE DE **A.T.**  
PONENTE: **Tino Prat**

Modelo basado en un mapa en el que se puede visualizar cual es la dinámica del conflicto y permite verificar cuál es la posición de las partes, evidenciando la corresponsabilidad de las partes implicadas del conflicto, lo que supone un gran avance para la toma de conciencia de que "si soy generador de un conflicto, mucho puedo hacer para mejorarlo".

### PONENCIA (110'):

TÍTULO: **EL IMPACTO NEUROFISIOLÓGICO**  
DEL TRAUMA Y SU TRATAMIENTO  
PONENTE: **Mario Salvador Fernández**

El trauma es el resultado de la exposición a una experiencia estresante inevitable que sobrepasa los mecanismos de afrontamiento de la persona y es vivida como amenazadora para la integridad física o psicológica. Ya sea que el trauma sea debido a un hecho puntual (Trauma Simple) o debido a la crianza en un ambiente de negligencia y abandono por parte de las figuras cuidadoras significativas de la persona (Trauma acumulativo), la experiencia queda fijada como una gestalt incompleta y permanece almacenada en tanto en el aparato psíquico como en el sistema neurobiológico como un recuerdo implícito (recuerdos fragmentados



intrusivos –flashbaks– en la psique de la persona que actúan como memorias vivas –somatosensoriales– que pueden experimentarse en cualquiera de sus componentes: sensaciones somáticas, imágenes, emociones y cogniciones dolorosas).

En el tratamiento del trauma psicológico será importante atender primordialmente los fenómenos de autorregulación afectiva como un primer paso para el aprendizaje de la autorregulación afectiva previo al tratamiento de los recuerdos traumáticos y la reorientación de la persona en su circunstancia de vida actual.

Es esencial conocer los aspectos neurofisiológicos implicados en la experiencia traumática y las implicaciones para la psicoterapia así como la existencia de fenómenos disociativos y su evaluación.

### **TALLER (90'):**

**TÍTULO: EL EGOGRAMA COMO HERRAMIENTA DE AUTOCONOCIMIENTO DEL PROPIO ESTILO DE LIDERAZGO**

**PONENTE: Josep M<sup>a</sup> Camps i Barnet**

## **PRESENTACIÓN Y ECUADRE**

En primer lugar, realizo mi presentación y la de los ejercicios a desarrollar en el taller como un conjunto de ejercicios que realizo normalmente en los cursos sobre liderazgo en su fase inicial. Explicaré los objetivos buscados y la mecánica de desarrollo.

- 1.<sup>er</sup> ejercicio: ¿QUÉ PIENSAS, QUÉ SIENTES, CÓMO ACTUARÍAS...?
- 2.<sup>o</sup> ejercicio: CONFECCIÓN DEL EGOGRAMA A TRAVÉS DE UN CUESTIONARIO.
- 3.<sup>er</sup> ejercicio: CONSTRUCCIÓN DE LA IMAGEN SOCIAL.
- 4.<sup>o</sup> ejercicio: CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL “IDEAL” DEL LÍDER.

Remarco la necesidad de compromisos de aceptación y de respeto sobre todo en la fase donde se realiza la IMAGEN SOCIAL.

## **2. PREPARACIÓN DEL GRUPO**

La totalidad del grupo participará en el 1.<sup>er</sup> ejercicio.

La totalidad del grupo participará en el 2.<sup>o</sup> ejercicio.

6-8 voluntarios/as serán los receptores en el 3.<sup>er</sup> ejercicio. El resto serán observadores –emisores (Si el grupo resultara ser de 12-15 personas máximo se puede plantear que todo el mundo sea emisor y receptor). La totalidad del grupo participará en el 4.<sup>o</sup> ejercicio.

## **3. DESARROLLO DE LOS EJERCICIOS**

**1.<sup>er</sup> ejercicio:** Se parte del planteamiento de una situación a los asistentes, donde tendrán que responder oralmente a tres preguntas:

1. ¿Qué pensarías delante de esta situación?
2. ¿Qué sentirías delante de esta situación?
3. ¿Qué harías delante de esta situación?

Se da la consigna a los observadores –emisores que (bajo unas pautas de observación) se fijen en qué dicen los emisores y en cómo lo dicen.

El conjunto de respuestas que dan las identificaremos y situaremos en el P-A-N.

**2.<sup>o</sup> ejercicio:** los asistentes responden y auto-corrigen un cuestionario Egograma. A partir de aquí, cada uno obtiene un gráfico con 7 estilos de comportamiento.

**3.<sup>er</sup> ejercicio:** los observadores –emisores tienen que manifestar por escrito y de forma anónima, bajo unas pautas muy concretas, cómo ven a los receptores según esos mismos 7 estilos de comportamiento. Los receptores pueden construir un segundo gráfico (¿cómo me ven?).

**4.<sup>o</sup> ejercicio:** se construye entre todos el perfil “ideal” del líder, siguiendo las mismas instrucciones que el ejercicio anterior. Se puede construir un tercer gráfico.

Finalmente, bajo unas preguntas orientativas que dictaré, cada uno tiene que hacer

un análisis comparativo y sacar las propias conclusiones.

### **PONENCIA (110'):**

**TÍTULO: LA TERAPIA DE PROCESO**

**DE COMUNICACIÓN DE TAIBI KAHLER**

**PONENTE: Mario Salvador Fernández**

La competencia del Psicoterapeuta se fundamenta tanto en la especialización como en su aptitud para comunicarse y conectar eficazmente con el paciente. El MODELO DE TERAPIA DE PROCESO DE LA COMUNICACIÓN® (PTM®- Process Therapy Model) es una herramienta para sintonizar la comunicación y para comprender la personalidad que ha sido desarrollada al inicio de los años 1970 por el Dr. Taibi KAHLER, Ph. D. ([www.kahlercom.com](http://www.kahlercom.com)). El PTM® tiene numerosas aplicaciones: proporciona un diagnóstico claro y sencillo, ofrece una guía para el plan de tratamiento, los asuntos terapéuticos a abordar en cada paciente y la manera de entrar y funcionar en su sistema desadaptativo.

Este modelo recibió el premio científico Eric BERNE en 1975 por parte de la ITAA (Internacional Transactional Analysis Association) y se usó asimismo en el mundo de la empresa por la NASA para el reclutamiento de sus astronautas, y por Bill CLINTON para elaborar sus intervenciones.

EL MODELO DE TERAPIA DEL PROCESO DE COMUNICACIÓN®, constituye un recurso esencial para todos los psicoterapeutas que desean comprender y manejar su propia dinámica de personalidad para actuar recíprocamente de manera eficaz en sus relaciones profesionales y personales.

I PTM® es una herramienta para la comunicación y la comprensión de la personalidad. Se fundamenta en dos principios esenciales:

\* La manera que nosotros decimos las cosas, el "Proceso", es más importante para la efectividad del mensaje que lo que decimos, el "Contenido".

De hecho, la mayor parte del tiempo, "la mala comunicación" y la falta de contacto no ocurren por lo que se dice sino por la forma en que se dice, generando consecuencias perjudiciales tanto para el paciente como para el propio terapeuta.

El PTM® es una herramienta práctica, directamente operativa que enseña a:

- Identificar los 6 Tipos de Personalidad;
- Saber las Necesidades Psicológicas y los factores de la motivación de cada uno;
- Invitar la conducta productiva del paciente: sus estados del yo con recursos y el tipo de transacciones en las que hacer contacto efectivo con el paciente;
- Prever y prevenir la conducta de guión;
- Entender y manejar la dinámica de la propia personalidad de uno y de los pacientes;
- Manejar la dinámica del grupo.

*\* Aunque cada individuo es único, todos nosotros tenemos características en común.*

## COLABORACIONES

**ANÁLISIS DE LA PELÍCULA *ESENCIA DE MUJER*  
DESDE LOS CUATRO NIVELES DEL A.T.**

FELICÍSIMO VALBUENA DE LA FUENTE\*

Catedrático Facultad de Ciencias de la Información  
Universidad Complutense Madrid**RESUMEN**

*El AT es un potente armazón de ideas para analizar obras literarias, cinematográficas y programas y series de televisión. Para ilustrar esta afirmación, el autor del artículo ha escogido la película **Esencia de mujer** y va examinando los Estados del Ego, Transacciones, Juegos y Materiales del Guión de los dos protagonistas. Para facilitar este análisis, divide la obra en cinco partes y va señalando los cambios de los personajes en cada una de ellas.*

**Palabras clave:** *Análisis Transaccional, Estados del Ego, Transacciones, Juegos, Guión de Vida*

**ABSTRACT**

*Transactional Analysis (AT) is a potent frame of ideas to analyze literary and film works and programs and television series. To illustrate this statement, the author has chosen the movie **Scent of a Woman** and he goes examining the Ego States, Transactions, Games and Materials of the Script of the two main characters. To facilitate this analysis, he divides the work in five parts and goes pointing out the changes of the characters in each one of them.*

**Key words:** *Transactional Analysis, Ego States, Transactions, Games, Life Script.*

Este artículo es la versión escrita de un taller que el autor desarrolló en el XIII Congre-

so de AT, celebrado en Barcelona durante los días 30 de Junio, 1 y 2 de Julio de 2006.

---

\* fvalbuen@teleline.es

El objetivo del taller fue aplicar los cuatro niveles del AT- Estados del Ego, Transacciones, Juegos y Guión- a la película *Esencia de mujer* (1992), del director Martin Brest, inspirada en la película italiana *Perfume de mujer* (1974), de Dino Risi.

El objetivo intencional de este tipo de trabajos es que cada afirmación vaya ilustrada con los fragmentos de la película correspondientes. Fue el procedimiento que seguimos en Barcelona. En este artículo, lo ideal sería transcribir los diálogos. El autor dispone de ellos, pero superaría muy considerablemente los límites de este artículo.

Para analizar una obra literaria o cinematográfica, es muy conveniente comenzar dividiéndola en partes (Ver Nota final).

## ANÁLISIS DE LAS CINCO PARTES DE *Esencia de mujer*:

*Primera Parte: Introducción o Prótasis.*  
(Minutos 1-26)

El estudiante Charles Simms es becario de la Institución Berg, un Colegio de élite de New Hampshire. Cuando se acerca la fiesta de Acción de Gracias, acepta un trabajo para hacer de lazarillo del Teniente Coronel Frank Slade, retirado y ciego, mientras la sobrina de éste, su marido y sus dos hijos pequeños van a pasar la festividad a Albany, en el Estado de Nueva York. Charles necesita dinero para pagarse el viaje de avión a Oregón, cuando vaya en las Navidades a su casa.

La primera entrevista Charles-Frank acaba mal. La sobrina de éste le convence para que acepte, haciéndole ver que necesita pasar esos días con su marido, sus hijos y su familia en Albany. Esta noche, Charles y un amigo, Willy, ven cómo otros tres amigos están preparando algo en lo alto de una farola. Al día siguiente esos tres compañeros adinerados de Charles gastan una gamberrada al Director, Mister Trask, sobre el que hacen volcar un gran globo cargado de pintura, estropeando de paso su flamante coche.

El Director se entrevista con Charles y con Willy, uno de los compañeros para saber quiénes han sido los responsables. Después, a solas con Charles, le promete una gran beca en Harvard, si le revela los nombres de quienes le han hecho quedar en ridículo delante de todos los alumnos. Charles se niega y, después, decide aceptar el trabajo de acompañar al Teniente Coronel Frank Slade, pues la sobrina de éste se lo ruega con convicción, haciéndole ver que necesita pasar esos días con su marido, sus hijos y su familia en Buffalo.

*Segunda parte: Ascenso o Epítasis.*  
(Minutos 26-1:09)

Frank tiene plan que revela a Charles: pasar la fiesta de Acción de Gracias en Nueva York. Charles se queda sorprendido, pero finalmente acepta acompañarle a Nueva York, a condición de que él regresará cuando hayan llegado.

Frank acaba por contarle el problema que tiene en Berg, y Frank se muestra como un intérprete intuitivo: "Soy brujo".

En el restaurante Oak Room, Frank le revela que le ha mentado y que realmente Charles no tiene tiempo para llegar a tiempo al puente aéreo. Le pide que se quede con él y, poco después, le revela su verdadero plan: Cenar en casa de su hermano, estar con una prostituta y, ya en el Waldorf Astoria, "volarme la tapa de los sesos".

Al despertarse por la mañana, Charles ve que una modista está tomando a Frank medidas para un traje y le encarga que haga lo mismo con Charles. Mientras tanto, Frank va mostrándose como un experto en interpretar la situación de Charles.

La cena en casa del hermano se convierte en un auténtico desastre.

*Tercera Parte: Clímax o Peripeteia*  
(Minutos 1:09-1:45)

Al día siguiente, lo primero que oye Charles son los ruidos de la pistola de Frank,

que está jugando a desarmarla y armarla. Charles le pide la pistola y Frank acaba cediendo, a condición de que el estudiante se quede un día más con él.

También Frank sigue interpretando muy bien la situación de Charles y el dilema moral en el que se encuentra: Ir becado, o no, a Harvard, si revela lo que ocurrió.

En el bar-salón de un hotel, Frank logra que una joven baile un tango con él, antes de que llegue su novio.

Frank va con una prostituta de lujo, con lo que da un paso más en su plan que pensaba realizar en Nueva York.

Al día siguiente, está en la cama, hundiéndose, pero Charles le anima a salir. Logra convencer al concesionario de un Ferrari, a cambio de 2.000 \$, para que Charles pruebe un modelo. En realidad, es para conducirlo él.

Así lo hace, aunque de manera muy imprudente, poniendo en peligro la vida de los dos. Un policía de la circulación le hace detenerse, pero él es hábil para lograr que no le multe.

#### *Cuarta Parte: Descenso o Catábasis* (Minutos 1:45-2:07)

Frank se sigue interesando por la familia de Charles en su viaje de vuelta a Berg. Avanzan hacia la intimidad. Se despiden fuera del Colegio, pero luego Frank regresa para defender a Charles delante del Comité Disciplinario y de todos los profesores y alumnos de Berg. Logra que no presenten cargos contra Charles.

#### *Quinta Parte: Desenlace o Catástrofe* (Minutos 2:07- 2:22)

Charles acompaña a Frank nuevamente a su casa. donde parece que éste va a ver la vida de otra manera muy distinta. Habla de futuro, porque se ofrece a presentar buenas referencias sobre Charles cuando éste se las pida y piensa contar con Mani, el conductor de la limusina, en ocasiones posteriores.

## ANÁLISIS DE LOS CUATRO NIVELES DEL AT:

### *Primera Parte*

Estados del Ego: En Frank Slade predomina el Padre Crítico y el Niño Rebelde. En Charles Simms, el Adulto.

Tótem: Cuando Charles Simms le visita por primera vez, Frank Slade parece una araña, en la semioscuridad y al acecho para lanzarse sobre su presa, el adolescente bienintencionado.

Transacciones: Cruzadas Arrogantes. Desde el primer momento de su relación, Frank Slade responde desde su Padre Crítico a las intervenciones del Adulto de Charles Simms.

Juegos: *Defecto, Alcohólico y Ahora te he atrapado*. Son tres juegos autodestructivos de Simms. En un primer momento, logra lo que pretende: no intimar con Simms y no responsabilizarse de cualquier proyecto serio.

Guión: Hamártico. El conjunto de transacciones y los tres juegos citados impulsan a Slade a un guión de perdedor, muy probablemente con una muerte acelerada por el exceso de la bebida y del tabaco.

### *Segunda Parte*

Estados del Ego: En Frank, hay un cambio respecto de la Primera Parte. Todavía sigue activando su Padre Crítico, pero surge el Adulto. Y lo que es más importante, el Pequeño Profesor (Adulto en el Niño, como lo denomina el AT dentro del Análisis Estructural de Segundo Grado), porque sabe hacerse cargo de la situación por la que está pasando Charles. También se muestra como un experto conocedor de las mujeres. "Abduce" creativamente aspectos importantes sobre Charles y las mujeres. En Charles, su Adulto y Pequeño Protector logra que Frank no estrangule a su sobrino.

Transacciones: Sigue respondiendo a Charles con Transacciones Cruzadas arrogantes, pero también comienzan las Tran-

sacciones Angulares, que son ocho en toda la película. Después de despedirse de su familia, Frank descubre su plan oculto más inmediato: Ir a Nueva York (1). En el "Oak Room", le oculta el horario real del avión de regreso de Charles, para que se quede con él (2).

Juegos: *Hagamos que Charles se preocupe*. Goza con las sorpresas que causa a Charles, que pensaba acompañarle sin salir de la localidad y, de pronto, se ve abocado a volar con Frank a Nueva York.

*Patéame*, durante la cena de Acción de Gracias. Logra el rechazo de su sobrino y el malestar de toda su familia. Como dice Berne, "Éstos son los hombres despreciados, los engañados y los perdedores de empleos".

La ventaja existencia de los juegos de Frank es reafirmar su Posición Vital: "Soy un podrido inútil y siempre lo he sido"- acaba diciéndole a su apenado hermano.

Elementos del Guión: Provocación o "¡Vamos!", porque está buscando crear una situación tan arriesgada como la de estar a punto de estrangular a su sobrino.

Impulsos juguetones o Demonio. Su forma de tratar a las mujeres de su familia muestra que se entretiene manipulando los sentimientos de los demás.

Saldo del Guión: Caerse muerto.

### *Tercera Parte*

Estados del Ego: Padre Protector y Adulto de Charles, que le hace tomar contacto con la realidad y le impide autodestruirse. Padre Protector de Frank: "Me partes el corazón, hijo. Toda mi vida me he enfrentado a todos y a cada uno, porque hacía que me sintiera importante. Tú lo haces porque crees en ello... Tienes integridad, Charlie. No sé si matarte o adoptarte." Por tanto, hay una evolución importante en los Estados de cada uno.

Transacciones: Observamos un gran cambio, porque predominan las Transacciones Complementarias Asimétricas de Niño a Adulto (Frank-Charles): De Súplica o Peti-

ción de Ayuda. Transacciones Complementarias Asimétricas de Adulto a Niño (Frank aconseja a Charles) y de Padre Protector a Niño (Frank tiene afecto a Charles). Transacción angular de Frank con el concesionario del Ferrari: Oculta que él va a conducir el coche (4). También, con el agente de la circulación: dice que es el padre de Charles (5). Con Charles, cuando le sorprende diciendo que él sólo había sacado el billete de ida en avión (6). Finalmente, le manda a comprar unos habanos, cuando realmente quiere quedarse solo en la habitación y suicidarse (7). Transacción doble entre los dos, porque Charles sabe lo que Frank está ocultando en el plano psicológico: probar el Ferrari y hacerse pasar por padre de Charles ante el policía.

Juego: *Hagamos que Charles se preocupe*, de Frank, cuando está probando la pistola. *¿No es horrible?*, cuando quiere suicidarse. Charles le da la Antítesis en los dos casos.

Frank demuestra que tiene Permiso para pensar cuando sabe hacerse cargo de los problemas y preocupaciones de Charles; tiene Permiso para hacer las cosas bien cuando: 1) baila el tango con la joven; 2) logra que el concesionario les deje probar el Ferrari y 3) consigue que el policía de tráfico no le multe.

Materiales del Guión hamártico de Frank: "Provocación o ¡Vamos!", cuando conduce temerariamente el Ferrari. Impulsos Juguetones, cuando quiere suicidarse en el Waldorf Astoria.

Permiso: Charles da Permiso a Frank para divertirse cuando le anima a salir, a disfrutar con el Ferrari, y para vivir, cuando impide que se suicide.

Posición Vital de Frank: 1) Yo estoy mal- Tú estás mal. "Ya... pues ¡quítate la jodida cera de los oídos! ¡Madura! ¡A joderse amigo! Engaña a tu mujer... llama a tu madre el día de la madre... Charlie... todo es porque-ría..." (Cuando Charles intenta quitarle la pistola con la que quiere suicidarse. 2) Yo estoy mal- Tú estás bien: "Soy malo... No soy malo, no... Estoy podrido..." (Cuando



Charles consigue que no se suicide).

Posición vital de Charles: Yo estoy bien-Tú estás bien.

#### Cuarta Parte

Estados del Ego: Padre Protector y Pequeño Profesor, de Frank. Adulto, cuando defiende a Charles ante el Comité Disciplinario y ante todos los alumnos y profesores de Berg.

Transacciones: Complementaria Simétrica Niño-Niño: De Intimidad, cuando van en el coche hasta el Colegio Berg. Asimétrica Padre-Niño: De Afecto, cuando le despide en la limusina, antes de que Charles vaya a la sesión donde el Comité disciplinario va a decidir su futuro.

Complementarias Asimétricas de Padre-Adulto: De Apoyo, cuando Frank le defiende ante en el Colegio Berg; Niño-Adulto: De Admiración de Charles hacia Frank, mientras le está defendiendo.

Transacción angular ante todo el Colegio: Se presenta como íntimo amigo de los padres de Charles, cuando realmente no los conoce (8).

Transacción doble de los dos: Charles sabe que Frank está mintiendo cuando dice que está actuando "in loco parentis".

Permiso: Frank demuestra, una vez más, que tiene Permiso para pensar y hacer las cosas bien, porque domina muy bien la oratoria y logra convencer al Comité Disciplinario.

Posición vital de Frank: Yo estoy bien -Tú estás bien. Posición vital de Charles: Yo estoy bien -Tú estás bien.

#### Quinta Parte

Estados del Ego: Padre Protector y Adulto en Frank. Adulto, en Charles.

Transacciones Complementarias Simétricas: Adulto-Adulto (Respeto), cuando se despiden.

**Nota.** Los interesados en conocer cómo distinguir cinco partes, pueden consultar [www.bernecomunicacion.net](http://www.bernecomunicacion.net). (Asignaturas *Estrategia y Tácticas de Negociación y Doctorado*), donde el autor de este artículo aplica este método a la obra teatral *Doce hombres sin piedad* (1956), de Reginald Rose, con versiones cinematográficas en 1957 y 1995, y televisiva (1973, en Estudio 1), y a la obra cinematográfica *La Caja 507* (2002), del director Enrique Urbizu. También pueden consultar esa Página Web quienes estén interesados en aspectos del AT, porque contiene muchos artículos.

#### BIBLIOGRAFÍA

- Valbuena de la Fuente, F. –Editor– (2006). *Eric Berne, teórico de la Comunicación*. 383 pp. Madrid: Comunicación 2000 y Universidad Complutense de Madrid.

## UNA TEORÍA DE LAS EMOCIONES PARA EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL\*

JOSEP LLUÍS CAMINO ROCA Y ARANTXA COCA VILA\*\*

### RESUMEN

*En el presente artículo se estudia el posicionamiento que el Análisis Transaccional toma respecto al tipo de emociones existentes en el ser humano y su desarrollo evolutivo y las características de éstas. Para ello, previamente se analiza la naturaleza de la aprehensión de la realidad que hace el individuo, tomando como referencia los estudios de la Fenomenología que tanto han influido en la epistemología del A.T.*

*Se llega a la conclusión de que el ser humano tiene una percepción emocional, que no sensorial, de los fenómenos y experiencias que vive, dotándolos de un significado propio y subjetivo. Esta percepción emocional de la realidad viene determinada por las emociones dominantes en cada individuo y por la percepción que éste tiene sobre su propia persona o, lo que es lo mismo, por la decisión emocional que tomó en la infancia.*

**Palabras clave:** Análisis Transaccional, Fenomenología, percepción emocional, autopercepción.

### ABSTRACT

*This communication pretends to study the position of Transactional Analysis respect emotions in the human being and their development.*

*Previously, analyzes the characteristics of reality human perception through the Fenomenological tesis that have been so important for T.A. epistemology. It concludes that people have an emotional perception and not a sensory one. So, we understand our experiences through the emotions which dominate in everyone of us and also through the selfperception we created in the childhood.*

**Key words:** Transactional Analysis, Fenomenological tesis, selfperception.

---

\* Esta comunicación fue presentada en el XIII Congreso Español de Análisis Transaccional realizado en Barcelona en los meses de junio y julio del 2006.

\*\* Dr. Josep Lluís Camino Roca, psicólogo y psicoterapeuta, presidente de ACAT (Associació Catalana d'Anàlisi Transaccional); Lda. Arantxa Coca Vila, psicopedagoga y psicoterapeuta, vocal de ACAT.

## INTRODUCCIÓN:

No resulta tarea fácil acometer en un breve trabajo de investigación un tema cargado de ambigüedad como es el de las emociones. Este trabajo consta de dos partes: en la primera se insinúa una línea de lo que el AT entiende por emociones, basándonos en la Fenomenología, especialmente de Max Scheler y Jean Paul Sartre, como los representantes más cercanos a nosotros, dentro de esta filosofía, que tal como ya hemos demostrado en otra investigación, representa -de acuerdo con los trabajos de Berne- el fundamento epistemológico del AT; en la segunda parte se tratará de la aplicación de la teoría expuesta en la primera, en relación al estado del yo Niño y la toma de sus “decisiones emocionales”.

## ¿PODEMOS ESTABLECER UNA DEFINICIÓN Y CLASIFICACIÓN DE LAS EMOCIONES?

Al parecer las emociones no se pueden definir, se trata de vivencias que tan solo podemos describir, por eso preguntamos en el análisis: ¿puedes describirme como te sientes? “La conciencia emocional es ante todo conciencia del mundo” (Sartre, 1971: 76), para añadir más adelante: “Existen, además, falsas emociones, que solo son conductas” y “La verdadera emoción... va unida a la creencia” (1971: 101 y 103), aspectos que analizaremos más detalladamente.

Nosotros, como analistas de Guiones de Vida, no consultamos “hechos”, sino fenómenos y por fenómeno se entiende aquello que se muestra por sí mismo y cuya realidad es lo que aparece como fenómeno, es decir, apariencia que hay que describir e interrogar. El primer fenómeno humano es la conciencia de existir. Mientras otras corrientes psicológicas parten de los hechos, nosotros partimos de la totalidad global que es el ser humano. Una emoción es, pues, una conciencia capaz de emocionarse y como

tal cargada de intencionalidad y significado: el sujeto en situación.

Esta visión total del ser humano es lo que separa al AT de una parcialización de la conducta humana, de un reduccionismo a hechos y trastornos de conducta, sin una conciencia que los unifique y que constituye el sujeto mismo, una toma de conciencia del Yo, como Adulto responsable de sus actos y, en parte, de sus emociones.

Ahora bien, esta conciencia emocional es ante todo conciencia del mundo, puesto que el sujeto emocionado se halla unido al objeto emocionante. La emoción es una determinada manera de aprehender el mundo e, incluso, de un intento mágico de trasformarlo, por ejemplo, en la emoción de miedo puedo hacer un intento de eliminar el objeto de miedo, de la misma forma que en un estado de rabia podemos interrogarnos de esta forma: “¿Me parece odioso porque estoy furioso” o “Estoy furioso porque es odioso?” (Sartre, 1971: 125). Ciertamente, la conciencia emocional es irreflexiva y espontánea, aunque no por ello inconsciente, ya que es consciente de sí misma en cuanto se trasciende hacia el mundo entorno y percibe su estado de emoción.

Una vez confirmada la dificultad de una clara definición de las emociones, podemos pasar a una clasificación de las mismas. ¿De cuantas emociones básicas estamos hablando? ¿es el afecto una emoción? y ¿los celos? ¿qué ocurre con la ansiedad?. Nosotros seguiremos una clasificación reconocida, la de Charles Darwin (1984), y una terminología clásica en la Psicología.

Podemos hablar de diferentes áreas de la conducta humana, así del área intelectual, del lenguaje, de la psicomotricidad y de la afectividad. Dentro del área de la afectividad podemos distinguir las emociones, como un estado de ánimo intenso, aunque de corta duración, con manifestaciones psicósomáticas (taquicardia, sudoración, reacción epidérmica, etc.) y los sentimientos, como un estado de ánimo más tranquilo y más perdurable, sin reacciones psicósomáticas manifiestas.

Así que, hablar de afectividad en vez de amor es un uso inadecuado del término, de la misma forma que referirse a la emoción y/o sentimiento del amor como “conducta de apego”, no deja de ser un reduccionismo a la conducta animal, con exclusión de la intencionalidad de la conciencia, aunque coincida con los primeros años de la vida del niño, aquellos en que la conducta es instintiva y aún no ha hecho aparición la capacidad intelectual y concienciación humana, aquella prístina etapa en la que podemos hablar de pensamiento prelógico, por lo general antes de eclosión del lenguaje.

Las emociones básicas son cinco: amor, alegría, rabia, tristeza y miedo, que estudia muy bien Berne, a lo largo de sus obras, y también de forma especial Steiner en *La educación emocional* (2002), indicándose la expresión adecuada de cada emoción y la complementación social que se requiere. El AT. señala además la diferencia con las emociones inauténticas, por ejemplo: ansiedad, melancolía, sentimiento de culpa, agorafobia o exceso de rabia o de tristeza, etc., aparte de la teoría originalmente berniana de la “recolección de cupones”. Es decir, existe una clara distinción entre las emociones auténticas y el resentimiento o inauténticas y las contaminadas, como es el caso de los celos (amor contaminado de miedo) o la envidia (tristeza contaminada de rabia).

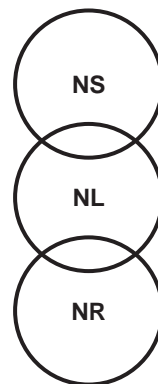
Algunos autores, siguiendo tal vez sin saberlo a Spinoza, incluyen el amor en la alegría, reduciendo con ello las emociones básicas a cuatro. En efecto, para Spinoza “el amor es una alegría acompañada por la idea de una causa exterior”. Al respecto Malebranche ya se preguntó si amamos a una fruta que comemos, por el hecho de que nos cause placer. Las emociones se manifiestan ante un objeto determinado y son causa de estados emocionales diferentes. El amor que sentimos hacia una persona no se transforma aunque esa misma persona nos ocasione dolor o tristeza en ocasiones, de la misma forma que una persona odiada no cambia nuestra emoción, aunque ocasionalmente sea fuente de alegría o de placer.

## ¿CÓMO TRABAJAR LAS EMOCIONES EN EDUCACIÓN Y PSICOTERAPIA?

Como norma general podemos decir que la tarea del Adulto (profesor tutor o terapeuta) consiste en impedir que el Padre del estado yo de cada uno se inmiscuya y arruine la sana manifestación de las emociones del Niño Natural.

Además podemos establecer cinco pasos que consideramos fundamentales:

1. Facilitar la descripción de la vivencia emotiva en cada momento.
2. Proponer opciones de cambio ante una situación de sobreadaptación sostenida.
3. Descontaminar al estado Niño del yo de las emociones inauténticas o contaminadas, con el fin de que recupere conciencia de las cosas, espontaneidad en la expresión de las emociones e intimidad.



**Figura 1:**  
*Descontaminar el Niño Libre del Sumiso y del Rebelde.*

4. Trabajar el *Ethos* del estado yo Adulto, para clarificar las “creencias” del Marco Referencial, distinguiendo los que pueden ser prejuicios, fruto de un sistema educativo inadecuado, de los juicios de valor auténticos, que el sujeto desde su Adulto incontaminado decidirá tener presente.
5. Educar en valores, ya que son éstos los que condicionan los estados emocionales de la persona:

- a) Los valores de justicia, cooperación y solidaridad fomentan el amor.
- b) Los valores de libertad, respeto y belleza fomentan la alegría.
- c) Los valores de competitividad, lucha, ataque fomentan la rabia.
- d) Los valores de tolerar lo vulgar, la falsedad, la injusticia fomentan la tristeza.
- e) Los valores de insolidaridad, aislamiento e inadaptación social fomentan el miedo.

Estos valores se hallan desde siempre en las cosas y en las acciones de los humanos, aunque se van descubriendo a través del avance de la historia y de la educación de los pueblos. Optar por uno u otro valor depende de la libertad del sujeto y es aquí, en esta opción del Adulto, en esta toma de decisión desde el estado Niño (la decisión emocional), que conformará su proyecto vital, es decir, el Guión de Vida, donde radica la responsabilidad del acto humano, que repercutirá, a la larga, en su estar bien o no estar bien (posición existencial) y en su estado emocional más perdurable.

## **LA PERCEPCIÓN EMOCIONAL:**

Hemos visto que la Fenomenología hace referencia a la impresión que los fenómenos captados y vividos producen en el individuo, a cómo la persona los “siente” de forma subjetiva y particular. Precisamente de esa forma de sentir, el ser humano entenderá o extraerá la esencia de lo vivido, es decir que su percepción no es de tipo sensorial sino emocional.

Lo que determina la percepción emocional del individuo es la forma como fueron condicionadas o adaptadas las emociones en las etapas tempranas del desarrollo del niño, es decir, y haciendo uso de terminología transaccional, depende de cómo se produjo la formación del Niño Adaptado.

Así, entendemos que el niño biológico lleva en su maleta genética emociones (o respuestas emocionales) en estado “bruto”, no

ajustadas todavía a la convivencia con otros seres humanos. Son emociones de tipo instintivo, expresadas de forma refleja a los estímulos que recibe el niño, pero no condicionadas (o educadas) por ningún aprendizaje. Como veremos, esto es así aproximadamente hasta los tres años de vida, edad donde ya se aprecia el resultado de las primeras experiencias vividas por el niño en interacción con la sociedad.

## **LAS EMOCIONES INNATAS:**

Pero ¿qué emociones innatas trae al mundo el ser humano? Encontramos la respuesta no en los estudios psicológicos del individuo, sino en los de la biología, en concreto en las investigaciones etológicas sobre el comportamiento de los mamíferos y su correlación y diferenciación con la conducta humana. Citamos como más significativos los estudios de Charles Darwin (1984) y John Watson (1985) basados en múltiples observaciones de las acciones expresivas (o expresiones emocionales) de los humanos y del resto de animales:

“Todos están de acuerdo en que las principales acciones expresivas que exhiben los hombres y los animales inferiores son ahora innatas o heredadas, es decir, que no han sido aprendidas por el individuo. Muchas de ellas tienen tan poco que ver con el aprendizaje o la imitación que están por completo fuera del alcance de nuestro control desde los primeros días y a lo largo de nuestra vida” (Darwin, 1984: 351).

Darwin hace referencia a cinco expresiones emocionales existentes en todos los mamíferos, incluidos los humanos, correlacionadas cada una con una emoción principal y clasificándolas en 2 grupos, según sean expresiones “depresoras” o “estimulantes”:

Expresiones emocionales depresoras:

1. **El llanto:** Esta respuesta emocional se relaciona principalmente con el decaimiento, la ansiedad, la pena y la desesperación. También se observa

su correspondencia en muestras ocasionales de simpatía y ternura.

2. **La cólera:** Expresión del odio, desprecio, disgusto y negación.
3. **La sorpresa y el asombro:** Expresiones del miedo y el horror.

Expresiones emocionales estimulantes:

4. **La risa:** Esta respuesta se corresponde con la alegría y el buen humor.
5. **El contacto:** Es la expresión por excelencia del apego, aspecto éste observable en todos los mamíferos y que en el caso del ser humano a partir de los 4 años aproximadamente evoluciona hacia el amor y la ternura:

“Aunque la emoción del amor, como por ejemplo la de una madre por su hijo, es una de las más intensas de que es capaz la mente, es difícil afirmar que tenga algún modo peculiar o propio de expresión (...). Suele experimentarse un intenso deseo de tocar a la persona querida, de forma que el amor se expresa por este procedimiento con mayor claridad que por cualquier otro” (Darwin, 1984: 228).

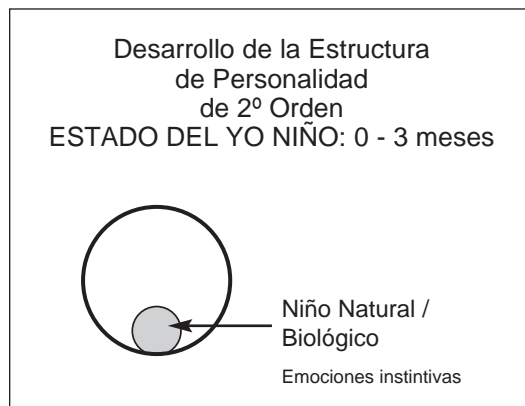
Según estas consideraciones, la gran mayoría de las respuestas emocionales son innatas y heredadas, no puede decirse de ellas que dependan de la voluntad del individuo y son iguales a lo largo de todas las razas y culturas. Sin embargo, adelantábamos antes que, en el ser humano, la manifestación de estas respuestas emocionales llega a condicionarse por el aprendizaje e imitación que realiza la cría humana, durante su interacción con otros seres de su especie. Veamos a continuación la evolución de las emociones innatas dentro del desarrollo de la estructura de la personalidad.

### CONDICIONAMIENTO DE LAS EMOCIONES EN LA ESTRUCTURA DE LA PERSONALIDAD DE 2º ORDEN:

A continuación detallamos el desarrollo del Estado del Yo Niño en los tres primeros años de vida del individuo, siguiendo el pro-

greso de las emociones innatas, desde su aparición con el nacimiento del bebé hasta su adaptación a las experiencias de éste.

#### a) ESTADO DEL YO NIÑO: 0-3 meses



**Figura 2:**  
*Estado del yo Niño (0-3 meses),  
“Niño natural/biológico”.*

En este primer período el Niño Natural se confunde con el niño biológico. Éste nace con una carga genética en el que ya están presentes las cinco expresiones emocionales comentadas con anterioridad, de las cuales la sonrisa social será la última en manifestarse y lo hará alrededor de los tres o cuatro meses.

#### b) ESTADO DEL YO NIÑO: 3-6 meses



**Figura 3:**  
*Estado del yo Niño (3-6 meses),  
“Niño natural”.*



En este segundo período, la mente del bebé percibe las improntas parentales tanto positivas como negativas (Permisos y Mandatos, respectivamente), pero no llegan a grabarse en la psique del niño. Aún así, éstas son de gran importancia en este momento, porque seleccionan los estímulos a los que es expuesto el pequeño, es decir, que Permisos y Mandatos determinan el tipo de experiencias a las que tiene acceso por primera vez el ser humano, en unos meses en los que comienza a mostrar intencionalidad de explorar el entorno. Aunque el Niño sigue siendo Natural, comienza la predisposición al desarrollo del Niño Adecuado y Adaptado.

#### c) ESTADO DEL YO NIÑO: 6-18 meses



**Figura 4:**  
*Estado del yo Niño (6-18 meses),  
"Niño adecuado-adaptado".*

Llegamos al período del desarrollo más lento y a la vez crucial en la formación particular y única de la futura personalidad del individuo. Los mensajes parentales comienzan a grabarse en la mente del niño y, por tanto, enseñan al Niño Natural a adecuar sus respuestas emocionales, a partir de los Permisos (improntas positivas) que recibe, o a adaptar sus respuestas emocionales a los Mandatos recibidos (improntas negativas). Surgen así los Estados de 2º Orden Niño Adecuado y Niño Adaptado y éste último en sus motivaciones "sumisa", "rebelde" y "vengativa". Entendemos el Niño Adecuado como

la evolución natural que debe realizar el Niño Natural, potenciado a partir de los mensajes paternos que permiten el desarrollo particular y subjetivo del pequeño, en armonía con el desarrollo de su sociabilidad. Es en este período donde da comienzo el condicionamiento de la percepción emocional del individuo.

Al encontrarse en un período de exploración intuitiva del entorno e intencionalidad en el movimiento, encontramos en el bebé los inicios de la formación del Adulto del Niño (o "Pequeño Profesor"), al que llamamos "defectuoso" por su incompleto desarrollo neurológico e incapacidad para la reflexión de las experiencias vividas.

#### d) ESTADO DEL YO NIÑO: 18-36 meses



**Figura 5:**  
*Estado del yo Niño (18-36 meses),  
"Niño adecuado-Niño adaptado".*

Finalmente, en este período del desarrollo infantil encontramos los inicios de la formación del "Disquete" o "Electrodo" del Estado Niño o, dicho de otra manera, el Padre del Niño. Su formación es indicadora del inicio de los aprendizajes del Miniguion o de los recursos para garantizar el éxito social (o al menos así aprendido) del individuo en el futuro. La formación del "Disquete", donde quedan almacenados los mensajes recibidos y siguientes, provocará a partir de ahora la respuesta emocional automática y consecuente al estímulo recibido por parte del niño.

La formación de la adecuación y/o adaptación de la percepción emocional cristaliza con la formación de la decisión emocional, que se realizará alrededor de los cuatro o cinco años de edad.

## LA DECISIÓN EMOCIONAL:

La adaptación o adecuación de la emociones innatas diseña una forma de percepción o aprehensión emocional particular y subjetiva del individuo, dicho de otra manera, condiciona una forma de “vivir” afectivamente las experiencias.

Esta forma concreta que tiene el sujeto de entender lo que le rodea y vive es lo que llamamos decisión emocional (Coca, 2005), que definimos como el compromiso infantil con una forma determinada de conducta, que será la base del carácter del individuo en el futuro. Es una determinación hecha en períodos infantiles de cómo es y será captada la esencia de aquello que son las cosas (es decir, el mundo) y de lo que es uno mismo (es decir, su identidad). Por supuesto esta decisión puede ser errónea o acertada según el nivel de adaptación o bien adecuación que hayan sufrido las respuestas emocionales innatas y el Miniguion consecuente. La decisión emocional, por consiguiente, dará paso a la formación de cada tipo de Posición Existencial en el individuo.

## CONCLUSIONES:

- La Fenomenología hace referencia a la aprehensión de la realidad, a cómo la persona la siente y la vive subjetivamente.
- La aprehensión de la realidad es más emocional que sensorial.
- El niño biológico lleva en su maleta genética emociones cuya expresión no está todavía ajustada por la convivencia con otros humanos. Durante el desarrollo psicobiológico, las emociones innatas son condicionadas según sean los mensajes paternos. Dicho condicionamiento

determinará la forma como el individuo entenderá su propia persona (su identidad) y las experiencias vividas.

- La formación de una percepción emocional particular y subjetiva marcará la personalidad del individuo.

## GLOSARIO:

- Fenomenología: Línea filosófica representada principalmente por Max Scheler y Jean Paul Sartre, y que se centra en el estudio de la percepción de la realidad del ser humano y, por tanto, de las características subjetivas que caracterizan los fenómenos y experiencias que vive.
- Emociones innatas: son cinco: alegría, amor, tristeza, rabia y miedo. Darwin las estudió a partir de las expresiones emocionales comunes en los mamíferos. Se llaman innatas porque no se crean a partir de la experiencia del individuo, sino que vienen incluidas en la maleta genética de éste. La forma como se desarrollen es decisiva para la formación de la personalidad.
- Percepción emocional: A diferencia de la sensorial, esta forma de captar la realidad está condicionada por las emociones dominantes en cada individuo. Por tanto, los fenómenos no son captados y entendidos por su propia naturaleza, sino que están bañados por la subjetividad de la mente del que los observa.
- Decisión emocional: compromiso infantil con una forma determinada de conducta, que será la base del carácter del individuo en el futuro.

## REFERENCIAS

- Berne, E. (1970, 1982). Hacer el amor. Barcelona: Laia.
- Camino, J.L. y otros (2002). Berne y las bases filosóficas del Análisis Transaccional. Primeros resultados. Revista de Análisis

- Transaccional y Psicología Humanista, 46, 79-84.
- Coca, A. (2005). El creixement emocional del nen. Barcelona: Paidós.
- Darwin, Ch. (1873, 1984). La expresión de las emociones en los animales y en el hombre. Madrid: Alianza.
- Sartre, J.P. (1959, 1971). Bosquejo de una teoría de las emociones. Madrid: Alianza.
- Scheler, M. (1926, 2004). Esencia y formas de la simpatía. Buenos Aires: Losada.
- Steiner, Cl. (1997, 2002). La educación emocional. Madrid: Javier Vergara.
- Watson, J. (1917, 1985). Una teoría de las emociones innatas. En J.B. Watson, A.T. Jersild y otros. Las emociones del niño pequeño (9-12). Buenos Aires: Paidós.

## UNA LECTURA NARRATIVA DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

LLUÍS CASADO ESQUIÚS\*

Psicólogo, diplomado por la Internacional  
Transactional Analysis Association

### RESUMEN

*El Análisis Transaccional es una teoría que plantea dificultades de adscripción paradigmática, ya que se combinan en él diferentes aproximaciones psicoterapéuticas. En este artículo se plantea una lectura en clave narrativa del Análisis transaccional con el objetivo de facilitar una integración coherente de los diferentes instrumentos transaccionales, lo que resulta difícil en el modelo clásico ya que presentan la dificultad de que algunos de ellos son analítico - paradigmáticos y otros, especialmente el Guión de vida, de fácil interpretación constructivista.*

**Palabras clave:** Constructivismo, Narrativas, Guión de Vida, Juegos Psicológicos, Estados del Yo.

### ABSTRACT

*Transactional Analysis is a theory that brings up some difficulties in its paradigmatic appointment, since combines different psychotherapeutic approaches. This article proposes a narrative perspective of the TA, with the aim to provide a coherent integration between the different transactional tools. This is difficult in the classic model in which some tools are clearly analytic, and others, specifically the Script theory, which has easily an constructivist interpretation.*

**Key words:** Constructivism, Story telling, Script, Games, Ego States.

Desde una perspectiva escolástica el Análisis Transaccional ha planteado, desde siempre, serias dificultades de adscripción a los teóricos y practicantes del método creado por Eric Berne. En efecto, la formación psicoanalítica de Berne y la influencia del Psicoanálisis en el constructo de los estados de Yo bernianos parecía abonar el terreno para la interpretación del AT en clave neopsicoanalítica, como defienden notables transaccionalistas, principalmente de la “escuela

italiana” (Moiso, 1985; Martorell, 1986; Novellino y Miglionico, 1987; Novellino y Moiso, 1990; Miglionico, 1998, Novellino, 2005).

Pero esta vinculación a la orientación psicodinámica no deja de presentar sus ambivalencias. Algunas de ellas emergen del propio Berne, que en ocasiones plantea el Análisis Transaccional como psicoanalítico, en otras como complementario y finalmente en ocasiones nos presenta una visión claramente integradora (Martorell, 1998). Leon Schlegel

en un artículo significativamente titulado "What is TA ?" (1998), llega a la conclusión de que el AT es un método ecléctico que combina básicamente la psicoterapia psicodinámica y cognitiva, ésta última de forma original, y que ello es positivo en términos de eficacia terapéutica. Para no alargar más esta cuestión remitimos al lector a un artículo en forma de debate epistolar entre Claude Steiner y Michele Novellino en el que polemizan al respecto y que sintetiza buena parte de la controversia (Steiner y Novellino, 2005).

Por otra parte también es cierto que el movimiento de la Psicología Humanista influyó profundamente en Berne y el carácter humanista del AT también es evidente en gran parte de sus postulados básicos como han destacado diversos autores (Casado, 1987; Clarkson, 1993). Con posterioridad a Berne se han desarrollado interpretaciones en clave conductual (Kertesz, 1973; Kertesz e Induni, 1978), sistémica (Massey, 1989a, 1989b, 1989c; Martorell, 1990, 2002). Algunos tópicos del Análisis Transaccional berniano (guión de vida), o post-berniano (descuentos) pueden entenderse en clave cognitiva, y de alguna manera constituyen el fundamento sobre el que a mitad de la década de los noventa del siglo pasado emerge una interpretación constructivista del Análisis Transaccional que culmina en la lectura narrativa que se propondrá en el apartado siguiente.

Por citar algunas de las aportaciones de dicha interpretación constructivista cabe destacar: la propuesta del guión como narración (Loria, 1995), la consideración de la terapia de redimensión de Robert y Mary Goulding como una terapia narrativa postmoderna (Allen y Allen, 1995), el análisis del modelo transaccional en sus tópicos más paradigmáticos (estados del yo, transacciones, juegos) y narrativos (guión) (Allen y Allen, 1997), la construcción narrativa de la realidad desde una visión clínica (Parry, 1997; Doan, 1997), la importancia de expresar y escuchar nuestras historias como camino al crecimiento (Tyrangiel, 2002), la formación del Guión desde la perspectiva del aprendizaje (Newton, 2006), etc.

Todo ello lleva a concluir que el Análisis Transaccional contiene claros elementos integradores en su seno al precio de una cierta inconsistencia paradigmática, y ambas características surgen de la fecunda actividad de Berne, autor intuitivo, pragmático, más clínico que teórico, flexible en sus planteamientos y abierto a aprender de los retos que la práctica clínica le planteaba. Como expresábamos en otro lugar (Martorell y Casado, 2001) probablemente la tarea que ha de ser prioritaria para los transaccionalistas actuales sea la de aprovechar la gran herencia de Berne y dotarla de una mayor consistencia teórica, sin caer en eclecticismos ni enroques escolásticos estériles.

En mi opinión el Análisis Transaccional no puede ocultar las influencias psicodinámicas, conductuales y sistémicas de su creador, elaboradas en el seno de un ambiente marcadamente humanista, y que desde una perspectiva actual incluye planteamientos que hoy no podemos dudar en considerar cognitivistas. Y ello lejos de ser un problema es una fuente de riqueza conceptual que no podemos permitirnos el lujo de desaprovechar.

## **LECTURA DEL MODELO TRANSACCIONAL DESDE UNA PERSPECTIVA NARRATIVA**

Eric Berne era un contador de historias. De forma directa a través de Cyprian St. Cyr, seudónimo bajo el cual publicó, entre 1962 y 1968, veinticinco historias de ficción en el *Transactional Analysis Bulletin*, en las que planteaba problemas y dilemas de interés para el clínico. En gran parte de estas historias St. Cyr delega además en un protagonista, R. Horseley el sabio de los Ozarks, para transmitir sus mensajes. En otras ocasiones se vale de historias para argumentar sus pensamientos: su análisis de cuentos de hadas (Caperucita, Cenicienta), o el recurso a la mitología griega en su teoría del guión, la manera coloquial con la que describe los juegos psicológicos (junto a su análisis estricto), o esa gran narración salpi-

cada de observaciones clínicas que es su libro póstumo "Hacer el amor" son una buena muestra de ello.

Pero además, desde un punto de vista más conceptual en Berne se observan sorprendentes intuiciones construccionistas, que, también es cierto, conviven con otras tintadas de determinismo, pero que no pueden sorprender si recordamos la vocación de Berne de construir un método de Psiquiatría individual y social. El subtítulo de la obra central de Berne (1974) sobre el Guión de vida "Qué dice Ud. después de decir hola", título evidentemente narrativo por cierto, es "La Psicología del destino humano". Con un subtítulo así parece absurdo rastrear trazas construccionistas en Berne, pero si buscamos con detenimiento a lo largo del libro se respira constantemente una dialéctica permanente entre las fuerzas condicionantes de la realidad y la capacidad del individuo para decidir su propio camino a partir de la construcción que hace de sí mismo, los demás y el mundo que le rodea.

Véase, por ejemplo, el resumen que hace Berne de la relación entre el destino y la persona. Para Berne una cosa es el guión (el plan de vida de la persona) y otra el curso vital, que es lo que ocurre realmente. Y lo que ocurre finalmente depende de los genes, antecedentes paternos y las circunstancias externas., dando lugar a cuatro tipos de curso vital: de acuerdo con el guión, contra el guión, curso forzado por las circunstancias o independiente (Berne, 1974).

Como se ha comentado antes, veinticinco años más tarde otros autores plantearon claramente una visión constructivista de la teoría del guión. A continuación expondré brevemente una propuesta para ampliar esta visión constructivista en clave narrativa a los mayores constructos del Análisis Transaccional. Para ello seguiré un orden inverso al tradicional empezando por el guión de vida atendiendo a que es el tópico berniano más profusamente analizado como narración, y finalizando en los estados del yo.

Una lectura narrativa del Análisis Transaccional debe ubicar el guión en su centro y analizar el papel que juegan el resto de tópicos transaccionales en la gran narración personal que es el guión: los juegos como fragmentos estereotipados de la narración general, los rackets y descuentos como ayudantes emocionales y cognitivos que mantienen la coherencia del guión, las transacciones y las caricias como canales relacionales del guión y, finalmente, los estados del yo, los actores de la narración.

## EL GUIÓN DE VIDA

El guión de vida es un constructo que explica la génesis y mantenimiento de la identidad de una persona. En términos más coloquiales es la respuesta a las preguntas existenciales básicas. ¿quién soy yo?, ¿quiénes son los otros?, ¿cómo es el mundo?. Si escuchamos a Jerome Bruner uno de los pioneros en el estudio de las narraciones desde una perspectiva cognitivista, el pensamiento narrativo busca el significado, el pensamiento paradigmático busca la verdad. Está claro que el guión tiene que ver más con lo primero que con lo segundo. Como expresa el propio Bruner (2002): "nuestro relato refleja enseguida lo que pensamos que los otros esperan de nosotros" (p. 59).

En el modelo clásico el guión viene explicado en función de los mensajes recibidos de las figuras parentales y las decisiones tomadas frente a ellos en la infancia y refrendadas en la adolescencia. Desde una perspectiva narrativa la respuesta a las preguntas existenciales no puede ser reducida a una frase del tipo "soy incapaz", o "no merezco ser amado", por citar dos ejemplos bien conocidos en la práctica clínica. La experiencia vital de una persona presenta una complejidad mucho mayor y queda mejor reflejada mediante el relato de la historia que una persona se explica a sí misma sobre quién es, cómo son los demás y cómo es el mundo que la rodea.

Cuando solicito a mis pacientes que escriban ese relato suceden dos cosas: apa-



recen infinidad de matices, observaciones, significados personales que son los que dan sentido a la identidad de la persona, y en segundo lugar, es cierto que la persona reconoce como síntesis de su historia el lema de su decisión. Con ello queremos decir que esta perspectiva narrativa no contradice la clásica, sino que la amplía: la decisión se puede considerar el tema central de una historia que es mucho más rica. En muchos casos el lema de la decisión se convierte en el título de la historia de mis pacientes.

Algo parecido sucede si pensamos en la Posición Existencial de la persona, que podemos interpretar como una actitud básica integrada en el guión que define la relación con los demás. En la narración del guión aparece de forma nítida la Posición Existencial básica de la persona, pero inmersa en un contexto relacional explícito y, por ello, su significado queda más nítido. Aunque la construcción de la Posición Existencial es fundamentalmente pre-verbal su impacto en el guión se manifiesta narrativamente, la vía por la cual nos explicamos a nosotros mismos las relaciones con los demás.

Desde la perspectiva de la intervención clínica esta manera de abordar el guión aporta también un mayor abanico de posibilidades. Sin renunciar a la técnica de "redecisión" propuesta por los Goulding (1979) pueden utilizarse abordajes propios de la terapia narrativa a partir de ver qué elementos de la historia personal se enfatizan, cuáles se obvian (los descuentos), qué generalizaciones se producen, etc. Como dicen Allen y Allen (1997) el guión deja de ser una única narración inevitable, para ofrecer la posibilidad de múltiples narraciones alternativas surgidas de la propia experiencia del protagonista. Se abren de esta manera múltiples oportunidades de crecimiento a partir de pequeñas modificaciones en la historia original que va enriqueciéndose o cambiando el significado que hasta ese momento tenía.

Veamos un ejemplo: David es una hombre joven, creativo, independiente, que es-

cribe una historia sobre un niño imaginativo, creativo, que sentía una enorme necesidad de expresarse y comunicar toda esa energía que llevaba dentro. Las personas mayores que le rodeaban no aceptaban de buen grado su comportamiento y constantemente le censuraban o castigaban por ser rebelde, fantasioso y excéntrico, hasta tal punto que ya siendo un adulto, coexiste en él esa necesidad de expresión y fuerza creativa con el temor a verse rechazado por los demás a causa de ser "distinto". Trabajar a partir de esta narración, que obviamente es además un resumen, ofrece una información mucho más rica y matizada que sintetizar un mensaje paterno "no seas tú mismo" y una decisión "seré como los demás quieren que sea, pero no renuncio a ser yo mismo".

## JUEGOS PSICOLÓGICOS

Una visión narrativa del Guión no puede dejar de condicionar la teoría de Juegos, desde el momento en que ayudan a configurarlo y una de sus funciones es su mantenimiento. Como expresa Parry (1997), el análisis de Juegos nos describe un escenario narrativo estereotipado. Desde la perspectiva de análisis de Juegos de Fanita English (1979), que diferencia la extorsión de caricias del juego propiamente dicho (después del cambio de rol), se hace evidente que los estilos de extorsión de caricias responden a narraciones complementarias de los jugadores, que si se ven cuestionadas provocan el cambio y con ello el juego, entendido como fracaso en la extorsión.

El núcleo de la narración de la Víctima es de incapacidad, ya sea explícita (no puedo, no sé...) o implícita, con conductas de pasividad, no implicación, sin información, que como consecuencia le impiden responsabilizarse de los sucesos que le acontecen, desde las responsabilidades más cotidianas hasta las decisiones más comprometidas. La narración del Salvador es justamente la contraria: está informado de todo, se preocupa de los más nimios detalles, se

interesa por las situaciones que le rodean. Todo ello le permite ocuparse e intervenir en dichas situaciones. Finalmente, la narración típica del Perseguidor se centra en la evaluación constante de los otros y las situaciones, los intentos de control y el convencimiento de "su verdad".

Por supuesto que los tres roles del triángulo dramático corresponden a tres estereotipos de protagonistas de las narraciones que, de todas formas, interpretan sus papeles con una originalidad y creatividad innegables. Por ello el análisis narrativo ofrece una información más rica que el uso frío de los roles en el modelo tradicional de análisis de Juegos.

Como es sabido las emociones parásitas (rackets) están íntimamente relacionadas con los Juegos Psicológicos (y con el Guión), pues son las emociones que se experimentan al final del juego, y son coherentes con el Guión. Las emociones parásitas forman parte de la narración que la persona hace de los acontecimientos críticos de su vida ya que han quedado ancladas como la reacción emocional coherente con la vivencia de esas situaciones. A lo largo de la vida, cuando se reproducen las situaciones (los Juegos), la respuesta emocional surge de la narración, no del "aquí y ahora". Por decirlo así, forma parte de la descripción del protagonista que hace la narración. Pero en realidad estamos ante un proceso sistémico circular ya que como dice Parry (1997), las emociones que experimentamos en el presente nos conectan a escenarios en nuestra memoria que están organizados narrativamente; es decir, las emociones parásitas nos activan el Guión.

Regresemos a la historia de David: en la actualidad, en ocasiones, se siente examinado por algunas personas, siente temor a no estar a la altura y a veces se bloquea. Siente un temor que le resulta conocido desde siempre. Hay algo que no está bien en él, en lo más íntimo de su ser "sabe" que si descubren cómo es, le censuraran. En esas situaciones no sabe si "huir" o intentar ofrecer la imagen más adecuada para su in-

terlocutor, pero eso le hace sentir mal, porque necesita comunicar y dejar salir todo lo que lleva dentro. Pero le cuesta tanto atreverse... Esta secuencia repetida en la vida actual de David es la estructura recurrente de varias historias en las que él mismo comprende la dinámica de su Juego favorito, pero lo comprende a partir de las narraciones que él mismo explica, o escribe, con su significado específico, personajes reales, dilemas concretos que para él tienen sentido, y también empieza a vislumbrar las oportunidades de cambio de esta secuencia recurrente de su historia, porque empieza a vislumbrar una historia alternativa (guión) en la que esta secuencia no tendría sentido. El crecimiento se materializa en pequeñas re-escrituras de las narraciones que David escribe porque también le son propias (aquellas situaciones en las que se siente más libre), y que enriquecen y dotan de un nuevo sentido a su historia.

## ESTADOS DEL YO

Berne consideraba los estados del Yo como realidades fenomenológicas. Sin perjuicio de que la reciente investigación psico-neurológica tiende a proponer la existencia de sistemas neuronales con algunas funciones específicas, no podemos caer en la tentación de ver en ello la confirmación empírica del modelo berniano. Esta confirmación está aun lejos de existir. Por tanto, aunque Berne en su teoría de los estados del Yo se posicionaba desde una perspectiva paradigmática, en realidad estaba proponiendo una metáfora, efectiva sin duda, de los procesos mentales de la persona (Gobes, 1990). Y ello nos permite una lectura narrativa de los estados del Yo.

Siguiendo a Hine (1997), cada estado del Yo es un mecanismo de adaptación distinto ante los estímulos (internos y externos) que recibe la persona. La diferencia entre uno y otro está en el tipo de información percibido: pensamientos, emociones y conductas de las figuras parentales en el Padre, secuen-

cias causa – efecto para incidir en el entorno, en el Adulto, y pensamientos, emociones y conductas útiles en la interacción con otras personas en el Niño. Lo que tienen en común los tres estados es que se construyen a partir de una selección de los estímulos que va generando representaciones de la realidad. Es decir, cada estado del Yo se compone de narraciones escritas a partir de información distinta y, por tanto, resultan en narraciones distintas: la que explica cómo pensaban, sentían y se comportaban otras personas (Padre), la que explica cómo pensar, sentir y comportarse eficazmente en el aquí y ahora (Adulto), y la que narra los pensamientos, emociones y conductas de la propia persona en una edad anterior a la que tiene ahora (Niño).

Esta visión de los estados del Yo, una vez más, amplía los matices y complejidad del modelo original, pero no lo contradice. En efecto, si consideramos que, por ejemplo, en el estado Padre tenemos introyectados mensajes parentales (fundamentalmente no verbales) que se han convertido en normas en el aquí y ahora, tenemos menos información que si consideramos esas normas como el resultado de una percepción, selección y reconstrucción narrativa de lo que veíamos en otras personas significativas en un contexto determinado. Desde este punto de vista, la armonía o conflictividad interna surgirá de la mayor o menor facilidad de integración de narraciones distintas (cada estado del Yo) sobre la misma situación.

Pero las narraciones no son un proceso exclusivamente cognitivo, sino también relacional. Como recuerdan Allen y Allen (1997) “la narrativa emerge de la interacción entre el que la explica y el que la oye”, y ello nos introduce en el terreno de las transacciones. En la definición tradicional una transacción es un intercambio comunicativo entre un estado del Yo y otro estado del Yo. Narrativamente esta definición se traduce en la construcción compartida de una narración conjunta. Construcción que puede ser fácil (transacciones complementarias) o crítica

(transacciones cruzadas). Por supuesto que debemos diferenciar las transacciones que están “fuera” del Guión (Adulto a Adulto y Niño Natural a Niño Natural) que improvisan una narración en lugar de interpretar una partitura previamente escrita.

El aspecto más interesante de una lectura narrativa de una transacción es la posibilidad que abre a la comprensión del significado de las dos historias en acción y a la identificación de las partes obviadas de la experiencia que cada narración comporta. Por supuesto permite también, como en el análisis de transacciones tradicional, ver los intentos de influencia que cada participante ejerce sobre el otro (qué estado del Yo busca en su interlocutor).

Imaginemos la siguiente conversación entre David y su jefe:

Jefe: “escucha David, he pensado que podrías encargarte de la negociación del nuevo contrato con el señor López. Es muy quisquilloso y tú tienes mucha paciencia con él. A mí, la verdad, en ocasiones me hace perder los nervios...”.

David: “claro, encantado” (en su interior ya ve el rostro seco y poco amigable del señor López y empieza a sentirse inseguro anticipando la reunión).

Jefe: “David, no te veo muy animado...”.

David: “sí claro que estoy animado, es una gran oportunidad para mí, sólo que... cuesta tanto que el señor López escuche las ideas que le podamos proponer”.

Jefe: “él es el cliente, si no atiende tus sugerencias, pues hacemos lo que él pide y ya está”.

David: “sí claro, no te preocupes...” (por dentro David siente que hubiera preferido que su jefe no hubiera confiado en él para esta tarea).

En esta serie de transacciones vemos la confrontación de dos narraciones distintas, la del jefe es de confianza en David porque se centra en su capacidad profesional y aunque intuye alguna dificultad en David la descuenta. La narración de David se focaliza en su temor, anticipa la conversación con el cliente y descuenta la demostración

de confianza de su jefe. Ambas narraciones pueden ser enriquecidas, y la oportunidad de David reside en ampliar su narración con las partes que obvia e invitar a su jefe a hacer lo mismo para ofrecerle seguridad además de confianza. Una vez más vemos cómo la visión narrativa complementa y amplía las posibilidades que nos ofrece la visión más analítica tradicional.

## A MODO DE CONCLUSIÓN

De forma muy resumida se han planteado a lo largo de estas páginas algunas de las posibilidades que ofrece una lectura en clave narrativa del Análisis Transaccional. Como síntesis final destacaremos las ventajas que, en nuestra opinión, ello ofrece:

Una lectura narrativa es altamente congruente con la visión clásica, incluso en aquellos instrumentos que en su origen tienen una orientación más analítica, ya que ésta puede ser considerada como una síntesis de la información que ofrecen las lecturas narrativas. Estamos pues, ante una visión complementaria y no opuesta. No debería significar, por tanto, ninguna crisis dentro de la comunidad de transaccionalistas.

Permite una mejor integración de los distintos instrumentos transaccionales, que en ocasiones presentan algunas inconsistencias de estructuración interna, cosa lógica si tenemos en cuenta que el modelo berniano es sumamente ambicioso, al intentar integrar procesos intrapsíquicos, relacionales y sociales. Se convierte, pues, en una oportunidad para mejorar la consistencia del modelo transaccional y facilitar su aceptación en medios académicos.

Ofrece una vía para la actualización del Análisis Transaccional, teoría analítica propia de la Modernidad, para adaptarla mejor a los valores sociales de la Post-modernidad. Es una oportunidad, también, para mejorar la receptividad social del modelo en una sociedad muy distinta de la que le vio crecer en los años sesenta del siglo XX.

## REFERENCIAS

- Allenn, J.R. y Allen, B.A. (1995). Narrative theory, Redecision Therapy, and postmodernism. *T.A.J.* 25, 4.
- Allen, J.R. y Allen B.A. (1997). A new type of T.A. and one version of script work with a constructionist sensibility. *T.A.J.*, 27, 2.
- Berne, E. (1973, 1974). *¿Qué dice Ud. después de decir hola?* (10ª edición). Barcelona: Grijalbo.
- Cruner, J. (2002). *Pourquoi nous racontons-nous des histoires?* Paris: Editions Retz
- Casado, L. (1987). *Análisis Transaccional, aquí y ahora*. Barcelona: BPPH
- Klarkson, P. (1993). Transactional Analysis as humanistic therapy. *T.A.J.*, 23, 1.
- Doan, R.E. (1997). Narrative Therapy, Postmodernism, Social Constructionism, and Constructivism: discussion and distinctions. *T.A.J.*, 27, 2.
- English, F. (1977, 1979). Rebusques y extorsión de caricias como raíz de los juegos. En R.G. Blakeney -Ed.-. *Manual de Análisis transaccional*. Buenos Aires: Paidós.
- Gobes, L. (1990). Ego States – metaphor or reality?. *T.A.J.*, 20, 3.
- Hine, J. (1997). Mind structure and Ego States. *T.A.J.* 27, 4.
- Kenny, V. (1997). Constructivism – Everybody has won and all must have prizes. *T.A.J.*, 27, 2.
- Kerstesz, R. (1973). *Introducción al Análisis Transaccional*. Buenos Aires: Paidós.
- Kertesz, R. e Induni, G. (1978). *Manual de Análisis Transaccional*. Buenos Aires: Conantal
- Loria, B.R. (1995). Structure Determinism and Script Analysis: a bringing forth alternative realities. *T.A.J.* 25, 2.
- Martorell, J. L. (1986). Posición existencial y relaciones objetales. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 16.
- Martorell, J. L. (1990). El análisis de juegos en la terapia familiar. *Cuadernos de Terapia Familiar*, 15.
- Martorell, J. L. (1998). Del mentalismo al constructivismo: el peregrinaje de una teoría. *Revista de Psicoterapia*, 33.

- Martorell, J. L. (2002). *El análisis de juegos transaccionales. Un estudio empírico*. Madrid : UNED Ediciones.
- Martorell, J. L. y Casado L. (2001). Epistemología del Análisis Transaccional. *Revista de Análisis transaccional y Psicología Humanista*, 45.
- Massey, R. (1989a). Integrating systems theory and TA in couples therapy. *T.A.J.*, 19, 3.
- Massey, R. (1989b): Techniques in integrating TA and systems theory in couples therapy. *T.A.J.*, 19, 3.
- Massey, R. (1989c). Systemic contexts for children's scripting. *T.A.J.*, 19, 4.
- Newton, H. (2006). Script . *Psychological life plans and the Learning Cycle*, .36, 3.
- Miglioni, A. (1998). Análisis Transaccional psicodinámico: el sistema terapeuta – paciente, alianza, pseudoalianza y anticontrato. *Revista de Psicoterapia*, 33.
- Moiso, C. (1985). Ego states and transference. *T.A.J.*, 15.
- Novellino, M (2005). Transactional Psychoanalysis: Epistemological foundations. *T.A.J.*, 35 .
- Novellino, M. y Mig. Opera Don Uva.
- Novellino, M. y Moiso, C. (1990). The psychodynamic approach to T.A.. *T.A.J.*, 20, 3.
- Parry, A. (1997). Why tell stories: the narrative construction of the reality. *T.A.J.*, 27, 2.
- Schlegel, L. (1998). What is T.A.?. *T.A.J.*, 28, 4.
- Steiner, C. y Novellino, M. (2005). Theoretical diversity: a debate about Transactional Analysis and Psychoanalysis. *T.A.J.*, 35, 2.
- Tirangiel, H. (2002). The other side of the Story. *T.A.J.*, 32, 3.

## ESTRUCTURA Y DINÁMICA DE LA SUPERVISIÓN\*

JESÚS CUADRA PÉREZ\*\*

Analista Transaccional Psicoterapeuta  
Analista Transaccional Docente y Supervisor (TSTA)

### RESUMEN

*El autor analiza el papel de la supervisión en el contexto de un proceso de entrenamiento profesional en general y de la aplicación del Análisis Transaccional en particular. Aborda los aspectos estructurales, los métodos y la dinámica relacional de la relación de supervisión tal y como se describe en un contexto profesional de la psicoterapia.*

**Palabras clave:** Supervisión, entrenamiento profesional, aspectos estructurales, métodos y dinámicas relacionales.

### ABSTRACT

*The author analyzes the supervision role in the context of a professional training process in general and, specifically, of applied AT. He also undertakes structural aspects, methods and relational dynamics of supervision in a psychotherapy professional context.*

**Key words:** Supervision, professional training, structural aspects, methods and relational dynamics.

### PRESENTACIÓN

Cuando empecé a formarme como psicoterapeuta, comencé perteneciendo a un grupo de supervisión en el que yo era novato e inexperto. Dirigía el grupo Corinne Gledhill que venía de Londres para darnos entrenamiento en Análisis Transaccional a un grupo de personas que queríamos certificarnos como Analistas Transaccionales según los estándares de la ITAA - EATA.

Hoy soy Analista Transaccional Certificado y también conseguí acreditarme como Analista Transaccional Docente y Supervi-

sor por el Comité de Certificaciones de EATA y de la ITAA.

Desde entonces tengo que reconocer que he aprendido casi tanto de la supervisión como de mis clientes que, al abrirme su corazón, son las personas que más me han enseñado de la vida y de las posibilidades de esta relación tan especial que es la psicoterapia.

En este seminario quiero reflexionar sobre la Estructura y la Dinámica de la Supervisión tal y como la veo desde mi experiencia y desde el marco teórico y cultural al que me adhiero que es el Análisis Transaccional.

\* Trabajo presentado en el XIII Congreso de A.T. de Barcelona el 1 de julio 2006.

\*\* jcuadra@en-contacto.net



## DEFINICIÓN DE SUPERVISIÓN

Según Petruska Clarkson (1992):

La supervisión es una relación especial, de carácter contractual y de múltiples facetas entre dos personas (supervisor y supervisado), o entre un supervisor y un grupo de supervisados, que se da con el propósito explícito de proporcionar un foro de apoyo para el entrenamiento y para el control del trabajo del supervisado y del supervisor. Debe incluir un código de la práctica para la profesión, un código de ética y unos requisitos organizacionales y administrativos, en el contexto de los cuales tiene lugar la supervisión (p. 272).

## LAS METAS DE LA SUPERVISIÓN

Siguiendo las sugerencias de Richard Erskine (1982), podemos decir que las metas más generales de la supervisión son promover psicoterapeutas competentes y éticos y facilitar el desarrollo profesional del psicoterapeuta.

Pero a lo largo del proceso, y no siempre de una manera lineal, la supervisión también ha sido para mí, y pienso que puede ser útil en general, para adquirir habilidades terapéuticas y aprender a aplicar la teoría a la práctica clínica. Esto es especialmente así cuando se da en un grupo de formación y/o de supervisión.

Esta experiencia y práctica de exponer de manera sistemática el trabajo que realizamos a la observación y el feedback de los otros y del supervisor contribuye a ir construyendo la confianza personal y profesional hasta adquirir una identidad como terapeuta.

Posteriormente, en la supervisión he ido buscando refinar los planes de tratamiento para pacientes concretos y las dificultades específicas con las que me iba encontrando en la práctica concreta. Por último, la supervisión ha sido una oportunidad continua para resolver los asuntos de transferencia y de contratrtransferencia que emergen tanto en la

relación terapéutica como en la relación con el supervisor. Esto es una necesidad permanente para los profesionales que nos dedicamos a una actividad basada en la relación profunda como es la psicoterapia.

## LOS SUJETOS Y OBJETOS DE LA SUPERVISIÓN

De modo que los sujetos principales de este proceso que llamamos supervisión son el terapeuta, el grupo de supervisión y el supervisor, al menos en primer plano. Sin embargo, durante el proceso de supervisión los objetos de atención son o pueden ser, y no necesariamente en este orden:

- El cliente, su situación, su entorno, el sistema social en el se encuadra el o los escenarios donde se desarrolla su vida y donde vive su problema.
- El tipo de problema del cliente, lo cual nos llevará a los distintos aspectos de la psicopatología y el diagnóstico.
- Lo mismo referido a los sujetos de la supervisión, lo cual supone enfocar la supervisión sobre las necesidades, deseos, limitaciones y posibilidades del profesional en supervisión y las posibilidades de aprendizaje para él o para los otros miembros del grupo de pares en cada presentación.
- Y por supuesto, también, las distintas relaciones que se establecen tanto en la práctica profesional como en la propia supervisión, sea individual o en grupo. Esto supone afrontar los contratos en cada nivel de enfoque, los distintos fenómenos transferenciales y cotrattransferenciales incluidos los 'procesos paralelos' que se dan en las distintas relaciones (cliente-terapeuta, terapeuta-supervisor, etc.).

## FILOSOFÍA DE BASE DE LA SUPERVISIÓN

Esta supervisión, al igual que la teoría y la práctica del Análisis Transaccional se ba-

san en algunos principios de la Filosofía Humanista.

Se parte del principio de que “*todos nacemos bien*”; Berne (1966, 1983) decía metafóricamente que “*todos nacemos príncipes y princesas*” (p. 324). Es un principio de consideración positiva y un respeto recíproco: “*Yo soy OK - Tú eres OK, y ellos (los clientes) son OK*”.

El segundo principio de la supervisión es que *todos tenemos un cierto potencial humano que podemos desarrollar* y en concreto *todos tenemos la capacidad de pensar por nosotros mismos*.

El tercer principio es que las personas somos *responsables* de nuestras vidas y decidimos nuestro destino y lo que es bueno para nosotros en cada momento. Pero *todos podemos cambiar en pos de la autonomía* y tomar nuevas decisiones.

## PRESUPUESTOS DE LA PRÁCTICA

En cuanto a la práctica, y de manera congruente con la práctica clínica transaccional, la supervisión se basa en estos dos principios:

- *El método es contractual (terapeuta y cliente(s) han de enunciar el cambio a alcanzar con el proceso de supervisión y acordar mutuamente el objeto).*

Esto supone un compromiso en una relación claramente definida que incluye una responsabilidad conjunta en cuanto al proceso de aprendizaje y desarrollo profesional.

- *Comunicación abierta.*

Compromiso de una comunicación abierta, por ejemplo en lo que concierne a las reuniones de presentación de casos, las notas y los informes de supervisión, las referencias a otros profesionales, etc.

La supervisión contractual tiene algunas ventajas importantes, supone:

- Respeto a la autonomía de las personas en supervisión.
- Disminuir la probabilidad: de que los que están en supervisión se impliquen en juegos como:

- *Dame una patada,*
- *Estúpido,*
- *Hazme algo;*
- Y de que los supervisores jueguen juegos como:
  - *Blemish (Defecto),*
  - *Sólo estoy tratando de ayudarte (SETA),*
  - *Te pillé.*

## MODOS DE SUPERVISIÓN

Con frecuencia, el que empieza a hacer supervisión se plantea la cuestión de cómo hacerlo. La supervisión puede ser individual y en grupo y hay muchos modos de llevar a cabo la supervisión, pero los más comunes y efectivos son:

- *En vivo:* Esto requiere organizar la supervisión de modo que el supervisor pueda asistir como observador (generalmente no participante) a la sesión de terapia individual o en grupo. Previamente ha de conseguir el consentimiento del cliente y ha de explicar la función profesional de esta presencia para el desarrollo profesional del terapeuta, con respeto a la confidencialidad. Posteriormente se analiza y discute la sesión con el supervisor sin o con la presencia del o de los clientes según lo acordado. A este respecto son interesantes las ideas y la práctica iniciada por Eric Berne (1983) sobre la participación de los pacientes en las sesiones de supervisión.
- *Con dispositivos de observación fuera de la sala* (espejos unidireccionales, cámaras de video, etc.). Son métodos basados en las técnicas de micro-enseñanza adoptados después para la psicoterapia y supervisión, en especial la terapia sistémica. Requieren, como antes, el consentimiento previo de los pacientes y explicar la función profesional, siempre con respeto a la confidencialidad.
- *Con grabaciones de video o de audio.* Como en los casos anteriores, se requiere el permiso previo de los pacien-

tes y la adecuada información y compromiso del uso que va a darse a la grabación dentro del respeto a la confidencialidad.

Todos estos modos facilitan la observación de las transacciones, tal y como se dan en la relación terapéutica. Por otra parte, facilitan la reflexión y la revisión de las distintas operaciones terapéuticas tantas veces como el profesional quiera para identificar aspectos que en una primera observación pueden haber pasado desapercibidos y para observar la misma secuencia con esquemas conceptuales diferentes (¿Qué pasa desde el punto de vista de las transacciones? ¿Qué estados del yo están implicados? ¿Cuáles son las posiciones vitales de cada uno de los participantes? ¿Cuáles son las creencias del guión explícitas o implícitas que se observan o se manifiestan? ...).

- *Presentaciones de informes o notas de casos y situaciones* clínicas con diversos aspectos de la práctica profesional, de las relaciones difíciles o conflictivas, de asuntos de diagnóstico o de planes de tratamiento o de diversos aspectos del encuadre profesional, etc.

Este tipo de presentaciones es el más comúnmente utilizado en contextos médicos u hospitalarios y pueden ir documentados y elaborados con diverso grado de detalle y de fundamentación.

Pero no hay que olvidar que en un marco contractual es importante cuál es la demanda del presentador y cuál es el objeto de dicha presentación de cara al desarrollo profesional del terapeuta.

Por último, también pueden utilizarse modos psicodramáticos y gestálticos de supervisión que permitan desarrollar el 'darse cuenta' y aumentar las opciones profesionales a propósito de los asuntos presentados a la supervisión. Estos pueden incluir:

- *Representaciones de roles;*
- *Proyecciones e identificaciones* sobre sillas vacías, sobre objetos emocionalmente significativos o sobre objetos creados (pinturas, dibujos, colores, etc.);

- *Esculturas y constelaciones;*
- *Otros*, de modo que permitan reapropiarse de aspectos inconscientes que están presentes en las dificultades aportadas a la supervisión.

## LOS ASPECTOS MÁS FRECUENTES ENFOCADOS EN LA SUPERVISIÓN

La formación-entrenamiento de un profesional para lograr la Certificación como Analista Transaccional por el Comité de Certificaciones de la EATA-ITAA, es una elección personal y un proceso de desarrollo profesional que requiere tener una profesión pertinente donde poder aplicar el Análisis Transaccional: a la psicoterapia, la educación, la orientación o counseling y las organizaciones.

El entrenamiento se basa en adquirir y desarrollar un conjunto de competencias básicas en cada uno de los campos de aplicación del Análisis Transaccional, más que en un currículo determinado. El proceso, no obstante, requiere un contrato de entrenamiento con una persona debidamente acreditada y respaldada por la EATA-ITAA. Estas personas acreditadas son los Analistas Transaccionales Docentes y Supervisores (TSTA) o las personas que están en contrato de entrenamiento para serlo (PTSTA).

Una parte esencial de este proceso es la supervisión de la práctica profesional, de modo que la formación-entrenamiento como Analista Transaccional requiere de formación teórica, práctica profesional, supervisión y resolución de las dificultades personales que surjan en la práctica profesional y que puedan tener relación con asuntos personales, es decir psicoterapia o crecimiento personal.

Por lo tanto, los aspectos más frecuentemente enfocados en la supervisión profesional de las personas en formación-entrenamiento para Analistas Transaccionales suelen ser:

- El diagnóstico y plan de tratamiento;
- Estrategias y técnicas de intervención;

- Problemas y dificultades en las relación terapéutica:
  - El proceso paralelo,
  - Transferencia y contratransferencia;
- Aspectos éticos y profesionales de la actividad profesional;
- Aspectos relacionados con la certificación y los exámenes.

## **FUNCIONES DE LA SUPERVISIÓN**

En este contexto, las funciones de la supervisión pueden analizarse en varios aspectos:

- a) Aspectos educativo / formativo:
  - Desarrollo del Analista Transaccional en formación (o de un formador o de un supervisor en formación):
    - Teoría,
    - Saber hacer,
    - Profesionalidad.
  - Responsabilidad del supervisor de dar al supervisado:
    - Feedback,
    - Directivas formativas,
    - Directivas que ayuden para su desarrollo,
- b) Aspectos de apoyo y reparación:
  - Respuesta del supervisor a la angustia:
    - La destreza.
    - El dolor del profesional frente:
      - Al material y
      - A las circunstancias de vida del cliente.
  - Distinguir juntos la frontera entre ...
    - La supervisión (que puede ser terapéutica) y
    - La terapia personal.
  - Asumir con claridad dentro del marco contractual la posibilidad de ...
    - Hacer trozos de terapia.
    - Hacer de terapeuta para el supervisado o alumno.
- c) Aspectos administrativos / normativos relativos a la certificación como Analista Transaccional:
  - Consideraciones y contratos de orden organizacional.

- Responsabilidad del supervisor transaccional:
  - Asegurar que el trabajo del supervisado sea:
    - Apropiado,
    - Ético y
    - Profesional.
  - Todo esto dentro del marco de:
    - Los códigos de ética y de la práctica profesional pertinentes, por ejemplo del PTSC de la EATA.

## **LOS LÍMITES DE LA SUPERVISIÓN**

La supervisión es, pues, una actividad relevante para la persona en entrenamiento profesional como Analista Transaccional y, en general, para cualquier profesional de modo continuado. No obstante hay que considerar los contornos o límites de la supervisión y estos tienen que ver con varios aspectos.

Por un lado, los aspectos personales. Esto supone plantearse: ¿Cuáles son los objetivos e intereses que me mueven a buscar supervisión? ¿Cuáles son mis cualidades personales y como encajan con las cualidades personales del potencial supervisor?

En segundo lugar, los aspectos profesionales en sí y, en ese sentido, es importante considerar el valor profesional que le asigno a qué requiere para mi profesión la supervisión así como la utilidad de la supervisión en mi carrera profesional ¿Qué papel juega la supervisión de cara a la certificación que deseo o que busco?

Por último, hay que tener en cuenta los aspectos legales que regulan la supervisión y también los aspectos éticos dentro de cada contexto profesional y, en concreto, dentro del Análisis Transaccional profesional tal y como está regulado en prácticamente todo el mundo por los Comités de Certificación de las asociaciones Europea e Internacional del Análisis Transaccional.

## BENEFICIOS DE LA SUPERVISIÓN

A modo de conclusión, la supervisión ha sido para mí, y en general es una actividad fundamental en el proceso de desarrollo profesional como terapeuta que me ha proporcionado:

- APOYO cuando lo he necesitado;
- CONTRASTE de opiniones en momentos de atasco o de dificultades;
- CONFRONTACIÓN de aspectos incongruentes o inadecuados de mi enfoque de las situaciones clínicas o profesionales;
- ENSEÑANZA-APRENDIZAJE continuo de una manera oportuna y pausada conforme los iba necesitando para mi desarrollo profesional en cada etapa;
- RECONOCIMIENTO por los progresos y los logros que iba teniendo en mi carrera profesional y en mi trabajo más allá del que proporcionan los clientes de manera directa;

- COMPLICIDAD profesional que ha contribuido a desarrollar mi identidad como terapeuta.

## REFERENCIAS

- Barnes, G. (1977). Techniques of Contractual Supervision. En M. James (Ed.). *Techniques in Transactional Analysis for Psychotherapists and Counselors*. Massachussets: Addison-Wesley P.C.
- Berne, E. (1966, 1983). *Introducción al tratamiento en grupo*. Barcelona: Grijalbo.
- Clarkson, P. (1992). *Transactional Psychotherapy an integrated approach*. London: Routledge.
- Erskine, R. G. (1982). Supervision of psychotherapy: Models for professional development. *Transactional Analysis Journal*, 12, 4, 314-21.

## IMPLICACIONES NEUROBIOLÓGICAS DEL TRAUMA E IMPLICACIONES PARA LA PSICOTERAPIA<sup>1</sup>

MARIO SALVADOR\*

Analista Transaccional Certificado por EATA-ITAA

### RESUMEN

*Una premisa importante en el TEPT (Trastorno de Estrés Postraumático) y en el DESNOS (Disorder of Extreme Distress not Otherwise Identified) son los síntomas persistentes de estimulación elevada en el SNA, los problemas relacionados con el acceso a los recuerdos dolorosos, y los problemas de regulación de los afectos. Desde los enfoques psicoterapéuticos relacionales conocemos el impacto del vínculo afectivo y la sintonía afectiva en la maduración tanto de las funciones neurológicas como en la maduración de los propios sistemas neuronales. Los fenómenos de activación del sistema nervioso son altamente resistentes a la modificación a través de las terapias verbales. En este artículo revisamos los mecanismos neurobiológicos implicados en la reacción a las experiencias traumáticas así como los efectos del trauma acumulativo en la maduración neurobiológica.*

**Palabras clave:** Trastorno de estrés postraumático, Desorden de Estrés Agudo, experiencias traumáticas, trauma acumulativo, terapias verbales.

### ABSTRACT

*An important premise of PTSD (Posttraumatic Stress Disorder) and in DESNOS (Disorder of Extreme Distress not Otherwise Identified) is the persistent symptoms of stimulation risen in the autonomous nervous System, the problems related with the access to the painful memories, and affect regulation problems. From therapeutic relational approaches, we know the impact of affective bond and affective attunement in neurological maturation and functioning and in building neural networks. Nervous system activation phenomenos are highly resistant to modification through verbal therapies. In this article we review neurobiologic mechanisms involved in reaction to traumatic experiences as well as effects of cumulative trauma in neurobiologic maturation.*

**Key words:** Disorder of posttraumatic stress, disorder of extreme distress, traumatic experiences, cumulative trauma, verbal therapies.

<sup>1</sup> Taller presentado en el XII Congreso Español de AT en Zaragoza, Septiembre del 2004.

\* **Mario C. Salvador** es psicólogo clínico y psicoterapeuta (Analista Transaccional Certificado por EATA-ITAA; Nivel II de EMDR, psicoterapeuta Integrativo), Director de Alecés, Instituto de Psicoterapia Integrativa y Desarrollo Humano. Facilita talleres sobre el tratamiento psicológico del trauma en diversas instituciones. [www.aleces.com](http://www.aleces.com). E-mail: [msalvador@cop.es](mailto:msalvador@cop.es)



## SUPERVIVENCIA Y SISTEMA NERVIOSO

El **sistema límbico** es la parte del cerebro que regula la conducta de supervivencia y la expresión emocional (comer, respuesta sexual, reacciones de lucha-huida); es el sistema encargado de la activación rápida del organismo ante una situación de emergencia sin la intervención previa del procesamiento cognitivo. Asimismo, el sistema límbico también influencia el procesamiento de la memoria.

Se relaciona estrechamente con el SNA (Sistema Nervioso Autónomo), en el sentido de que evalúa la situación e informa al organismo si tranquilizarse o prepararse para el esfuerzo. El SNA regula la tensión muscular, el sistema cardiocirculatorio, los pulmones, los intestinos, las pupilas, etc. La rama Simpática (SNS) se activa en estados de alerta o estrés, tanto positivo (eustress) como negativo (distress); mientras que la rama Parasimpática (SNP) se activa en estados de descanso y relajación, favoreciendo el descenso de la actividad del organismo. En funcionamiento homeostático del organismo ambas ramas alternan su activación sucediendo a un período de actividad y fatiga un proceso de descanso y recuperación.

En las personas con TEPT (Trastorno de Estrés Post-Traumático), DESNOS (Disorder of Extreme Distress not Otherwise Identified; Desorden de Distress Extremo no Identificado de otra manera) y también en las personas que han vivido un trauma acumulativo por haber crecido en un sistema negligente o de abandono los problemas de regulación de la respuesta afectiva y las manifestaciones somáticas son asuntos centrales. Parece que la glándula adrenal no libera suficiente cortisol para detener la reacción de alarma del organismo. La reacción de alarma continuada típica del TEPT es debida a la deficiencia de la producción de cortisol.

Cuando la amenaza es inevitable y escapar es imposible, se produce una reacción de parálisis; en este caso el Sistema Límbico puede activar simultáneamente a la activación del SNS el SNP, provocando un estado de "estar helado" denominado **Inmovilidad Tónica**. En este estado, la víctima del

trauma entra en un estado alterado: *el tiempo se enlentece y no hay miedo o dolor*. Esta es una respuesta de supervivencia ya que a veces el atacante pierde interés una vez que la víctima está muerta.

Es importante considerar que éstas son respuestas automáticas, no elegidas y biológicamente determinadas. Muchas víctimas de traumas severos sienten vergüenza o culpa por no haber reaccionado de una manera activa ante el peligro sin saber que ésta es una reacción natural. El hecho de saberlo puede facilitar el alivio de la culpa.

## LA MEMORIA Y EL SISTEMA NERVIOSO

El cerebro procesa las percepciones y las almacena como pensamientos, emociones, imágenes, sensaciones e impulsos conductuales. Cuando estos ítems se recuerdan, se llama memoria.

En función de los tipos de información y cómo se recuperan distinguimos dos tipos de memoria:

**Memoria explícita.** Lo que denominamos generalmente memoria. Es una memoria declarativa que comprende hechos, conceptos e ideas. Cuando una persona piensa conscientemente sobre algo y lo describe con palabras está empleando esta memoria. Depende del lenguaje, oral o escrito. El lenguaje es necesario tanto para almacenar como recuperar memorias explícitas. También implica el recuerdo de operaciones que requieren pensamiento y una narración paso a paso. La memoria explícita de un evento traumático implica narrar el evento de una manera cohesiva. Otro aspecto de la memoria explícita implica el emplazamiento histórico en un momento apropiado del tiempo vital.

**Memoria implícita.** Implica procedimientos y estados internos que son automáticos. Opera inconscientemente, a no ser que se hagan conscientes a través de una transición a memoria explícita que narre o dé sentido a la sensación, emoción u operación recordada. Inicialmente esta memoria se denominaba Memoria No declarativa o Proce-

dimental. Tiene que ver con el almacenamiento y recuerdo de procedimientos y conductas aprendidas (por ej. Montar en bicicleta). Parece que los recuerdos traumáticos son más fácilmente almacenados en la memoria implícita debido a que la amígdala no se inhibe con las hormonas de estrés que suprimen la actividad del hipocampo. No importa lo elevada que sea la estimulación, parece que la amígdala continúa funcionando. En algunos casos, pueden coexistir en un recuerdo implícito las emociones abrumadoras, las sensaciones corporales perturbadoras y los impulsos conductuales confusos sin acceder a la información relativa al contexto en el que se activaron o al que se refieren.

Estos tipos de memoria están relacionados con el **hipocampo y la amígdala**, dos núcleos cerebrales del sistema límbico.

La amígdala ayuda en el procesamiento y después en el almacenamiento de memorias cargadas con emociones muy intensas, mientras que el hipocampo provee de tiempo (secuenciación) y contexto espacial a un evento, colocando los recuerdos en una perspectiva apropiada y un lugar en la línea de tiempo del ciclo vital. El procesamiento del hipocampo da a los eventos un principio, una mitad y un final y procesa los datos necesarios para dar sentido a la experiencia dentro de la línea de tiempo de la historia personal (responde a “¿Cuándo ocurrió esto en mi vida?”), y la secuencia de la experiencia en sí (“¿Qué ocurrió primero, después y cómo acabó?”).

Durante una experiencia traumática la actividad del hipocampo es frecuentemente suprimida. La persona pierde la percepción del evento como algo que ya ha acabado y la víctima no se percibe como sobreviviente. Éste es probablemente el mecanismo en el centro de la quintaesencia de los síntomas somáticos y los flashback del TEPT. Unos recuerdan vívidos detalles y otros pocos, pero están plagados de sensaciones físicas y reacciones emocionales que no tienen sentido en el contexto presente. Nadel y Zola-Morgan (1984) encontraron que la amígdala está madura en el nacimiento, mientras que el hipocampo madura posteriormente, entre

el segundo y tercer año. Esto puede explicar la amnesia de las experiencias infantiles (se recuerdan las emociones y sensaciones físicas sin contexto o secuencia).

La función madura y adecuada tanto de la amígdala como del hipocampo es necesaria para un procesamiento suficiente de los eventos vitales, especialmente los estresantes, aunque en los eventos traumáticos no siempre es posible. A medida que aumenta el nivel de estrés pueden liberarse hormonas que suprimen la actividad del hipocampo, mientras la amígdala permanece funcionando inalteradamente. Es posible que la secreción prolongada de cortisol, tal como se encuentra en el trauma, afecte al hipocampo de esta manera (Gunnar & Barr, 1998). Esto puede explicar la distorsión de la memoria en el TEPT. Asimismo, se ha encontrado que las víctimas de TEPT tienen un hipocampo menor que la población general.

Recubriendo las estructuras más primitivas del cerebro está el Cortex, responsable de las funciones mentales superiores, que incluyen el habla, los pensamientos, la semántica y la memoria procesal. En la actualidad hay un gran interés en estudiar las funciones de procesamiento de la información y su relación con el sistema límbico. El cortex derecho (hemisferio derecho) parece jugar un papel importante en el almacenamiento de inputs sensoriales. Parece que la amígdala es la estructura límbica a través de la cual viaja la información sensorial en su camino hacia el córtex. Por otra parte, el cortex izquierdo (hemisferio izquierdo) parece tener una relación más íntima con el hipocampo. Además, parece depender del lenguaje para procesar la información. Van der Kol (1996) encontró que la actividad del área de Broca, que es la estructura cortical izquierda responsable del habla, está también suprimida (al igual que el hipocampo) durante el trauma. Él refiere este fenómeno como el “terror inenarrable” del trauma.

**Memorias condicionadas.** Durante un evento traumático pueden quedar asociados con el trauma muchas claves y estímulos tanto externos, del ambiente, como internos, de la propia experiencia somática. Las res-

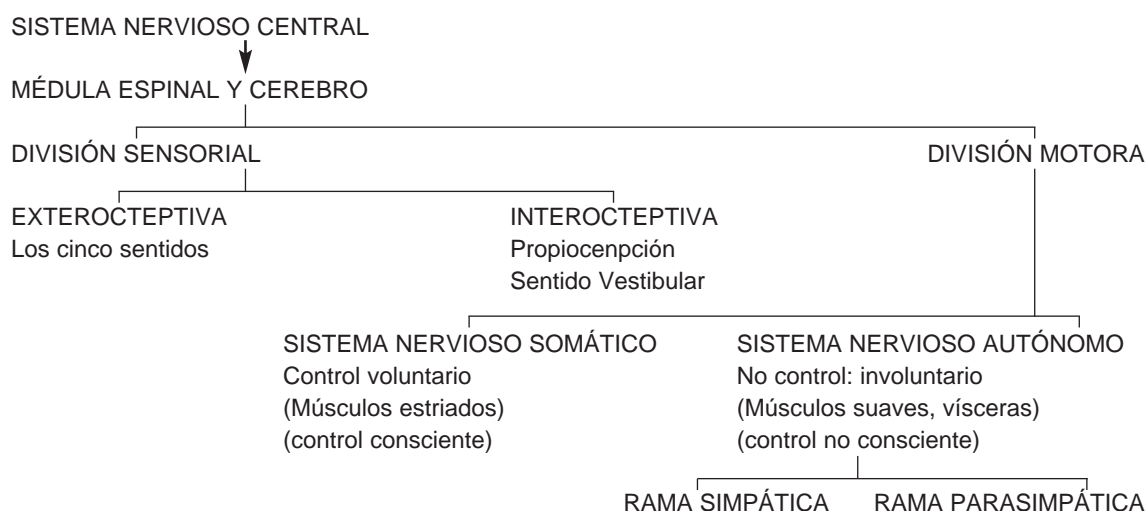
puestas condicionadas implican reacciones automáticas a un estímulo sin la intervención del pensamiento cognitivo o fáctico. Un problema adicional en las personas que han sido víctimas de trauma es que los estímulos activadores de la respuesta (triggers), estímulos que se recuerdan de manera normalmente inconsciente, son difíciles de rastrear debido a que, como demostró la teoría del condicionamiento clásico, se pueden crear cadenas de estímulos condicionados, dando lugar a que la persona asocie cada vez nuevos estímulos cuando reexperimenta las reacciones de pánico. El hecho de que la persona asocie la reacción de pánico a nuevos estímulos, cada vez más lejanos de la experiencia original, suele producir una gran confusión en la víctima, que es consciente de lo absurdo de experimentar pánico ante estímulos teóricamente neutros.

#### **Recuerdos de estados dependientes.**

Es otro fenómeno relacionado con el recuerdo traumático. Cuando un estado interno actual replica el estado interno, estado de ánimo, información u otros estados producidos durante el evento traumático, pueden provocar el recuerdo espontáneo. No es infrecuente que se recuerde un trauma debido a una condición interna (tasa cardíaca o respiratoria elevada, un estado particular de ánimo, etc.) que es una reminiscencia de la respuesta original al trauma. Este proceso puede ser puesto en marcha por multitud de estímulos activadores condicionados externos: un color, una imagen visual, un sabor, un toque, olor, etc. También puede producirse por ejercicio, excitación o activación sexual; en particular, por el ejercicio aeróbico debido a la rápida activación de las respuestas del organismo que recuerdan la activación del SNS sufrida en la experiencia del trauma. Cualquier cosa que sea un recuerdo del trauma puede ser un catalizador.

También es posible que un recuerdo del estado dependiente pueda producirse por una postura corporal que replique la del trauma. Por ejemplo, víctimas de violaciones pueden sentir pánico y respuestas somáticas desconcertantes al estar tumbadas boca arriba o al acercárseles alguien de improviso, si ésta fue la circunstancia en la que sufrieron el abuso. Lo particular de las vivencias traumáticas es que los recuerdos flotan libremente en el tiempo sin un final o lugar en la historia.

**Memorias somáticas.** Los recuerdos somáticos se basan en la red de comunicación del sistema nervioso corporal. Hay tres divisiones del Sistema Nervioso que son más relevantes en relación con el trauma: el sensorial, el autónomo y el somático.



**Figura 1:**  
*Divisiones relevantes del Sistema Nervioso respecto del trauma.*

## Raíces Sensoriales de la Memoria

La suma de la experiencia total empieza con inputs sensoriales tanto internos como externos. Hay dos sistemas sensoriales:

- a) *Exteroceptivos*: son nervios que reciben y transmiten información del ambiente exterior al cuerpo a través de los ojos, los oídos, la lengua, la nariz y la piel.
- b) *Interoceptivos*: nervios que reciben y transmiten información desde el interior del cuerpo, desde las vísceras y el tejido conectivo. Hay dos tipos principales de interocepción:
  - *Propioceptivo* que comprende: 1) El *sentido kinestésico*, que capacita para localizar las partes del cuerpo en el espacio; es un sentido central para la memoria implícita; ayuda a aprender y después recordar cómo se hace algo. 2) El *sentido interno*, que proporciona feedback del estado del cuerpo: tasa cardíaca, respiración, temperatura, tensión muscular, comodidad muscular; cada emoción –miedo, rabia, vergüenza, tristeza, interés, frustración, alegría– viene acompañada de un grupo de sensaciones corporales; esta biología de las emociones se llama “afecto”.
  - *El sentido Vestibular*. Ayuda al cuerpo a mantener una posición de equilibrio y el sentido de la gravedad.

## Las memorias somáticas y los sentidos

Nuestras primeras impresiones de una experiencia proceden de los sentidos tanto interoceptivos como exteroceptivos. Estas impresiones no están codificadas con palabras sino como sensaciones somáticas: olores, sonidos, gustos, movimientos, imágenes, etc. Los recuerdos de un evento almacenado en la memoria implícita como sensaciones pueden producirse si se replica un input sensorial similar (recuerdo de estado

dependiente). Ejemplo de esto es recordar una experiencia activada por una canción, un sabor u olor.

## Memoria Sensorial y Trauma

Frecuentemente, las personas que padecen TEPT han perdido la información explícita necesaria para dar sentido a los síntomas somáticos estresantes -las sensaciones corporales- muchas de las cuales son memorias implícitas del trauma.

Uno de los objetivos terapéuticos al trabajar con el trauma es ayudar a las personas a comprender sus sensaciones corporales. Primero deben sentir e identificarlo a un nivel corporal. Después deben emplear el lenguaje para nombrar y describirlo, narrando qué significado tiene la sensación en su vida actual. A veces, pero no siempre, es posible clarificar la relación entre las sensaciones y los traumas pasados.

## LA REGULACIÓN AFECTIVA

Los pacientes con TEPT alternan períodos de hiperactividad con períodos de agotamiento en sus cuerpos debido a que sufren los efectos de la sobre activación traumática de su SNS. Se vuelven temerosos no sólo del trauma sino también de sus respuestas al trauma. Las señales corporales que una vez fueron informativas se vuelven peligrosas, debido a que están asociadas al recuerdo del trauma. Los problemas de regular la intensidad de los afectos son un factor primordial en el abordaje inicial de las personas traumatizadas.

Regular los afectos no es algo que el ser humano tenga desarrollado en su nacimiento; lo va aprendiendo en el vínculo temprano con sus cuidadores significativos; es la madre o la persona que da los cuidados maternos la que calma y consuela al niño cuando está alterado. El apego y vínculo saludables entre el niño y su cuidador facilitan que el niño desarrolle la capacidad de autorregular los estímulos positivos y

negativos. Perry et al. (1995) proponen que las experiencias tempranas positivas son cruciales para organizar y desarrollar óptimamente las regiones cerebrales y para madurar las funciones. Al principio, la mayor parte del aprendizaje de la autorregulación tiene lugar a través del tacto y el sonido. Schore (1996) afirma que, poco después del nacimiento, el niño y su cuidador desarrollan un patrón de interacción que es central para el proceso de regulación. Aprenden a estimularse el uno al otro a través del contacto cara a cara, lo que capacita al niño para aclimatarse gradualmente a niveles de estimulación y activación más elevados. Estas interacciones entre cuidador y niño –vínculo y proximidad, alteración y regulación, estímulo y sintonía afectiva– son, según Schore, mediados por el hemisferio derecho.

Después del primer año, el niño adquiere más autonomía y el cuidador pasa de ser 100% nutritivo a poner límites y, a veces, causar dolor. Cómo el niño y el cuidador resuelven este cambio depende de tres factores:

- La solidez del vínculo
- La capacidad del cuidador de amar constantemente a pesar de estar enfadado con la conducta
- La capacidad del cuidador para establecer y mantener límites consistentes y equilibrados.

La predisposición al malestar psicológico se puede encontrar en situaciones estresantes durante el desarrollo temprano: negligencia, abuso sexual o físico, fallos en el vínculo con los cuidadores, incidentes traumáticos puntuales (hospitalización, muerte de un padre, accidente de coche, etc.). No obstante, como afirma Richard Erskine (1993), no es la experiencia traumática en sí lo que consolida el trauma en una fijación psicopatológica sino el no haber podido tratar el hecho traumático en una relación significativa que provea de un vínculo afectivo que ayude a recuperar la confianza y contravenga la vivencia de soledad y vacío vivida durante el trauma.

Puede ser que los mecanismos de supervivencia, como la disociación o quedarse helados de terror, se han hecho tan habituales durante las experiencias traumáticas tempranas que las estrategias más adaptativas nunca se han desarrollado o se han eliminado del repertorio de supervivencia.

### **SISTEMA NERVIOSOS AUTÓNOMO: SOBREATIVACIÓN Y REFLEJOS DE LUCHA, HUIDA Y PARÁLISIS**

Como ya he señalado, cuando ni la lucha ni la huida son posibles para enfrentarse al evento amenazante para la integridad física o psíquica, el Sistema Límbico ordena una activación simultánea de la estimulación de la Rama Parasimpática del SNA, que provoca una Inmovilidad Tónica (“quedarse helado de terror”). En estos casos la secreción de cortisol no es efectiva para detener la reacción de alarma y el cerebro continúa respondiendo como si estuviese bajo la amenaza.

Las personas con TEPT continúan viviendo con una activación crónica del SNA -hiperarousal- en sus cuerpos, produciendo síntomas físicos que son la base de la ansiedad, pánico, debilidad, estar exhaustos, problemas de concentración y de sueño. Lo que una vez fue una reacción defensiva necesaria, se convierte en síntomas perturbadores y en una incapacidad. Es habitual en estas personas la confusión como resultado de reconocer que la seguridad de la situación externa no coincide con la experiencia interna de amenaza.

La activación simultánea del SNS y el SNP tiene varios propósitos evolutivos, incluyendo la probabilidad de que, al quedarse paralizados, el depredador pierda interés; la analgesia es también una función importante de la inmovilidad tónica; se entumecen el cuerpo y la mente (Levine, 1992, 1997). Las personas entran en un estado alterado de conciencia en el que no sienten dolor ni miedo.



## La Disociación

Disociación significa que los aspectos emocionales, sensoriales, cognitivos y conductuales de la experiencia traumática no son integrados. La disociación puede identificarse como obnubilación, flashbacks, despersonalización, amnesia total o parcial, experiencias extracorporales, incapacidad para sentir emociones, conductas irracionales inexplicables, y reacciones emocionales que no parecen conectadas con la realidad.<sup>32</sup>

Según Loewenstein (1993) es posible que la disociación sea el intento de la mente de huir cuando luchar no es posible. Si la persona percibe que no puede luchar o escapar, y es inminente una grave amenaza o la muerte, el cuerpo se hiela o se paraliza; en este estado la persona entra en una realidad alterada. Esto es una reacción instantánea e instintiva (más allá del control del individuo). En la parálisis se segregan endorfinas, como anestésicos naturales, y, en última instancia, la psique se disocia de la experiencia. Así, los recuerdos traumáticos parecen flotar libremente en lugar de ocupar un lugar en el pasado.

Como afirma R. G. Erskine (1993):

La disociación es un proceso defensivo complejo que mantiene la estabilidad física y mental. Durante una experiencia traumática, la disociación permite a una persona separarse cognitiva y emocionalmente de la experiencia, adaptarse físicamente y ajustarse conductualmente a las exigencias exteriores. Continuar con la disociación después del evento traumático permite a la persona desengancharse de las necesidades y emociones relacionadas con él y evadirse

de los recuerdos y su impacto devastador... La presencia de disociación es un indicador altamente fiable de un abuso previo, sea este físico, mental y/o sexual. En algunos casos, la disociación es una reacción al abandono temprano, a un dolor severo prolongado, experiencias cercanas a la muerte y/o negligencias prolongadas. Estas experiencias de desamparo en la infancia casi siempre amenazan la estabilidad cognitiva y emocional, la seguridad física e incluso la vida del individuo. Las defensas psicológicas protegen contra el dolor de estímulos abrumadores, necesidades insatisfechas y emociones inexpressadas. Para conseguir sobrevivir y adaptarse lo mejor posible, mucha gente mantiene esas necesidades, sentimientos y recuerdos traumáticos fuera de la conciencia. El resultado es una fijación de defensas -el mantenimiento en el presente de patrones de repetición y defensa psicológica que fueron necesarios en el pasado-. Estas defensas fijadas interrumpen la habilidad del individuo para contactar tanto internamente consigo mismo como externamente con los demás. Debido a la fijación de las defensas que provocan la "interrupción del contacto", las experiencias traumáticas permanecen disociadas como estados del yo separados en vez de integradas en la neopsique del yo en el Aquí-Ahora (p.184-185).

Parece ser una forma de fragmentación de la conciencia que va desde simplemente "olvidarse" de lo que uno va a hacer hasta un Desorden de Identidad Disociativo DID (antes Personalidad Múltiple). La disociación en una fragmentación de la conciencia.

<sup>32</sup> El **Desorden Disociativo** se define como "... una perturbación o alteración en las funciones normalmente integradoras de identidad, memoria, o conciencia" (DSM IV, 1995), mientras el **Desorden de Somatización** se caracteriza por las quejas somáticas en la ausencia de resultados orgánicos. La **regulación de los afectos** incluye la dificultad de modular el enojo, conductas autodestructivas y suicidas crónicas, dificultad de modular el impulso sexual, y la impulsividad de la conducta.



El Desorden disociativo se define como “... una perturbación o alteración de las funciones normales de identidad, memoria o conciencia”.

Los trastornos disociativos pueden incluir fenómenos y niveles de:

- Amnesia,
- Sentirse anestesiado y no sentir dolor,
- Cortar las emociones (embotamiento o entumecimiento),
- Sentirse fuera del cuerpo (despersonalización),
- Sentirse alejado de la realidad (irrealidad),
- Separar diferentes partes de la personalidad (DID; el más grave).

El tipo de disociación experimentado en el TEPT implica: sentido del tiempo alterado, reducción de las sensaciones de dolor, ausencia de terror, negación a recordar. Es posible que la disociación sea un intento de la mente de huir cuando no podemos escapar.

Levine (2005) afirma que, durante el trauma, los elementos de la experiencia se desconectan. Una persona con TEPT puede relatar posteriormente un recuerdo visual perturbador (imagen), y una emoción fuerte conectada (afecto), pero puede no encontrarle ningún sentido (disociación del significado); un niño puede mostrar conductas repetitivas después de un trauma (conducta), pero no muestra ninguna emoción (afecto disociado).

Asimismo, los *flashbacks* son fragmentos de experiencias sensoriales que implican afectos, imágenes visuales, táctiles, sabores, olores y sistemas motores (Van der Kolk & Fisler, 1995).

IMPLICACIONES TERAPÉUTICAS

Diferentes autores proponen una secuencia de etapas necesaria para el tratamiento de las personas que han sido sometidas a traumas severos o acumulativos. En el cuadro de abajo expongo una comparación entre las etapas propuestas de Judith Herman en relación con las etapas propuestas por Eric Berne de manera que podamos empa-

rejar los distintos enfoques:

**Tabla 1:** Comparación entre las etapas terapéuticas propuestas por Judith Herman (1994) y Eric Berne (1961).

<i>Fases de recuperación de un shock (Herman)</i>	<i>Fases de tratamiento (Berne)</i>
<i>Seguridad y Capacitación</i>	<i>Contrato</i>
<i>Recuerdo</i>	<i>Descontaminación</i>
<i>+ Duelo, aflicción</i>	<i>Desconfusión</i>
<i>Reconexión</i>	<i>Redecisión</i>
<i>(Reorientación)</i>	<i>Reaprendizaje</i>
	<i>Terminación</i>

En el abordaje original de los fenómenos postraumáticos y disociativos, Janet (1925) distinguía tres fases en el tratamiento del TEPT:

1. Contención, estabilización y reducción de síntoma
2. Modificación de los recuerdos traumáticos,
3. Integración y rehabilitación de la personalidad.

En esencia, estas tres fases recogen e incluyen las etapas que Herman (1994) y Berne (1961) proponían. El objetivo del tratamiento del TEPT es ayudar a la persona a vivir en el presente, sin comportarse o sentirse de acuerdo a exigencias irrelevantes que pertenecen al pasado. Psicológicamente, significa que hay que situar las experiencias en TIEMPO Y LUGAR PASADO y distinguirlas de la realidad presente. No obstante, la sobreactivación, las revivencias intrusivas, el entumecimiento y la disociación continúan confundiendo el presente con el pasado.

La estabilización consiste en aprender cómo interpretar correctamente los fragmentos sensoriales intrusivos de la experiencia traumática. En los pacientes de TEPT es crítico etiquetar qué está ocurriendo en sus cuerpos y ayudarles a entender y procesar su experiencia somática; es útil re-

encuadrar muchas de sus conductas como síntomas de haber sido desbordados por las sensaciones físicas asociadas al trauma.

En lo que resta del artículo me centraré primordialmente en los aspectos de la preparación del paciente (Fase I: Contención, estabilización y reducción de los síntomas) para poder tratar posteriormente los recuerdos traumáticos, dada la limitación del espacio, y por el énfasis en los aspectos relacionados con la hiperactivación del sistema neurológico, objeto del presente texto. En el abordaje de los fenómenos de hiperactivación del SN del paciente traumatizado hemos de afrontar con carácter primordial los fenómenos de regulación de los afectos; dado que, como señalaré posteriormente, tanto la sobre como la hipoactivación del SNA impiden el funcionamiento del hipocampo y el córtex y, por tanto, dificultan asimilar e integrar la experiencia para traducirla a una memoria explícita; en términos de Análisis Transaccional, el Adulto del paciente no está catectizado y la persona no tiene un contacto suficiente con la realidad actual y con el terapeuta como figura reparadora. El entrenamiento en *la Regulación Emocional* consiste en identificar, etiquetar y alterar los estados emocionales. El terapeuta anima al paciente a sentir los detalles de lo que experimenta físicamente, localizando las sensaciones asociadas a las emociones en su cuerpo.

Schore (1994) define la autorregulación diferenciando entre formas interactivas y no interactivas; describiendo la autorregulación tanto como "regulación interactiva en un contexto interconectado vía interpersonal" como "autorregulación en un contexto autónomo a través de una psicología intrapersonal". Cuando ha desarrollado por completo la autorregulación, el paciente puede observar, articular e integrar las reacciones sensomotoras por sí mismo así como emplear las relaciones para autorregularse.

Una terapia centrada en una relación de contacto (Erskine, 1999), que trabaja con el sistema sensomotor, afirma que la relación

terapeuta-paciente sirve para regular y modular la estimulación. El terapeuta actúa, al igual que la madre, como un "Córtex auxiliar" para el paciente, ayudándole a calmarse y regular la intensidad de sus respuestas afectivas. Después de lograr esto el terapeuta, el paciente aprende capacidades para autorregularse, como auto-observarse y rastrear las reacciones sensomotoras. A través de este proceso, ayuda al paciente a cambiar desde estados de parálisis e hiperactivación a una participación completa en la interacción social.

Una terapia que trabaje con el sistema sensomotor ha de perseguir:

1. Regular los estados afectivos y sensomotores a través de la relación terapéutica;
2. Enseñar al paciente a autorregularse a través de una atención consciente que contacte, rastree y articule los procesos sensomotores de manera independiente.

Lo primero facilita lo segundo y lo segundo facilita la asimilación de las reacciones sensomotoras. Como observa Schore (1994) la regulación interactiva del terapeuta sobre los estados del paciente le capacita para empezar a etiquetar verbalmente la experiencia afectiva (y sensomotora). La regulación interactiva proporciona las condiciones para que el paciente pueda contactar de manera segura, describir y regular su experiencia interna.

En el mismo sentido Erskine (1993) señala:

*La disociación empieza porque las personas que rodean al individuo fallan en proveer las funciones nutricias y restaurativas necesarias. En muchas situaciones de incesto, al niño se le ha dicho que "le gusta eso", o bien el niño se aparta y los adultos ignoran su depresión. Sin sintonía, validación y transacciones empáticas de una persona significativa, el niño hace todo lo que puede para esconder esos sentimientos, necesidades y recuerdos, hasta el punto de no volver a darse cuenta de su necesidad de relaciones. Éste es el proceso del ego y la disociación... Con*

*el contacto completo externo e interno, las experiencias son continuamente integradas. Las defensas interrumpen el contacto e impiden la conciencia interna y/o externa. El contacto es, por lo tanto, el medio a través del cual se puede disolver la disociación y las experiencias traumáticas encapsuladas, las necesidades y los sentimientos escondidos pueden ser integrados en un sentido del Yo cohesionado –Ego Neo-Psíquico– (p. 185).*

Las personas afectadas por traumas lo están por la experiencia sensoriomotora de la vivencia traumática. Cuando la experiencia sensoriomotora está perturbando o abrumando a la persona, la regulación cortical consciente superior-inferior (“top-down processing”)<sup>3</sup> puede permitir al paciente calmarse, modular el grado de estimulación o de desorganización del sistema, pero no efectúa su asimilación completa (Schore, 1994). La experiencia y estimulación traumática de los niveles emocional y sensoriomotor pueden ser redirigidos por un control de inferior-superior (“bottom up processing”), pero no tienen lugar el procesamiento, la digestión y asimilación de las reacciones sensoriomotoras al trauma.

En una psicoterapia sensoriomotora se implica la dirección superior-inferior para apoyar, más que para manejar, el procesamiento de la experiencia. Se pide al paciente que *observe atentamente (mindfulness)*, un proceso superior-inferior, la secuencia de las sensaciones físicas e impulsos (procesamiento sensoriomotor) a medida que se producen en el cuerpo, y que aparte temporalmente las emociones y pensamientos que vienen, hasta que las sensaciones e impulsos se resuelvan en cuanto a estabilizarse en el cuerpo. El paciente aprende a observar y seguir las reacciones sensoriomotoras no asimiladas (primariamente, la estimulación y las reacciones

defensivas) que fueron activadas en el momento del trauma. El procesamiento inferior-superior dejado a su voluntad no resuelve el trauma, pero si el terapeuta guía al paciente para que emplee la función cognitiva del rastreo y articulación de la experiencia sensoriomotora, mientras inhibe voluntariamente la consciencia de las emociones, el contenido y el pensamiento interpretativo, el paciente puede asimilar la experiencia sensoriomotora. Posteriormente, es crucial que se implique la dirección cognitiva para ayudar al paciente a aprender a autorregularse. Para implicar este procesamiento cognitivo del paciente es imperativo que exista una relación terapéutica específica. Como he señalado, de manera similar a la interacción de la madre con el niño, el terapeuta ha de actuar como un “cortex auxiliar” (Diamond y otros, 1963) para el paciente a través de la observación y articulación de su experiencia sensoriomotora hasta que él sea capaz de apreciar, describir y rastrear estas experiencias por sí mismo. Tal comunicación relacional es un proceso de “regulación psicobiológica interactiva”, que asemeja la sintonía e interacción de la madre con los estados fisiológicos y emocionales del niño (Schore, 1994). En términos de análisis transaccional, el paciente observa con su Adulto la fenomenología de la experiencia psicofisiológica fijada en el estado del yo Niño; la observación es posible cuando el terapeuta mantiene una relación de contacto pleno y presente, transmitiendo protección y comprensión al paciente para que este pueda estar en contacto con su experiencia interna y reintegrar los aspectos del self que fueron apartados de la consciencia.

El procesamiento inferior-superior actúa el primero en las situaciones de emergencia, cuando cortocircuitar el córtex es una ventaja al mismo tiempo que activar el patrón motor directamente desde el tallo cerebral, el sistema límbico y la amígdala.

<sup>3</sup> **Top-down processing:** control neo-cortical de la experiencia. Es habitual en los adultos **Bottom-up processing:** control subcortical y kinestésico de la conducta. Es más habitual en los niños que todavía no tienen las funciones corticales de control maduras.

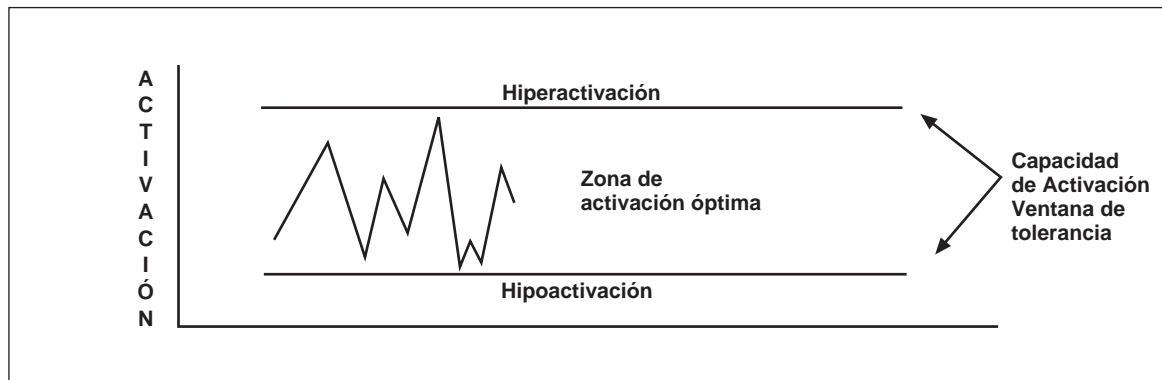
Ante la amenaza las defensas físicas pueden ser activas (luchar, huir, levantar un brazo para evitar un golpe, etc.); los sentidos se vuelven hipersensitivos para percibir mejor el peligro; pero cuando las defensas activas no son posibles o eficaces son reemplazadas por defensas pasivas tales como la sumisión, obediencia o quedarse helados (Nijenhuis & Van der Hart, 1999); así por ejemplo, el perro que es vencido por el otro perro agresor salva su vida quedándose inmóvil. En casos de abusos, las defensas activas incluso empeoran el peligro y son menos adaptativas que las pasivas.

Los movimientos físicos defensivos interrumpidos o inefectivos pueden perturbar la capacidad global de procesamiento sensoriomotor, de manera similar a como una emoción suprimida perturba la capacidad global de procesamiento emocional. Los patrones ineficaces de respuestas sensoriomotoras pueden volverse habituales, afectando negativamente el intercambio normal y saludable entre el procesamiento superior-inferior

e inferior-superior, y contribuir de esta forma a la persistencia de los síntomas traumáticos.

Cuando la estimulación permanece en una zona óptima, una persona puede contener y experimentar (de manera no disociada) los afectos, sensaciones, las percepciones y pensamientos que ocurren dentro de esta zona, y puede procesar la información de manera efectiva. En esta zona, la modulación ocurre de manera espontánea y natural.

Cuando la respuesta de lucha-huida es efectiva, la hiperactivación se utiliza a través de la actividad física (Levine, 1997) para defenderse y recuperar el equilibrio del organismo. Van der Kolk (1996) señala que, en las personas traumatizadas, se dispara con facilidad la hiperactivación, provocándoles ser incapaces de confiar en sus sensaciones corporales para advertirles de la amenaza, y cesar la alerta cuando se ha tomado una acción apropiada, perturbando las respuestas efectivas.



**Figura 2:**  
*Modelo de modulación: Zona de Activación Óptima.*

#### Según el **Modelo de Modulación:**

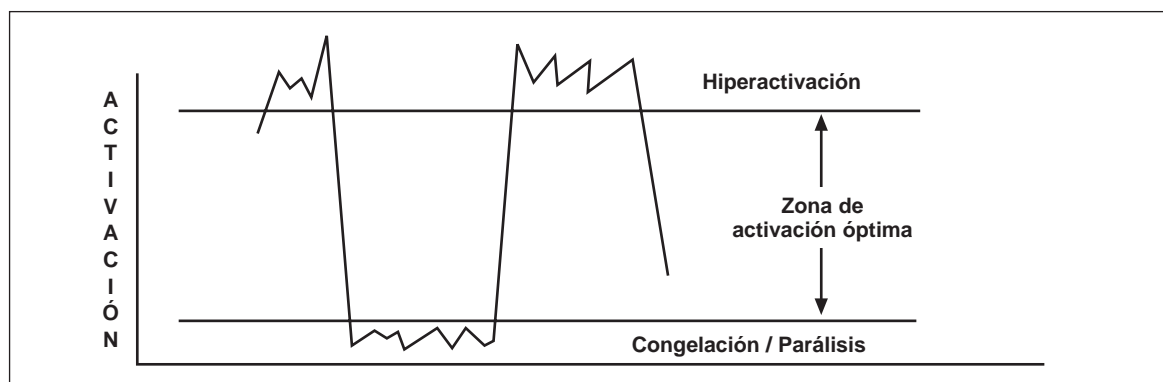
Como afirma Siegel (1999) la actividad excesiva de la rama parasimpática lleva a procesos incrementados de conservación de la energía, manifestados como disminución de la tasa cardíaca y de la respiración y una sensación de adormecimiento y de “encerrarse” dentro de la mente.

Esta hipoactivación se puede manifestar como entumecimiento, embotamiento de las sensaciones corporales internas, lentitud de las respuestas musculares y disminución del tono muscular, especialmente en la cara (Porges, 1995). Aquí el procesamiento emocional y cognitivo también está interrumpido, no por la hiper, sino por la hipoactivación.

Tanto el hiperarousal como el hipoarousal conducen a la disociación. En el hiperarousal, la disociación tiene lugar debido a la intensidad y ritmo acelerado de las sensaciones y las emociones que colapsan el procesamiento cognitivo de manera que la persona no puede estar presente en la experiencia actual. En el hipoarousal, la disociación se manifiesta como una capacidad reducida para sentir incluso eventos insignificantes, una incapacidad para evaluar situaciones peligrosas con precisión o pensar con claridad, y falta de motivación. El cuerpo, o una parte del cuerpo se entumece y la víctima puede experimentar una sensación de “abandonar el cuerpo”. Síntomas de de-

bilitación adicionales y a largo plazo pueden ser “constricción emocional, aislamiento social, retirada de las obligaciones familiares, anhedonia y una sensación de extrañeza (Van der Kolk, 1987) junto con “depresión y falta de motivación, reacciones psicósomáticas o estados disociativos”. Estos síntomas son reminiscencias de las defensas pasivas.

La persona traumatizada permanece fundamentalmente en la zona de arriba o de abajo de los parámetros de la Zona de Arousal Óptimo, o alterna incontrolablemente entre ambos parámetros. Esta alternancia bifásica se convierte en el parámetro nuevo después del trauma.



**Figura 3:**

*Los extremos o la alternancia bifásica de la “zona de arousal” de la persona traumatizada.*

Cuando una persona está fuera de la zona óptima del espectro, los niveles superiores de procesamiento –procesamiento cortical– están incapacitados, y el procesamiento holístico es reemplazado por una acción refleja del sistema inferior-superior. El nivel superior de procesamiento integrador (cognitivo) es reemplazado por un “nivel inferior” de respuesta refleja (sensomotora).

El terapeuta debe cultivar en el paciente una consciencia aguda acerca de sus sensaciones internas, primero a través de la interacción terapéutica en la que el terapeuta observa y contacta los estados sensomotores; y segundo, a medida que el paciente mismo aprecia sus sensaciones

internas sin ser despertadas por el terapeuta.

En este abordaje, el terapeuta pide al paciente que describa cómo experimenta en su cuerpo las emociones o las cogniciones negativas.

A través de esta consciencia y de la habilidad para la descripción verbal, el paciente aprende a distinguir las variadas y sutiles diferencias de cualidad de las sensaciones. Desarrollar un vocabulario preciso de las sensaciones ayuda al paciente a expandir su percepción y procesar sus sensaciones físicas en la misma manera que las palabras que describen emociones ayudan a su percepción y procesamiento.



A medida que el paciente describe sus síntomas o experiencias traumáticas, el terapeuta ha de observar su nivel de arousal, chequeando tanto el hipo como el hiperarousal. La tarea del terapeuta es ayudar al paciente a mantener el arousal en los límites óptimos del Modelo de Modulación, accediendo al material traumático suficiente para ser procesado pero no tanto que el paciente se disocie y no pueda procesar.

Cuando el paciente alcanza niveles muy elevados o demasiado bajos, se pide al paciente que pase por alto sus sentimientos o pensamientos y en su lugar siga el desarrollo en detalle de sus sensaciones físicas y movimientos hasta que las sensaciones se fijen y los movimientos se completen por sí solos (sin control consciente, solo observándolos). De esta manera, el terapeuta actúa como un cortex auxiliar, modulando interactivamente el nivel de activación, cuidando que el paciente no se vaya demasiado fuera del nivel óptimo de activación. Al mismo tiempo, el paciente desarrolla su capacidad propia para autorregularse, a medida que aprende a limitar la cantidad de información que debe procesar en cada momento dado; esto le protege de sentirse abrumado y colapsado por la información interna. Por ejemplo, cuando el paciente describe un trauma experimentando pánico, el terapeuta le pide que deje de lado el contenido y sienta el pánico simplemente como sensación corporal. Cuando el paciente informa de sus sensaciones, el terapeuta le pide que continúe observando su desarrollo. Solo cuando el paciente fija la experiencia sensomotora, continúa describiendo el contenido e incorpora el procesamiento emocional y cognitivo.

El terapeuta debe aprender a observar de manera muy precisa la organización, momento a momento, de la experiencia sensomotora del paciente, centrándose en cambios sutiles (color de la piel, dilatación de las pupilas, tensiones sutiles) y cambios más obvios (giros del cuello, tensión en la columna, apretar el puño, ...). El paciente no advierte habitualmente estas experiencias sensomotoras hasta que el terapeuta las

destaca "contactándolas" con una frase tal como "*parece que tu mano está tensa*".

La observación consciente del paciente aumenta su capacidad para autorregularse. Esta observación consciente es un estado de consciencia que se dirige al aquí y ahora de la experiencia interna, simplemente con la intención de observar, en lugar de cambiar la experiencia. La observación consciente es una manera de implicar el procesamiento cognitivo.

Para enseñar la observación consciente, el terapeuta hará preguntas que requieren de la observación: "*¿Qué sientes en tu cuerpo?*", "*¿Dónde sientes esa tensión?*", etc. Estas preguntas ayudan al paciente a permanecer en el aquí y ahora y no disociarse; además, le mantienen lejos de imbuirse en la experiencia traumática, pidiéndole que informe de lo que siente desde la posición de un Yo Observador (Adulto), un ego que "tiene" una experiencia en su cuerpo, en lugar de "ser" esta experiencia corporal.

El terapeuta puede aliviar el estrés intenso que produce experimentar las sensaciones físicas de las que se disocian y experimentar el cuerpo como adormecido o anestesiado, ayudando al paciente a experimentar la secuencia somática de una respuesta defensiva activa. Posteriormente, el paciente puede acceder a la sensación sin disociarse o sentirse perturbado.

Tal como afirma Van der Kolk (1996) una vez que se puede hacer lo que no se pudo durante el trauma, una vez que se ponen en marcha las acciones que se necesitaban para protegerse, y una vez que se es capaz de centrarse y reconectarse de manera profunda y orgánica, se cambia; el trauma deja de ser interesante.

Los pacientes necesitan practicar técnicas de estabilización, que les ayuden a enraizarse cuando sienten hiperactivación o se sienten disociados, tales como cambiar de postura y apreciar las sensaciones de sentirse de pie en el suelo, mirar alrededor de la habitación e identificar objetos familiares. Es útil emplear diferentes modalidades sensoriales: tacto, vista, oído, olor, etc.



Una vez que el paciente ha aprendido a autorregular y ha desarrollado su Yo Observador (Adulto), una técnica podemos acompañar al paciente hacia la redecisión en un trabajo regresivo en el que pueda reexperimentar la elaboración de las viejas decisiones de guión y, reconsiderando su funcionalidad adaptativa en su situación actual, adoptar una decisión nueva que le permita manejar su situación vital con una flexibilidad y opciones más funcionales.

Una técnica también útil para la desensibilizar y reprocesar los recuerdos traumáticos es EMDR (Eye Movement Dessensitization and Reprocessing: Desensibilización y Reprocesamiento por movimientos oculares en sí mismos (u otras formas de estimulación rítmicas bilaterales), que podrían restablecer el equilibrio excitatorio/inhibitorio del SNA, permitiendo que la información "congelada" sea desensibilizada, procesada e integrada adaptativamente (Shapiro, 1989). La metodología EMDR funciona como una forma de Procesamiento Acelerado de Información que puede desbloquear el sistema de procesamiento de información del cerebro.

El arte, EMDR, el movimiento y el juego activan el hemisferio derecho.

## REFERENCIAS

- Erskine, R. G., Moursund, J.P. & Trautmann, R. L. (1999). *Beyond Empathy. A Therapy of Contact-in-Relationship*. Nueva York: Brunner/Mazel.
- Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1966, 1997a). Methods of an integrative psychotherapy. En R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, pp. 20-36. San Francisco: TA Press.
- Erskine, R. G., & Trautmann, R. L. (1993, 1997b). The process of integrative psychotherapy. En R. G. Erskine, *Theories and methods of an integrative transactional analysis: A volume of selected articles*, pp. 79-95. San Francisco: TA Press.
- Erskine, R. G. (1993). Inquiry, Attunement and Involvement in the Psychotherapy of Dissociation (La Importancia de la Toma de Datos, la Sintonía y la Implicación en la Psicoterapia de la Disociación). *TAJ*, 23, 4.
- Herman, J. L. (1994). *Trauma and Recovery*. Nueva York: Harper & Collins Publishers.
- Ogden, P. & Minton, K. (2000). *Sensorimotor Psychotherapy: One Method for Processing Traumatic Memory*.
- Parnell, L. (1999). *EMDR in the treatment of Adults Abused as Children*. Norton: Professional Book.
- Rothschild, B. (2000). *The Body Remembers. The psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment*. Norton: Professional Book.
- Shapiro, F. (1995). *Eye Movement, Desensitization and Reprocessing Basic Principle, Protocols and Procedures*, New York: Guilford Press.
- Siegel, D. (1999). The developing mind: toward a neurobiology of interpersonal experience. New York: Guilford.
- Onno van der Hart, Ph.D., Kathy Steele, R.N., M.N., C.S. Suzette Boon, Ph.D. and Paul Brown, M.D. The Treatment of Traumatic Memories: Synthesis, Realization, and Integration. Originally published in *Dissociation*, 1993, 6(2/3), 162-180. Posted at [www.trauma-pages.com](http://www.trauma-pages.com) with permission of the first author (OvdH) and Editor (R. Kluft).
- Van der Kolk, B. A., & Ducey, C.P. (1989). The psychological processing of traumatic experience: Rorschach patterns. *J. Traum Stress*, 2, 259-274.
- Van der Kolk, B. A. & Van der Hart, O. (1991) The intrusive past: The flexibility of memory and the engraving of trauma. *American Imago*, 48, 425-454.
- Van der Kolk, B.A. (1996). The body keeps the score. Approaches to the psychobiology of posttraumatic stress disorder. En B. Van der Kolk, A.C. McFarlane, & L. Weisaeth (Eds). *Traumatic stress: The effects of overwhelming experience on mind, body, and society* (pp. 214-241). Nueva York: Guilford.

## EDUCAR EN VALORES DESDE EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

JOSÉ ANTONIO SAN MARTÍN PÉREZ\*

Doctor en Teología Pastoral

### RESUMEN

*La educación en valores está de actualidad. La realidad familiar y escolar piden hoy con fuerza esta educación. El AT aporta pistas interesantes en este sentido. Un Niño mal educado crea “pequeños dictadores” y bien educado favorece el desarrollo sano del Niño Adaptado. Un Padre mal educado actúa principalmente por los mandatos de la autoridad, pero si está bien educado sabe dar una explicación razonada a la conducta. El Adulto tiene en cuenta las aportaciones positivas del Padre y del Niño, las actualiza y camina hacia la autonomía. En este caminar, el Adulto propone los valores por medio de los permisos. Éstos favorecen el desarrollo de las capacidades de la persona. En este proceso de educación de valores conviene tener en cuenta estos criterios: La heteronomía es un paso necesario en el proceso de educar en valores; El estado Adulto desempeña un papel crucial en la elaboración de los valores; Es importante educar, entre otros, estos valores: aceptar límites en nuestra vida, caminar hacia la autonomía, y ser consciente de que esto exige el esfuerzo.*

**Palabras clave:** Valores, Análisis Transaccional, Permiso, Heteronomía, Autonomía.

### ABSTRACT

*Education in values is an up to date question nowadays. The familiar and educational situation demands strongly today this educational training. The AT provides interesting clues in this direction. A miseducated Child makes “little dictators”, but the well educated one makes possible the sound child’s regular growth. A miseducated Parent acts basically on authority orders; on the contrary, the well educated one knows how to explain fairly his behaviour. The Adult becomes aware of the parents and children’s positive contributions, brings them up to date and makes a way to autonomy. In this way, the adult offers values (“Permissions”). These help the process of education in values we must have in mind these issues: The heteronomy is a necessary step in the values education process; The adult status plays a crucial role in working out the values; It’s very important to bring up, among others, these values: accepting limits in our life, going on towards the autonomy and being aware that this demands courage”.*

**Key words:** Values, Transactional Analysis, Permission, Heteronomy, Autonomy.

---

\* C/ Alcalá, 166 - 28028 Madrid. joseantonio@editorialccs.com

## INTRODUCCIÓN

La educación en valores es una de las necesidades más urgentes en el mundo actual. Ante una serie de conductas violentas, ante problemas disciplinares serios en los centros educativos, ante un mundo en el que predomina una cultura permisiva, ante hijos que “maltratan a sus padres”, ... muchas personas claman con fuerza por una educación en valores.

El mundo familiar y escolar son los ambientes en los que es más necesaria esta educación. Existen casos en las familias, de hijos sin pautas educativas o normativas, según Urra (2006) “niños consentidos, sin conciencia de los límites, que organizan la vida familiar, dan órdenes a sus padres y chantajea a todos aquellos que intenta frenarlos; jóvenes que engañan, ridiculizan a sus mayores y a veces roban; adolescentes agresivos que desarrollan conductas violentas. En definitiva, hijos desafiantes que terminan imponiendo su propia ley” (contraportada). Y en el ámbito escolar encontramos también ejemplos de *mobbing* o *bullying*. La irrupción de divisiones y tensiones colectivas en las aulas, los estallidos de violencia en los centros educativos, la desmotivación para el estudio, la política del mínimo esfuerzo, la falta de valores, la absolutización de los derechos y el olvido de los deberes están originando en las escuelas problemas de indisciplina, o incluso de violencia, entre iguales, entre alumnos y profesores, y también problemas en las mismas instalaciones (San Martín, 2003, pp. 28-29).

Nuestra sociedad no facilita el que los padres o profesores eduquen acertadamente. Los educadores sienten que es cada vez más difícil que sus orientaciones lleguen a los hijos o alumnos. La ausencia de una educación familiar responsable que sepa establecer “límites”, la falta de una disciplina perversiva y real en los centros educativos, la insuficiente preparación de los padres y educadores para la nueva situación cultural, la actitud de algunos chicos acostumbrados en su medio familiar a una libertad de movimientos y expresión exagerados... piden una educación seria en valores. Para ello los padres precisan ayudas. Hay

que enseñar la necesidad de una educación empática, razonable, exigente, cariñosa, justa. Hay que educar con amor, respeto, confianza y al mismo tiempo hay que saber exigir, fijar límites, proponer pautas de conducta.

El Análisis Transaccional puede aportar elementos efectivos a los educadores, padres o profesores, ya que permite descifrar comportamientos, evitar y comprender los errores, utilizar estrategias adecuadas frente a las situaciones nuevas y proponer valores. La experiencia de muchos educadores confirma esta afirmación. Al contactar con el Análisis Transaccional han encontrado en esta teoría humanista un camino, un método y un planteamiento para mejorar la relación con sus hijos o alumnos y para proponerles una educación en valores.

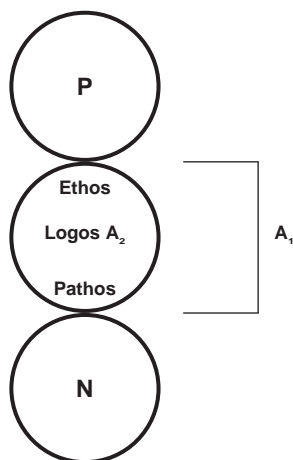
## 2. LOS VALORES DESDE EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

Los seres humanos toman una serie de decisiones sobre lo bueno o lo malo, lo positivo o lo negativo y sobre determinados sentimientos, pensamientos, palabras o acciones. Para decidir es imprescindible tener una jerarquía de valores, aprendidos a lo largo de la vida. Estas creencias, ordenadas jerárquicamente, son necesarias para que las personas se adapten al entorno sociocultural en el que viven. Cada una construye y reconstruye la jerarquía en contacto con la realidad natural, social, familiar, educativa y cultural. Tomar decisiones de acuerdo con esta jerarquía de valores implica congruencia y equilibrio mental y, además, evita conflictos con uno mismo o con los demás o con el medio.

El primer pilar de la jerarquía de valores debe ser la idea de que somos importantes, simplemente por el hecho de ser personas. De ahí la necesidad de potenciar la autonomía de los seres humanos, sin la cual resulta inútil intentar comprender a las personas. Sin embargo, cada cultura difiere de otras en cómo estima el valor de las personas. Empleando el vocabulario del AT, podemos decir que el Padre que legisla en muchas culturas

autoriza el hecho de matar. Razones religioso-culturales justifican, en algunas partes del mundo, la muerte de un ser querido. Todas estas creencias se han transmitido a través del Padre y ésta es la voz de su conciencia. Sin embargo, el Padre y el Niño no son estados del Yo adecuados para creer que las personas son importantes. Estos dos estados del Ego se encuentran influidos, de una parte, por lo que vieron hacer y decir a sus padres, a sus educadores, a su cultura ambiental y, de otra, por lo que sintieron, pensaron, hicieron o dijeron como reacción a todo aquello.

De ahí surge la siguiente cuestión: la jerarquía de valores que aprendimos cuando éramos niños ¿es válida también ahora que somos adultos? (Empleando la terminología del AT, Padre, Adulto y Niño (PAN) son estados del Ego. Escritos con minúsculas, significan personas concretas). Responder a este interrogante es propio del estado Adulto del Yo. Él debe examinar los contenidos del Padre para ver cuál de ellos es válido hoy y por qué es éticamente aceptable en el aquí y ahora. Es necesario evitar el rechazo total del Padre, así como su total aceptación. Aquellos valores morales que todavía valen hoy, los incorpora el Adulto a su Ethos, o Padre del Adulto, y los transmite a la generación siguiente que, a su vez, realizará el mismo proceso de selección y adaptación.



**Figura 1:**  
*Estructura del Adulto de Segundo Orden.*

Dirigir nuestra vida desde el Adulto tiene grandes ventajas. En él reside la posibilidad de evitar el mal y lograr las condiciones para llegar a ser una persona sana y actualizada, es decir, autónoma. En él está la posibilidad de asumir todo lo bueno que le ofrece el estado Padre y Niño y liberarse de los aspectos negativos del Padre y de los impulsos negativos del Niño. Berne sostenía que el Adulto debe dirigir la vida, pues es el único que puede construir en las personas una jerarquía de valores racionales.

Los mensajes de las figuras parentales señalan al niño lo que debe hacer o decir, y también lo que debe pensar o sentir, cuándo y cómo. Si actúa, habla o siente de acuerdo con lo que dicen los padres, éstos le acarician positivamente. Si no, le castigan. Los transaccionalistas hablan, en este caso, de caricias condicionales (Roman, 2006, pp. 287-288; Oller, 1994, 1996 y 2006; Cuadra, 1994. También, [www.bernecomunicacon.net](http://www.bernecomunicacon.net): Emociones, *rackets* y caricias). Así, los padres, o quienes hacen sus veces —in loco parentis—, van estableciendo la jerarquía de valores en el niño. Es evidente que a lo más tardar a los 8 ó 10 años los niños tienen ya una jerarquía de valores en su estado Padre del Yo que les ayudará a distinguir lo bueno de lo malo, lo que se ha de hacer en su estado Padre del Yo que les ayudará a distinguir lo bueno de lo malo, lo que se ha de hacer o lo que no se ha de hacer. El peligro está en absolutizar estos valores, en mantener rígidos y que el Adulto no los contraste, adaptándolos al tiempo y a la realidad concreta; sin este ejercicio los valores se pueden convertir en negativos (Román, 1983, pp. 430-432). El Derecho Romano nos lo recuerda con aquella célebre máxima: “*Summun ius, summa iniuria*”. Cuando yo convierto en un dios a la justicia, ésta se convierte en injusticia; cuando absolutizo la libertad, ésta impide el desarrollo de la libertad de los que nos rodean y por lo tanto se convierte en algo negativo. Cuando el amor a sí mismo, algo positivo y evangélico, según nos recuerda San Mateo: “Amarás al prójimo como a ti mismo” (Mateo 22, 39-40),

se magnifica exagerándolo, desemboca en egoísmo.

Por eso, el Adulto analiza los valores grabados en el Padre y decide sobre su racionalidad aquí y ahora, y elimina todo lo que no lo sea. Un ejemplo nos lo aclara. Un oficial inglés no entendía por que los días en que se conmemoraba algún acontecimiento importante, con salvas de cañones, tres soldados se quedaban detrás de los mismos. Investigó y encontró la respuesta. Antes, los cañones los llevaban animales y era preciso, para que no se asustaran con el ruido de las salvas, que tres soldados los mantuvieran por las riendas para que no se escaparan. De aquí la norma existente que establecía que tres soldados se situaran detrás y ésta se cumplía miméticamente, sin repensarla. En los tiempos actuales, los cañones los llevan los camiones y, por tanto, no es necesario que tres soldados se queden detrás sin hacer nada y, lógicamente, menos necesaria es una norma de este tipo. Este ejemplo ilustra la necesidad de que el estado Adulto piense de nuevo las grabaciones, teniendo en cuenta lo que el Padre y el Niño le dicen. Hay valores que se transmiten de generación en generación y siguen siendo todavía válidos hoy; otros fueron muy importantes en el pasado y actualmente bajan de categoría; hay algunos que se exageraron y deben volver a situarse; otros tuvieron su razón de ser en un determinado momento y el Adulto debe repensar y actualizarlos.

En el campo ético y racional el Adulto se encuentra con algunos problemas:

- No favorecer la total y, al mismo tiempo, falsa seguridad del Padre que actúa por mensajes como “está escrito”, “está mandado”... o por imitación de otros. El Adulto piensa, reflexiona, estima las probabilidades de lograr algo, pero no tiene la seguridad propia del Padre. Por eso, el Niño se encuentra inseguro.
- Activa el Adulto, requiere asumir la responsabilidad de los propios actos. Es más cómodo apelar a los demás para obtener su ayuda, o culparlos de nuestros errores.

- Sólo las sociedades democráticas y solidarias fomentan el desarrollo del Adulto, pues sus ciudadanos pueden elegir con libertad a los gobernantes y evaluar críticamente su política (Román, 1983, pp. 425-430).

### 3. EL DESARROLLO DE LOS VALORES DESDE EL ESTADO PADRE

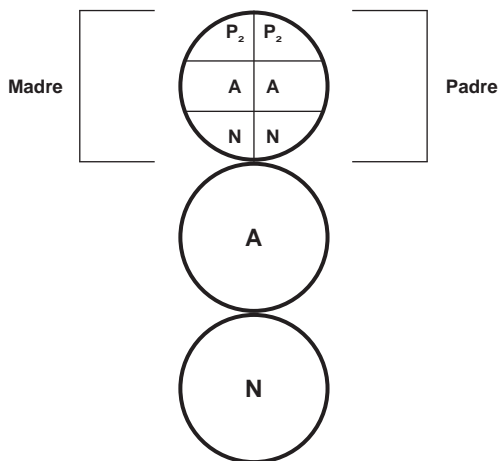
En esta etapa el aspecto más característico reside en que sus determinaciones e imperativos no nacen por un juicio de valor sobre la conducta, por un convencimiento racional de que así hay que comportarse, sino simplemente por los mandatos de la autoridad. La buena conciencia procede del mero hecho de haber obedecido a la autoridad, lo cual produce un sentimiento benéfico de seguridad y bienestar al recibir su aprobación. La mala conciencia brota ante el peligro de ser castigado y, sobre todo, ante la posibilidad de sentirse abandonado por ella. La persona busca, por encima de cualquier otro deseo, como una especie de útero materno, en donde habite segura y defendida, y esto llega a experimentarlo cuando se encuentra amparada por la fuerza del poder.

La virtud suprema, en una estructura como ésta, que corresponde claramente al estado del Yo Padre, es la obediencia, que impide no sólo la crítica o el disenso, sino hasta la misma posibilidad de dudar. Los sentimientos de miedo, admiración, cariño, seguridad, etc., propios del Niño, hacen que el subalterno renuncie con gozo a su propia autonomía para convertirse en un instrumento del superior, cuya voluntad decide siempre de forma definitiva. Es verdad que esta renuncia supone siempre una dosis de dolor; pero la obediencia contiene también mucho de placentero, pues satisface tanto la necesidad de mitigar el miedo, como la exigencia de grandeza y poder al sentirse vinculado a la autoridad. El requisito indispensable de esta última es que las personas espe-



ren protección del Padre Nutritivo y firmeza del Padre Crítico, pero que al mismo tiempo le teman lo suficiente para evitar el rechazo o exclusión.

En este estado del Yo Padre, especialmente en el Padre del Padre, lo que predomina es la ley o la norma. Lo importante no es a dónde apunta la ley (prójimo o Dios) sino la ley misma.



**Figura 2:**

*Estructura del PADRE de Segundo Orden.*

Este estado del Yo Padre nos estructura por medio del orden, la ley, la autoridad. Esta concepción da importancia al orden jurídico. Hay un predominio del valor de la ley como criterio de valoración del comportamiento. Se mide nuestra responsabilidad o culpabilidad no tanto desde la interioridad, sino más bien desde la objetividad de la ley. Como señala Marciano Vidal (1975):

*La comprensión cristiana del pecado se ha visto muchas veces falseada por esta orientación legalista de la conciencia moral. El legalismo moral ha traído como defectos: el casuismo (se trata de ver las aplicaciones de la ley a los casos particulares); el fariseísmo (se buscan subterfugios para que la ley no tenga aplicación); la hipocresía (se intenta vivir bien con la ley, aunque no*

*se viva bien con la conciencia); los es-crúpulos (son la manifestación patológica de una relación interpersonal del hombre con la ley) (p. 69).*

En el Padre incluimos las normas asimiladas sin evaluación, que provienen de las figuras parentales. Vivir desde el Padre los valores es obtener seguridad y claridad, orden y eficacia, que son valores estimados por el Padre. Si no logramos confrontar nuestros valores desde el Padre con la realidad, que nos da el Adulto, nos quedamos en personalidades dogmáticas o farisaicas, en una clara moral heterónoma. El Adulto del Padre y el Padre Nutritivo, por estar en relación con el Adulto, son más flexibles y ejercen normalmente una función positiva; pero la dificultad la tenemos en “Su Excelencia”, el Padre del Padre, que es dogmático, impositivo, inflexible, dominante.

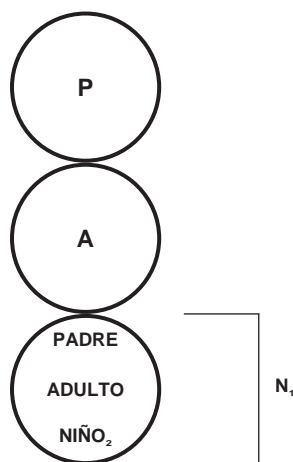
De todo lo dicho podemos sacar una conclusión evidente: si queremos vivir de una manera adulta, no basta la simple obediencia a la ley y el sometimiento a lo mandado por la autoridad, sin saber dar una explicación razonada de nuestra conducta. La justificación última sobre la bondad o malicia de una acción no se encuentra jamás —a no ser en el caso de las leyes puramente positivas— en el hecho de que esté mandada o prohibida, sino en el análisis y estudio de su contenido interno. Hay que conectar con el Adulto para actualizar las normas situadas en el Padre del Padre. Hay que pasar de la heteronomía a la autonomía (Azpitarte, 1990, pp. 102-104).

La ética, los valores propuestos del Padre corren el peligro de quedarse en el imperativo y lo mandado, perdiendo el indicativo la relación con el Adulto, la experiencia directa y única con él. Lo que estructura a la persona es saberse amado, querido, perdonado, aceptado y no tanto el ser mandado. La madurez humana no puede quedar relegada a la obediencia de unas normas, propias del Padre del Padre (Urribarri, 2003, pp. 275-278).



#### 4. EL DESARROLLO DE VALORES DESDE EL ESTADO NIÑO

Cada uno de los estados afronta los valores de forma diferente. El niño es un ser egocéntrico desde el punto de vista psicológico; actúa y se comporta impulsado por las necesidades cercanas que busca satisfacer. Si no las satisface, surgen el malestar y la frustración, que se muestran de muchas maneras. Si el niño pudiera organizar su vida de acuerdo con sus deseos y necesidades, todo quedaría subordinado a satisfacer lo antes posible las apetencias que experimenta. El final de este proceso sería una deshumanización progresiva, ya que la motivación de cualquier comportamiento se basaría, como última razón, en buscar el placer que apagara su propia necesidad. La conducta humana quedaría, entonces, sometida al egoísmo del instinto, eliminando los otros valores que pudieran dignificarla. El niño consentido se convierte, fácilmente en el futuro, en un adolescente agresivo. Se transforma en un pequeño dictador.



**Figura 3:**

*Estructura del Niño de Segundo Orden.*

En este momento de la evolución de las personas, las figuras parentales desarrollan un papel importante, ya que proponen y exigen al Niño Natural unos valores educativos con los que potenciar lo positivo que tiene;

también, que regule la negatividad hacia la cual también tiende y vaya adaptándose a unos principios educativos con los que orientar adecuadamente su vida. Es claro que el estado Niño no tiene suficiente energía como para regular su comportamiento humano. Desde el comienzo de la vida, urge la urgencia de una educación o adaptación como necesidad insoslayable para evitar la anarquía, la espontaneidad, el simple capricho, lo que apetece, hacia lo cual tiende el Niño Natural. El proyecto consiste en no modelar la conducta en función de las necesidades instintivas y en iniciar un proceso de humanización, de educación, gracias a los mensajes positivos que las figuras parentales van ofreciendo.

En este proceso de "adaptación", el niño acepta este "sometimiento" por una razón interesada: sentir que sus padres le quieren, que no le rechazan y encontrar una acogida positiva en ellos, manifestada, sobre todo, a través de las "caricias psicológicas". Aquí reside la motivación principal para "adaptarse". Surge así el Niño Adaptado Sumiso, en el caso de aceptar estas orientaciones, o el Niño Adaptado Rebelde, si no las acepta. El beneficio que obtiene suple suficientemente el no cubrir todo lo que le apetece.

La psicología actual y, especialmente, el Análisis Transaccional, insiste en la importancia del alimento psíquico de las "caricias", que son mucho más importantes que el alimento biológico. La falta de cariño, el no sentirse querido por los que le rodean, puede provocar una anemia de amor que obstaculice el proceso normal de evolución y desarrollo. Los estudios de Spitz (1973, p. 108-116) muestran que la carencia de afectividad en los niños recién nacidos originan a corto y largo plazo, trastornos psicológicos como el "hospitalismo", es decir, esa depresión triste y melancólica que observamos con tanta frecuencia en los internados de huérfanos, a los que les ha faltado el calor y el clima del hogar.

El proceso de adaptación del Niño se relaciona con el fenómeno de la educación. Igual que el animal al que se le premia con

un terrón de azúcar después de una actuación positiva, el niño es educado, o se adapta, para que actúe de acuerdo con unos patrones y normas de conducta. Cuando lo hace, recibe como premio el cariño que necesita por encima de todo, pues sin él la vida se le haría radicalmente insoportable. Si se adapta a la realidad y se somete a las frustraciones y límites que se le imponen, es porque detrás de la privación inmediata hay algo que anhela con mayor ilusión: el no sentirse extraño, huérfano y solitario en su propia casa, el poder experimentar la alegría benéfica de la aceptación y la ternura de los suyos. Los valores, es decir, un determinado estilo de comportamiento, nacen, en un primer momento, por una imposición externa cuya aceptación se explica por el egoísmo interesado. Así el niño establece una primera diferencia entre lo bueno y lo malo. Lo que garantiza el amor y agrada a los padres es lícito y aceptable, mientras que hay que rechazar lo contrario por su maldad. Adaptarse a unas normas de conducta, a una forma concreta de pensar, a determinadas costumbres sociales, es el precio exigido para no quedar marginados. El niño necesita, entonces, este modelo de educación heterónoma o de caricias condicionales. El Pequeño Profesor (el Adulto del Niño), ayuda al Niño Natural a aceptar las orientaciones de los padres, porque actuar con este criterio es mejor que lo contrario. El Pequeño Profesor va asimilando progresivamente estas orientaciones y haciéndolas suyas. El estado Niño Natural se tiene que ir moldeando gradualmente y aceptando las indicaciones de sus figuras parentales y "someterse" a todo aquello que le van indicando sus educadores. Todo este conjunto de presiones, normas, imperativos, prohibiciones, pautas de conducta y costumbres acetadas, experimentan un proceso constante de interiorización a través del Pequeño Profesor que les va haciendo suyas en el Padre del Niño. Éste, llamado también "Padre Cerdo", actúa despótica y autoritariamente según las normas que han sido grabadas en él. Todos estos mandatos ejercen su influencia en el

niño, aun en ausencia de las figuras parentales. Hará lo que le mandaban, no ya para someterse a la voz autoritaria de los padres, sino por ser fiel al "Padre Cerdo" (Padre del Niño), que nos impone un modo de actuar por imperativo categórico. Obedecer ahora es la única forma de obtener el premio y la aprobación del Padre del Niño. Sin embargo, el significado de tal comportamiento sigue siendo infantil e irracional. Hay que comportarse así por el simple hecho de que está mandado, pues, de lo contrario, se produce el malestar. Claramente, tiene vigencia un modelo de educación heterónoma.

En el campo de las creencias religiosas, es propio del Estado del Yo Niño la imaginación, el pensamiento mágico, el misterio, la creatividad, con los que el niño transforma la realidad que percibe. Para los creyentes, Dios es el objeto supremo de la felicidad. En Él se encuentra la plenitud de la realización personal, ayuda para las limitaciones humanas, refugio de la angustia ante la gran aventura de la vida. El Estado del Yo Niño vive esta experiencia de Dios desde una clave emotiva, pre-lógica, mágica, de miedo, de culpabilidad. El modelo de desarrollomoral del tabú y del mito coinciden con el planteamiento del Niño. Para los creyentes, Dios es el mayor bien. En esta contextura psicológica es muy fácil que la conducta del niño, su docilidad a los preceptos de los padres, incluso a los religiosos, esté fundamentalmente motivada por el miedo a perder su protección y seguridad. El Niño Adaptado acaba pensando que, si quiere obtener la felicidad aquí y, también, la eterna, no hay otro camino que la obediencia a los padres y a la ley que éstos imponen. Una sumisión sin saber por qué ni estar convencido de lo que está mandado. El único motivo sigue siendo el propio interés: la conquista de algo que necesito más que ninguna otra cosa. Éste es el proceder normal de la psicología humana. La relación con Dios y con los padres se inicia siempre desde un clima de marcado egoísmo, que el cristiano tendrá que purificar con el tiempo (Azpitarte, 1990, pp. 95-100).

Sobre este asunto, Gordon Allport sugiere considerar la fe religiosa como algo continuo, cuyos extremos podrían llamarse intrínsecos y extrínsecos. La religión intrínseca es una creencia religiosa desarrollada y madura. La extrínseca, por el contrario, representa un determinado comportamiento religioso en compartimentos y externo, sin raíces en la personalidad del individuo. Lejos de constituir aquello, mediante lo cual la persona juzga sus acciones y dirige su vida, la religión extrínseca es un fenómeno utilitario e instrumental para cumplir las obligaciones, calmar sus temores, y al cual se agarra para conseguir su salvación particular. Ésta es la religión y la moral de la persona infantil. La religión extrínseca se asemeja profundamente a la religión de los niños que éstos aceptan, sin discusión, bajo la autoridad de aquellos que instruyen a los pequeños sobre sus principios (Kennedy, 1981, pp. 118-119).

En esta situación se encuentra el estado del Yo Niño cuando afronta los valores y lo religioso. Todavía no ha desarrollado su Adulto; acepta los principios morales, las creencias religiosas, los valores por necesidad, para poder subsistir, para recibir caricias, "cariño", atenciones. Estamos ante una educación inmadura, basada en el tabú o en el mito, en la "obligación extrínseca" o en "lo establecido o en lo útil", pero normal para el niño. Es todavía un primer paso para que el estado Adulto tome el poder ejecutivo. Permanecer continuamente aquí sin aportar lo que el estado Padre o el estado Adulto pueden ofrecer es quedarse en el primer escalón del proceso. Estos modelos éticos o educativos, basados en la heteronomía, corresponden claramente al estado Niño. El Niño Natural se va "adaptando" progresivamente para no perder el alimento que le nutre: el amor; el Adulto del Niño, el Pequeño Profesor, desde una estadió pre-lógico, mágico, favorece esta aceptación que se graba definitivamente en el Padre del Niño y que se impone desde el temor, el miedo, y la obediencia ciega. Estamos todavía ante una fase en la que el observador advierte la ausencia de los estados Padre y Adulto para

aportar el complemento que necesita el estado Yo del Niño. En cierto modo, y concluyendo, podemos decir que el Estado Yo del Niño corresponde a modelos educativos heteronómicos. Aplicando el esquema de L. Kohlberg, estaríamos en el nivel pre-conventional (Arto, 1993, pp. 234-240; Carracerdo, 1989, pp. 501-504). Según Flecha (1999):

*En él responde el niño a las normas y valoraciones culturales del bien y del mal, pero las interpreta o bien por las consecuencias inmediatas de premio o castigo, de placer y disgusto, o bien, por una especie de instinto de reciprocidad y de defensa ante el poder físico del que impone la norma. La conciencia, por tanto, se sitúa en el terreno de la anomía; no depende de una norma, sino de un resultado objetivo y casi mágico, y de un interés. Educar la conciencia supone ir abandonando lentamente esta etapa en la que el mal y el bien se colocan en el campo de lo maléfico o lo benéfico: de lo utilitario, al fin (p. 277).*

En el desarrollo cognitivo de Piaget comprendería la etapa sensomotriz, la simbólica y la intuitiva (Arto, 1993, pp. 139-141).

En los modelos heterónomos de educación, la persona queda al margen del proceso de decisión. Estos procesos favorecen la infantilización de la conciencia. Bajo el régimen de heteronomía la persona no alcanza aquellos grados mínimos de adultez que permitan a la persona ser autónoma. J. Piaget ha constatado la presencia de dos morales en el niño:

*"Estas dos morales se deben a procesos formadores que, en líneas generales, se suceden sin constituir, a pesar de ello, estados propiamente dichos. Es posible, además, marcar la existencia de una fase intermedia. El primero de estos procesos es la presión moral del adulto, presión que da como resultado la heteronomía y, por consiguiente, el realismo moral. El segundo es la cooperación que provoca la autonomía. Entre estos dos puede distinguirse una fase de interiorización y de generalización de las reglas y consignas" (p. 164).*

Para que la evolución moral avance, es necesario que el niño pase de la heteronomía a la autonomía. Según el Análisis Transaccional, el estado Adulto tiene en cuenta lo que le dicen el estado Niño y Padre y lo actualiza. Si no es así, la persona, a pesar de su edad, mantendrá una infantilización moral. Corresponde a un modelo de educación imperfecto.

Este tipo de desarrollo educativo pertenece a los comienzos de la humanidad por ser de lo más primitivo. Es un desarrollo educativo del niño pre-científico, pues hace depender al hombre de una realidad anterior a todo momento de cultura. Tal desarrollo no humano del niño admite la existencia de una realidad intrahumana superior al hombre y sobre la cual éste no tiene ningún poder. Lo guían leyes ciegas, el tabú o el mito, que no permiten al hombre evolucionar. El peligro está en no avanzar hacia el desarrollo del Estado del Padre y, sobre todo, del Adulto. Quedarse aquí es situarse en una educación mágica, precientífica, no humana, dependiente de los sentimientos.

El sentimiento, lo afectivo, es un componente fundamental de la persona que el Análisis Transaccional sitúa en el Niño. Lo afectivo constituye un campo fundamental en la vida moral y en los valores. El problema radica en reducir la educación o los valores a sentimientos, es decir, en poner al Estado del Niño como centro único en el desarrollo de la persona. Este desarrollo educativo emocional es muy débil. El estado del Niño no puede prescindir de lo que le dice el Padre y, sobre todo, el Adulto. La educación en valores basada sólo en el Niño genera una vivencia intimista, subjetiva, reducida a los ámbitos de pertenencia cálida, a buscar el consuelo, incompleto porque reduce el ser persona sólo al estado Niño (Urribarri, 2003, pp. 270-275).

## 5. EL DESARROLLO DE LOS VALORES DESDE EL ESTADO ADULTO

No basta con que la persona sea buena, cumpliendo con unas determinadas normas

de comportamiento, pues también se puede lograr en animales domesticados. La educación en valores nos debe orientar hacia una conducta autónoma y madura, no infantilizada y psicológicamente limpia, a lo largo de todo el proceso evolutivo, desde el inicio del Estado Yo del Niño, hasta el Estado Yo del Padre y el Estado Yo del Adulto. Fomentar el miedo y la culpabilidad del Niño, que todos tenemos, como estímulos para obedecer; insistir únicamente en argumentos de autoridad, sin otras explicaciones convincentes; imponer conductas y obligaciones sin ofrecer, al mismo tiempo, su base racional al Estado Padre, puede hacer a las personas dóciles, sumisas y observantes; pero con el riesgo de actuar como niños, sin saber dar una explicación adecuada a su propia conducta. Es necesario fomentar una educación en valores desde el Adulto que nos permita dar razones a nuestro actuar, que nos responsabilice, que nos acerque a esa autonomía y autenticidad necesarias para madurar. En cualquier caso, la ética, los valores deben ser una orientación, y no un obstáculo, hacia esa meta. Mientras no hayamos entrado en el territorio de la autonomía, la ética no debería adjetivarse como humana ni cristiana (Azpitarte, 1990, pp. 120-121). Y esto es lo que de alguna manera confirma el Análisis Transaccional.

Sin embargo, en el Análisis Transaccional difícilmente se puede llegar a la autonomía, si no hay una sana integración de todo lo bueno que aporta nuestro Padre y todo lo bueno que aporta nuestro Niño. Es peligrosa una persona con un Padre excesivamente desarrollado así como lo es la falta de Padre. Igual ocurre con el Niño. Su ausencia impide la madurez de la persona y su exagerada presencia, la autonomía. Una personalidad autónoma combina e integra estos tres estados del Yo. Se manifiestan en un sentido auténtico de justicia y protección, propio del Padre; en la capacidad de tener y expresar sentimientos, propio del Niño y en ser responsables, desde el "aquí y ahora", para tomar opciones serias sobre la vida en contacto con la realidad, como

respuesta a lo que significa ser persona. La persona autónoma del Análisis Transaccional, en el terreno moral o de los valores, tiene mucho que ver con la persona autorrealizada que nos describe Maslow o con la personalidad madura, que señala E. Fromm, o con quien ha aclarado su identidad mirando a sus raíces, que indica E. Erikson. Para el Análisis Transaccional, persona autónoma en el campo de los valores es aquella que consigue integrar las cualidades propias del estado Niño (ser sensible, creativo, cariñoso, afectivo, intuitivo, espontáneo...), con las del estado Padre (ser protector y crítico positivo) y con las del Adulto (ser razonable, reflexivo, con capacidad de tomar decisiones y hacer una opción). Bajo el control del Adulto las expresiones de los sentimientos del Niño y de las normas del Padre pueden llegar a ser respuestas auténticas y equilibradas. El Niño estará guiado por sus propios sentimientos, el Padre insistirá en la importancia de la norma y de la tradición y el Adulto se preocupará por obtener información, compartir experiencias, formular preguntas indagando datos que aclaren la situación, el cómo actuar del modo más conveniente, el reflexionar con racionalidad sobre los valores o las normas, el ver si son todavía útiles y dicen algo (Alemany, 1978, pp. 137-139). Es decir el Adulto, integrando los valores que hay en el Niño y en el Padre, los contrasta con la realidad y obra de un modo autónomo en el campo de los valores. Aquí en el Adulto integrado hay que situar la autonomía.

La etapa más elevada de la evolución del criterio moral es la de la autonomía, la de la autorregulación, que tiene lugar cuando las normas que gobiernan el comportamiento moral proceden del interior del individuo. Piaget habla mucho de autonomía, pero apenas la define; centra su interés en el viaje más que en el punto de llegada, en el proceso más que en la meta, en la dinámica de la reciprocidad evolutiva más que en la autonomía. Opina que es independiente de toda "presión externa", que aparece "solamente con la reciprocidad" y que "tiende por

sí misma hacia una moralidad del perdón y la comprensión" (Bull, 1976, pp. 91-93). Esta etapa corresponde, en el Análisis Transaccional, al estado del Adulto desarrollado, que integra al Niño y al Padre. Los tres estados del Yo recogen elementos a los que la educación en valores tiene que estar atenta. El respeto a la emotividad, a lo mandado, a la responsabilidad propia del Adulto, son importantes y necesarios. Pero es el Adulto el que ha de actualizar integrados, coordinados y dirigidos por el Adulto. Es importante ubicar adecuadamente los estados y, desde luego, no otorgar a cada uno de ellos el monopolio para no desvirtuar el desarrollo moral, sino integrarlos y coordinarlos desde el estado Adulto.

El ser equilibrado según el Análisis Transaccional es aquel "en el que reina una verdadera democracia entre sus Estados del Yo; democracia opuesta a dictadura, a la soberanía de un solo estado del Yo. Una democracia que, con razón, hace del Adulto la sede de su gobierno. Una democracia capaz de relaciones múltiples con los otros" (Lassus, 1995, p. 246).

## 6. HACIA UNA EDUCACIÓN EN VALORES

El educador en su contacto diario con el niño o joven transmite valores. Unas veces lo hace conscientemente para fortalecer el Adulto y lograr que éste contribuya a mejorar su conducta. Otras, inconscientemente, favoreciendo indirectamente al Adulto. El AT habla de "permisos" y son profundamente educativos. Por medio de ellos el educador con palabras o gestos transmite una serie de valores que le ayudan a crecer, a desarrollar positivamente cada uno de sus Estados, especialmente el Adulto. Frene a un conjunto de prohibiciones, oídas en la infancia, voces del Padre Crítico negativo que bloquen a la persona y que no permiten el crecimiento, los permisos transmiten una serie de valores que favorecen el crecimiento de las personas.



Educación en valores es favorecer la expresión libre y espontánea de las emociones y sentimientos del estado Niño. Favorecer la expresión de los sentimientos de miedo, de tristeza, de inquietud, de ansiedad, de enfado, de alegría, de amor, de paz... Desarrollar al Niño es atreverse a tomar permisos. Y sobre todo es desarrollar todas las formas de sentimientos afectuosos por los seres vivos, por la naturaleza, por el mundo, por la vida, por Dios. Es desarrollar la capacidad de amor que todos poseemos.

Educación en valores es desarrollar nuestro estado Padre. Es decir, pasar revista a las normas, valores que contiene, analizándolos, eligiéndolos a través de nuestro Adulto. Es evitar absolutizar los valores de este estado. Es caer en la cuenta de la normativa negativa que trata de imponer nuestra sociedad. Es considerar las normas como la expresión de unos valores. Es ser capaz de actualizar las normas al presente desde el Adulto.

Educación en valores es desarrollar nuestro Adulto. Él analiza lo que los estados Niño y Padre le proponen y opta responsablemente, desde el aquí y ahora, por una línea de actuación que no desprecia lo que estos estados le aportan. Los tiene en consideración y los actualiza proponiendo unas pautas de actuación (Lassus, 1995, pp. 248-258). El estado Adulto toma los datos del Niño y del Padre y los procesa. Los valora, los chequea, los confirma o elimina, los modifica de acuerdo unos con otros. Filtra los datos del Padre. Acepta de ellos todo lo bueno que es comprobable. Rectifica y cambia. Los datos del Niño se analizan y se actualizan (Alday, 2000, pp. 55-58).

John y Mary Goulding seleccionaron hasta doce prohibiciones y G. Jasoui fijó una más (situada en el número 6 de la lista) y, sobre todo, establecieron los permisos o valores que conviene trabajar. Proponen los siguientes (Chavín, 1998, pp. 137-139):

	PROHIBICIONES	PERMISOS O VALORES
1.	No existas.	Existe.
2.	No te integres en el grupo.	Intégrate en el grupo.
3.	No triunfes.	Triunfa.
4.	No hagas nada.	Actúa.
5.	No pienses.	Piensa.
6.	No hagas preguntas.	Pregunta.
7.	No crezcas.	Crece.
8.	No seas tú mismo.	Sé tu mismo.
9.	No dejes actuar a tu Niño.	Deja actuar a tu Niño.
10.	No disfrutes.	Disfruta.
11.	No confíes en nadie.	Confía.
12.	No seas importante.	Sé importante.
13.	No te integres.	Mézclate con los demás.

El Análisis Transaccional acentúa estos valores o "permisos" y nos recuerda también otros como:

- El ser por encima del tener.
- La vivencia es superior al concepto.
- La decisión adulta por encima de la sumisión.

- La paz y la armonía del niño.
- El entrenamiento en respuestas personales.
- El contacto con la realidad.
- Las caricias.
- La autonomía (Iriguibel, 1994, pp. 25-26).



Transmitir y educar a los niños en estos valores para que los consigan es un excelente programa, porque su práctica les ayuda a crecer como personas.

## 7. CONSIDERACIÓN FINAL

### 7.1. *La heteronomía es un paso necesario para la educación en valores*

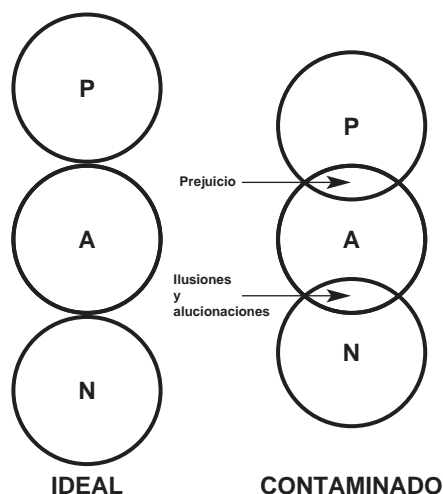
Los Estados Niño y Padre son el semillero de la autonomía moral y del aprendizaje personal antes de adquirir el autodomio moral. Podemos decir que la disciplina impuesta desde fuera puede poner los fundamentos de la autodisciplina interior. El proceso consiste en interiorizar progresivamente los principios o valores que la heteronomía impone. Sin embargo, utilizarla mal lleva al autoritarismo; puede ser correcta como medio para el fin, dando libertad y responsabilidad al niño cuando es capaz de usarlas. Por tanto, la verdadera función de la heteronomía consiste en hacerse innecesaria cuando el niño activa su Adulto. Constituye una fase esencial para llegar a la autonomía.

La heteronomía es, ciertamente, una moral externa. Sus sanciones son la recompensa y el castigo. En sentido amplio, su finalidad es educar al niño en el control de los impulsos naturales. Esta educación en valores impuesta es esencial al niño. La imposición externa de disciplina pueda favorecer el desarrollo de la autodisciplina. Los adultos tienen razón al ejercer la autoridad e imponer la heteronomía, en el proceso evolutivo, a condición de que no sólo den normas razonables, sino de que muestren también, en la medida de lo posible, la sensatez de las normas que imponen. Pero se equivocan si son autoritarios, porque obrar así es tratar al niño como un esclavo que no piensa, ni siente y que debe aprender a obedecer las órdenes de su dueño. Si el “dejar hacer” engendra la frustración y la incertidumbre, el autorita-

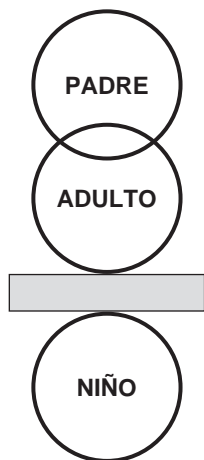
rismo engendra el resentimiento y, en último término, la repulsa.

Cuando la heteronomía se convierte prácticamente en un fin en sí misma, la educación en valores del niño se atrofia y su desarrollo se detiene. El niño se estanca en un estado servil. En vez de ayudar al niño a llegar al estado moral del hombre, se le obliga a seguir siendo un niño perpetuo, un “Peter Pan” moral. La heteronomía razonable se caracteriza por dar responsabilidad en la medida en que el niño tenga capacidad de ejercerla; pero no debemos olvidar que la heteronomía no es un fin en sí misma. Debe permitir, en su momento, que la autonomía se haga presente (Bull, 1976, pp. 45-47 y 66). Esta heteronomía se ejerce en el niño sobre sus estados Niño y Padre.

El estado Niño y el Padre en los que se grabaron muchas impresiones, mandatos o los sentimientos que producían esos mensajes, son imprescindibles para que el Adulto actúe integrándolos y dando paso a una real autonomía. Las disfunciones que estudia el Análisis Transaccional impiden el proceso de autonomía. Tanto los bloqueos como las contaminaciones impiden una correcta actuación del Estado Adulto y, como consecuencia, la autonomía propiciada por este último.



**Figura 4:**  
Contaminaciones.



**Figura 5:**  
*Adulto contaminado por el Padre  
y con Niño Bloqueado.*

## 7.2. El Adulto desempeña un papel crucial en la elaboración de valores

Que el Adulto elabore un sistema de valores está en la esencia de la concepción del Análisis Transaccional como manera de acercarse al hombre y de construir una psicología.

- Todos tomamos decisiones cada día: aconsejamos, criticamos, prohibimos, hacemos, omitimos... Son decisiones de orden moral, con referencia a un sistema de valores.
- El pasado no es el único punto de referencia para poder entendernos a nosotros mismos porque hay otras realidades: qué debemos hacer "aquí y ahora"; la necesidad y la existencia de un sistema de valores.
- Cultivadores de algunas escuelas de psicoterapia consideran los valores como algo al margen de la ciencia. El Análisis Transaccional se aparta de esta postura, lo mismo que del existencialismo de Sartre, y está en la línea de Victor Frankl, Maslow y otros, al aceptar la realidad de un orden moral de valores. Si no existiera un orden moral objetivo y universal no podríamos decir que Albert Sxhweit-

zer, salvando vidas en África ecuatorial, fue mejor que Adolfo Hitler, llevando a la muerte a millones de personas. Los dos creían obrar bien, pero objetivamente sería contradictorio que ambos tuvieran razón (Harris, 1973, p. 334).

- La verdad última que se propone, como una aproximación razonable a un orden moral objetivo, es que las personas son importantes en cuanto que están unidas en una relación universal que trasciende su propia existencia personal.
- Expresiones como "se debe", "es preciso", "hay que", que aluden a la norma, las asociamos al Padre. Y es verdad que los valores y normas culturales nos los transmite el Padre. Sin la cultura que adapta a las generaciones nuevas los logros del pasado, el "homo sapiens" no pasaría de ser ahora un antropoide más.
- Sin embargo, el Padre no es libre para formular la norma última porque está muy comprometido con la cultura particular. El Padre puede decir que los hombres son importantes, pero también puede transmitir estimaciones negativas sobre el valor de la persona, según la cultura en la que está situado, como por ejemplo, transmitir, como norma legal, la guerra, la pena de muerte, la esclavitud, el infanticidio, los sacrificios humanos, etc.
- El Niño con su autonomía, emotividad, creatividad, intuición... tampoco es válido para establecer criterios, guiados por el placer, en relación a las normas. Él también aporta al Adulto su riqueza que éste intentará armonizar con la del Padre para tomar unas determinaciones acertadas.
- Sólo nuestro componente Adulto puede cuestionar al Padre y al Niño, en diálogo con el Adulto de los demás y con la realidad, e ir esclare-

ciendo la norma, re-decidir lo que de válido descubre en el orden ético transmitido por el Padre. Si no somos un error evolutivo, si sentimos la necesidad de autoconservación, tendremos que reflexionar y decidir. El “Yo estoy bien + -, Tú estás bien + -” es la decisión del Adulto que ha comprendido que yo soy importante, que tú eres importante (Morales, 1979, pp. 143-145).

De aquí, la importancia del papel preeminente que desempeña el Adulto en el campo de la educación de los valores. Él tiene que orientar, guiar, integrar, desarrollar adecuadamente, valorar lo positivo y negativo que hay en los Estados del Niño y el Padre para poder llegar a una autonomía de la persona en el campo de la ética. Un Padre o un Niño sin un Adulto responsable y racional jamás pueden ser signos de autonomía, sino más bien de todo lo contrario. Una educación en valores sin la orientación del Adulto es incompleta.

### 7.3. *Sugerencias educativas*

Los padres, como los educadores, deben tener unas pautas claras en el campo educativo. El Análisis Transaccional ofrece algunas pistas que debemos tener en cuenta. Estas tres son importantes en el momento actual. El Adulto y el Padre Crítico deben favorecer su consecución, aunque se alejen de lo políticamente correcto.

#### 7.3.1. *Educar para el límite*

Quedarse en exigir sólo derechos equivale a situarse en el estado Niño y Padre, prescindiendo del Adulto. Si yo tengo derecho a la vida los demás tienen el deber de respetar mi vida. Mi derecho no se puede ejercitar si los demás no cumplen con sus deberes. De aquí la importancia de recordar la necesidad de una educación en valores que establezca metas a

conseguir en línea de derechos, y que también proponga deberes, es decir, ponga límites a la predisposición natural del Niño a actuar a sus anchas, prescindiendo de sus obligaciones. Aquí el Padre Crítico positivo se hace imprescindible. Debe establecer desde él y desde el Adulto los límites necesarios para desarrollar los valores. Si los padres ponen límites a sus hijos desde un Padre Crítico positivo, éstos crecen mejor adaptados y con mayor autoestima que aquellos a los que se les permite hacer lo que quieran. Es imprescindible la presencia en la educación en valores de un Padre crítico positivo. Lo que no es bueno es un Padre crítico negativo que desde formas inadecuadas y desde actitudes violentas trata de imponer su autoridad. No son racionales ni las posturas autoritarias ni las de “dejar hacer”. Hay que exigir con racionalidad y amor, pero es imprescindible poner límites y educar al respeto de los derechos y deberes. Los niños necesitan que se les “fijen los límites”. Es imprescindible el darles pautas, normas, reglas, hábitos, no para anularlos desde un Padre Crítico negativo, sino para ayudarles a ser adultos auténticamente libres en el futuro.

#### 7.3.2. *Educar para la autonomía*

Las madres tienen que parir dos veces en su vida. El primer parto, el natural, se lleva hoy con relativa facilidad. El segundo parto, el psicólogo, es más difícil. Hay un momento en la vida de los hijos en el que tienen que cortar el cordón umbilical afectivo y permitirles la autonomía, propia a su edad. Y esto resulta difícil. La protección normal de los hijos es positiva y necesaria. La hiperprotección, desde un Padre Nutritivo negativo, es destructiva. Una educación en valores que proteja con exageración a los niños crea personas inseguras y dependientes, sin autonomía, con miedos, con una baja autoestima. Estos niños no crecen ni asumen

responsabilidades. Son niños perennes. (Caracuchansky, 1979). Los hijos necesitan caricias psicológicas desde una Padre Nutritivo positivo, pero los excesos siempre son perjudiciales. Es importante educar para la autonomía.

*Ser autónomo significa tener conciencia de la propia identidad y responder con responsabilidad de nuestros actos... La autonomía no se debe confundir con el egoísmo y libertinaje. La autonomía personal verdadera es hija de la autoestima y tiene como música de fondo la comunión entre dos o más seres hermanos... La autonomía constituye una actitud que tenemos que ir aprendiendo pausadamente (Barro, 2004, p. 97).*

Ser autónomo es desarrollar a un Adulto que tiene en cuenta lo que el Niño y el Padre le sugieren, pero que actúa responsablemente.

Ser autónomo es desarrollar a un Adulto que tiene en cuenta lo que el Niño y el Padre le sugieren, pero que actúa responsablemente. Los transaccionalistas hablan de *caricias incondicionales*.

### 7.3.3. Educar para el esfuerzo

El Padre Crítico positivo y el Adulto pueden fortalecer la voluntad, exigir responsabilidad y esforzarse para que sepan resolver sus propios problemas. El Adulto no se aparta de la exigencia racional y del esfuerzo diario para alcanzar las metas que se propone. Aprende el esfuerzo porque lo aprende y lo valora. Está convencido de que los planes, programas y las metas son de quienes se esfuerzan y trabajan.

## REFERENCIAS

- Alday, J. M. (2000). *Cómo funcionamos y nos relacionamos. Análisis Transaccional aplicado a la vida consagrada. Para un conocimiento más objetivo y realista de sí y de los demás*, Roma: Universidad Claretiana.
- Aleman, C. (1978). *El Análisis Transaccional y sus aplicaciones pastorales*, Madrid: Universidad Pontificia de Comillas.
- Arto, A. (1993): *Psicología evolutiva. Una propuesta educativa*, Madrid: CCS, Madrid.
- Barri, A. I. (2004). *Fragilidad y plenitud, Un camino educativo hacia la integración personal*, Madrid: PPC, Madrid.
- Bull, N. J. (1976). *La educación moral*, Estella: Verbo Divino, Estella (Navarra).
- Caracushansky, Sophia (1979). Positive strokes in Psychotherapy: Beneficial and Hazardous. *Transactional Analysis Journal*, LX, 3, 215-217.
- Chavin, M. J. (1998). *Enseño e análise transaccional*. Santiago de Compostela: Lavioento.
- Cuadra Pérez, J. (1994). Caricias y Estructura de la Personalidad. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 32, 10-16.
- De Lassus (1995). *El análisis transaccional. Conocerse bien y relacionarse con éxito*, Barcelona: Salvat.
- Erskine, R. E. (1980). Identification and Cure of Stroke Ripoff. *Transactional Analysis Journal*, X, 1. 74-76.
- Harris, T. A. (1973). *Yo estoy bien. Tú estás bien*, Barcelona: Grijalbo.
- Ibarra Iguibel, A. (1994). *Aprender a vivir*, Madrid: Césaris.
- Kennedy, E. (1973). Fe religiosa y madurez psicológica. *Concilium*, 81, 118-119.
- Klein, Mavis (1977). Stroking up our children. *Transactional Analysis Journal*, VII, 4, 306-309.
- López Azpitarte (1990). *Fundamentación de la ética cristiana*, Madrid: Paulinas.
- Morales Vallejo, P. y Sánchez-Rivera Feijo J. M., De Casso García-Sánchez Alonso P., Pelayo Rodríguez M. L., Peñarubia López F.L., Guijarro A. y Morales Vallejo P. (1979). *Integración emocional y psicología humanista. Terapia bioenergética, terapia gestáltica, psicodrama, análisis transaccional*, Madrid: Marova.

- Oller Vallejo, J. (1996). Diferenciando nuestros rasgos naturales con caricias atributivas. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 35.
- Oller Vallejo, J. (2002). Diferenciando nuestros rasgos naturales con caricias atributivas. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 35.
- Oller Vallejo, J. (2002). En apoyo del modelo funcional de segundo orden. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 50, 65-72.
- Oller Vallejo, J. (2006). Las emociones en el Análisis Transaccional, relacionadas con los estados del Yo. En *Valbuena*, 253-258.
- Piaget, J. (1971). *El criterio moral en el niño*, Barcelona: Martínez Roca.
- Román, J. M., Senlle, A., Pastor E., Poblete M. y Gutiérrez, G. (1983) *Análisis Transaccional. Modelos y aplicaciones*, Barcelona: CEAC.
- Román Flecha, J. (1999). *Teología moral fundamental*, Madrid: BAC.
- Rubio Carracedo (1989). En: V. Camps, *Historia de la ética. La ética contemporánea*. Barcelona: Crítica.
- San Martín, J. A. (2003). *La mediación escolar. Un camino para la gestión del conflicto escolar*, Madrid: CCS.
- Spitz, R. (1973). *El primer año de la vida del niño*, Madrid: Aguilar.
- Urra, J. (2006). *El pequeño dictador. Cuando los padres son las víctimas*. Madrid: La esfera de los Libros.
- Urríbarri. G. (2003). Tres cristianos. *Sal Terrae* 91, 275-278.
- Valbuena de la Fuente, F. (2006). Berne, *Teórico de la Comunicación*. Madrid: Ediciones 2000, Fundación General de la Universidad Complutense.
- Vidal, M. (1975). *Cómo hablar del pecado hoy*. Madrid: PPC.
- Vidal, M. (1990 7ª). *Moral Fundamental. Moral de actitudes*. Madrid: Perpetuo Socorro.

## RÁPIDA RECUPERACIÓN DE UNA PARÁLISIS PSICÓGENA DEL BRAZO IZQUIERDO EN EL CONTEXTO DE TRASTORNOS DE ANSIEDAD: INFORME DE UN CASO

JUAN GARCÍA MORENO\*

Universidad Complutense de Madrid  
Socio de AESPAT

### RESUMEN

*El artículo presenta la rápida recuperación de una parálisis psicógena del brazo izquierdo de una joven en el contexto de trastornos de ansiedad por medio principalmente del movimiento imaginativo del mismo brazo practicando la autorrelajación concentrativa de Schultz. La paciente acudió a la tercera sesión con el movimiento normal del brazo recuperado. El autor especifica tanto el diagnóstico como su psicoterapia, seguidos de un análisis y comentario del caso.*

**Palabras clave:** Parálisis Psicógena, autorrelajación concentrativa, movimiento imaginativo, rápida recuperación.

### ABSTRACT

*The article shows the quick recovery about a psychogenic paralyse of the left arm in a young girl in the mental disorder anxiety context through the imaginary movement of the same arm, practising Schultz's concentrated autolrelax . When the patient arrived at the third session, his arm had recovered movement. The author specifies a diagnosis and psychotherapy and also analyzes and comments this case.*

**Key words :** Psychogenic paralyse, autorelax concentration, imaginary movement, fast recovery.

### DATOS CLÍNICOS

En el marco institucional de una ONG atendí a una joven de 18 años que acudió con el brazo izquierdo paralítico. Hacía dos meses que esta joven, al comprobar dicho trastorno, acudió a un centro sanitario público donde los médicos, después de varias entrevistas y pruebas, la dijeron que se trataba de una pará-

lisis "psicológica" y la enviaron a una psicóloga del centro, que aconsejó a los padres de la joven que se dirigieran a mí, teniendo en cuenta el carácter gratuito de la institución donde yo ofrecía tratamiento psicológico. La nota que me ofreció la "orientadora" del teléfono y que concertó la primera entrevista decía así: "Chica joven, angustia, miedos, parálisis de brazo por ansiedad, ATAQUES DE PÁNICO".

---

\* garlla@telefonica.net



En la primera entrevista, a la que acudí con mi madre acompañándola al centro institucional, me limité, como es mi costumbre, a escuchar y recoger información. Además de ratificar los datos que dio anteriormente por teléfono, me informó acerca de su vida pasada y especialmente de sus problemas anteriores a la parálisis. Su infancia, parece que transcurrió de una forma muy normal sintiéndose, entonces y ahora, muy querida por sus familiares. Su capacidad de hacer y mantener amigos de uno y otro sexo parece normal. Actualmente pertenece a un grupo de jóvenes de ambos sexos que se juntan semanalmente en un centro de religiosas, donde antes iba al colegio, y tienen actividades culturales y caritativas, al tiempo que se reúnen para divertirse, a veces acudiendo a discotecas. Su relación con chicos parece normal. Algunos días, en lugar de acompañarla uno de sus padres, viene con ella un amigo. Sus estudios los lleva muy bien. Su padre parece que sufre de un proceso de placas degenerativas cerebrales, pero que está siendo controlado por tratamiento clínico.

Dos años antes de padecer la parálisis sufrió mucho por un auténtico “acoso escolar” de algunos de sus compañeros de colegio: le insultaban, se reían de ella, la amenazaban de mil maneras, la aislaban de los demás, etc, hasta que intervinieron sus padres y educadores. Se cambió de colegio y desde entonces, dice, lleva una vida normal, pero arrastrando miedos infundados, ansiedad y algunas veces mucha angustia que le hace pasarlo muy mal. La ansiedad más intensa que padece ahora, desde hace dos meses, le sobrevino al tiempo que la parálisis, y se manifiesta en determinadas situaciones sociales como ir en el metro y autobús e incluso al tener que estar sola en su misma habitación. No se atreve a estar o salir sin que le acompañe alguien.

## ANÁLISIS EVALUATIVO Y PLANIFICACIÓN DEL TRATAMIENTO

Después de recibir la información clínica anterior, me di cuenta de que la problemática

general de la joven se resumía en los problemas de ansiedad y en la parálisis psicógena. Inicié el proceso evaluativo y diagnóstico especificativo desde la primera sesión guiándome por los criterios del DSM-IV-TR (2005), pero iniciando al mismo tiempo el proceso terapéutico especialmente centrado en la recuperación de la parálisis, y movido por las exigencias de la Institución que ofrece ayuda totalmente anónima en situaciones de crisis emergentes, supuesta una evaluación previa fundamental.

En primer lugar, tuve que considerar **conjuntamente** tanto la parálisis como los problemas de ansiedad como relacionados interdependientemente entre sí y como “traumáticos”, pues se presentaron aproximadamente al mismo tiempo y aparentemente separados del “acoso escolar” ocurrido dos años antes, sin que se encuentre otro foco traumático antes y durante este intervalo de tiempo. Ya Freud (1895,1967) se dio cuenta de la evidente separación entre los acontecimientos traumáticos de carácter sexual, o no, y los síntomas histéricos, sin perder su relación causal. También, el mismo DSM especifica de *inicio demorado* un tipo de “trastorno por estrés postraumático”, afirmando que “entre el acontecimiento traumático y el inicio de los síntomas han pasado como mínimo seis meses” (p. 436). Pero en este caso no encontré criterios suficientes para conceptualizar los problemas de ansiedad, y la parálisis, como “trastornos por estrés postraumático, de inicio demorado”, debido quizás a que no disponía de los datos recogidos por médicos y psicólogos en la clínica de acogida. Según esto, tendría que encuadrarlos en el tipo de “trastornos por estrés postraumático de inicio demorado *no especificado*” (F41.9), pues aunque no se cumplían todos los criterios resulta difícil desligarlos del único acontecimiento traumático que aparecía en su historial.

Además, me planteé la posibilidad de considerar **la parálisis** dentro de los “trastornos somatomorfos” o como “trastorno de somatización” (no se cumplían los criterios)

o como “trastorno de conversión, con síntoma o déficit motor” (**F44.4**), por incluir en su cuadro “los síntomas o disfunciones no explicadas de las funciones motoras o sensoriales” (DSM, p. 457), y hallé que aquí los criterios se cumplían. Se trataba, por tanto, de un trastorno de conversión con síntoma motórico, *parálisis del brazo izquierdo*, pero de “origen psicógeno” como diagnosticaron los médicos después de varias pruebas según el testimonio de la paciente, lo que la obligó a venir a mi consulta.

También el “trastorno facticio” quedó excluido por no cumplir los criterios de fingimiento, intencionalidad y voluntariedad.

Los problemas de **ansiedad** quedaron especificados de la siguiente manera: “*Ansiedad de separación*” (**F93.0**), cumpliendo los criterios adecuados, incluido el inicio de la edad. Sentía fuerte ansiedad siempre que tenía que estar sola, incluso cuando tenía que estudiar en su habitación, por lo que optaba por el comedor-salón donde siempre había alguien; “*Trastorno de angustia con agorafobia*” (**F40.1**), pues había sufrido varias crisis de angustia (ataques de pánico) varios veces en los últimos meses y crisis de agorafobia siempre que tenía que coger el autobús y, sobre todo, el metro, y en menor medida estar en la Iglesia con mucha gente o en reuniones de todo tipo); de ahí que fuera acompañada de algún familiar cuando se desplazaba de esta manera a algún sitio, como venir a la consulta o ir a la discoteca con sus amigos.

La relación etiológica entre la parálisis y los trastornos de ansiedad ya es más difícil de concretar. ¿La aparición de la parálisis precede causalmente a los problemas de ansiedad o lo contrario? ¿O los dos son causados conjuntamente por el remoto trauma? Todo ello será prácticamente imposible de clarificar con los datos disponibles. Lo importante, en aras de la psicoterapia, es tratar conjuntamente ambos problemas, pues la mejoría de uno puede propiciar la mejoría del otro, ya que entre ellos parece existir una interacción.

## PSICOTERAPIA

Al final de la *primera sesión* (y paralelamente a la búsqueda de las disquisiciones diagnósticas del apartado anterior) lo primero que hice con la paciente fue hacer una comprobación aquí y ahora de su parálisis del brazo. Lo tenía sujeto al cuerpo y realmente no pudo moverlo en ningún sentido por mucho que yo la animaba. A continuación, la dije que su tratamiento iba a ser totalmente psicológico, pues aunque los síntomas eran claramente físicos (no poder mover el brazo) el problema era psicógeno, ratificando el diagnóstico de los médicos, y que la comunicación funcional entre el cerebro y el movimiento del brazo se había bloqueado por razones psicológicas desconocidas. No es imprescindible, afirmé, conocer la última razón de dicho bloqueo. No obstante, dentro de la psicoterapia que iniciamos ahora iremos analizando y buscando el sentido y origen de los problemas. Lo importante, ahora, es que esa comunicación se vuelva a recuperar psicológicamente. Esta simple explicación informativa, con idénticas o parecidas palabras, fue totalmente comprendida y aceptada por la paciente. A continuación la inicié en la práctica del “Método de entrenamiento autógeno o relajación concentrativa” de Schultz (1962). Rápidamente lo aprendió. La indiqué que debería practicarlo fielmente tres veces al día. A continuación, la sugerí que su problema principal, que le había traído a la consulta, tenía solución, para lo cual debería hacer lo siguiente: “después de hacer los ejercicios las tres veces al día, y antes de realizar los tres ejercicios de recuperación, te concentrarás en el brazo paralizado e imaginarás con mucha vivencia que mueves el brazo aunque realmente no puedas físicamente moverlo. Si lo imaginas moviendo acabarás moviéndolo. Cualquier día vendrás moviendo el brazo”. Me pareció que se iba muy esperanzada.

En la *segunda sesión*, a los siete días, al tiempo que iba llevando adelante el proceso evaluativo según los criterios del DSM, revi-

samos sus prácticas de la semana acerca de la relajación y la autosugestión del movimiento imaginativo. Todo parecía ir bien. Me dijo, además, que la sensación de peso (señal de relajación profunda) en el brazo derecho (por ser diestra) lo empezaba a sentir también en el resto del cuerpo. A la semana siguiente avisó por teléfono que no podía venir.

A la *tercera sesión*, **acudió con la gran noticia de que podía mover el brazo**. Me dijo que sus padres estaban como locos de contento. Le pedí que moviese en todas direcciones su brazo, comprobando yo aquí y ahora que era también, para mí, una realidad. Le felicité por este gran acontecimiento para todos. Me afirmó que, no obstante, poder moverlo, sentía una cierta debilidad debido, quizás, a los meses que lo había tenido inmovilizado; por ello se había apuntado a una piscina para hacer ejercicios con él. A partir de este momento, proseguimos la psicoterapia centrada en la persona y muy específicamente en sus problemas de ansiedad. Me advirtió de que a la semana siguiente no podría venir por tener un examen.

En las *seis semanas siguientes* dejó de venir dos, avisando, por exigencias de los estudios. Es preciso observar que la distancia de su casa a este centro de consulta psicológica es bastante grande, pues vive en la periferia de Madrid, tiene que coger varios transportes y además tiene que venir acompañada por sus problemas de agorafobia. En las sesiones que llevamos a cabo nos centramos en su problemática personal con sus problemas de "ansiedad por separación" (**F93.0**). Empezamos por la ansiedad al estar sola estudiando. Todas estas situaciones las fue superando con relativa facilidad. La psicoterapia "integradora" consistió en una relación centrada en la persona, al estilo de C. Rogers (1971), para conseguir una buena relación fundada en la aceptación, empatía y autenticidad y en aplicar procedimientos cognitivo conductuales adaptados a su personalidad, para superar la ansiedad situacional. Acudí a la re-

estructuración cognitiva, a la relajación situacional, a la exposición en vivo y al registro de las frecuencias de las situaciones ansiógenas y circunstancias específicas en el día, hora y lugar para después en la sesión analizar los problemas implicados y comprender el sentido existencial de toda esta estructura y dinámica personal. No nos interesaba en todo este trabajo cambiar sólo las conductas, los sentimientos y las cogniciones sino, también y sobre todo, el sentido del cambio. Durante las tres semanas que duró este tratamiento experimentó una completa mejoría de este problema.

Ante el "trastorno de angustia con agorafobia" (**F40.01**), se presentaron dos problemas: el relativo a su duración, que probablemente sería prolongado y el de la limitación que nos imponía esta Institución ONG, que nos prohíbe tratamientos prolongados, pues atiende en situaciones de emergencia a personas en crisis. No obstante esto, pensé en iniciar el tratamiento y acudir si fuera preciso, a un caso excepcional, pero sucedió lo siguiente: En la *última sesión* la planteé la conveniencia de empezar, a medio plazo, a venir sola a la consulta, teniendo que afrontar así las situaciones del metro y del autobús. La dije que esto supondría, quizás, un proceso temporal más o menos prolongado y que exigiría, por su parte, mucho tesón y mucha entrega. En esto quedamos, pero debido a razones, que desconozco, dejó de venir. Yo no he podido conectar con ella, ya que no poseo información telefónica ni domiciliaria, pues lo tenemos prohibido por ser anónima cualquiera actuación en este contexto institucional. Espero que algún día vuelva a aparecer para poder verificar el seguimiento de su mejoría. Me imagino que, una vez superada la parálisis, *la única razón de venir aquí*, habrá podido incorporarse a su centro de salud, donde la atendían anteriormente de sus trastornos de ansiedad sin tener que desplazarse aquí acompañada con tanta distancia y con tanto sacrificio. Imagino que si se hubiera instaurado de nuevo la parálisis hubiese vuelto a mi consulta.

## ANÁLISIS Y COMENTARIO

La motivación para acudir a su centro médico zonal parece haber sido los trastornos de ansiedad y muy especialmente la parálisis del brazo izquierdo. En la exploración que le hicieron apareció, según la información recibida de la paciente, la ansiedad, miedos, angustia en ciertas situaciones sociales, y una parálisis de origen psicológico, según los médicos.

Desde el principio, me pregunté: ¿por qué este tratamiento ha sido tan rápido y efectivo? No encontré, al respecto, bibliografía alguna, por lo que necesariamente tuve que volver a los casos clínicos de Freud (1895, 1967) donde sí hay materia abundante relacionada con las represiones histéricas. Aquí, en los comienzos de su pre-psicoanálisis, Freud acude, después del período de curación puramente médica o de los procedimientos curativos ordinarios de la vida ordinaria, a la hipnosis para recuperar el recuerdo reprimido y provocar su abreacción catártica espontánea (Laplanche y Pontalis, 1971) para su curación instantánea. En mi caso el tratamiento, como se ve, no tenía nada que ver con esta psicoterapia de Freud. Yo acudo a la “relajación concentrativa o entrenamiento autógeno”, de Schultz (1962) como contexto potencial intrínseco de la sugestión imaginada “muevo el brazo”, aunque no lo pudiera mover fisiológicamente. Desde que se inició la autorrelajación hasta que acude a la tercera sesión ya curada de su parálisis, han transcurrido cuatro semanas (faltó a una sesión), tiempo suficiente para adquirir en su cuerpo la sensación de peso-relajación muscular. La cliente, en este aspecto de su aprendizaje, se comportó muy normal, según el criterio de Schultz. La curación coincide con este aprendizaje de la relajación muscular que yo consideraba contexto intrínseco y condición para fortalecer la imaginación del movimiento del brazo paralizado sin necesidad de pasar, por el momento, a la relajación concentrativa de las restantes zonas corporales según el sistema del entrenamiento autógeno

de Schultz (1962). Interpreto que la efectividad conseguida se debe a la fuerza cognitiva del movimiento imaginado en situación de relajación concentrativa que incrementa su potencialidad, como ocurre según Schultz (1962) en la supresión del dolor:

Si la persona que se halla en buena concentración representa un ligero enfriamiento cutáneo en el dorso de la mano, parecido al enfriamiento frontal, y a continuación se representa la fórmula: “la piel no duele”, entonces se puede demostrar en el 50% de casos normales una disminución o abolición de la sensibilidad dolorosa (p. 25).

A esta fuerza del movimiento imaginado se añaden otros factores como la sugestión y las expectativas positivas (García Moreno, 1994) en el cliente: “cualquier día vendrás moviendo el brazo”, la dije. Me pareció que salía muy esperanzada, observé en aquel momento. La fuerza de la sugestión como factor potente de efectividad junto con la activación de expectativas positivas en el cliente conllevan unas características muy específicas:

*Se verifica {la curación} realmente en y por el mismo paciente: que en la posibilidad del cambio, anunciado por el curador (...) y significado por el rito, anticipa la curación deseándola, imaginándola, pensándola; que tiende a ejecutarla por “conversión existencial”, “rapport”, y “complacencia doctrinal”; que se verifica a través de mecanismos psicológicos que tienen su base en la fuerza de la sugestión (García Moreno, 1993, p. 29).*

Aquí, es necesario recordar esquemáticamente la necesaria implicación de los **siete factores de efectividad**, que no pueden faltar en ninguna efectividad de la psicoterapia:

- La *teoría el mito* (yo le ofrezco, ya desde la primera sesión, respecto a la parálisis y tratamiento una explicaciones –o *teoría*– que para ella son verdaderas y aceptables aquí y ahora., independientemente de que sean objetivamente verdaderas);

- Las *técnicas o el rito*, comprenden todo lo que yo realizo a lo largo del proceso psi-

coterapéutico y especialmente lo relacionado con el movimiento cognitivo imaginativo dentro de la autorrelajación concentrativa de Schultz en el contexto clínico y extraclínico de la semana. Éste es, me parece, lo más importante de todo lo que constituye la técnica aplicada. Yo la aseguraba que “imaginar es hacer”, “si imaginas que lo mueves, acabarás moviéndolo”. Esto hecho con auténtica fe esperanzada es en sí mismo curativo. En la curación sólo por sugestión no hay relación entre lo que se hace y lo que se consigue, como ocurre en la curación precientífica y en el efecto placebo, a través de acciones objetivamente no relacionadas con la efectividad. El factor curativo le viene sólo de la sugestión basada en la fe vivencial. Aquí no sucede lo mismo, me parece, pues lo que se hace imaginativamente dentro de la relajación profunda y con auténtica fe parece tener un fuerte componente de efectividad psicoterapéutica;

– El *cliente o paciente* añade unas características definitivas, pues la capacidad curativa del sujeto (aquí es ella la que realiza en sí misma el proceso curativo) parece ser el factor más potente de toda curación. Diversos estudios con “meta-análisis” (Shapiro y Shapiro, 1982) parecen apoyar esto. Mientras que el 10% de la varianza de la efectividad va para las técnicas y el 30% al psicoterapeuta, el 60% se atribuye al cliente. Y el ingrediente activo para la eficacia sería el grado de implicación y de autoexploración. Las diversas técnicas representarían alternativas para facilitar este proceso central del paciente (García Moreno, 1998). Esto quizás es una provocación al narcisismo de los psicoterapeutas, pero es una realidad que tendremos que admitir con todas las consecuencias. Y en este caso de los trastornos de conversión me parece evidente, según mi experiencia clínica, que tenemos que admitir que existen personas especialmente dotadas tanto para enfermar como para curarse. El cuarto factor de efectividad *el psicoterapeuta* es algo esencial en el proceso, pero en los estudios citados se lleva tan solo el 30% de la efectividad;

– La *relación establecida con el paciente* fundamenta, también esencialmente, el resultado final. Desde el primer momento procuré establecer con ella una relación basada en las características esenciales de Rogers (aceptación, empatía y autenticidad) como necesarias pero no suficientes para la labor psicoterapéutica;

– Y el sexto y séptimo factores: *el contexto inmediato* (en este caso institucional de una ONG, que ofrece servicios absolutamente gratuitos) y *el contexto ecológico y social* (difícil de controlar) no cabe ninguna duda que podrían explicar la absoluta efectividad de este caso que nos ocupa.

Estos siete factores son esenciales, no pueden no darse en cualquier efectividad terapéutica, aunque normalmente no se controlan todos por razones de dificultad y de escuelas o sistemas ideológicos polarizados en un factor frente a otros. Por eso, el sesgo introducido frecuentemente en las investigaciones de la efectividad que conducen a unas explicaciones evidentemente insatisfactorias.

*Resumiendo* diría que, aparte de los otros posibles factores comunes de efectividad que acabo de exponer, parte de esta probable efectividad específica en este caso, se podría concretar en: una sugestión de curación desde el psicoterapeuta hacia la paciente previamente anunciada y en un contexto de relación adecuada; y una imaginación de movimiento en situación de parálisis, en un contexto de “relajación concentrativa” que potencia la imaginación.

## REFERENCIAS

- American Psychiatric Association, Washington, D.C. –Ed.- (2005). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales –DSM-IV-TR*. Barcelona: Masson.
- Bados, A. (1998). Trastornos de ansiedad generalizada. En M.A.Vallejo (Ed.). *Manual de Terapia de Conducta*. Madrid: Dykinson.



- Echeburúa, E. (1993). *Evaluación y tratamiento psicológico de los trastornos de ansiedad*. Madrid: Fundación Universidad-Empresa.
- Freud, S. (1895, 1967). *Obras completas: Historiales clínicos*, pp.33-103. Madrid: E.B.N.
- García Moreno, J. (1993) *Proyecto docente*. p. 29. Sin publicar.
- García Moreno, J. (1994) ¿Por qué la Psicoterapia es efectiva) (II). *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 32.
- García Moreno, J. (1998). La Integración de la Psicoterapia. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 39.
- Laplanche, J. y Pontalis, J.B. (1971). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona: Editorial Labor.
- Money, G. & Gurriester, Th. (2004). Behavioral treatment of psychogenic deafness: A case report. *Rehabilitation Psychology*, XLIX, 3 268-271.
- Schultz, J.H. (1962). *El entrenamiento autógeno: autorrelajación concentrativa -con folleto adjunto-*. Barcelona: Editorial Científico-Médica.
- Speed, J. (1996). Behavioral management of conversion disorder: Retrospective study. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 77, 147-154.



## ADICCIÓN A LAS COMPRAS

M<sup>a</sup> CONSUELO LLINARES PELLICER

Psicóloga Clínica de la Unidad de Alcoholología  
Departamento 12 de Salud, de la Consellería de Sanidad Valenciana

### RESUMEN

*Se describen las características definitorias de la compra compulsiva que suele ir acompañada de indicadores de depresión y de rasgos de personalidad patológicos, como la distorsión de la propia imagen, debilidad de procesos de autocontrol y baja autoestima. En el tratamiento de esta adicción las terapias de tipo cognitivo-conductual son las que han demostrado mayor efectividad.*

**Palabras clave:** compra compulsiva, autocontrol, baja autoestima.

### ABSTRACT

*The specific characteristics of the compulsive buying are described. This addiction usually comes together with indicators of depression and pathologic fetures of personality, such as the distorsion of one's own image, weakness in processes of self-control and low self-esteem. Therapies of cognitive behaviour type are the ones that have proved to be more effectives in the treatment of this addiction.*

**Key words:** Compulsive buying, selfcontrol, low self-esteem.

### 1. INTRODUCCIÓN

La sociedad del tercer milenio es consumista. El crecimiento del capital, del producto interno bruto de los países, del empleo y demás indicadores económicos depende del consumo, bien de sus propios ciudadanos (mercado interno) o de las otras naciones (mercados de exportación). Eso nos lleva a que nos atosiguen de propagandas por todos los medios de comunicación, nos recuerden las marcas, nos tienten con promociones, con nuevas tecnologías, y en fin que nos induzcan a gastar. Consumir sería entonces natural, aceptable, mejoraría la autoestima, estimularía la actividad económica, aunque a veces le pareciera a uno —en me-

dio de las terribles desigualdades del planeta— que tanto gasto fuera injusto.

Por supuesto que hay ocasiones para hacer regalos, adquirir artículos para las propias necesidades, invertir en vivienda y transporte, pues es lógico que de algo tienen que vivir los vendedores. Pero infortunadamente en algunas personas, la costumbre y el hábito de gastar se convierte en una necesidad patológica.

La compra de cosas innecesarias obedece a una motivación diversa, algunas veces entroncada en la autoafirmación del individuo como el refuerzo de la imagen, la comodidad, el capricho personal o la fidelidad a un comportamiento coleccionista. En otras ocasiones, la selección de artículos depen-

de de la influencia proveniente de los demás en forma de sometimiento al dictado de la moda o a la presión de la rivalidad para no ser menos que los otros.

Como factor general de fondo intervienen los mensajes publicitarios en estrecha alianza con el show de las grandes y pequeñas superficies de venta.

Quien más quién menos se deja caer por las tiendas y los grandes almacenes para dar rienda suelta a su condición de consumidor. La ocasión es perfecta para regalar y regalarse cualquier cosa, y son muchos los que pierden el control de sus gastos. Para la mayoría de la gente, se trata sólo de unos días de exceso, pero algunos siguen comprando sin control durante todo el año.

¿Quién no ha entrado en un hipermercado a comprar un litro de leche y ha salido con un carro lleno de productos que no pensaba comprar? ¿Quién, mirando escaparates para matar el tiempo, no ha caído en la tentación de adquirir algo que realmente no necesitaba? Dicen que el hombre es el único animal que tropieza dos veces en la misma piedra. Habría que añadir que también es el único que compra. Y, en algunos casos, ¿de qué manera!

Sólo hay que echar un vistazo al Informe Europeo sobre Adicción al Consumo: una tercera parte de los ciudadanos de la U.E, los españoles entre ellos, son adictos al consumo y tienen serios problemas de autocontrol a la hora de realizar sus compras. Tres de cada cien han convertido dicha adicción en patología. Cifras que se agravan entre la población joven: el 46% son adictos y un 8% presenta niveles que rozan lo enfermizo.

Estos compradores compulsivos son capaces de dilapidar más de lo que tienen y poner en peligro su trabajo y familia para satisfacer su ansia de comprar sin parar. La excitación es comparable a otras situaciones como la del juego, la droga etc. Al igual que éstas se apaga pronto, antes de llegar a casa con las compras. Por eso lo de menos es lo que se haya comprado, normalmente cosas inútiles o repetidas como puede ser media docena de camisas iguales de

distinto color o una docena de zapatos que nunca se llegarán a usar.

Al efímero placer le siguen los remordimientos, las peleas familiares por los gastos desmedidos, el sentimiento de culpa, la depresión y una ansiedad que sólo se apaga con un nuevo atracón consumista. La compra compulsiva comparte algunos rasgos con las conductas adictivas (se les llama también adictos a comprar o "shopaholics"), particularmente con la ludopatía o adicción al juego, pero sobre todo se parece a los llamados trastornos del control de los impulsos, como la cleptomanía o la piromancia. De hecho, prácticamente en lo único que se diferencian los cleptómanos y los compradores compulsivos es en que los primeros no pagan y éstos últimos sí, aunque a la postre muchos no puedan hacer frente a las deudas.

Pero éste es sin duda un detalle importante, pues comprar está mucho mejor visto socialmente que robar. Por ahora la "shopping-manía", "compra compulsiva" o como quiera llamarse esta conducta no figura en los libros de psicopatología, quizá porque —como dicen algunos científicos sociales— en esta sociedad consumista todos somos no sólo compradores, sino compradores excesivos.

El hábito de compra puede convertirse en la llamada "actitud compulsiva". Ésta es un comportamiento patológico, y está considerada como dependencia psicológica. Es el patrón de consumo compulsivo hacia una sustancia o actitud que origina tolerancia (termina incorporándose y aceptándose), con síntomas de una conducta repetitiva que se traduce en patología.

Una vez realizada una acción, se libera el malestar momentáneamente, aumentando la depresión y la ansiedad, como en los cuadros obsesivos-compulsivos.

Esta situación se enmarca dentro de las afecciones neuróticas, es decir, se centra en torno a la tensión y su descarga.

En la compra compulsiva, el individuo actúa irracionalmente, comprando algo que tal vez no necesita y no usará. El comprador impulsivo responde al deseo de poseer un

producto, el compulsivo compra con el deseo de aliviar su tensión y ansiedad.

El comprador compulsivo intenta mejorar su autoestima y satisfacer necesidades emocionales. Lo anterior va ocasionando una dependencia psicológica, llegando a perder el control de sí mismo.

La compulsión está considerada como un comportamiento ritual, recurrente, que a pesar de los intentos por resistirse al impulso, ocurre.

Los compradores compulsivos, en ocasiones actúan inconscientemente para eliminar el sentimiento de culpa que los agobia.

La culpa puede ser provocada por haber comprado algo que no usaron o que no necesitaban, por lo que la conducta se repite como una compensación para borrar “la conducta compulsiva”.

Cuando el comprador compulsivo se encuentra en una etapa avanzada de neurosis, llega a incurrir en el uso excesivo de sus tarjetas de crédito u otra forma de obtener dinero, incluso robando.

Este hecho es común en el fármacodependiente, que hurta incluso a sus familiares más cercanos, para conseguir lo que cree que necesita.

Otras consecuencias psicológicas de la compra compulsiva son la angustia, la depresión, los remordimientos, la vergüenza y la baja autoestima.

Todos los síntomas anteriores provocan un alto nivel de estrés, que puede acarrearle al afectado enfermedades como la úlcera, hipertensión, depresiones profundas y frecuentes dolores de cabeza.

Los artículos que los compradores compulsivos adquieren con más frecuencia son ropa, zapatos, cosméticos, joyería, aparatos electrónicos, artículos coleccionables, antigüedades, equipos de sonido, discos, piezas de arte y regalos.

El comprador compulsivo es eminentemente racionalizador, lo cual es una estrategia cognoscitiva que implica inventar razones plausibles y aceptables para ocultar las explicaciones reales de sí mismo.

Este tipo de compradores pueden encontrarse en todos los niveles socioeconómicos y compran cosas para ellos mismos o exclusivamente para otros. Es frecuente que una madre justifique sus compras colmando de regalos a sus hijos. También es habitual que lo que compre nunca sea desempaquetado y por consiguiente, nunca utilizado. La racionalización es que el objeto comprado ya perdió valor.

Para los principiantes, las compras compulsivas no son una verdadera compulsión, sino que son un desorden de control de los impulsos.

No existe un pensamiento perturbador que lleve a la compra compulsiva. Es un impulso muy placentero, y la gente se rinde ante esos impulsos.

Ahora es más prevalente porque las personas necesitan claramente de bienes, economía de mercado e ingresos disponibles, y estos elementos no siempre han estado presentes.

¿Los adictos a las compras son conscientes de su enfermedad? Claro que sí. Son perfectamente conscientes de lo que están haciendo. Intelectualmente, ellos saben que sus armarios están llenos, pero luego llegan a la tienda y piensan: “Bueno, tal vez necesite esta blusa”, o “esto me será práctico” o “no tengo un pantalón en esta tonalidad particular”. Por otra parte, los adictos a las compras ocultan éstas a sus cónyuges, y tienen sentimientos de culpa.

## 2. ¿POR QUÉ COMPRAMOS?

Comprar es una actividad muy normal para la mayoría de la gente, pero para algunas personas se convierte en un impulso incontrolable que provoca serias consecuencias, llegando a gobernar sus vidas.

Compramos por necesidad, por supuesto, pero también por placer, por hábito, por norma, por gastar, por aburrimiento y por otras motivaciones, por las cuales la gente vive un estilo de vida por encima de su presupuesto. A continuación vamos a detallar algunas de las razones principales:

En algunas ocasiones **compramos por aburrimiento**. Éste no es ajeno a nosotros mismos sino que somos nosotros mismos los aburridos. El aburrimiento no es más que una regresión hasta las adolescencias de la especie humana. Ya se sabe que comprar así es regresivo, infantil, y alexitimico. Pero es divertido y eso basta. Caemos fácilmente en las tentaciones del escaparate, de la publicidad. Y es que contra las tentaciones no hay resistencia que valga. Las soluciones contra el tedio son las mismas que han de emplearse para curar o resistir las tentaciones. Sólo vale rechazarlas antes de admitirlas, puesto que de lo contrario ellas mismas se encargarán de suministrarnos los argumentos para justificar nuestra derrota.

Otras veces **compramos por necesidad**. La necesidad podemos entenderla como una estructura vital, persistente, constante, intencional, dirigida y moldeable a lo largo de la historia de la humanidad. Pero también podemos explicarla como una continua interrogación, y ésta es la versión que más interesa al marketing.

Las necesidades podrían resumirse en una única global: alcanzar una vida más feliz, un mejor nivel de vida. La necesidad es un objetivo vital, lo cual significa que es compleja. Y lo es porque encierra objetivos, deseos, creencias y decisiones. Los expertos lo saben y lo manipulan.

También **compramos por deseo o placer**. Comprar es un placer porque da respuesta cumplida a los deseos de la gente. Los deseos pueden ser conocidos o desconocidos por el que los tiene. El buen marketing se encarga de desvelarlos y de encauzar al que los tiene hacia la manera de satisfacerlos.

El producto puede ser entonces la mejor forma de expresar con algo tangible los deseos y objetivos de las personas. En tal caso, al deseo como tendencia le sigue la compra como acto y a éste el placer como consecuencia.

Otra forma de **comprar es por hábito** o por norma social. Compramos de acuerdo con una metodología, con un ritmo, con reglas fijas y predecibles.

Los compradores pueden ser conscientes del empleo de las reglas, en ese caso tienen un patrón preestablecido y se someten a dichas reglas.

Habitualmente los compradores son desconocedores de las reglas y las normas que siguen, ignoran asimismo las razones que subyacen a sus decisiones. Compramos porque elegimos y decidimos hacerlo.

Hay también quien **compra por azar**. Los determinantes de estas conductas son tan inestables como los antojos, la suerte, los gustos o el simple estar en el momento apropiado, en el sitio justo. No son necesarias ni la decisión ni la elección. No son significativos casi ni los deseos, cuanto más las reglas o los objetivos. Esta es una conducta nada finalista, poco o nada predecible y poco segura a la hora de facilitar al que lo hace la consecución de sus objetivos, ni siquiera del más elemental, es decir, del placer de comprar por comprar.

**Falta de presupuesto**. Si uno no lleva la contabilidad de sus ingresos y gastos, gastará sin control y sin darse cuenta de que cada día está cayendo más en deudas.

**Codicia**. Uno vive envidiando y desean-do lo que otros tienen. No importa si otras personas tienen mayores ingresos, lo que importa es tener lo que otros tienen o más de lo que poseen.

**Materialismo**. Tener cosas materiales se usa como una prueba de que uno es exitoso.

**Compradores Compulsivos**. Comprar hace que estas personas se sientan bien y usen las compras para ayudarles a tener buen ánimo.

**Adicción a las compras**. Estas personas ("shopaholics") sufren una adicción a las compras y no pueden dejar de comprar. Este tipo de persona siente que no puede vivir sin ir de compras.

**Vivir en el pasado**. En este caso la persona tuvo una cantidad de dinero que le permitió vivir un estilo de vida de altos gastos, pero ahora sus recursos financieros son menos. Como se ha acomodado a un estilo de vida de altos gastos, sigue gastando como antes sin acomodarse a la realidad financiera del presente.

**Querer recompensar por el pasado.** En el pasado este tipo de persona pasó por un periodo de escasez o pobreza por lo cual gastó desenfrenadamente tratando de recuperar lo que deseaba poseer pero no podía alcanzar.

**Facilidad de crédito.** Usan las tarjetas de crédito para financiar un estilo de vida que no pueden sostener con los ingresos actuales. Las ofertas de tarjetas de crédito y los pagos mínimos son usadas para justificar gastos continuos por encima de sus medios económicos.

Persistir en un estilo de vida que económicamente no es sostenible trae consigo varias consecuencias negativas que van más allá de las finanzas. Los gastos sin control vienen a afectar casi todas las áreas de la vida.

Algunas consecuencias negativas de un estilo de vida insostenible son las siguientes:

- Acumulación de deudas.
- Mal historial de crédito.
- Falta de ahorros para la jubilación.
- Estrés.
- Depresión.
- Hipertensión.
- Ansiedad.
- Largas horas de trabajo, lo cual les aleja del cónyuge o los hijos.
- Pleitos en el matrimonio referente a las finanzas del hogar.
- Un mal patrón para los hijos sobre cómo manejar las finanzas
- Comienza a echar la culpa a otros, a sí mismos por no tener el dinero para vivir el estilo de vida que desea.
- La vanagloria comienza a reinar y las personas se jactan de las cosas materiales que tienen. Ven con desprecio a aquellos que viven un estilo de vida más modesto.

Ahora bien, usted no tiene por qué vivir una vida llena de tensión, ansiedad y deudas. Es posible tener un control financiero y vivir un estilo de vida que esté conforme a su presupuesto. Par lograr hacer esto, tiene que cambiar varias cosas en cuanto a su

estilo de vida. El cambio a veces puede ser difícil pero lo bueno es que gozará de una estabilidad económica en el hogar que le traerá muchos beneficios.

Algunos cambios que se deberían contemplar son los siguientes:

**1.–Usar un presupuesto.** Ponerse al día en cuanto a sus gastos e ingresos.

**2.–Recordar que la solución no es ganar más dinero sino gastar menos.**

**3.–No mida el éxito personal o el de su hogar por las cosas materiales que tenga.**

**4.–Usted vale más por lo que es y no por lo que tiene.**

**5.–No entre en competencia con familiares, amigos, vecinos, colegas o conocidos para ver quién puede comprar más cosas.** La vida no es una carrera donde el que acumula más cosas materiales gana. Sea original y viva conforme a sus medios y no conforme a lo que otros hagan o compren.

**6.–Pague el balance de sus tarjetas de crédito y luego rómpalas.** Evite llenar solicitudes para adquirir nuevas tarjetas.

**7.–No importa si tuvo mucho o poco dinero en el pasado, no deje que el pasado venga a dictar el estilo de vida que vive en el presente.** Retome el control de su presente y compre sólo lo que sea necesario y no más.

**8.–Sea honesto y hable con su familia acerca de hacer recortes en los gastos familiares.** Dígales que van a tener que hacer cambios para poder vivir un estilo de vida más moderado. De otra forma, usted seguirá mintiéndole a su familia al hacerles creer que pueden seguir viviendo un estilo de vida que en realidad no es sostenible.

**9.–Si necesita ayuda con su presupuesto, no piense que lo tiene que hacer solo.** Haga una cita con un experto en la planificación de finanzas y escuche sus consejos.

**10.–Si usted necesita las cosas materiales para sentirse bien, levantarse el ánimo o subir su autoestima, entonces está tratando de llenar un vacío con cosas materiales.** Si este es el caso, tiene que reconocer que las cosas materiales ja-



más le van a llenar. Por lo cual, sea honesto con usted mismo e identifique qué es lo que le está causando ese vacío.

Como hemos visto la adicción a las compras produce consecuencias muy importantes como la depresión, deudas, problemas con la justicia, deterioro de las relaciones interpersonales, y como pasa con cualquier adicción, acaba rompiendo la vida de la persona, por lo cual es conveniente consultar con un especialista si se sospecha que se puede estar padeciendo esta adicción.

### 3. ¿EN QUÉ CONSISTEN LAS COMPRAS COMPULSIVAS?

El concepto de adicción siempre ha ido unido al de sustancia, sin embargo, cada vez se acepta más la idea de adicción sin sustancia (adicción a las compras, juego patológico etc). Casi cualquier conducta placentera es susceptible de convertirse en adicción, pero no se trata de satanizar algunos placeres, sino de ser cautos a la hora de realizarlos en exceso, o incluso de liberarse de algunas conductas y costumbres de las que algunas personas se esclavizan más fácilmente. De esta manera, siempre ha habido adicciones sin sustancia, pero es actualmente cuando está más en boca de los profesionales debido a que cada vez son más los sujetos que demandan atención especializada debido a los problemas consecuentes que se derivan de estos abusos.

Pero cómo delimitar la línea que separa una conducta hecha por mero placer de realizarla y una conducta que se realiza por adicción. La adicción –no adicción– no es una dicotomía separada en polos opuestos, sino más bien un continuo. Digamos que una afición se convierte en adicción cuando pasa a ser dañina, persiste su uso irracional a pesar de los inconvenientes que acarrea o se sufre si no se puede tener (abstinencia), se pierde la capacidad de controlar la conducta a voluntad, se convierte en un deseo constante y en casi una obsesión y se pierde el interés por otro tipo de actividades.

Estas adicciones también se han llamado por los distintos autores conductas adictivas, adicciones comportamentales, adicciones psicológicas y nuevas adicciones.

Tal como expone el **Dr. E. Echeburúa (1999)** no se trata de atribuir rasgos patológicos a conductas habituales o saludables, ni de psicopatologizar la vida cotidiana, sino de señalar cómo algunas conductas normales pueden llevarse a cabo de manera no saludable, según la intensidad con que se realicen, la frecuencia, la cantidad de tiempo y de dinero invertido, y sobre todo, en función del grado de interferencia en las relaciones familiares, sociales, laborales de las personas.

Es propio y exclusivo de la naturaleza humana “ser dependiente”. Las dependencias pueden ser de tres tipos:

- **De las cosas:** (objetos o drogas químicas).
- **De otros seres:** (humanos o animales), son las llamadas dependencias emocionales.
- **De sí mismos:** (de las costumbres, los hábitos, “las manías”).

Entre las grandes diferencias habidas entre las adicciones tóxicas y las no tóxicas están: el síndrome de abstinencia que es más persistente y más difuso en las adicciones conductuales, también en éstas adicciones la motivación para el tratamiento suele ser mayor; ahora bien, la poliadicción es más habitual en las adicciones tóxicas.

La psicopatología del consumo o síndrome de la compra muestra trastornos a menudo incapacitantes y todavía no suficientemente reconocidos. La moderna proliferación de esta psicopatología en el campo de los abusos y las dependencias cabe atribuirlos a la poderosa propulsión de la sociedad moderna, saturada de incitaciones al consumo y con una alta valoración cultural de este tipo de patrones de comportamiento.

El denominador común de las compras psicopatológicas también llamadas consumopatías consiste en la tendencia repetida



a la adquisición de objetos superfluos, o incluso inútiles, que muchas veces no guardan una relación de congruencia con el gusto habitual del comprador ni con sus posibilidades económicas, hasta el punto de poder llevar sus recursos financieros a cifras rojas.

Según **O' Guinn, y Faber, (1989), y Scherhorn, Reisch, y Raab, (1990)** la compra compulsiva se caracteriza por ser crónica, repetitiva y excesiva, lo cual se convierte en una respuesta primaria a eventos negativos de la vida, deficiencias internas o sentimientos lo cual conlleva a un fuerte componente compensatorio. Estas compras compensatorias se confrontan con una tendencia a usar el acto de comprar como un medio de compensación para el estrés, decepción, frustración o a un déficit estructural, causado por una distorsión de autonomía y experimentada como una falta de autoestima.

**“La compra compulsiva”** consiste en sentir un irrefrenable deseo, que se confunde con necesidad de adquirir cosas., sin reflexionar. Si no se compra, se siente ansiedad; al comprar, se satisface, pero no tarda en aparecer un sentimiento de culpa, de rabia contra uno mismo y de tristeza. Aun así, al día siguiente, o días después, se recae.

Los psiquiatras **KRAEPELIN, (1915) y BLEULER, (1924)** remarcaron las características impulsivas e irrefrenables de las compras compulsivas, destacando la merma de la voluntad que ello implicaba, incluyendo el hecho de que a veces la compra patológica podría ser indicativa de estados alterados de inconsciencia.

Esta adicción se sitúa en 3 posibles niveles:

- a. **Las personas cuyo eje central en sus vidas es ir de compras.**
- b. **Las personas que tienen una constante necesidad de adquirir cosas nuevas.**
- c. **Las personas enganchadas al crédito**

La gratificación principal no está en lo adquirido sino en el mero hecho de comprar.

Los expertos aseguran que esta tendencia a las compras compulsivas está relacionada con la propia inseguridad del consumidor, en ocasiones dominado por el afán de demostrar su poder adquisitivo o mantener su posición en el círculo de amigos.

La compra de cosas innecesarias obedece a una motivación diversa, algunas veces entroncada en la autoafirmación del individuo como el refuerzo de la imagen, la comodidad, el capricho personal o la fidelidad a un comportamiento coleccionista. En otras ocasiones, la selección de artículos depende de la influencia proveniente de los demás en forma de sometimiento al dictado de la moda o a la presión de la rivalidad para no ser menos que los otros.

Como factor general de fondo intervienen los mensajes publicitarios en estrecha alianza con el show de las grandes y pequeñas superficies de venta.

Cada mañana los humanos nos despertamos en un mundo dispuesto a enviarnos unos mil mensajes publicitarios que alimentan la creencia de que adquiriendo productos alcanzaremos la felicidad, seremos más admirados, más deseados. Un mundo de ciudades pobladas de estos templos consagrados al ocio y al consumo: los centros comerciales. Lugares en los que hombres y mujeres se refugian al cobijo de un clima perfecto, más seguridad y la posibilidad de tenerlo todo al alcance de la mano.

Este nuevo escenario no hubiera sido posible sin una revolución comercial que en sólo cincuenta años ha cambiado de un modo drástico la manera en que los ciudadanos de los países desarrollados tenemos de hacer la compra, tanto por el lugar en que la realizamos, como por la frecuencia, la manera y los artículos que adquirimos. Ya no existen los viejos ultramarinos en los que, tras el mostrador, el dependiente nos despachaba los productos. Ahora el consumidor coge personalmente los artículos que desea. Antes se abonaba siempre en metálico. Las tarjetas han sustituido a monedas y billetes. Antes los dueños de las tiendas se fiaban de su intuición para colocar la mer-

cancía. Ahora nada se deja al azar. Cada producto tiene su lugar. Cada elemento del establecimiento su finalidad. La decoración, la intensidad de la luz, el color dominante, la música e incluso los olores. Es el marketing, esa pseudociencia cuyo objetivo final es vender, vender.

En el 65% de los casos, la decisión de compra se toma en la tienda. Más del 95% de los consumidores que entran en uno de estos establecimientos, incluidos aquellos que no tienen una idea definida de comprar o lo hacen “sólo para echar un vistazo”, realiza alguna compra. Y, además, el gasto realizado finalmente por cada uno de ellos supera, por término medio, en un 20% la previsión que habían realizado antes de entrar en el establecimiento.

Este afán de consumo forma parte de la fisonomía de nuestra sociedad como un comportamiento normal en un sentido estadístico, pero no por ello deja de ser una aberración colectiva para la norma científica que encontramos en los preceptos de la salud mental.

**La compra compulsiva** se desarrolla por **dos mecanismos**: en unos casos este hábito inadecuado se adquiere básicamente a fuerza de repetir una conducta que en un principio resulta agradable y luego se realiza de forma compulsiva, mientras que en otros esta conducta hay que entenderla predominantemente como una evasión, como una forma inadecuada de hacer frente a los problemas personales.

Entre los objetos adquiridos por los adictos a la compra se mezclan los que van a ser usados con los olvidados como inútiles o inservibles. Los objetos adquiridos por el comprador adicto varían según el sexo. Las mujeres suelen inclinarse por la ropa de vestir, el calzado, los abrigo de pieles, los cosméticos, las joyas y, con menor frecuencia, por los muebles y los alimentos, objetos todos ellos relacionados casi siempre con la autoimagen y la apariencia. La compra por catálogo es más típica en las mujeres. Los hombres se dejan fascinar con más facilidad por las chaquetas, el material informáti-

co, los vídeos y D.V.D, los equipos estéreos y los accesorios de automóviles, objetos todos ellos relacionados casi siempre con el ocio y el tiempo libre. En ambos sexos lo habitual es la compra en grandes almacenes.

Hay consumópatas que dispersan su preferencia en objetos heterogéneos y otros la concentran en una clase de objetos, algunas veces tan precisa como pueden ser las camisas amarillas o los bolígrafos verdes. La mayor parte de ellos pierde el interés por los objetos adquiridos, una vez hecha la compra, de manera que el destino final de los objetos suele ser permanecer escondidos y acumulados sin devolver, regalados, devueltos, destruidos, o vendidos.

Casi todos los consumópatas llegan a tener con el tiempo grandes dificultades económicas. Algunas veces, los apuros producidos por la dilapidación del dinero en la compra conducen a la bancarrota de la familia.

Una mayoría notable de los adictos a la compra realiza sus adquisiciones preferentemente en grandes almacenes. No resulta raro que recurran, en ocasiones, a la compra por catálogo en tiendas o por medio de la televisión.

Mientras que en Estados Unidos la mayoría de ellos utiliza la tarjeta de crédito, en España es también muy frecuente el pago al contado.

Hay adictos al consumo a los que les agrada ir de tiendas en ciertos momentos aunque no compren. La mayoría reconoce, sin embargo, que el acceso a una tienda suele disparar su impulso de consumo.

Algunas adictas a la compra, acosadas por los reveses económicos han sido capaces de renunciar a su plan de adquisiciones caras y sustituirlo, por la compra de pequeñas cosas en las tiendas o comercios de “todo a cien”.

Los consumópatas suelen sentirse en el fondo avergonzados y culpables a causa de su conducta. Pocas veces confiesan a otra persona el problema de control que les embarga. Algunos han intentado controlarse

por sí mismos, para lo cual han recurrido a no entrar en las tiendas, destruir la tarjeta de crédito y salir de casa sin dinero. Estos intentos personales han alcanzado pocas veces un resultado positivo duradero.

**La compra compulsiva** ha aumentado notablemente en todos los países europeos. En ellas interviene:

**a) La creciente presión de la publicidad.** Nunca antes los consumidores habían sido expuestos a la presión de publicidad persuasiva y poderosa como ocurre hoy en día. La publicidad puede ser vista como la cultura de la postmodernidad, ya que los hallazgos empíricos indican que los compradores compulsivos se sienten más atraídos por la publicidad que los compradores no compulsivos. La publicidad es una extraordinaria manera de influir sobre la mente de las personas.

Uno de los objetivos esenciales de la publicidad es la venta, es decir, influir sobre la conducta de compra.

El que compra por influjo de la publicidad no es muy consciente de su sometimiento, aunque sobre el estado llano de su inconsciencia suele sobresalir la merma que sufre su voluntad.

**b) Nivel elevado de ansiedad en la sociedad.** Los desarrollos en la sociedad y los eventos críticos han llevado a una creciente incertidumbre y un nivel elevado de miedo y ansiedad en la misma. Las razones son, entre otras cosas, el deterioro de las relaciones sociales, el individualismo, problemas económicos y el aumento del crimen violento en una escala global, y más recientemente con el aumento en las actividades terroristas. Inevitablemente las demandas por compensación tampoco se han quedado atrás.

Si los compradores compulsivos experimentan mayores niveles de ansiedad y si la compra es usada como una estrategia de compensación es probable que la propensión general para la compra compensatoria y compulsiva también haya aumentado.

La cultura consumidora y postmodernista, la creciente presión publicitaria, el levantamiento de restricciones en los préstamos de

dinero requiere adquirir nuevas habilidades del consumidor en términos de autocontrol. Como lo señala **Featherstone (1990)**, se requiere un alto grado de disciplina para pasearse alrededor de los productos en exhibición para ver y no comprar". Se necesita "un descontrol controlado del control emocional.

Todo este tipo de conductas adictivas suele ir asociado en la mayoría de las personas a un mecanismo psicológico de negación, por el que el sujeto trata de quitar importancia al interés o al deslumbramiento suscitados en él por la conducta; hay también un intento de autojustificación y de convencimiento a los demás por medio de una distorsión acentuada de la realidad, entonces es el momento en el que el sujeto comienza a realizar la conducta (compra compulsiva) a escondidas.

#### 4. CARACTERÍSTICAS DEL COMPRADOR COMPULSIVO

En ocasiones podemos ver varias de estas características en los adictos a las compras:

- Necesidad urgente e irrepetible de comprar.
- Alta frecuencia (al menos una vez a la semana).
- Su hábito provoca discusiones con los familiares.
- Adquisición de objetos superfluos.
- Endeudamiento y adicción al crédito.
- Incapacidad de vivir con el propio presupuesto.
- Auto-justificación.
- Excitación comparable a otras situaciones como el juego, o la droga.
- Al igual que estas se apaga pronto, a veces antes de llegar a casa con las compras.
- La compra compulsiva es un trastorno del control de los impulsos, como la cleptomanía o la piromanía.
- El comprador compulsivo intenta mejorar su autoestima y satisfacer necesidades emocionales.

- Es un comportamiento ritual, recurrente, que a pesar de los intentos por resistirse al impulso, ocurre.
- La prevalencia en la población está alrededor de 6%.

**MC.Elroy, (1994)** halló que de dieciocho compradores compulsivos, todos menos uno tenían un familiar de primer orden con un trastorno del estado de ánimo, once con abuso de alcohol u otras sustancias, y tres con un trastorno de ansiedad. Tres tenían familiares con compra compulsiva.

**Comprar** está asociado a una variedad de emociones: muchos se sienten felices o poderosos mientras compran, a pesar de que generalmente esta emoción va seguida de desilusión. **Schlosser y colaboradores (1994)** encontraron que los compradores compulsivos compran típicamente para sí mismos, pero también para familiares y amigos. Los compradores a menudo describen sus experiencias reforzadas por los colores, sonidos, iluminación y olores de las tiendas, así como por las texturas de los tejidos.

## 5. PERFIL DEL COMPRADOR COMPULSIVO

Según un estudio realizado por **Faber y O'Guin (1992)** el perfil típico del comprador compulsivo suele ser de una mujer, en torno a los treinta, de no importa que clase social, que ha desarrollado este hábito a fuerza de comprar ropa, zapatos joyas y productos de belleza, y los resultados del D.S.M-IV confirman que existía comorbilidad en el eje I (ansiedad, abuso de sustancias, trastornos afectivos) y en el eje II (Trastornos de personalidad de tipo límite, por evitación u obsesivo-compulsivo). Aportaciones posteriores de los autores pioneros han abundado en que entre las afectadas predominan las mujeres, así como en la abundante comorbilidad, tanto en los pacientes como en sus familiares de primer grado.

También hay hombres, aunque menos, y sus preferencias se decantan por los aparatos eléctricos y las herramientas para el hogar. Pero nadie sabe cuál será el futuro de

este nuevo síndrome, todavía no catalogado entre los trastornos mentales. Puede que todo se quede en una moda pasajera o quizá adquiera las dimensiones de una epidemia.

Distintos estudios realizados han puesto de manifiesto la existencia de un perfil o una personalidad caracterizado por elevada ansiedad, episodios recurrentes de depresión, impulsividad, baja autoestima y acusado materialismo (**Rodríguez Villarino y colaboradores, 2001**).

Mientras las investigaciones sostienen que nueve de cada diez adictos a las compras son mujeres, se cree que catalogar el fenómeno como un desorden femenino es un grave error.

Las personas que son parte de estos estudios suelen estar en tratamiento psiquiátrico o son ex pacientes, y las mujeres, por lo general, consultan mucho más que los hombres cuando toman conciencia de la sintomatología.

En este sentido, recientes estudios provenientes de Europa señalan que los hombres comienzan a tener estos problemas también. Además, teniendo en cuenta el hecho de que los hombres no suelen ofrecer-se para este tipo de estudios, sobre los que se basa la estadística, está también el hecho de que la sociedad califica como "coleccionistas" a los hombres que son compradores compulsivos.

Por supuesto esto les da una imagen redefinida y ligeramente intelectual.

Por otra parte, otra idea equivocada es pensar que la compra compulsiva está reservada a señoras de clases privilegiadas. El dinero es un modificador del estado de ánimo que actúa de igual manera en todas las clases sociales. Ha habido algunos estudios que relacionaron la clase socioeconómica con los hábitos de compras compulsivas, pero no tuvieron resultados de mayor relevancia.

Por lo que respecta a la personalidad, es preciso aclarar que no existe un patrón específico que suponga una vulnerabilidad especial, aunque es fácil reconocer rasgos de personalidad neuróticos, inmaduros, histriónicos o narcisistas, junto con otros de tipo

borderline, que conllevan la adopción de respuestas comportamentales y emocionales inadecuadas, sumisas, desviadas o que reflejan un claro deficiente control de los impulsos, como mecanismos que posibilitan una utilización inadecuada de las compras, como una especie de atributo externo de la personalidad, o como un modo de compensación de sus conflictos y deficiencias.

Resulta interesante atender a la llamativa presencia de antecedentes familiares psicopatológicos, concretamente en las madres, lo que apoya la existencia de mecanismos de aprendizaje de ciertas conductas consumistas que después, actuando sobre sus hijas con rasgos o patrones de personalidad anormales, o con trastornos psiquiátricos concretos darían lugar a la aparición del trastorno en la aceptación de compras compulsivas.

Los hábitos de consumo de nuestra sociedad y los bienes que tenemos a nuestro alcance (generalmente de vida limitada y/o rápidamente superables por la moda, la oferta de novedades o los avances tecnológicos) suponen para los occidentales un enorme factor de riesgo, por lo que podríamos decir que se trata de un trastorno vinculado a la cultura.

Por otra parte, es muy posible que las temporadas de rebajas disparen las compras compulsivas, con lo que puede sugerirse que existan formas estacionales del cuadro. Y sin duda, existen claros casos de compradores compulsivos por poderes, como puede certificar cualquier padre de nuestros días, cuyos hijos, sometidos a la presión asfixiante de la publicidad piden, demandan y exigen todo tipo de juguetes y chuminadas.

## 6. EPIDEMIOLOGÍA

¿Se puede estimar qué porcentaje de la población sufre este problema?

Aunque no hay estadísticas de qué porcentaje de la población sufre de este trastorno, ya que las personas consultadas niegan u ocultan esta compulsión, si que hay algunos estudios que nos proporcionan resultados significativos.

**Un estudio de la Unión Europea** promovido por la Junta de Comunidades de Castilla La Mancha, y en el que han participado otras regiones de la U.E: Toscana y Lombardia, de Italia, y Escocia de Gran Bretaña alerta que la mayoría de los jóvenes europeos son adictos al consumo impulsivo y carecen de autocontrol en el gasto. De ellos hasta **un 8%** tiene un grado de adicción que puede considerarse patológico.

A grandes rasgos, los resultados del mencionado estudio han revelado que la proporción de jóvenes adictos al consumo es mucho mayor que la de adultos (**un 46% frente a un 33%**). También que las mujeres son más adictas que los hombres a estímulos de consumo, es decir, atracción por las tiendas, ver escaparates, acompañar a otras personas a comprar, etc. En el caso de los adultos no hay diferencias significativas entre sexos respecto a la compra compulsiva, al autocontrol o al desajuste de gastos, como podría esperarse en un principio. Sin embargo, estas diferencias son más acusadas en el grupo de jóvenes, donde el porcentaje de adicción es del **53%** en el caso **de las mujeres** y del **39%** en **los hombres**. Según el estudio, las mujeres en general utilizan más la compra para afrontar situaciones de tristeza, abatimiento o depresión.

En el **95% de los casos**, la adicción a la compra, la compra compulsiva, la falta de autocontrol económico y la tendencia al sobreendeudamiento son problemas que concurren juntos en los mismos consumidores. Los expertos señalan que, aunque conceptualmente son comportamientos o problemas distintos, pueden considerarse parte de un único y preocupante patrón de comportamiento de determinadas personas.

Entre las principales causas de la adicción al consumo está la preexistencia de unos rasgos psicológicos específicos que combinan el ser caprichosos con la impulsividad, la labilidad y un alto grado de ansiedad en relación con la compra. Asimismo destaca la insatisfacción personal, la sensación de tedio o aburrimiento y la falta de ali-



cientes no consumistas, más frecuentes en los jóvenes. Los adictos aceptan más los valores consumistas y son más vulnerables psicológicamente a los mensajes que relacionan el consumo con la felicidad, el éxito social y el prestigio personal.

Los estímulos del consumo son actividades que, aunque por sí mismas no pueden considerar consumo, en los jóvenes provocan un efecto muy intenso de incitación a la compra y predisponen a la adicción.

Otra causa, según el estudio, es el bajo nivel de autoestima y la desconfianza hacia las propias aptitudes o habilidades. Al contrario que en los adultos, los jóvenes más

adictos son aquellos que están más contentos con su aspecto físico.

El grado de adicción al consumo entre los adultos es similar en las cuatro regiones estudiadas, no así tanto entre los jóvenes europeos. Los escoceses presentan mayor atracción y adicción por las compras y menor autocontrol económico. En el lado opuesto estarían los jóvenes italianos, y en una posición intermedia, los jóvenes españoles. Los investigadores de este estudio han analizado 1354 cuestionarios: 575 de adultos (con una edad media de 36 años) y 779 de jóvenes (con una edad media de 16 años); el 53% son mujeres y el 47% hombres.

**Tabla 1.**

### **CRITERIOS DE DIAGNÓSTICO DEL TRASTORNO DE ADQUISICIÓN ANORMAL DE COMPRAS**

Fuente: **De la Gándara, J.J. 1999.**

1. Adquisición de aditamentos, ornamentos, cosméticos, elementos electrónicos e informáticos en cantidad excesiva para las necesidades o posibilidades de la persona.
2. Empleo en ello de tiempo, dinero o energía excesivos o preocupación exagerada por la compra o uso de elementos del atuendo.
3. Repercusiones económicas, familiares o legales.
4. Presentación del trastorno asociado o no a la depresión, bulimia o trastornos de la personalidad
5. No deben incluirse las conductas semejantes presentes durante un episodio maníaco o psicótico, ni otras parecidas pero limitadas a épocas de rebajas, vacaciones, viajes, etc.

## **7. CRITERIOS DIAGNÓSTICOS**

Los primeros criterios para el diagnóstico de esta patología son los siguientes:

Esta propuesta pretende ser una descripción práctica del fenómeno, tratando de establecer los límites entre la normalidad y la anormalidad de la conducta de compra excesiva.

Desde el punto de vista del diagnóstico psiquiátrico cabe señalar que un gran número de pacientes estudiados (**de la Gándara 1999**) presentaban otra patología coincidente con la compra compulsiva. Dicha patología fue realmente la que motivó la

consulta o tratamiento. Desde el punto de vista sindrómico lo más destacado fueron los trastornos depresivos y de la alimentación, seguidos por el abuso de alcohol, estimulantes, alteración del control de los impulsos y trastornos obsesivos-compulsivos.

¿Qué decir del diagnóstico diferencial? Podríamos mencionar el trastorno obsesivo-compulsivo propiamente dicho o la hipomanía ( que en principio debería ser fácilmente reconocible).

¿Cómo se diagnostica? ¿Cómo se sabe cuando es un comprador compulsivo?

Se diagnostica a partir de la conducta, interrogando a quienes adquieren bienes com-



pulsivamente: **¿cuánto utilizan de lo que compran, y cuánto lo necesitan, o cómo se originó el deseo de la compra?**. Así surge, por ejemplo, que muchas veces dejan de lado el objeto al poco tiempo de adquirirlo. Para profundizar se pregunta a estos compradores cuánto tiempo del día dedican a pensar en comprar, y sobre lo que sienten después de hacerlo. Es importante detectar la atención dispensada en buscar objetos de cualquier índole, a través de los medios gráficos, Internet, televisión, etc. Luego se puede determinar el perfil del comprador compulsivo. Además les hacemos preguntas sobre su conducta y sobre qué cosas les hacen sentir bien, si hay deseos y planes, y cuáles creen que pueden realizar. En qué se sienten frustrados y si la obtención de cosas materiales tapa esa falta y por cuánto tiempo.

Según otro estudio realizado por **De la Gándara, y colaboradores 2001**, la edad media estimada para el comienzo de la compra fue de unos 17,5 años y los problemas por la compra ocurrían a una edad mucho más tardía (media de 29,5 años) y se manifestaban por grandes deudas, consecuencias legales, sentimientos de culpa.

Aunque la mayoría de sujetos describieron la compra compulsiva como continua, algunos relataron su problema como una actividad episódica, con periodos de abstinencia que duraban entre dos meses y varios años.

Todos los compradores describieron haber tenido deseos irresistibles, necesidades incontrolables, o una gran tensión que sólo se podía aliviar mediante la compra. Los sentimientos urgentes de necesidad de comprar duraban aproximadamente una hora. El lugar

donde surgían los episodios era en casa, en el trabajo, en visitas a almacenes, durante los paseos habituales o mientras conducían.

Los compradores compulsivos no eran en absoluto conscientes de lo que podían comprar al ir a unos grandes almacenes. Y muchas veces los estados emocionales intensos aumentaban la propensión del comprador compulsivo a comprar. Esto era especialmente cierto para emociones negativas como tristeza, soledad, enfado frustración, irritabilidad.

Algunas emociones positivas como la felicidad, también aumentaban el deseo de compra. Una vez hecha la compra, habitualmente se seguía de sentimientos de gratificación, felicidad, orgullo, alivio de la depresión y tensión, pero al poco tiempo se presentaban sentimientos de culpa, enfado, tristeza o indiferencia.

Los productos adquiridos eran usados mínimamente, a veces en absoluto, y en más de la mitad de los casos las compras ni siquiera eran sacadas del paquete. El destino principal de los artículos fue la devolución, el regalo o el simple almacenado y en algunas ocasiones, los habían tirado o escondido.

Con gran frecuencia los pacientes habían contraído deudas importantes, y en la actualidad un porcentaje importante de sus ingresos se dirigía a pagarlas.

Los autores de este trabajo estudiaron también la comorbilidad psiquiátrica. Los compradores compulsivos eran significativamente más propensos que los no compradores a sufrir trastornos de ansiedad, abuso-dependencia de sustancias, y trastornos de la alimentación. (Ver tabla 2.)

Tabla 2.

DESCRIPCIÓN DE LAS CARACTERÍSTICAS DE PERSONAS COMPRADORAS COMPULSIVAS COMPARADAS CON COMPRADORAS NORMALES	
Christenson, G.A. y colaboradores, 1994	
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sexo: mayoritariamente femenino.</li><li>• Edad media de los compradores compulsivos: 29,5 años.</li></ul>	



## ➡ Tabla 2.

- Edad de comienzo de la compra compulsiva: 17,5 años.
- La mayoría describieron la compra compulsiva como continua, con episodios de compra que se presentaban varios días a la semana, con una duración aproximada de una hora.
- Continuos fracasos en los intentos de resistirse a la compra.
- Influencia del estado de ánimo.
- Problemas ocasionados: grandes deudas, problemas familiares y legales, sentimientos de culpa.
- Objetos comprados: ropas, zapatos, cosméticos, objetos informáticos, discos.
- Destino de los artículos : Devolución, regalo, almacenado.
- Comorbilidad psiquiátrica: Los compradores compulsivos eran significativamente más propensos a tener trastornos de ansiedad, abuso-dependencia de sustancias, y trastornos de la alimentación.

## 8. EVALUACIÓN

**El MIDI** (Minnesota Impulsive Disorders Interview) de Christenson, 1994, es un instrumento de medida para los trastornos adictivos ( la compra básicamente).

**Cuestionario de compra compulsiva de Sánchez (1996) y Gándara, (1995).**

**Test de adicción a las compras. Dr. Echeburúa (1999).**

**Guía de la historia clínica de la adicción a la compra. Rodríguez Villarino y colaboradores (2001).**

Parece haberse constatado que los pacientes con daño cerebral orgánico o con lesiones cerebrales presentan con frecuencia trastornos del control de los impulsos. Además parece haber una tendencia a la sustitución de síntomas, cuando se alivia una adicción aparece otra que la sustituye.

## 9. COMORBILIDAD PSIQUIÁTRICA

La compra compulsiva puede ser entendida como un intento de regular la afectividad en personas con un autoconcepto frag-

mentado de sí mismas y como una forma de restaurar el equilibrio intrapsíquico.

El tratamiento de estos desórdenes de la conducta debe ir encaminado a lograr una buena “resonancia empática”, comprensión y desarrollo de un sentimiento más cohesivo del self.

Las causas de la adicción a la compra pueden ser múltiples. Entre ellas sobresalen la situación de soledad o de vacío existencial y los tipos de personalidad impulsiva, narcisista o insegura.

Su asociación o comorbilidad es frecuente con el estado depresivo y con otras adicciones con o sin droga, de modo que el papel de causa primera alterna entre ellas.

Muchas veces es la depresión o el alcoholismo el terreno sobre el que se constituye la adicción a la compra y en otras ocasiones ocurre al revés

La compra compulsiva suele asociarse a indicadores de depresión y a rasgos de personalidad patológicos, como distorsión de la propia imagen, debilidad de los procesos de autocontrol y baja autoestima.

Podemos distinguir dos formas fundamentales de consumo patológico o consumopatía.

Tabla 3.

FORMAS DE CONSUMO PATOLÓGICO
1. <b>CONSUMOPATÍA ABUSIVA.</b> Entrega exagerada a las compras como síntoma de un trastorno psicopatológico.
2. <b>CONSUMOPATÍA ADICTIVA.</b> Entrega exagerada a las compras impuesta por un impulso incontrolado.

La **consumopatía abusiva** es un elemento sintomático de un trastorno psíquico de carácter patológico que puede corresponder a una hipertimia, a una depresión, a un delirio esquizofrénico o a una demencia orgánica.

Uno de los rasgos más destacados en la descripción del estado hipertímico o maníaco, como parte de la exaltación de movimientos e ideas, es la prodigalidad en el gasto en forma de tremendos derroches de dinero, muchas veces con el propósito de adquirir productos inútiles o superfluos.

En los cursos ciclotímicos caracterizados por la oscilación a cortas temporadas entre hipertimia, la depresión y la línea de estabilidad, una de las muestras más evidentes de que el enfermo se encuentra en el polo hipertímico puede ser la de entregarse a despilfarrar el dinero mediante compras desorbitadas.

Otros enfermos depresivos bipolares (alternancia entre los polos depresivo y maníaco), como refieren **Mc Elroy y sus colaboradores (1994)** se entregan a las compras desmedidas y preferentemente durante los episodios ligeros y medios, algo menos durante los episodios hipomaníacos o maníacos y absolutamente nada cuando son afectados por un estado depresivo acentuado.

Un contingente bastante alto de enfermos depresivos de grado medio o ligero se dejan llevar de forma exagerada por la tendencia a la compra como un intento para compensar sus grandes sufrimientos interiores, sentirse más fuertes o vencer su soledad creando vínculos con el exterior.

Estos enfermos depresivos que muestran una consumopatía, entre sus síntomas señalan que cuando entran en una tienda y

compran un artículo se sienten menos depresivos momentáneamente, aunque al cabo de un breve tiempo de relativa euforia vuelven a hundirse presionados por el sentimiento de culpa.

En el contexto de una enfermedad depresiva la asociación de la bulimarexia con la entrega desmedida a la compra representa un dato bastante frecuente.

Para un delirante esquizofrénico, la acumulación de material comprado inútil puede representar una manifestación delirante o un recurso defensivo contra el delirio, al infundir a estos objetos un simbolismo desplazado de la realidad.

El abuso de la compra como síntoma de un trastorno psiquiátrico mantiene un curso paralelo al cuadro psiquiátrico fundamental. Cuando éste remite, el hábito de la compra disparado y disparatado suele normalizarse, sin exigir, por consiguiente la aplicación de ningún tratamiento especial.

La adicción a las compras comparte su radical básico con las demás adicciones en forma del desgobierno de la impulsividad, desdoblado en estas dos secuencias: en primer lugar, la necesidad irresistible de adquirir algún objeto, acompañada de un fuerte sentimiento de ansiedad o irritabilidad o un estado de nerviosismo cuya tensión emocional de displacer se incrementa si no se cumple el acto. Y por el contrario, al haber dado rienda suelta al frenesí de la compra, se entra en un estado de relajación placentera, después ensombrecido con mucha frecuencia por un sentimiento de culpa; en segundo lugar, la reaparición de la necesidad de comprar algo, sobrecargada de tensión sufridora, al cabo de un tiempo que

puede variar entre algunas horas y varias semanas o meses.

Mientras realiza la compra el adicto suele experimentar sensaciones placenteras agudas, en cierto sentido análogas a las producidas por la administración de cocaína o un narcótico a un drogadicto.

Las preferencias de los hombres –con una impulsividad descontrolada para gastar– van con el estatus social, al comprar productos.

Según un estudio llevado a cabo por **Schlosser y colaboradores (1994)**, con 46 pacientes que cumplieron los requisitos para ser catalogados como compradores compulsivos con respecto a la comorbilidad psiquiátrica, más del 60% de los sujetos cumplían los criterios para un trastorno mental mayor, en el momento del estudio, principalmente Dependencia / Abuso de alcohol (20%). Trastornos Fóbicos (20%). Trastornos por ansiedad Generalizada (17,%) y Bulimia (13%).

Los trastornos del Control de los Impulsos eran bastante frecuentes entre los compradores compulsivos, particularmente la Cleptomanía y en menor grado el Trastorno Explosivo Intermitente y la Ludopatía.

Un 60% cumplieron criterios para al menos un trastorno de la personalidad, de los cuales el más frecuente era el Obsesivo-Compulsivo, seguido de los trastornos Borderline y del Trastorno por Evitación.

Los estados de humor que se relacionaron con el inicio o con aumento de la frecuencia de compra compulsiva fueron: tristeza (65%), soledad (28%), felicidad (24%), frustración (15%), culpabilidad (13%).

Los objetos más comprados fueron ropa (72%), zapatos (35%) discos (35%), joyas (26%), maquillajes (22%) y coleccionables (20%). Los objetos adquiridos solían ser para ellos mismos, y menos frecuentemente para regalar, aunque su utilización fuese escasa o inapropiada.

Las compras además de producirles sentimientos de bienestar, al menos transitorios, también les producían sentimientos de malestar, y algunos aspectos especialmente desagradables fueron además de las deudas adquiridas, la sensación de no ser capaces de controlarse a sí mismos (11%), el sentirse confundidos por la situación (9%), o los problemas con los dependientes (9%). (Ver tabla 4)

**Tabla 4.**

<b>CARACTERÍSTICAS DE PERSONAS COMPRADORAS COMPULSIVAS</b>	
<b>Schlosser, S y colaboradores, 1994.</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sexo: 80% mujeres.</li> <li>• Edad de comienzo: 18 años.</li> <li>• Media de edad de los pacientes con problemas de compra compulsiva: 31 años.</li> <li>• Nivel cultural: medio-alto.</li> <li>• La mayoría describieron la compra compulsiva como continua.</li> <li>• Se daban cuenta de que la compra era un problema 7 años después de la edad de comienzo.</li> <li>• Comorbilidad psiquiátrica en más del 60%: T.. Ansiedad, T. Depresivos, Abuso-Dependencia de sustancias, T. de Alimentación.</li> <li>• Influencia del estado emocional.</li> <li>• Objetos comprados. ropa, calzado, discos, cosméticos.</li> <li>• Destino de los artículos: Uso, regalo, almacenado.</li> <li>• Problemas ocasionados: Deudas, sensación de rechazo, sentimientos de culpa.</li> </ul>	

Las personas afectadas por la compra compulsiva casi siempre sufren otros trastornos, por lo que aquella podría considerarse como una manifestación de la desorganización conductual profunda que sufren los afectados.

La compra compulsiva puede considerarse como la expresión de la inestabilidad de la personalidad, las dificultades emocionales y afectivas, o la escasa capacidad de autocontrol de dichas personas. Así pues, la relación entre compra compulsiva y otros trastornos debería suscitar el interés de nuevas investigaciones.

Esta adicción se sujeta bien al modelo de conducta “enmascaradora” de la depresión. Es sabido que la famosa “ depresión

enmascarada” utiliza todos los engaños posibles para ocultarse. La compra compulsiva sería un magnífico señuelo, ya que, además de ser casi desconocida como enfermedad, prácticamente nadie la consideraría así fuera de los ámbitos psiquiátricos, sirviendo como pantalla perfecta ante los demás, ante la sociedad.

En un modelo social en el que el consumo excesivo y el consumismo morboso son más la norma que la excepción, comprar para liberarse de los malos humores debe ser y es una conducta no sólo entendida y tolerada sino, incluso, aplaudida. Otra cosa es que realmente actúe como antidepresivo. Eso ya son palabras mayores.

Tabla 5.

LA COMPRA COMPULSIVA COMO CONDUCTA ASOCIADA A LA DEPRESIÓN
Lejoyeux, M y sus colaboradores, 1995
<ul style="list-style-type: none"><li>• Sexo: Mujeres depresivas.</li><li>• El 8% de las pacientes deprimidas presentaban síntomas de compra compulsiva.</li><li>• Relación con periodos de tristeza. Anormal.</li><li>• Efectos antidepresivo y ansiolítico de las compras.</li><li>• Las compras se seguían primero de un período corto de euforia y, posteriormente, de sentimientos de culpabilidad, arrepentimiento y deudas.</li><li>• Mejoría de la compra con antidepresivos, coincidiendo con la mejoría del trastorno depresivo. Recaída posterior, coincidiendo con nuevo episodio depresivo.</li><li>• Las emociones negativas aumentaban la propensión a comprar (especialmente la tristeza y la baja autoestima.)</li><li>• Esta última, la baja autoestima, es un factor común compartido por depresión y compra compulsiva.</li></ul>

10. TRATAMIENTO

El primer punto es entender el trastorno dentro de un contexto más amplio, priorizando el diagnóstico.

Las terapias de tipo comportamental, con intervención de elementos cognitivos, es decir, sobre las ideas, son las que han demostrado mayor eficacia. Sin esta fase psicoterapéutica, aparentemente los síntomas vuelven a resurgir.

¿Tiene tratamiento la adicción a las compras?. Sí. Como toda adicción, el tratamiento es siempre personalizado, teniendo que analizar las causas, la personalidad del paciente, la sintomatología psíquica que rodea a la compra y el estilo de vida de la persona.

Hay que establecer un programa de control de estímulos, consistente en la identificación de aquellas situaciones, lugares, objetos, etc, que hacen que la persona piense

en comprar de forma compulsiva, para una vez identificados, poder buscar estrategias de control que no “exciten” a realizar la compra, y trabajar asimismo técnicas de afrontamiento.

Debemos reforzar la autoestima del paciente, buscar apoyos para la realización del programa de control de estímulos, y establecer compensaciones para su inseguridad personal. Asimismo trabajaremos el control de la impulsividad con técnicas de relajación y desensibilización sistemática.

También tendremos que hacer hincapié en la motivación al cambio, para que el comprador compulsivo se implique en el tratamiento.

### 10.1. TERAPIA INDIVIDUAL

Esta terapia la llevo a cabo principalmente con la utilización de herramientas de la Programación Neuro-Lingüística, buscando la intención positiva de esta conducta compulsiva y derivándola luego a direcciones y alternativas distintas, que colaboren al desarrollo personal y también al bienestar de su entorno. La compra compulsiva es una conducta adictiva, que funciona como sistema de recompensa, similar a otras adicciones.

Lo que pretendo en la psicoterapia individual es que el sujeto adicto a las compras compulsivas sea capaz de controlar su conducta de consumo en distintas ocasiones. Para conseguir tal objetivo potencio y trabajo el sentimiento de capacidad y de ser agente del propio cambio, para que progresivamente aprenda a resolver el conflicto cognitivo que se le plantea, entre la gratificación inmediata que supone la compra compulsiva y las consecuencias negativas que ello conlleva a largo plazo.

Con la terapia individual intento que el individuo cambie pensamientos, sentimientos y comportamientos problemáticos que se relacionan con su adicción, por lo que trato de implicar a la familia y amigos en el proceso de cambio de hábitos de vida.

### 10.1.2. OBJETIVOS

- Ayudar a los adictos a las compras compulsivas a aceptar su problemática.
- Enseñarles a afrontar sus vidas y problemas sin recurrir a las compras compulsivas.

Asimismo trabajo el programa de prevención de recaídas y la terapia para familiares.

### 10.2. TERAPIA DE GRUPO CON FAMILIARES

Paralelamente al trabajo psicológico individual que desarrollo con los adictos a las compras compulsivas realizó también con sus familiares una psicoterapia de grupo, pues considero la información y la orientación a la familia una faceta muy importante del tratamiento, y por ello, pretendo implicarles en el proceso terapéutico.

En la terapia familiar, la implicación de la familia en el tratamiento sigue tres fases:

1. Desarrollar un sistema que permita el establecimiento y mantenimiento de un estado de abstinencia de la conducta de compra.
2. Establecer un método de trabajo con la familia.
3. Favorecer el reajuste de ésta una vez ha cesado la conducta adictiva de las compras compulsivas.

En estos grupos trabajo los sentimientos, y a los familiares para que aprendan a tratar al adicto en recuperación, y les insto a un alejamiento emocional de éste para que puedan vivir y sentir su propia vida, sin estar permanentemente angustiados por la posibilidad de la recaída.

En esta terapia de grupo con familiares de adictos a las compras compulsivas revisamos los objetivos terapéuticos, teniendo en cuenta los estadios de cambio en los que se encuentran los diferentes pacientes; hacemos propuestas para conseguir cambios y analizamos los posibles consumos compulsivos a las compras que sus familiares han podido realizar.



El abordaje terapéutico de las familias lo realizo a través de entrevistas de orientación familiar, así como de terapia de familia y/o pareja, cuando el caso lo requiere

### 3.3. TERAPIA DE PAREJA

Ésta la llevo a cabo en aquellos casos en los que la relación conyugal está deteriorada. Un diagnóstico preciso es un elemento tan importante de la terapia familiar como lo es de la terapia individual. En el diagnóstico familiar observo los patrones de interacción y comunicación de la pareja y la familia, y sus relaciones. Al evaluar a una pareja, es útil construir un mapa de sus alianzas y papeles básicos.

También examino las reglas de la familia, sus límites y su adaptabilidad. Busco coaliciones, alianzas cambiantes, triángulos, grietas y escisiones. Asimismo observo los patrones de comunicación, las confirmaciones y desconfirmaciones, los mensajes ambiguos y la resolución de los conflictos. Estoy atenta a la etapa del ciclo de la vida familiar.

#### 10.3.1. OBJETIVO GENERAL

- Que ambos miembros de la pareja traten de mejorar la convivencia familiar al tiempo que adquieran las habilidades necesarias para modificar la conducta del adicto a las compras compulsivas.

#### 10.3.2. PSICOTERAPIA

El enfoque que utilizo es el sistémico en el que trabajo:

- La pareja como sistema relacional.
- La comunicación no verbal y la verbal.
- La prescripción.
- Resolución del síntoma o cambio de sistema.
- Composición del núcleo familiar.

## 11. CÓMO CONTROLAR LAS DEUDAS

Por lo general, la mayoría de las personas incurren en dificultades financieras debido a que hay cosas que desean o en las que necesitan gastar dinero, pero no planifican para ese gasto.

Un aspecto interesante a notar es que los hábitos imprudentes de compra y la administración descuidada del dinero se aprenden en una etapa muy temprana de la vida, comúnmente durante la niñez, debido principalmente a que nuestros padres no nos enseñaron a administrar el dinero.

En muchos casos, esto se debe a que nadie les enseñó a ellos tampoco. Para el momento que alcanzamos la mayoría de edad, ya tenemos arraigados estos malos hábitos financieros y son estas prácticas las que al final terminan afectándonos el resto de nuestras vidas.

El controlar las deudas y el desarrollar técnicas efectivas para la administración del dinero es un asunto de planificación organizada. Si ya se encuentra atravesando dificultades financieras o si bien va en camino de ello, el primer gran paso que debe dar es sentarse y admitir que tiene un problema con la administración del dinero. Aproveche ese momento de lucidez para formular un plan que, con el esfuerzo adecuado, puede ayudarle.

Este plan puede ser el siguiente:

### 1. Controle su dinero

Escoja un mes como período de evaluación. En su cuaderno anote su ingreso para dicho mes. Apunte hasta el último céntimo que gaste cada día. Guarde los recibos. Esto puede parecerle tedioso, pero es una manera efectiva que le permitirá saber exactamente en qué está gastando su dinero y, lo más importante, con qué frecuencia. Si tiene una tarjeta de crédito, haga lo posible por no usarla durante este período de evaluación.

### 2. La palabra que no quiere oír

Haga un presupuesto. Sea sincero consigo mismo a la hora de evaluar qué es im-

portante para usted y que cosas realmente no necesita. Su presupuesto debe incluir las cuentas mensuales como alquiler, pago del vehículo y seguros, así como también dinero para mantenimiento y esparcimiento.

### 3. Moderación

A medida que comience a aplicar su presupuesto diariamente recuerde que lo hace por usted y por su bienestar financiero. El no cumplir con su programa sólo le perjudicará más. Gaste con calma, siempre siguiendo su presupuesto y manténgase alejado de recompensas adicionales, que según usted, se ha ganado por su gran esfuerzo.

### 4. Crédito: Úselo responsablemente

Las tarjetas de crédito ofrecen al usuario una manera conveniente de tener acceso a dinero en emergencias, o le permite cierta libertad financiera a corto plazo. Sin embargo, debe ser usado con prudencia, solamente cuando sepa de dónde obtendrá el dinero para pagar el préstamo.

### 5. Pronóstico del tiempo

El mantener un presupuesto razonable podría ser mucho pedir, incluso sin considerar la presión adicional de eventos imprevisibles. Un disco duro fundido o un par de neumáticos desgastados que están pidiendo que los cambie, son cosas que no deben ser pospuestas si está preparado para dichas eventualidades. Reserve siempre una porción del dinero de su presupuesto para los imprevistos que siempre están a la orden del día.

### 6. Cultive su dinero

Su dinero debe ser suyo por el tiempo que lo necesite. Comience a pensar en razones para ahorrar y conservar más de lo que gasta. Con este tipo de condicionamiento mental estará menos propenso a gastar de

manera compulsiva. El sólo recordarse a sí mismo lo duro que trabaja para ganar su dinero, debe de incentivarle lo suficiente para ser más cuidadoso con el mismo.

### 7. Cuando tenga dudas

Nunca debe avergonzarse de pedir ayuda si se encuentra en una dificultad financiera. Recuerde, el tiempo puede ayudarle a hacer crecer su dinero o puede cultivar grandes deudas. No espere hasta el último minuto para pedir ayuda a un administrador financiero.

### 8. Liquide las deudas

Si todavía está pagando saldos de distintas tarjetas de crédito por regalos realizados, puede comenzar a saldar esa deuda. Primero, guarde su tarjeta de crédito. No la use.

Planifique pagar al menos dos veces la cantidad mínima sugerida; nunca pague sólo el mínimo. Haga una lista de sus deudas. Calcule cuánto es lo máximo que puede dedicar cada mes para pagar el saldo. Al mismo tiempo, pague más del pago mínimo. Cuando termine de liquidar la primera cuenta, continúe con la que ahora tenga la tasa de interés más alta y repita el procedimiento. En poco tiempo estará libre de deudas y en control de sus finanzas.

## REFERENCIAS

- Alonso Fernández, F. (1996). *Las otras drogas*. Madrid: Temas de Hoy.
- Becoña, E. (1998). Conductas adictivas. ¿El problema del siglo XXI? *Psicología Contemporánea*, 5, 4-15.
- Bilbao, E. (1990). Síndrome de la moda. *Diario 16*, 6 de Enero.
- Bleuler, E. (1994). *Testbook of Psychiatry*. New York: Macmillan.
- Christenson, G.A, et al. (1994). Compulsive Buying Descriptive Characteristics and Psychiatric Comorbidity. *J.Clin. Psychiatry*, 55, 1, 5-11.

- De la Gándara, J. J. (1995). El trastorno del vestir ¿un nuevo síndrome psiquiátrico? *Psiquis*, 11, 31-40.
- De la Gándara, J. J. (1999). Dressing disorder Brit. *J. Psychiatry*, 153, 9, 418-420.
- De la Gándara, J. J., De Dios, A., Cerezo, P., y Redondo, A. L. (2001). El Trastorno de adquisición y uso anormal del atuendo". *Actas Luso-Esp. Neurol. Psiquiatr.* 18, 4. 258-265.
- Echeburúa, E. (1999). Adicciones sin drogas. Bilbao: Desclée de Brower.
- FABER, R. J. y O' GUINN, T. C. (1992). Clinical for compulsive buying. *Journal of Consumer Reseca*, 19, 459-469.
- Keers, P. (1989). El guardarropa del perfecto caballero. Madrid: Temas de hoy.
- Kraepelin, E. (1915). *Psychiatrie*, 8th ed. Leipzig Germany: Verlag Von Hohann Ambrosius Barth.
- Lejoyeux, M. y Loughlin, M. (2000). Epidemiology of behavioral dependence: literature review and results of original studies. *Eur Psychiatry*, 15, 129-134.
- Lejoyeux, M., Hourtané, M. y Adès, J. (1995). Compulsive Buying and depression. *Journal of clinical Psychiatry*, 56, 1 Januar.
- McElroy, S. L., Keck, P. E., Pope, H.G., Smith, M. & Strakowski, S. M. (1994). Compulsive buying: a report of 20 cases. *J. Clin Psychiatry*, 55, 242-248.
- McElroy, S. L. Keck, P. E., Pope, H. G., Smith, J. M. & Strakowski, S.M. (1994). "Compulsive buying a report of 20 cases. *J. Clinic. Psychiatry*, 55, 242-248.
- McElroy, S. L. Satlin, A., Pope, H. G., Keck, P. E. & Hudson, J. L. (1991). Treatment of compulsive shopping with andiepresants: a report of three cases. *Ann Clin Psychiatry* 3, 204, 1991.
- O' GUINN, T. C. & Faber, R.J. (1989). Compulsive buying a phenomenological explanation. *Journal of Consumer Research*, 16, 147-137.
- Rodriguez Villarino, R., Otero-López, J. M. y Rodríguez Castro, R. (2001). *Adicción a la compra*. Madrid: Ediciones Pirámide.
- Sánchez, S. (1996). La compra compulsiva en mujeres depresivas, bulímicas y sanas. *Trabajos para la realización de la Tesis Doctoral*. Universidad de Valladolid.
- Scherhorn, G., Reisch, L. A. y Raad, G. (1990). Addictive buying in West Germany: an empirical study. *Journal of Consumer Policy*, 13, 355-387.
- Schlosser, S., Black, D. W., Repertinger, S. & Freet, D. (1994). Compulsive buying. Demography, Phenomenology and Comorbidity in 46 subjects. *General Hospital Psychiatry* 16, 212.
- Wesson, C. (1991). Mujeres que compran demasiado. Cómo superar la pasión por el consumo. Barcelona.

## EN FORMA MEDIANTE ESTRÉS

GÜNTER JURSCH\*

Analista Transaccional ATA  
Sóller (Mallorca)

### RESUMEN

*Se presentan dos métodos del control del estrés mediante la exposición continuada al mismo en dosis altas: el entrenamiento en situaciones limítrofes y la terapia de Casriel. Para llevar a cabo estas terapias es necesario entrenar al sujeto mediante ejercicios prácticos para que descubra vivencialmente su funcionalidad para la vida ordinaria.*

**Palabras clave:** Control del estrés, exposición continuada al estrés en dosis alta.

### ABSTRACT

*Two methods are described to decrease stress symptoms by exposure to longer lasting intensive stress: training in seemingly high risk situations and Dr. Casriel's method. In both cases it is necessary to train the person practically in order to enable him or her to discover by living his or her functioning in daily life.*

**Key words:** Decrease stress symptoms, exposure to longer lasting intensive stress.

Si estamos trabajando con el Análisis Transaccional, sea para la terapia sea para el coaching, utilizaremos algunas veces métodos de otras escuelas de la psicología humanista así como técnicas del conductismo y otras técnicas según los problemas de nuestros clientes o pacientes. Hay métodos que en el primer momento aumentan el estrés con el fin de bajar los niveles de estrés en el futuro.

Quisiera dar una breve información de mis experiencias propias con dos métodos:

- el entrenamiento en situaciones limítrofes;

- la terapia de Casriel, cuyos puntos clave son el gritar desenfrenado y el “bonding”, o sea, abrazos intensivos y largos.

### LAS SITUACIONES LIMÍTROFES

Para dar al cliente la posibilidad de trabajar amistad con el miedo, en vez de considerarlo como enemigo, los ejercicios prácticos son según mi experiencia lo más eficiente. Durante años he llevado a cabo entrenamientos de montañismo, de parapente, de paracaí-

---

\* <http://www.jursch.eu>

das, de travesía en aguas bravas, saltar al mar desde rocas acantilados, etcétera.

Aquí está una fotografía de mí, saltando de una roca. Como se puede apreciar muy claramente, no se trate de mostrar elegancia ni excelencia deportiva, sino solamente hacer el ejercicio tan bien como uno puede.

He dejado esta clase de entrenamientos por la edad cuando he cumplido los 75 años. La diferencia entre estas excursiones terapéuticas y excursiones deportivas era que en los grupos terapéuticos los pasos eran muy pequeños, por ejemplo el primer descolgarse se hacía de una altura de pocos metros. Lógicamente las precauciones de seguridad eran mayores ya que la condición física de los participantes en muchos casos era inferior y las reacciones de estrés mayores a las de los deportistas que se interesan para esta clase de actividades. También tuvimos que tomar en cuenta que entre nuestros clientes o pacientes había personas con una inconsciente tendencia autodestructiva que había que compensar por mayores medidas de seguridad y más entrenadores. Muchas veces tuvimos tres entrenadores para un grupo de nueve participantes. Estos entrenadores tenían que frenar sus ambiciones deportivas en el entrenamiento limítrofe y suprimir su costumbre de animar enérgicamente a los participantes. Era la decisión de cada uno si quería hacer un ejercicio o no, y se respetaba su decisión sin dar vueltas.

Además, al final de cada ejercicio había un franco intercambio sobre las reacciones de estrés y las emociones al hacer el ejercicio. En general estos grupos tenían intercambios muy francos que por esta cualidad tenían un efecto terapéutico especial. Lo que sorprendió a un cursillista fue cuando tanto los otros participantes como los entrenadores hablaron de sus propias reacciones de estrés; el cursillista en cuestión había supuesto que era el único con reacciones tan "vergonzosas".



Estos métodos sirven para reducir el estrés social. El Dr. Dan Casriel era médico y psiquiatra y desarrollaba varias nuevas técnicas, especialmente para pacientes con problemas severos. Estuve asombrado al aprender que en España no hay ningún instituto que ofrece este método que ha tenido tanto éxito primero en la ciudad de Nueva York y después en muchas partes del mundo. Casriel se especializó en el trabajo con personas difíciles como drogadic-

tos entre los cuales había criminales. Estos durante la temporada de su pena de prisión podían pasar un tiempo en el "Casriel Institute". Claro, ellos no podían salir del instituto pero vivían y dormían junto con personas que participaban en los cursos para hacer su terapia y con terapeutas que participaban para aprender el método. Hombres y mujeres dormían separadamente.

Recuerdo que no todas las noches pude dormir tranquilamente, pues algunas veces en el dormitorio había más de doce personas, algunas de ellas con modales agresivos y con poco respeto a la propiedad ajena. Sin embargo, no he presenciado actos extremos y para no pocas personas este modo de vivir juntos con gente de otras clases esto nos parecía una oportunidad para muchos que normalmente no tenían tales oportunidades.

Un ejercicio que se usaba algunas veces de modo repetido durante todo el día era la de gritar con desenfreno en un círculo con contacto físico entre todos los participantes. Cada uno, cada una, tenía sus brazos entrelazados con los de su vecina o vecino. Los gritos debían de ser de todo corazón, las salas tenían un aislamiento acústico correspondiente. O sea, en vez de hablar sobre emociones Casriel animaba las personas a expresar sus emociones mediante gritos profundos y extensos. Este gritar no es una finalidad en sí, sino la plena expresión de emociones como amor, alegría, placer, odio,

miedo, vergüenza y dolor y está ayudando a recuperar la vitalidad inicial de una persona.

Recuerdo que al tercer día pensé que ya no podía aguantar estos gritos. Y ya no pude hablar normalmente, mi garganta estaba inflamada. Llamé por teléfono a mi mujer y ella se asustaba de que prácticamente no podía hablar. Al hacer la comunicación telefónica no me había dado cuenta de que para una conversación telefónica mi voz no era adecuada. Pero a partir del quinto día yo me sentía libre y feliz, veía el mundo con otros ojos, no sólo el Central Park era un encanto imponente sino incluso el Edificio Chrysler me parecía muy bello. Mi garganta era libre y por muchos años mi voz era más libre que antes de esta experiencia. Otro ejercicio con menos estrés, pero no sin estrés, era abrazar de modo intensivo muchas personas incluyendo personas que por de pronto parecían antipáticas. Mientras que el abrazo "normal" en Inglaterra y Estados Unidos, más o menos era así,



aquí aprendimos a abrazarnos con el cuerpo completo, por ejemplo después de haber arreglado diferencias. Y esto hicimos con mujeres y hombres, con jóvenes y viejos, con negros y blancos. Era interesante percibir como en muchos casos se mejoraron las relaciones entre personas de niveles sociales muy diferentes. Me parece que en muchos casos lo necesitaron, pues en su niñez no habían tenido bastantes contactos íntimos. Tengo la impresión de que en España hay menos falta de tales contactos que en los varios países nórdicos. Sin embargo no todos tenían bastante con esto. Creo que un indicador para esto es el consumo de marihuana y otras drogas; en muchos casos, es una señal de que estas personas sufren de estrés social.



## UN EJEMPLO DE COACHING DE EJECUTIVOS

GÜNTER JURSCH\*

Analista Transaccional ATA  
Sóller (Mallorca)

### RESUMEN

*A partir de un dibujo, en una sesión de “brainstorming” para facilitar la creatividad personal, que es analizado en grupo con la presencia de directivos, el Sr. Fulano llega a un cambio conceptual personal, que le facilitará la comunicación interpersonal superando dificultades personales*

**Palabras clave:** *Creatividad personal, cambio conceptual personal, comunicación interpersonal.*

### ABSTRACT

*In a brainstorming session for increasing the personal creativity, a participant of a management training course on basis of his caricature reaches a decision for changing a personal concept. Thereby better communication in his company's team is facilitated*

**Key words:** *Personal creativity, changing a personal concept, communication in his company's team.*

El ejemplo que sigue muestra cómo se puede analizar un concepto demasiado estrecho y en consecuencia abrir un camino hacia el desarrollo de la organización. Aquí se puede ver, cómo la colaboración entre el estado del Adulto y el Niño libre creativo funciona.

En un seminario propusimos a los participantes presentar la situación de su organización con un dibujo. Como es costumbre en un brainstorming (literalmente “tormentas de cerebro”, método usado para facilitar la creatividad, permitiendo exageraciones y hasta ideas absurdas) las “herejías” no sólo están permitidas sino incluso deseadas. El retorno a la realidad se hace más tarde, cuando el proceso del brainstorming ya se ha terminado.

El Sr. Fulano, un ejecutivo directamente responsable de la junta directiva, dibujó la imagen siguiente:



**Figura 1:**  
*Dibujo, en una sesión de “brainstorming”, de creatividad.*

\* <http://www.jursch.eu>

La empresa es un barco, el sol brilla y el mar está tranquilo, lo que significa que el balance y el rédito son satisfactorios. Pero en la ruta acecha un temporal, se ve una nube negra y los primeros bloques de hielo están flotando delante de la proa. No hay nadie en la caseta del timón, el barco navega a merced de las olas. Los tres directores que deberían dirigir el rumbo del barco están trabajando frenéticamente en la cubierta más baja. El director de la izquierda está olfateando en todas partes, el del centro cuenta las briquetas de carbón y el de la derecha pone aceite en las ruedas dentadas lo que hace que el barco navegue con una mayor velocidad hacia el temporal. En la cubierta, debajo del control de mandos, está el grupo de los ejecutivos. Fulano está a la izquierda con un telescopio, observando el temporal. Detrás de él hay dos ejecutivos que cruzan sus espadas, olvidándose de sus tareas. A ambos lados de la escalera hay dos "defensas". Son gordos y bloquean el camino hacia los directores. Su cara dice que "todo está perfectamente bien". Más hacia la derecha hay dos ejecutivos que colaboran, y a la extrema derecha hay uno reclinado en una hamaca. Está resignado y ya no hace nada.

En la cubierta de abajo se encuentran los colaboradores. En la proa hay dos con telescopios que ven el peligro. Pero ellos, a diferencia del Sr. Fulano, están separados de sus colegas mediante un muro macizo. El resto de los colaboradores trabaja o cumplen con su deber. Ninguno tiene acceso a la dirección ya que la escalera está bloqueada mediante sólidos muros.

Para que el Sr. Fulano se dé cuenta de la posibilidad de influir positivamente en el sistema, es necesario otro concepto además del demostrado por el dibujo que, más o menos, está diciendo: "¡No puedo hacer nada, los directores tienen la culpa de todo!" Esta convicción o concepto fundamental está ahora analizado por el Sr. Fulano con la ayuda de los coaches y de los otros participantes en el seminario.

Mediante trabajos en grupo, representaciones de roles, colocaciones sistemáticas e in-

formación sobre el efecto de su conducta por parte de los otros participantes del seminario, el Sr. Fulano llegó a la conclusión, de que él:

1. hasta ahora no había utilizado todas sus posibilidades de comunicación efectiva; en especial se había frenado de decir NO, lo que tenía como consecuencia que en un caso dado era necesario hacer muchos rodeos, consumiendo innecesariamente tiempo y energía;
2. tenía la costumbre, sin darse cuenta, de esperar una franqueza completa por parte de sus interlocutores mientras que, al mismo tiempo, retenía información por su parte.

Después de haber evaluado el conjunto, decidió usar más tiempo y energía para mejorar y ampliar la comunicación con los directores, los colegas y los colaboradores. Esto significaba tener más contactos directos en lugar de escritos. Esta decisión era la consecuencia de una nueva decisión: "Haré lo posible", en vez de "No puedo hacer nada, los directores tienen la culpa de todo". También decidió decir "NO" de manera más clara, especialmente después de haber comprendido que un NO puede ser claro y, al mismo tiempo, puede ser expresado de manera diplomática.

En el seminario, el Sr. Fulano tuvo la oportunidad de experimentar en juegos de rol las consecuencias que podría tener una mayor franqueza por su parte, y la forma de comunicación que probablemente sería más adecuada comparada con la forma usada hasta entonces. En el seminario participaban un presidente de la junta directiva de una empresa no competidora y otros directores. Por esto, la representación de papeles tenía bastante semejanza con la vida real profesional.

En una conversación telefónica muchos meses después de este seminario el Sr. Fulano me dijo que no había aplicado lo aprendido en el seminario, pero utilizando las conclusiones adquiridas y las decisiones tomadas él había podido mejorar la situación para sí mismo así como para otros. Y hasta en su vida matrimonial había mejoras que él no había esperado.

## UN CONTRATO DE SALIDAS DE EMERGENCIA

GÜNTER JURSCH\*

Analista Transaccional ATA  
Sóller (Mallorca)

### RESUMEN

*Se ofrece un modelo de contrato con los clientes, con ciertas características específicas, para superar algunos riesgos que podrían perjudicar la relación terapéutica y las consecuencias de la misma psicoterapia. A través del contrato se pueden vivenciar reacciones que muestran las dimensiones de la problemática del cliente, para ser analizadas y tratada.*

**Palabras clave:** Modelo de contrato, relación terapéutica, vivenciar reacciones.

### ABSTRACT

*A model of a contract is described with specific characteristics in order to avoid risks which could be dangerous for the client and could jeopardise the relationship between therapist and client. This contract is made between ego states of the client himself, not with the therapist. The therapist only assists in making the contract. By making such an exercise and living through the upcoming reactions the problems of the client become obvious to him and the therapist, and in consequence can be treated.*

**Words key:** A model of a contract, therapeutic relationship, living reactions.

Presenté mi modelo de contrato para cerrar salidas de emergencia. Mis bases son:

1. El contrato lo hace el cliente consigo mismo, no con el terapeuta. La razón es para que una divergencia entre cliente y terapeuta no repercuta automáticamente sobre el contrato.
2. Hace muchos años, proponiendo un contrato, el cliente quería hacerlo de por vida. Yo estaba muy contento y me sentía descargado. Pero una voz interior me dijo que aquí había una falla y repensaba el proceso. Llegué a la conclusión de

que un contrato tiene que tener una posibilidad de terminarlo. De otro modo no es un contrato sino una obligación de por vida. Yo mismo hice dos obligaciones de esta clase, y las quebranté (mi primer matrimonio católico, y mi juramento como soldado, pues deserté).

3. El plazo de aviso para rescindir el contrato es no menos de 24 horas (para que haya una noche antes de tomar la decisión) y no más de tres días. Este plazo tan corto lo propongo para incluir mejor al Niño, pues para un niño

---

\* <http://www.jursch.eu>

un plazo de una semana ya sobrepasa su capacidad de previsión.

4. En el renglón de no matar a otra persona, propongo añadir "salvo en caso de legítima defensa". La razón es que considero adecuado evitar el "delegar el suicidio a otra persona". Si no estoy dispuesto a defenderme con toda fuerza en caso de un ataque contra mi vida (o por ejemplo la vida de mis niños) puede ser que en una situación muy precaria esté provocando a otra persona a ser mortalmente agresiva. Las experiencias en residencias para mujeres maltratadas nos dan mucho que pensar. Muchas mujeres dejan la residencia pronto, sin protección adecuada y con resultados dolorosos. Comprendo a estas mujeres, pues en su infancia la única persona que parecía mantenerlas vivas era un padre brutal.
5. Al renglón "no me vuelvo loco" añadimos en el taller que tampoco elija el "no sentir".
6. En el texto del contrato probamos la diferencia entre una formulación en presente y en futuro. Diciendo las dos formas ("no me volveré loco" contra "no me vuelvo loco"), el cliente en la mayoría de los casos elige la forma del presente porque lo siente más poderosamente. La razón será que un niño muchas veces hasta cierta edad no usa el futuro sino el presente.
7. Después de poner lugar, fecha y firma pregunto por reacciones físicas y emo-

ciones. Además convenimos en cómo el cliente puede comunicarse conmigo en caso de reacciones excesivas, de sueños extremos, etc.

Este contrato lo ofrezco a todos mis clientes, no sólo a los que parecen estar en peligro de suicidio, de rabia mortal o de perder la razón. Lo hago porque la terapia transcurre más fácilmente cuando este campo está cubierto de modo satisfactorio.

Describí uno de estos casos. La cliente, después de firmar el contrato se sintió mucho mejor; dijo como si su pecho se hubiese ampliado, facilitando la respiración. Después tuvo cuatro sueños que por fin resolvieron en parte un problema que tenía. Cuando era pequeña, nacieron gemelos que murieron pocos días después de nacer. Tanto la madre como el padre dijeron a su hija que los niños no hubieron muerto si ella no hubiese existido. El padre incluso la mostró los dos pequeños cadáveres, hablando como si tuviera ella la culpa de que los dos hermanitos murieran. En el último de los sueños, ella se vio en un ataúd teniendo en sus brazos a la derecha y a la izquierda a sus pequeños hermanitos que estaban vivos en este sueño. Ella decidió que no quería quedarse toda su vida en el ataúd y se levantó. Sus hermanos, lejos sentirse desamparados, estaban contentos y se acercaron el uno al otro y se abrazaron, lo que antes no podían hacer porque ella estaba en el medio. La cliente estaba muy contenta de este desarrollo.

## ARTÍCULOS YA PUBLICADOS

## EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y LA ACTUACIÓN\*

ARTHUR WAGNER

## RESUMEN

*En este artículo, el autor emplea los conceptos del Análisis Estructural y Funcional, del Análisis Transaccional y del Análisis de Juegos para examinar algunos pasajes de tres obras teatrales: El Rey Lear, de W. Shakespeare, Benito Cereno (en la adaptación teatral que Robert Lowell hizo de la obra de Herman Melville), y Esperando a Godot, de Samuel Beckett. Compara la estructura de un juego, tal como lo entendía Berne, a la de un juego como el ajedrez o el fútbol. Para ayudar a que un actor interprete fielmente el papel de un personaje, es importante que distinga entre la acción del personaje, que está determinada por el nivel social, y el objetivo, determinado por la ventaja que el personaje busca en el nivel psicológico.*

**Palabras clave:** Estados del Ego, Transacciones, Juegos, Acción de un personaje, Objetivo de un personaje.

## ABSTRACT

*In this article, the author uses the concepts of Eric Berne's Structural and Functional Analysis, Transactional Analysis and Games to examine some passages of three plays: Shakespeare's King Lear, Benito Cereno (in the theatrical adaptation that Robert Lowell made of Herman Melville's work), and Samuel Beckett's Waiting for Godot. He compares the structure of a game, just as Berne understood it, to that of a game as the chess or football. For facilitating an actor's faithful interpretation of a character, it is important to distinguish between the character's action that is determined by the social level, and the character's objective, determined by the advantage that the character looks for in the psychological level.*

**Key words:** Ego States, Transactions, Games, character's action, character's objective.

Avanzada ya la obra *Benito Cereno*, (de Herman Melville, que Robert Lowell adaptó al

teatro), el capitán Amasa Delano interrumpe una conversación con su contra maestre, Per-

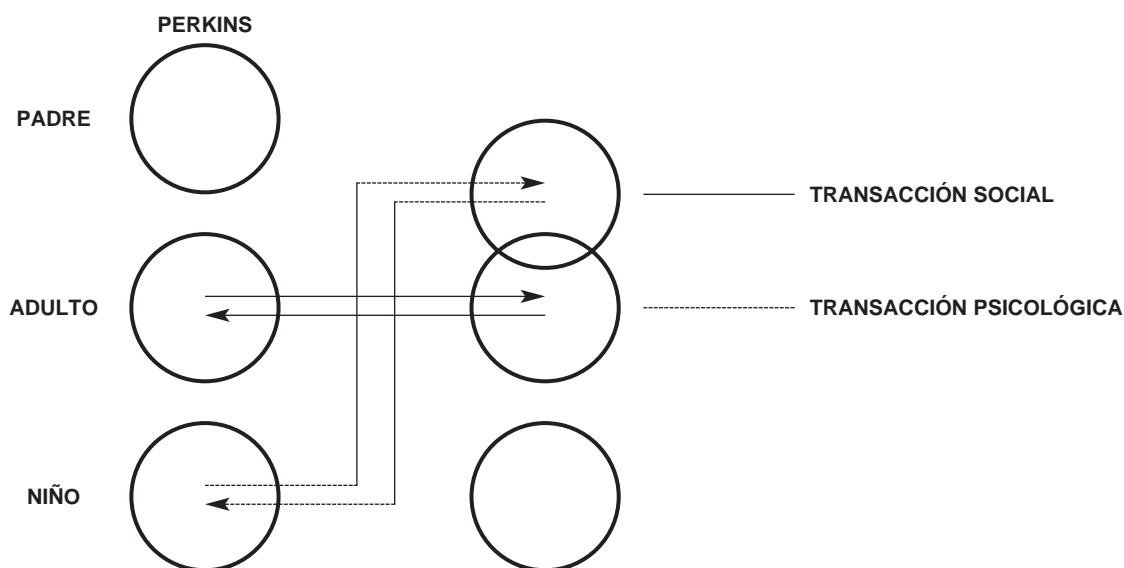
\* "Transactional Analysis and Acting". *Tulane Drama Review*, Volumen II, Verano 1967, 81-82.

**Traducción:** Equipo de [www.bernecomunicacion.net](http://www.bernecomunicacion.net), supervisado por el catedrático Felicísimo Valbuena.

kins, para decir: «Me parece haber estado soñando... soñé que alguien estaba intentando matarme». Delano nunca abandona el escenario, realmente no dispone de tiempo para dormir y soñar, y sin embargo la afirmación ciertamente no describe un sueño. Durante los ensayos de mi producción en Tulane, nosotros intentamos justificar el momento como mejor pudimos. Había una pausa larga antes de la línea, mientras Perkins verificaba el acercamiento de su propia nave al *San Domingo*. William Wolak, interpretando a Delano, hizo lo más que pudo con el momento, pero nunca estaba muy cómodo en él. Yo sabía que él se sentía incómodo, pero no podía ofrecer una solución satisfactoria.

Wolak y yo habíamos estado empleando aspectos del análisis estructural y transac-

cional de Eric Berne cuando esbozábamos el carácter y seleccionábamos las acciones y objetivos para Delano. El enfoque funcionó bien, sobre todo en las escenas entre Delano y Perkins. Decidimos que estructuralmente Delano era un Adulto contaminado, contaminación que provenía de su Padre muy activo, y que Perkins, por otro lado, era Adulto en su ego real, pero tenía un Niño Adaptado muy fácilmente catectizado. Casi todas las escenas que interpretaban juntos, cuando nadie más estaba alrededor, se componían de un solo juego que simplemente enunciado sería, para Perkins, «Pátame otra vez», y para Delano, «Permíteme hablarte claro y ayudarte». Un modelo simple de sus transacciones se parecería a esto



**Figura 1:** Nivel social y psicológico entre las transacciones de los estados del yo de Perkins y Delano.

Aunque sus conversaciones podrían parecer una discusión Adulto-Adulto, en el nivel psicológico más profundo ellos están recibiendo las ventajas a través de una transacción Padre-Niño. De ahí que éstas no son verdaderamente escenas de conflicto, sino que aportan un sentido de satisfacción para ambos caracteres. Después de todo, Perkins fue escogido por Delano para hacer

el viaje, son parientes, y la opción de Delano le permite participar en lo que parece ser su juego favorito en su guión de vida.

«En cualquier reunión social, incluso el caso limitado de dos personas, el individuo se esforzará por participar en transacciones que se relacionen con sus juegos favoritos; se esforzará por participar en juegos que se relacionen con su guión y tratará de obtener la mayor ventaja



primaria de cada encuentro. Al mismo tiempo, escogerá o buscará compañeros que prometan rendir las mayores ventajas primarias: para relaciones casuales, las personas que participen por lo menos en transacciones favorables; para relaciones más estables, las personas que participen en los mismos juegos; para relaciones íntimas, las personas que estén mejor cualificadas para desempeñar roles en su guión.» (Berne, 1985:132).

De ahí que las transacciones en la escena inicial, salvo la actividad de observar y describir la nave en el horizonte, adoptan la forma convencional de Perkins haciendo una declaración de hecho u opinión y después Delano contradice ese hecho u opinión, satisfaciendo a ambos el Niño Adaptado que constantemente necesita ser corregido por la autoridad (Perkins) y el Padre Protector que siempre está echando una mano de ayuda o de información (Delano). La relación ulterior en estas transacciones siempre es maestro-alumno o padre-hijo. Los golpes de la escena se corresponden exactamente con la descripción que Berne hace del proceso de un juego o deporte:

«Cada juego tiene cierta analogía con una competencia deportiva similar al ajedrez o al fútbol. Blanco hace la primera jugada, suena el silbato y Negro da el puntapié inicial, la pelota va al centro del campo, etc. Todo ello tiene su analogía en las primeras escaramuzas de los juegos sociales. Al estímulo de X le sigue la respuesta estereotipada de Y, después de lo cual X hace su segunda jugada estereotipada. Después de un número definido de movimientos, la partida termina en un desenlace que es el equivalente de jaque mate o un ensayo (gol de triunfo)» (Berne, 1981:112).

Los siguientes son ejemplos de tales golpes en la escena inicial de *Benito Cereno*:

*Puntapié de apertura*

DELANO. Ahí van las mujeres más bonitas en América del Sur.

*Respuesta estereotipada*

PERKINS. Nosotros nunca vemos a mujeres, Señor; simplemente este sofocante y nublado Ecuador, una o dos focas, el llano

mar aburrido, y un cielo como el nido de una avispa gris.

*Ensayo*

DELANO. Yo no estaba hablando sobre las mujeres; estaba llamando su atención hacia la Bandera americana.

*Puntapié de apertura*

PERKINS. ¡Sí, Señor! Me gustaría que estuviéramos en casa, en Duxbury.

*Respuesta estereotipada*

DELANO. Nosotros somos casa. América está dondequiera ondea la bandera. Mi propia cubierta es el único lugar en el mundo donde me siento en casa.

*Respuesta estereotipada*

PERKINS. Esto es demasiado para mí, Capitán Delano. Quiero decir que me gustaría estar casa con mi esposa; estos cruceiros mundiales sólo son para los solteros.

*Ensayo*

DELANO. Su esposa se mantendrá.

Estos dos golpes aparecen en la escena inicial. La escena acaba con la ventaja más grande de todas:

*Puntapié de apertura*

DELANO. ¿Los españoles? El nombre te desanima; piensas que sus caras bochornosas e idioma les convierten en Zulús. Toma el nombre Delano. Siempre he pensado que tenía alguna virtud salvadora italiana o española.

*Respuesta estereotipada*

PERKINS. Sí, Señor.

*Ensayo*

DELANO. Un español no es un negro bajo la piel, especialmente un español de España; estos sudamericanos se mezclan demasiado con los indios. Una vez usted consigue entrar en un español, él habla tan bien como su esposa en Duxbury.

También hay ventajas contrarias:

*Puntapié de apertura*

DELANO. Estás demasiado nervioso, Perkins. El viaje te agitará. Debes permitir que un poco de suciedad extranjera caiga sobre ti.

*Movimiento estereotipado*

Me he enseñado a mí mismo a hablar español como un español. En cada puerto su-

damericano, ellos me toman equivocadamente por un Don castellano.

*Ensayo*

PERKINS. ¿No se está rebajando usted un poco, Capitán?

Delano intenta participar en el mismo juego con Cereno y Babu. Con Cereno él intenta ser un colega y compañero útil, pero en el nivel psicológico la transacción es de hombre saludable a hombre enfermo, o de hombre afortunado a hombre desgraciado; en la realidad, de Padre a Niño. Sin embargo, la personalidad de Cereno está distraída, desgarrada; de ahí sus respuestas ambiguas o anacrónicas a los estímulos de Delano. Éstos causan casi constantemente transacciones cruzadas y motivan que el creciente resentimiento e impaciencia de Delano con Cereno. Babu, por otro lado, debido a su gran habilidad para actuar, lleva a Delano a leer mal las transacciones y suponer que están cumpliendo el juego, esta vez en el modo de amo-esclavo, cuando realmente la transacción se invierte, con el Padre de Babu favorablemente catectizado jugando el papel de Niño (el esclavo) mientras permanece al mando de la situación. Cuando, al final de la obra, Delano descubre la verdadera naturaleza de las transacciones, es incapaz de manejar la presión de la transacción cruzada y su Niño Natural muy apartado, que su Adulto contaminado teme y reprime, es catectizado y sucede la violencia al final de la obra.

Disponer de este tipo de análisis ayudó enormemente a seleccionar las acciones y objetivos para Delano así como guiar la selección de elementos para su conducta externa. El andar de Delano, por ejemplo, cuando el Adulto contaminado mantenía el poder ejecutivo, era fuerte, seguro, rítmicamente inclusivo, las manos confiadamente a la espalda - muy paternal. En los momentos de tensión, sin embargo, durante o cuando se acercaba una transacción cruzada, la marcha se tornaba más corta de zancada, más errática en el ritmo, las manos nerviosamente apretando la boca. Y había variaciones comparables también para los gestos y la voz de Delano.

Debemos poner en claro que esos juegos sociales difieren de los deportes en que "un tanto" no sólo aumenta los puntos para el ganador, sino también para el perdedor. El asunto importante es el efecto tranquilizador continuado o la satisfacción de las necesidades del estado del Ego ejecutivo -en los ejemplos que hemos ofrecido anteriormente, el Adulto contaminado de Delano y el Niño Adaptado de Perkins-. Cuando estas satisfacciones no tienen lugar, nos encontramos con una transacción cruzada y consecuencias serias. "La función dinámica de los juegos es conservar el equilibrio psíquico, y su frustración lleva a la rabia o a un estado que en el Análisis Transaccional llamamos *desesperación*". Los últimos momentos de Benito Cereno son un ejemplo claro. El "puntapié de apertura" de Delano reafirma de autoridad y la suposición de que las cosas volverán a sus relaciones y transacciones estereotipadas. Sin embargo, los discursos siguientes claramente son respuestas no estereotipadas a la autoridad de Delano y desencadenan transacciones cruzadas, que llevan a la *desesperación* de Delano, la activación de su Niño Natural, y la violencia con que acaba la obra.

BABU. Ésta es mi corona. Ésta es mi vara.

Ésta es la tierra.

Éste es el brazo del Dios enfadado.

*Él aplasta la pelota.*

PERKINS. Permítale rendirse. Permítale rendirse. Nosotros queremos salvar a alguien.

BENITO. ¡Dios mío, qué poco entienden estas personas!

BABU. El Amo Yanqui me entiende. El futuro está con nosotros.

DELANO (*levantando su pistola*).

Éste es tu futuro.

*Él dispara. BABU cae y queda inmóvil. DELANO hace una pausa; después,, des-pacio, vacía las cinco balas de su pistola en el cuerpo.*

Si analizamos el texto, podemos decir que cuando los juegos constituyen las transacciones de un golpe o escena, la acción

del personajes es lo que él está haciendo en el nivel social, mientras su objetivo está determinado por las ventajas que busca en el nivel psicológico - lo que Berne llama el "truco". La ventaja, u objetivo, más potente para el actor es la social. Ésta es la necesidad más inmediata y no es la preocupación por un profundo, análisis psicológico, "a la Freud". Las selecciones externas de voz, conducta, y gesto corresponderán a las pautas de conducta establecidos para el estado de ego ejecutivo y el objetivo influirá más fuertemente en ellos que la acción. En transacciones que involucran juegos hay siempre un subtexto. En los pasatiempos e intimidad, ningún subtexto es necesario porque estas transacciones no implican segunda intención alguna. El estado del ego que tenga el poder ejecutivo determina las acciones y objetivos en los pasatiempos e intimidad.

Berne describe los pasatiempos como sigue; la relevancia de *Godot* es obvia:

«Tratándose de gente feliz o bien organizada cuya capacidad para divertirse no está limitada, se puede llevar a cabo un pasatiempo social por lo que tenga de interesante y extraer del mismo las satisfacciones propias. Con otro tipo de personas, especialmente neuróticos, se trata simplemente de lo que el nombre da a entender- una forma de pasar (es decir, estructurar) el tiempo, hasta que uno llega a conocer mejor a la gente, hasta que se haya pasado esta hora, y, en escala mayor, hasta el momento de acostarse, hasta que lleguen las vacaciones, hasta que empiece la escuela, hasta que se produzca la cura, hasta que llegue alguna forma de carisma, rescate o la muerte» (Berne, 1981:102).

En *Esperando por Godot*, por ejemplo, casi todas las transacciones entre los personajes son pasatiempos; es decir, solamente con el propósito de estructurar tiempo hasta que *Godot* venga. No hay intención ulterior; la única necesidad real de Didi y Gogo es pasar el tiempo. Incluso las escenas entre Pozzo-Lucky sirven a Didi y a Gogo como pasatiempos, como ellos mis-

mos hacen notar. Después de la salida de Pozzo-Lucky en el Acto I:

VLADIMIR. Nos ha hecho pasar el tiempo.

ESTRAGON. Sin esto hubiera pasado igual.

VLADIMIR. Sí, pero más despacio. (Beckett, 1963: 309)

Y después de la salida de Pozzo-Lucky en el Acto II:

VLADIMIR. Esto ha hecho pasar el tiempo. (P. 350)

Para el actor ésta es la clave. Ninguna dinámica está profundamente involucrada, sólo la necesidad desesperada de pasar el tiempo para que ellos no sean conscientes del mismo. De ahí que usen los pasatiempos para evitar reconocer su *desesperación*. Se zambullen en cada pasatiempo con gran energía y fervor, haciéndolo todo lo entretenido que pueden. Vladimir describe su situación sucintamente mientras ellos están intentando decidir si ayudan a Pozzo y Lucky en el Acto II:

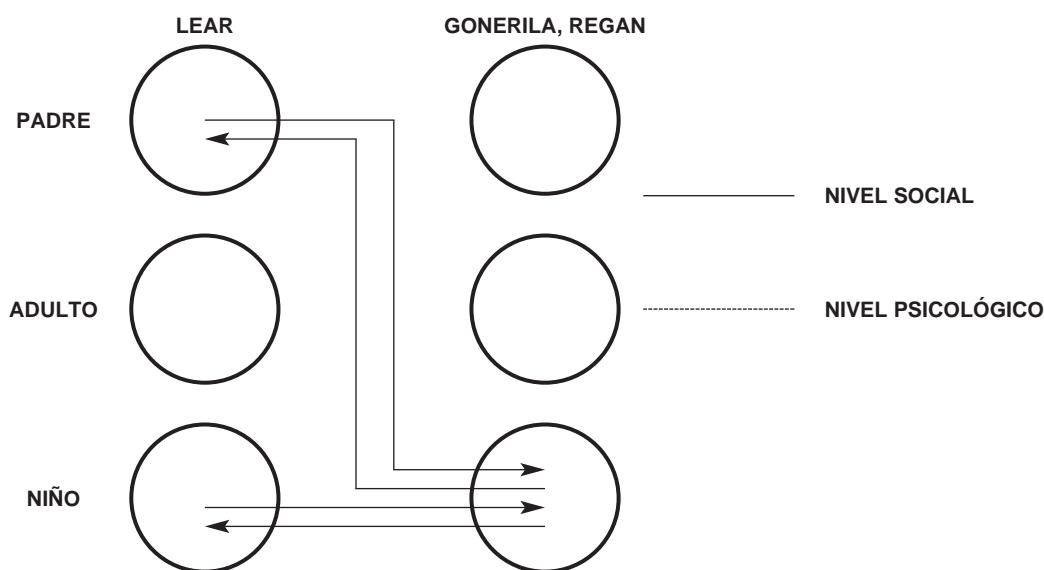
VLADIMIR. Estamos esperando. Nos aburrimos como ostras, qué duda cabe. Bueno. Se nos presenta una diversión, y ¿qué hacemos? La dejamos que se pudra. Venga, manos a la obra. (*Avanza hacia POZO, se detiene*). Dentro de un momento, todo habrá pasado. Estamos otra vez solos en medio de las soledades. (*Piensa*). (P. 340).

De ahí que los pasatiempos adoptan diversas formas: momentos de music-hall, piezas burlescas, pantomimas, comedias cortas, deportes,. Por ejemplo, al final de uno de sus pasatiempos más largos en la obra, Vladimir dice, "No estaba mal como pequeño galope," usando una imagen de los deportes. Estragon inmediatamente le replica: "Sí, pero ahora nosotros tendremos que encontrar algo más," y pasan inmediatamente a otro pasatiempo. Hay momentos de intimidad en la obra, pero los personajes apenas los pueden soportar. Para evitarlos, para llenar su tiempo, acuden a sus pasatiempos. El estado de ego activado en Vladimir y Estragon cuando ellos participan en un pasatiempo es el Niño, y en los juegos,

la transacción social es principalmente de Padre (Vladimir) a Niño (Estragon), mientras la transacción psicológica es de Niño a Niño. Así, en la mayoría de transacciones en la obra, el objetivo del actor es “pasar el tiempo”; durante el número mínimo de juegos es satisfacer las necesidades neuróticas de los personajes (que se hallan en el sub-texto), y durante los momentos casi inexistentes de intimidad, es tranquilizar al “ego real” del personaje. Puesto que las

ventajas son mayores durante los juegos, hay muy pocos *tantos* en *Esperando a Godot*.

Antes de regresar a discutir transacciones en *Benito Cereno*, me gustaría citar ejemplos de golpes de juego en *El Rey Lear*. El juego que Lear desea jugar con sus hijas, que podríamos denominarlo “padre benévolo e hijas cariñosas” nos lleva a un modelo de las transacciones necesario para interpretarlo con éxito:



**Figura 2:** Nivel social y psicológico de las transacciones entre los estados del yo de Lear y Gonerile, Regan.

El Niño de Lear está activado (lo cual puede ser un síntoma de vejez, que nosotros llamamos segunda infancia) y ansía desesperadamente ventajas. De ahí que el puntapié inicial de Lear entra en la forma de Padre benévolo y su acción social es “dividir su reino”. Sin embargo, su objetivo es ulterior y viene de su Niño activado, un hecho que se revela por su línea inicial: “En el ínterin, vamos a manifestaros nuestro más encubierto designio”. El puntapié de la apertura sigue:

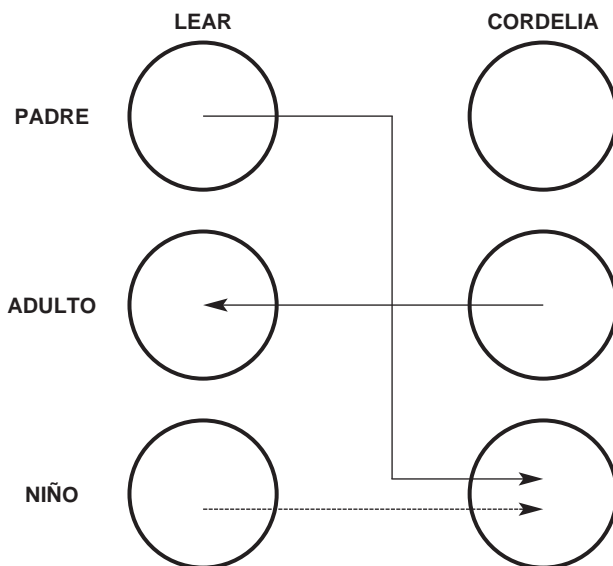
«LEAR. Decidme, hijas mías, ya que es ahora nuestra voluntad despojarnos de toda

autoridad, intereses del territorio, cuidados del gobierno: ¿Cuál de vosotras nos ama más? Que nuestra mayor largueza se extienda sobre aquella cuyos sentimientos naturales merezcan mayor galardón». (Shakespeare, 2003:320).

Gonerila y Regan, también con un Niño favorablemente activado (ávido) responden estereotipadamente, siendo su acción en el nivel social “expresar su amor filial,” mientras el objetivo en el nivel psicológico es “conseguir el dinero”. En la contestación a las respuestas estereotipadas, los tantos adoptan la forma de la liberalidad

de Lear de la que ambas hijas reciben la satisfacción. Cada tanto marca el fin de un golpe. El tercer puntapié de Lear se lo

da a Cordelia. La contestación de ésta no es estereotipada y la transacción se cruza.



**Figura 3:** Transacción cruzada entre los estados del yo de Lear y Cordelia.

La *desesperación* de Lear, como resultado de la transacción cruzada, es casi inmediata. Al principio él intenta darle otra oportunidad a Cordelia, pero cuando sus contestaciones continúan siendo no estereotipadas, él abandona el juego y su Niño queda patente. Kent magnifica la desesperación de Lear interrumpiendo de una manera no estereotipada, creando así otra transacción cruzada y atizando así la rabia de Lear. Al final del golpe, el Niño de Lear está casi totalmente al mando:

«LEAR. ¡Escúchame, perjuero! ¡Por tu vassallaje, escúchame!. Pues han intentado romper nuestro voto —a lo que Nos jamás hubiéramos osado— y, con obstinación de orgullo, has venido a interponerte entre nuestra sentencia y nuestro poder —lo que ni nuestro carácter ni nuestro rango puede consentir—, haremos buena nuestra autoridad; toma tu recompensa. Cinco días te concedemos para que busques el modo de escudarte contra las miserias del mundo; al sexto, cuida bien de volver tu execrable es-

palda a nuestro reino. Si al cabo de diez días tu desterrado cuerpo fuese hallado en nuestros dominios, tal momento será el de tu muerte. ¡Fuera! ¡Por Júpiter, que esta sentencia es irrevocable!» (Shakespeare, 2003:322).

Ésta es la rabieta del Niño Natural. Desde este punto en la obra, el Adulto de Lear se retira cada vez más, su Niño goza cada vez de más poder - alcanzando el punto culminante en el brezal. De ahí en adelante, el movimiento es hacia la reactivación del Adulto de Lear y hacia el logro de su segunda madurez al final de la obra.

Puesto que el Niño es Lear el estado de ego más fácilmente catectizado o activado, el actor que interpreta el papel podría beneficiarse mucho si elaborase detalladamente las pautas de conducta de Niño de Lear; y a través de los contrastes de esas pautas —voz gesto, ademanes— e interpretando los objetivos del ego catectizado, poder delinear muy específica el personaje y sus transacciones.

Retornemos, ahora al problema no resuelto en *Benito Cereno*. Saber que Delano era finalmente un Adulto contaminado nos llevó finalmente a solucionar sencillamente sus líneas incongruentes: «Me parece haber estado soñando... soñé que alguien estaba intentando matarme». Mientras estaba releendo a Berne, esperando encontrar una clave, me tropecé con el siguiente pasaje:

“Generalmente, las alucinaciones son exhibiciones del Padre... Mientras la propia voz emana del Padre, la audiencia consiste en el Niño y, a veces también, el Adulto contaminado. En los estados de confusión... el Adulto queda relegado, y el Niño asustado se encuentra solo para escuchar. En algunos casos de condición paranoica, el activo pero contaminado Adulto concuerda con el Niño en que la voz realmente está ahí». (Berne, 1981:63).

Así es como aclaramos el elemento crucial de la escena: el sueño no es un sueño en absoluto, sino una alucinación. Todos los elementos que menciona Berne están presentes. Delano está desconcertado. Acaba de ver las distracciones de Babu, sobre las que comenta: “Bien, eso no era mucho”. Lo que realmente quiere decir es: “¿Qué significa esto?”. Delano es paranoide, sobre todo cuando se trata de los extranjeros: “¿Por qué le resulto tan indiferente a este capitán? Si pudiera soportar su reserva ante los extranjeros”. Su alucinación hacen que Cereno lo mate: “¿Cómo puedo morir asesinado en los confines de la tierra a manos de este español demente?” Tiene un Niño asustado, cuando vemos su violencia al final de la obra.

Esto no significa que Robert Lowell (el adaptador de la obra de Melville) fuera consciente de que ese momento era alucinatorio. Pero el Análisis Transaccional de Berne resulta útil para descifrar tales acciones. Los resultados que logramos durante los ensayos de *Benito Cereno*, en los que apenas tocamos los beneficios del trabajo de Berne para el actor, confirmaron mi respuesta inicial cuando leí *Análisis Transac-*

*cional en Psicoterapia*. Este año he introducido los conceptos de Berne de Análisis Estructural y Transaccional en los ejercicios iniciales sobre las acciones y objetivos en mis clases de entrenamiento profesionales, empleando a Berne especialmente sobre todo en el trabajo extenso que hacemos en el análisis del texto. Los resultados han sido muy estimulantes. Berne ofrece al actor una manera de mirar al personaje y a la interacción entre los personajes que ayudan al actor a seleccionar más específica e inmediatamente que los tradicionales métodos freudianos del teatro contemporáneo. Estamos empezando a desarrollar tres juegos de conducta para cada personaje, uno para cada estado de ego, de manera que la voz, gesto, y ademanes de un personaje en una circunstancia dada dependan del estado del ego de ese personaje que tiene el poder ejecutivo. Basamos las selecciones en el texto. Por ejemplo, estamos examinando muy detenidamente los tipos de palabras que un personaje emplea, para determinar qué estado de ego está al mando, así como la anatomía de las transacciones. Deseo dejar en claro que el uso del Análisis Estructural y Transaccional no cambia, en modo alguno, nuestro enfoque básico a para crear un papel. El enfoque sigue siendo el sistema de Stanislavski. Berne nos ayuda a seleccionar más específica y concretamente tanto la vida interna como externa de un personaje.

#### NOTA:

Para definir detalladamente los términos que empleo en este artículo, conviene leer *Transactional Analysis in Psychotherapy* (Nueva York, Grove Press, 1961. [Traducción española: *Análisis Transaccional en Psicoterapia*. Buenos Aires: Psique, 1981). Los términos Padre, Adulto, y Niño designan los tres estados de ego que componen la topografía psicológica de cada individuo. Cada estado de ego tiene su propia única respuesta a los estímulos y pauta de con-



ducta de conducta- ademanes, gesto, voz y vocabulario. El Padre puede ser “protector” o “crítico” dependiendo de si es predominantemente simpático o prohibitivo; el Niño puede ser “natural” o “adaptado,” dependiendo del dominio de la influencia Paternal. Un estado del ego activado o catectizado es el que tiene el poder ejecutivo; es decir, el estado de ego que actualmente tiene la energía. Un estado del ego “excluido” es el que la persona ha reprimido y no puede estar activado. Un estado del ego “contaminado” es aquél en el que están presentes aspectos de otro estado del ego. Berne distingue tres tipos de transacciones: pasatiempos, juegos, e intimidad. Los pasatiempos son las transacciones en las que no hay segunda intención, de manera que las ganancias esenciales son el goce del pasatiempo y el paso del tiempo que la persona logra sin dolor. Los juegos son transacciones que incluyen un motivo ulterior o segunda intención, lo que Berne llama un “truco”; las ganancias provienen de satisfacer el motivo ulterior o segunda intención; hay una transacción en el nivel social –lo que parece estar ocurriendo– y una transacción en el nivel psicológico, el motivo ulterior. La intimidad es una transacción sincera; lo que el individuo hace en el nivel social es directamente los medios para su fin.

Lo que Berne hace al esbozar las ganancias corresponde a los objetivos del actor. Él expone cinco niveles de ganancia, ofreciendo al actor cinco posibles selecciones para cada transacción. *La ganancia primaria externa, ganancia primaria interna, y las*

*ganancias secundarias* generalmente apuntan a satisfacciones psicológicas relacionadas con la dinámica freudiana, siendo la al actor la multiplicidad de opciones. Del mayor interés son *la ganancia social y la ganancia biológica*. Una ganancia social responde a la pregunta: ¿Cómo la transacción contribuye a estructurar el tiempo del individuo? ¿Capacita una transacción particular al individuo para participar en un pasatiempo o juego favorito, etc.? La ganancia biológica “se deriva del mero hecho de que las partes están estimulándose en cierta manera y apartando el aislamiento de cada uno, independientemente del porte o contenido del estímulo”. Un objetivo muy importante para algunos personajes dramáticos. Fijémonos en Lady Macbeth.

## REFERENCIAS

- BECKETT, S. (1963). *Esperando a Godot*. En *Teatro Francés de Vanguardia*. pp. 269-356. Madrid: Aguilar.
- BERNE, E. (1961). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Nueva York: Grove Press.. Traducción española: (1981). *Análisis Transaccional en Psicoterapia*. Buenos Aires: Editorial Psique. .(Las páginas citadas corresponden a esta edición).
- MELVILLE, H. (1985). *Benito Cereno*. Barcelona: Salvat Editores.
- SHAKESPEARE, W. (2003). *El Rey Lear*. En *Obras Completas*, pp. 319-370. Madrid: Aguilar.

## NOTAS SOBRE JUEGOS Y EL TEATRO

ERIC BERNE\*

### RESUMEN

*En esta entrevista, Berne aplica los cuatro niveles de su teoría- Estados del Ego, Transacciones, Juegos y Guión- a su concepción del teatro. Se centra en la importancia que tiene intercambiar cupones y en que los diálogos teatrales tienen que funcionar en el plano manifiesto o social y en el subyacente o psicológico, para que la obra sea buena. Opina desfavorablemente sobre Medea y considera que Shakespeare sabe presentar muy bien los juegos ya desde el principio de El Rey Lear. Muestra su descontento con los escritores contemporáneos porque han perdido el dominio de los recursos que los clásicos mostraban en sus escritos.*

**Palabras clave:** Intercambio de cupones, Juegos, actores, personajes.

### ABSTRACT

*In this interview, Berne applies the four levels of his theory – Ego States, Transactions, Games and Script - to his ideas about the theater. Beginning with the importance of trading stamps, Berne emphasizes that, for a work to be good, the theatrical dialogues have to function in the apparent or social plane and in the underlying or psychological one. He talks unfavorably on Medea and considers that Shakespeare knows how to present very well already ab initio the King Lear's games. He shows his dissatisfaction with the contemporary writers because have lost the resources control that the classics ones showed in their writings*

**Key words:** Trading Stamps, Games, Actors, Characters.

INTERCAMBIO DE CUPONES: El Teatro –tanto el actuar como el escribir– se relaciona estrechamente con el intercambio de cupones comerciales, mi reputación a cambio de cierto tipo de satisfacciones infantiles. Usted consigue los cupones comerciales cuando compra comestibles; es decir, usted los gana durante transacciones que son más o menos necesarias. Por ejemplo, usted lle-

ga a casa e intenta equilibrar el presupuesto o discutir cómo criar a los niños. En el curso de la conversación, su esposa le insulta a usted. Usted ha ganado cupones. Entonces usted puede ir a una tienda –digamos, una barra– y los intercambia. Hay todo tipo de premios. Los aparatos de color de televisión son premios que equivalen suicidio u homicidio. Hay suicidios del juguete (doce aspiri-

---

\* De una entrevista que le hizo Arthur Wagner:  
Berne, E. (1967). "Notes on Games & Theatre". From an Interview by Arthur Wagner. *Tulane Drama Review*. XI, 89-91. **Traducción:** Equipo de w supervisado por Felicísimo Valbuena.

nas), y regalos pequeños, como bebidas gratis o adulterios. En el bar usted puede decir, “¿Quién no se emborracharía después de lo que mi esposa me ha dicho”? y el tipo al lado le replica: “¿Piensa usted que *usted* tiene problemas”? y trata de demostrarle que sus cupones son mejores que los suyos.

Las transacciones entre las personas *pueden* ser directas. Usted dice a alguien que le pase el martillo, y él le pasa el martillo, sin recibir un calambre por electricidad estática. Pero las transacciones pueden cruzarse y también tener un carácter ulterior. Muy a menudo en el teatro un personaje dice una cosa que es directa, que desemboca realmente en resultados –y recuerde que usted, en la vida real, sólo colecciona los cupones comerciales cuando también está haciendo alguna otra cosa que es necesaria– pero al mismo tiempo el personaje está recibiendo una cierta satisfacción infantil por lo que él está diciendo o está haciendo. Estas satisfacciones pueden ser buenas –alegría o felicidad, jugar con o hacer trampas a alguien– o pueden ser malas rackets que implican enojo, culpa, insuficiencia. Todo esto está preprogramado. A las personas les enseñan qué tipo de cupones comerciales coleccionar: daño, miedo, cualquier cosa. Y éste es el material de que los dramas, en la vida o en el teatro, están hechos, y el público se da cuenta de ello intuitivamente. Intercambiar cupones comerciales funciona en la vida económica real porque ellos son derivados intuitivos de algo que es psicológicamente correcto. Cada persona siente que su vida ha sido programada por sus padres, está predeterminada. Nosotros coleccionamos nuestros cupones comerciales cuando sentimos que algo ha violado esta programación. La experiencia teatral se basa en el mismo sentido de predeterminación: los personajes siempre están teniendo vidas violadas. Una buena obra de teatro debe funcionar a la vez en dos niveles, mostrando las transacciones necesarias y coleccionando cupones comerciales.

**ACTORES Y PERSONAJE:** El problema es difícil para los actores. La pregunta siempre es ¿dónde están ellos? ¿Quién y dónde

está el tipo real? Pienso que las cosas estarían más claras si mirásemos el trabajo del actor no como interpretando a un personaje sino como ocupándose de una serie de transacciones interpersonales específicas. Por ejemplo, dos actores en una escena deben tomar partido, decidir quién tiene los comestibles y quién los cupones comerciales, y entonces empiezan las transacciones de los negocios. Eso agudizaría las cosas también para el público. Los cupones comerciales se relacionan con los estados del ego, pero el punto más importante es que una transacción de Adulto es necesaria entre dos personajes, mientras los estados del ego de no-Adulto entran en juego por debajo de las transacciones adultas. Hay una ganancia de satisfacción ulterior, pero el proceso necesariamente no es un juego; cuando lo hay, siempre está implicada una larga serie de transacciones.

Al hacer necesarias las transacciones, el actor muestra la “autonomía” de su carácter. Pero debajo, el personaje está coleccionando sus cupones, preparándose para el desenlace, estando dispuesto para “Desdémona”. Los cupones comerciales no pueden ser demasiado obvios cuando la obra es buena. Fallará si el público también puede darse cuenta demasiado fácilmente de que los personajes no tienen autonomía y de que sus motivaciones aparentes no son reales. Que una obra buena debe funcionar simultáneamente en dos niveles es doblemente verdad para la actuación; de otro modo, un ordenador podría interpretar al personaje.

**ALGUNAS OBRAS ESPECÍFICAS:** *Medea* es una obra artificial, una obra mala. Es enteramente obvio que Medea no podría mantener su posición después de una hora con un buen psiquiatra, y es una tontería que ella actúe de la manera en que lo hace. Ella es simplemente una muchacha grande, enfurruñada que, si apartara su resentimiento, no tendría ninguna justificación en absoluto. ¡Y aún se da por supuesto que usted debe estar encantado con Medea o, si no, usted se expone a que no le consideren culto!

Lo contrario pasa con Edipo, que tiene problemas reales y contradicciones, agra-

vios reales y frustraciones. Algo tenía que apoderarse de él, y el desenlace de Edipo está justificado.

Las obras de la Restauración son sólo juegos. *La mujer de campo* (*The Country Wife*) es un juego, no significa nada, las personas la producen para entretener.

Una de las cosas que advertí en *Cómo triunfar sin dar golpe* (*How to Success in Business Without Really Trying* - 1967) era que el timador despliega sus trucos y cada vez que tiene éxito, mira al público como diciendo: "Vean, he recogido mis cupones". El público ríe agradecido. Ésta es la pauta básica de obras que tienen a un timador y a alguien que le da las entradas para que responda; por ejemplo, la mayor parte de las obras de Molière. Es más aceptable para un actor mirar a su público directamente, compartir con ellos, en la comedia que en la tragedia. Puede haber una pausa cuando la situación trágica está en su punto más intenso, pero el público tiene que inferir el intercambio de cupones. El actor no los sostiene y dice: "Miren lo que consigo!".

No he leído *Esperando a Godot*, pero por lo que he oído hablar, parecería ser un ejemplo muy fino de una obra que trata de problemas reales. La mayoría de las personas gastan sus vidas esperando la muerte o a Santa Claus y su problema es: "¿Cómo estructuramos el tiempo"? Pero entonces, ¿cuál es la diferencia entre Godot y todo el mundo? .Antiguas obras de teatro de moralidad.

Una cosa que impresiona en Shakespeare es que él puede hacer que funcionen varios juegos a la vez. Tomemos el principio de *El Rey Lear*: el rey está envuelto en un juego con sus hijas, las hijas están jugando otro entre ellas, los duques están participando en un juego entre ellos y con el rey. Con unas pocas frases todos estos juegos quedan enmarcados y en movimiento; al público le atraen muy suave y profundamente.

La LITERATURA CONTEMPORÁNEA. Yo soy un reaccionario literario, porque pienso que los escritores no saben ya hacer estas cosas. Lloriquean y vomitan sobre la gran pesadilla de vida, no son auténticos. El Gran drama es el del Adulto ocupándose de

las luchas de las personas. Estas luchas pueden ser adultas, paternas, o infantiles, pero el escritor debe ser un Adulto que se enfrenta a ellos. Ahora muchas obras parecen estar escritas por niños bastante poco atractivos sobre niños desvalidos: "¿No es horrible? Ellos nos están haciendo algo". Pero en Shakespeare, "ellos" entran en el asunto, y "ellos" no están estereotipados. Las cosas pasan al rey y a los nobles menores; las figuras paternas tienen algo que decir, y la autenticidad entra en el trabajo.

También hemos perdido cierto tipo de artesanía. Muchos escritores intentan conseguir que nos creamos que la obscenidad es una noción arbitraria en lugar de un fenómeno psicológico real, y estos escritores pierden su sentido estético, su cuidado por la forma. Pero Shakespeare empleaba metáforas preciosas, y los cuadros interesantes deben tener buenos marcos.

GUIONES REALES Y DE TEATRO: En *Análisis Transaccional* yo escribí, "... un Guión no se ocupa de una mera reacción de transferencia o situación de transferencia; es un esfuerzo por repetir en forma derivada un drama de transferencia total, a menudo dividido en actos, exactamente como las obras teatrales que son derivados artísticos intuitivos de estos dramas originales de niñez". Pongamos un ejemplo simple. Una mujer obtiene un divorcio. ¿Significa eso que se ha librado de su Guión y es ahora autónoma, o significa que su Guión requirió un divorcio y que el divorcio es meramente el fin del segundo acto?. Si el Guión realmente ha acabado, ella va a vivir autónomamente. Pero si no, ella va a pensar que está viviendo autónomamente, pero realmente está viviendo una fantasía, continuando para seguir su programación.

Así, la esencia del drama es la decisión. Por ejemplo, *Huis-Clos* es un drama no porque algunas personas estén juntas en un cuarto sino porque alguien abre la puerta y dice, "¿Quieren ustedes salir?" y ellos deciden "No." El drama depende de la decisión y de la autenticidad: personajes que se hacen cargo de las consecuencia de sus acciones.

## HAMLET: LISTA DE VERIFICACIÓN DE SU GUIÓN\*

WARREN D. CHENEY

### RESUMEN

*En este artículo, “clásico” en la Bibliografía de AT, el autor estudia el personaje de Hamlet desde la perspectiva del Análisis Transaccional. Identifica su posición vital, sus Juegos favoritos y los elementos de su Guión de Vida.*

**Palabras clave:** Saldo del Guión, Prohibición, Curso de la vida, Decisión, Contraguión, Programa, Cupones, Camiseta.

### ABSTRACT

*In this article, “classic” in the Bibliography of AT, the author studies the character of Hamlet from the perspective of the Transactional Analysis. Warren Cheney identifies Hamlet’s basic vital position, favorite Games and the elements of his Life Script.*

**Key words:** Script, Injunction, Life Course, Decision, Antiscript, Program, Trading Stamps, Sweathirt.

Hijo único de una madre sensual, apegada edípicamente y de un padre-guerrero, reservado y olímpico, vemos a Hamlet por primera vez cuando tiene 27-28 años, viviendo en casa, soltero y sin trabajo. Según los modernos standards, él estaría clasificado como un playboy, sin tener ocupación o responsabilidades serias, sin obligaciones militares, gubernamentales o de corte, incluso sin tener una hacienda propia que administrar.

La presente condición aparece dentro de los tres minutos después de su discurso inicial cuando manifiesta su profundamente arraigada angustia y ruega: “¡Oh, que esta demasiado sólida carne se ablandará...!”.

Según va desenvolviéndose la historia del caso, disponemos de la mayoría de los datos

necesarios para comenzar una lista de verificación del guión y establecer un diagnóstico útil al final del Acto II, que concluye con el revelador soliloquio “Ahora estoy sólo”. El equilibrio de la obra arroja más y más sintomatología. La conducta y actitudes de Hamlet están marcados por la **impotencia de decisión, pérdida de contacto con la realidad, pensamiento enmarañado y desorientado, conducta extraña, irracionalidad, frecuentes estados depresivos, repetidos impulsos de homicidio y suicidio.**

El primer soliloquio proporciona el **Curso de la vida** - “Debo matarme”. Por desgracia, la obra no proporciona datos que permitirían establecer la fecha de la **Decisión**. En cuanto al **Contraguión**, Hamlet manifiesta

\* “Hamlet: His Script Checklist”. En *Transactional Analysis Bulletin*, volumen 7, Julio 1968). Reeditado en *The Drama Review*, 13: Primavera 1969, Págs. 113-114.

**Traducción:** Equipo de [www.bernecomunicacion.net](http://www.bernecomunicacion.net) supervisado por el catedrático Felicísimo Valbuena.



varias ideas que le llaman la atención en este área: vengar la muerte de mi padre, salvar a mi madre del incestuoso, adúltero y asesino tío, rectificar todo lo que está podrido en Dinamarca.

La **Posición** de Hamlet, repetidamente confirmada, es “Yo no estoy bien, tú no estás bien.” El soliloquio del diván, “Ahora estoy sólo”, muestra la posición “yo no estoy bien” con una intensidad patológica conforme se dedica a sí mismo los peores epítetos, seguidos por deplorar “mi debilidad (de voluntad) y mi melancolía.” Los pensamientos esquizoides que alimentan esta posición marcan el primer diálogo de Hamlet con Rosencrantz y Guildenstern (II, ii): “Dinamarca es una prisión ... tengo malos sueños ... he perdido últimamente toda mi alegría... la tierra me parece un promontorio estéril ... el hombre no me atrae; la mujer, tampoco.”

Estas últimas líneas ilustran también el Juego **¿No es terrible?** de Hamlet. Pero, por supuesto, el juego que con más dureza juega es **Pata de Palo**; realmente, nos proporciona un ejemplo virtualmente clásico de **“Súplica de Locura”**, una súplica no comúnmente delineada en la última escena de la obra cuando dice a Laertes: “Todo cuanto hice, que rudamente pudiera lastimar vuestro temperamento, vuestra conciencia y vuestro pundonor, aquí mismo declaro que fue acto de locura. ¿Fue Hamlet quien ultrajó a Laertes? No. Hamlet, jamás. Puesto que si Hamlet está fuera de sí y no siendo él mismo, ofende a Laertes, no es Hamlet quien tal hace: Hamlet lo reprueba. ¿Quién lo hace, pues? Su locura; y si ello es así, Hamlet pertenece a la parte ofendida, siendo su locura el enemigo del pobre Hamlet.”

El juego **¡Lárgate, tía!**, de Hamlet cobra un carácter salvaje cuando se vuelve contra Ofelia y trata de destruir la relación que antes valoraba tanto: (III, i). H: “...Yo te quise una vez.” O: “Eso es, mi Señor, lo que me hicisteis creer.” H: “No me debías haber creído...No te quería... vete a un convento. ¿Por qué habrías de ser madre de pecadores?”

La misma escena verifica también su **Posición**: Tú no estás bien. Incluso Ofelia, la vir-

gen sin tacha, recibe una calificación “No estás bien.” Más aún, Hamlet no la deja ir simplemente con el estallido “No te quiero”. Aumenta su ataque añadiendo: “Andáis dando saltitos, os contoneáis, habláis ceceando, y motejáis a todo ser viviente, haciendo pasar vuestra liviandad por candidez. ¡vete, ya estoy harto de esto; eso es lo que me ha vuelto loco!”. Ahora la ha convertido en una lasciva. La echa la culpa de haberle vuelto loco. Muy claramente, **El Héroe Mítico** de Hamlet era su padre, Rey de Dinamarca, un héroe nacional y un ser superior. Esto contribuye a la posición de “No estoy bien” del Príncipe debido a que es un hombre menor que su padre y lo sabe. Este conocimiento crece periódicamente y sacude la confianza que en sí mismo tiene Hamlet, amenazando a su Niño, volviéndole indeciso, débil de voluntad, incapaz de concebir que pueda ser un hombre como el gran Rey. De ahí el plan de Hamlet de abandonar Dinamarca y volver al colegio en Wittenberg; aceptar el destierro a Inglaterra equivale a una huida.

**El requerimiento paterno** se revela por la conducta de Hamlet y sus actitudes entre líneas. En el primer intercambio entre hijo y madre son claves las líneas siguientes:

Reina: “No dejes que tu padre pierda sus oraciones, Hamlet. Te ruego, permanece con nosotros; no vayas a Wittenberg.”

Hamlet: “Haré todo por obedecerte, madre”.

El mandato parecer ser “No te hagas mayor”, dando a entender “No te hagas un hombre, sigue siendo mi tierno muchacho, estate a mi lado para siempre”, actitudes que la Reina exhibe repetidamente conforme la obra avanza, actitudes a las que Hamlet responde, como hace aquí, con el Niño al mando, según es su costumbre con su madre.

Tenemos fuertes razones para sospechar que el **Programa** que su padre estableció fue: “No caigas herido en la batalla; déjame que pelee yo por ti”; al parecer, esta situación prevaleció cuando el Rey y Dinamarca estaban en guerra con Noruega. Tal programa, por supuesto, le habría permitido a Hamlet una amplia oportunidad para estar horas extra al lado de su madre, animando



al Estado dominante del Ego a que siguiese siendo el Niño, una condición que la madre debe haber explotado continuamente hasta incluir la edad actual del príncipe, 27-28.

Los “rackets” de Hamlet son muchos, no uno. Incluyen inadecuación, miedo, culpa, ira y daño. En cuanto a los **cupones**, está siempre buscando cupones de inadecuación y de culpa y cuando se enfrenta a su madre u Ofelia, trabaja duro para coleccionar cupones de ira roja. Cupones de daño, como los recogidos cuando está temblando herido y avergonzado ante el fantasma de su padre aumentan frecuentemente con los ganados en el autorrebajamiento masoquista, ejemplificados por el soliloquio de “Ahora estoy sólo.”

Su **Camiseta** dice por delante “Soy débil, compadecedme”; en la espalda podemos leer “Dáme una patada”.

El **Final trágico** de Hamlet es el suicidio. Si sus padres hubieran podido traerle a una

terapia de AT, la **Antítesis** hubiera sido “No te mates”.

Además, el terapeuta ciertamente hubiera intentado “enganchar” al Adulto para conseguir que el Niño estuviera de su parte y tranquilizarle para que el Niño le permitiera hablar al Adulto, como Berne aconseja cuando discute el tratamiento que hay que seguir con los esquizofrénicos en *Introducción al Tratamiento de Grupo*. La tarea del terapeuta no habría sido fácil, puesto que el Adulto de Hamlet estaba fuera de servicio casi todo el tiempo, permaneciendo en el puesto de mando el confuso Niño casi todo el tiempo y el requerimiento paterno (“No crezcas”) tan poderosamente operativo que habría que trabajar con muchas capas de material regresivo antes que el Adulto de Hamlet pudiera empezar a funcionar sin estar contaminado por el Niño confuso.

## PUBLICIDAD DE CONGRESOS

### JORNADAS HISPANO EUROPEAS DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL INTEGRANDO LAS DIFERENCIAS PARA COOPERAR 9 Y 10 MARZO 2007 - MADRID

EATA

European Association of Transactional Analysis

#### VIERNES 9 MARZO 2007

##### Mañana

- 09.00.–Sesión en Plenario: Bienvenidas.
- 09.05.–Presentaciones, “¿Por qué estamos aquí?”. Presentaciones de la Ejecutiva de EATA.
- 09.20.–Qué es el AT, la organización asociativa del AT y La formación y certificación en AT.
- 10.00.–Reestructuración en grupos. Grupo 1: Psicoterapia y Counselling. Grupo 2: Organizaciones y Educación.
- 10.15.–Cómo se está aplicando el AT en las diferentes áreas. Ejemplos prácticos. Un ejercicio (al menos).
- 12.00.–COMIDA (Todos juntos).
- 13.00.–Presentación de un caso exitoso de cambio/desarrollo. Preguntas y respuestas.
- 14.00.–Reunión de todo el grupo en sesión plenaria
  - ¿Cuál fue nuestra experiencia? Informe de cada grupo por portavoz.
  - ¿Qué obtendremos como miembros?
  - ¿Deseamos recibir información en el futuro? ¿Ser miembro?
- 14.00.–Cierre de la sesión y adioses.

##### Facilitadores

**Adrianne Lee:** Presidenta EATA, TSTA por EATA-ITAA. Codirectora The Berne Institute, Nottingham, UK.

**M<sup>a</sup> Teresa Tosi:** Presidenta electa y Vicepresidenta EATA, TSTA por EATA-ITAA. Docente en IRPIR (Instituto Investigación Procesos Intrapsíquicos y Relacionales) y en Escuela Especialización en Psicoterapia de Universidad Salesiana. Roma.

**Kåre Kristiansen,** PTSTA-O por EATA-ITAA. Consultor de empresas en Noruega y Suecia.

**Mario C. Salvador.** Delegado por España en EATA. Miembro comite de publicaciones y de traducciones, así como de la Task Force de Desarrollo del AT.

15.00.–FIN DE LA JORNADA EUROPEA.

##### Tarde

16.30.–TALLER. El Modelo del Proceso de la Comunicación (PCM) de Tai-bi Kahler:

PCM es un modelo desarrollado a partir de los conceptos básicos del análisis transaccional de cómo establecer el contacto, emplear las transacciones adecuadas y reconocer específicamente las necesidades psicológicas de cada persona en función de su personalidad (la motivación de las necesi-

dades psicológicas). Además, facilita la secuencia del guión de cada tipo.

**Mario Salvador.** CTA-P por EATA-ITAA; Trainer de PCM y PTM (Process Communication Model); director de Alecés, Instituto de Desarrollo Humano.

16.00.—SIMULTÁNEO AL TALLER: Reunión de Junta de EATA con los presidentes de las Asociaciones españolas de AT. (ATA, APHAT, AESPAT, ACAT, APHICE).

20.00.—Cena de la Junta de EATA con los Presidentes de las Asociaciones de AT.

## SÁBADO 10 MARZO 2007

(TALLERES SIMULTÁNEOS 9-13.30 Hs.)

### Área Comunicación/periodismo:

#### TALLER: El AT en Tiempos de Crisis (Manejo y Resolución de Conflictos).

**Jesús Cuadra.** TSTA-P por EATA-ITAA, Presidente de ATA. Dirige el Gabinete de Análisis Transaccional de Zaragoza.

### Área Empresas:

#### TALLER: Fuga de Talento: ¿Por qué se desmotivan los empleados?: La perspectiva de los contratos, expectativas y reconocimiento desde el Análisis Transaccional.

En este taller identificaremos, a través de algunos instrumentos del AT, la relación entre el reconocimiento y la motivación, las leyes que rigen la entrega de reconocimiento, tipos de reconocimiento, contratos de cambio. Construiremos un modelo de liderazgo que nos ayude tanto a mantener y aumentar la motivación en las empresas, como a retener el talento dentro de las mismas.

**Matti Hemmi.** Director Gerente de empresa de ingeniería desde hace 14 años. Consultor y formador en Pensamiento Creativo e Innovación y en el desarrollo de organizaciones a través del ATI, Facilitador Acreditado en MBTI e Instructor Certificado en Pensamiento Paralelo por Edward de Bono Thinking Systems.

### Área Educación:

#### TALLER: El Reto Socioeducativo de la Educación Intercultural y el Análisis Transaccional a través del cine.

##### Objetivos:

1. Conocer la educación intercultural como paradigma emergente de comunicación.
2. Conocer el AT como teoría de comunicación.
3. Presentar el cine como forma de comunicarse directamente las personas.
4. Relacionar los tres ámbitos para formarnos en el nuevo reto socioeducativo intercultural.

**Rafael Sáez Alonso,** Doctor en Ciencias de la Educación. Profesor titular en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid.

Sus líneas de especialización e investigación se han centrado en las áreas de docencia propias del área de conocimiento de Teoría e Historia de la Educación, pudiendo resumirlas en los siguientes descriptores: Educación, Cultura y Comunicación. Sus escritos versan sobre la investigación educativa, la intervención transaccional socioeducativa y la educación intercultural publicados en revistas nacionales y extranjeras con prestigio científico. Entre sus publicaciones relacionadas con el taller podemos señalar: *Los juegos psicológicos según el Análisis Transaccional. Dos no juegan si uno no quiere* (2001). Madrid: CCS. ISBN: 84-8316-401-9. *Vivir interculturalmente: Aprender un nuevo estilo de vida* (2006). Madrid: CCS. ISBN: 84-9842-013-5.

### Área Psicoterapia y Counselling

#### TALLER I: Aspectos Inter-subjetivos de la Transferencia y la Contratransferencia en el Tratamiento del Guión.

Berne (1957, 1961, 1972) con el "Guión de vida" puso en relación de forma inextricable las dinámicas intrapsíquica e interpersonal, dos vertientes que están en la base de dos grandes avenidas de la psicoterapia. Todo lo que ocurre en la relación terapéutica depende de las creencias y sentimientos

de guión de cliente y el terapeuta (Erskine, 2002; Stolorow, 1997), siendo el afecto el principal organizador de la vida relacional.

**José Manuel Martínez Rodríguez.** Psiquiatra, Jefe del Servicio de Asistencia Psiquiátrica de la Gerencia Regional de Salud de Castilla y León. PTSTA-P por ITAA-EATA. Ex-presidente de la Asociación de Profesionales de Psicología Humanista y Análisis Transaccional (APPHAT).

## **TALLER II. La Depresión: Diagnóstico y estrategia Terapéutica desde el AT.**

El Taller presentará la psicodinámica de la depresión desde el punto de vista del AT. El facilitador enfocará el diagnóstico en relación con los elementos más relevantes de la teoría analítico-transaccional e identificará las tres fases sucesivas del tratamiento con los diferentes pasos terapéuticos específicos de cada una. Organizará taller con presentaciones teóricas y discusiones de casos.

**Marzo Mazzetti,** médico psiquiatra, es TSTA-P por Eata-Itaa y Presidente de la Comisión de Certificación (COC) de EATA. Es Profesor en la Facultad de Medicina de la Universidad de Brescia, Italia. Trabaja en Milano, Italia.

## **OBJETIVOS**

- Estimular la integración de los simpatizantes españoles del Análisis Transac-

cional y fomentar la cooperación y la difusión del AT en ESPAÑA.

- Acercar las instituciones europeas EATA a las asociaciones españolas de Análisis Transaccional para conocer las líneas de acción de EATA y los recursos organizativos.

## **Comité Organizador**

*Mario C. Salvador.* Delegado español para EATA

*Jesús Cuadra.* Presidente de ATA

*Rafael Sáez.* Presidente de AESPAT

## **INSCRIPCIÓN**

**Precio: 40 €**

**Ingresar en CC.** de ATA

(Asociación de Análisis Transaccional):

2086 0011 48 3300425613

Caja de Ahorros de la Inmaculada.

## **Información e Inscripciones:**

Mario Salvador Fernández

Teléfonos: 982 28 02 11 ó 669 40 80 69

## **LUGAR CELEBRACIÓN**

**Facultad de Ciencias de la Información,** de la Universidad Complutense de Madrid.

# INTERNATIONAL CONGRESS OF TRANSACTIONAL ANALYSIS

## ERIC BERNE, 1910-2010

FRANCISCO MASSÓ CANTARERO

### “FOR INTEGRATION, TO AUTONOMY”

#### Aims:

- 1.—To pay tribute to Eric Berne in the centenary of his birth.
- 2.—To harmonize the transactional paradigm: object of study, methodology and defining concepts.
- 3.—Augment the synergy among private, national and international associations, and public institutions.
- 4.—Expand interest in research on TA.

#### Definition of the congress:

The congress is a project that should help shape the identity of Transactional Analysis, with all its singular characteristics, as an Introductory letter from Francisco Massó Cantarero, Madrid, Spain.

Dear Friends:

In my acceptance speech for the Steiner Award presented to me by ACAT (Asociación Catalana de Análisis Transaccional) this summer in Barcelona, I had the audacity to propose the celebration of a congress in honor of Eric Berne, in anticipation of the centenary of his birth, just four years from now.

It's always preferable to celebrate a birth rather than a death, especially if there's need for another renaissance, as I believe there is now.

My proposal can only be understood in light of the fondness and respect I have for the figure of Eric Berne, who through his work managed to transcend himself, per-

haps despite himself, or without really aspiring to do so. In presenting this proposal I'd like to make clear that I have no need for notoriety or the promotion of my practice. As 2010 is the year before my retirement (well-deserved, I can't help feeling at this point) there would be little opportunity for gain at any rate.

The attached draft arose from a combination of my own musings and five obligatory visits to Euroforum Infantes in El Escorial, a beautiful and historic town just outside Madrid, where I went to listen to the wing-beat of the *soul's butterflies*, as the Nobel laureate, physician and neuroscientist Ramón y Cajal called the pyramidal neurons.

I say *draft* because the entire document is highly provisional, especially if no entity with legal sovereignty takes up the proposal and officially launches it.

My wish is that the local TA associations (AESPAT, ATA and ACAT) adopt it, and bring on board the international ones (ITAA, EATA, and ALAT) with the aim of creating a synergy to foment the greatest degree of collaboration possible.

The next step would be to constitute Organizational and Scientific committees, according to the attached plan, or any other among the few alternatives; it's not like we had a lot of resources. Following that, each person would work according to their creative impulses, personal criteria and sense of responsibility.

I didn't propose myself for any post, but I'm at the disposition of the Organizing Committee to assume any task they might assign me and for which I consider myself competent.

Though by no means the first to personally approve the plan, Dr. Junchaya, current president of ALAT, with whom I'm in regular contact, is certainly a significant adherent. He assured me of his intention to solicit the support of ALAT during the proceedings of the association's congress, in Salvador de Bahia, Brazil, in September.

It's planting time, and numerous other ideas and proposals can be advanced, if we want to create a congress that's effective, distinct, and revitalizing.

I'm sending this letter and proposal to everyone who appears in it, and whose address I have. I think candor is one of the necessary conditions for synergy.

Let's hope that the seed takes root, and that we manage to get the project off the ground, consolidating Eric Berne's vision, to which I think we all owe a debt, a happy and fortunate one, but a debt nonetheless.

My sincerest thanks to all my friends. I hope you're all well!



## NOVEDADES BIBLIOGRÁFICAS

### ANÁLISIS TRANSACCIONAL EN PSICOTERAPIA. ORIGINAL: TRANSACTIONAL ANALYSIS IN PSYCHOTHERAPY. BRILLANTINE BOOKS – NEW YORK. 1961.

**Autor:** Eric Berne.

**Traductor:** Julio Vacarezza.

**Editorial:** Psique. Buenos Aires.

**Año de publicación:** Del original, el 1961. De la traducción, el 1981.

**Nº de páginas:** 285.

**Encuadernación:** Rústica.

### ANÁLISIS

**Palabras clave:** *Estructura, personalidad, psicopatología, trato social, juegos, guiones, relaciones, psicoterapia, Análisis Transaccional, fenomenología.*

**Biografía del autor:** Eric Berne, a lo largo de una vida de labor intelectual y práctica –murió en 1970– sentó las bases de un sistema terapéutico, cuya síntesis podemos encontrar en la presente obra. Es el primero de sus trabajos serio y profundo de su labor como terapeuta. Otros libros le siguen y complementan, como *Juegos en que participamos*, de 1964, e *Introducción al Tratamiento de Grupo*, de 1965, que tuvieron una amplia acogida y fueron estudiados y comentados por especialistas de la psiquiatría y de la psicología.

**Fuentes bibliográficas.** La obra incluye notables referencias a diferentes autores y pone de manifiesto el amplio grado de cultura de su autor. Entre otras referencias podemos hacer mención de: Penfield, Moreno, Spitz, Balzac, Stendhal, Piaget, Kierkegaard.

**Descripción de la obra.** Este trabajo que comentamos consta de 4 partes, en las que se incluyen un total de 20 capítulos, seguidos de un Apéndice, entre los que podemos encontrar adelantada toda la teoría global del Análisis Transaccional de Berne. Lo esencial del libro hace referencia a explicaciones sobre: análisis de la estructura de la personalidad, análisis de transacciones, análisis de juegos, terapia de grupo y la explicación de la formación de la matriz del Guión de vida.

**Método y estilo.** El estilo berniano, no exento de humor, está escrito de forma clara, con una metodología muy didáctica, que va ilustrando los temas con abundancia de casos clínicos. Su lectura es fácil y amena, asequible incluso para los no iniciados, debido a que su lenguaje rehuye todo exceso de erudición especializada y jerga psicoterapéutica.

**Resumen.** Berne trata de dar en obra una visión general de su nueva línea terapéutica, tal como lo expone en el Cap. I, 93 “Consideraciones generales”, de la siguiente manera: “El Análisis Transaccional ofrece una teoría sistemática, consistente en la dinámica de la personalidad social, derivada de experiencias clínicas, y una forma de terapia activa y racional que, siendo adaptable y comprensible, es apropiada para la gran mayoría de pacientes psiquiátricos”. Esta línea teórica tiene su fundamento epistemológico en la Fenomenología, tal como lo expresa el propio autor en las dos primera líneas de la Introducción: 93Fenomenológicamente, un estado del ego se puede describir como un sistema coherente de sentimientos relacionados a un sujeto dado.”

## JUICIO CRITICO

Consideramos que esta obra *Análisis Transaccional en Psicoterapia* representa un estudio fundamental para los futuros terapeutas de Guiones de vida, a destacar la tercera parte del libro, que incluye un detenido estudio de las psicosis funcionales y las neurosis. Hemos de referirnos, además, al Cap. XVIII, con el título de “Terapia de matrimonios”, que anticipa otra obra posterior de nuestro autor, nos estamos refiriendo a *Hacer el amor*, finalizada en Abril de 1970, muriendo poco después, en 15 de Julio del mismo año. Libro de obligada lectura.

**Dr. Josep Lluís Camino Roca**

Presidente de ACAT (Associació Catalana d'Anàlisi Transaccional)

## ERIC BERNE, TEÓRICO DE LA COMUNICACIÓN

**Editor:** VALBUENA DE LA FUENTE, Felicísimo.  
**Madrid, EDIPO. Fundación General de la Universidad  
 Complutense, 2006.**  
**Nº de páginas:** 383.  
**Precio:** 15 €

**Para solicitar ejemplares contra reembolso,  
 escribir a [permesso@permesso.es](mailto:permesso@permesso.es)**



## ANÁLISIS

El público hispanohablante estaba reclamando, desde hace mucho tiempo, que autores hispanohablantes actualizaran el sistema de Eric Berne para adaptarlo a las diversas oleadas de curiosidad, afición o entusiasmo que viene causando en países muy diferentes. Alemania, Rusia, Brasil y otros países están tomando la antorcha. ¿Por qué no España, sobre todo si tenemos en cuenta que Terry Berne, el hijo que más se está preocupando por el legado de su padre, vive en Madrid, España?

Este libro nace de un Curso-Congreso que la Universidad Complutense, en su Ciclo de la Comunicación, organizó para conmemorar el 35 aniversario de la muerte de Eric Berne. El título fue *Eric Berne, 35 años después. Sus aportaciones al campo de la comunicación*. En este Curso participaron casi todos los especialistas españoles en Eric Berne. Ahora, sale este libro no sólo con las ponencias de aquel Curso, sino con otras aportaciones que completan el panorama.

Está dividido en tres partes. En la primera, diversos autores se ocupan de la Vida y Sistema de Eric Berne: Francisco Massó, Rafael Sáez Alonso, Eva Aladro, José María Jiménez, José Luis Martorell, Gustavo Bueno, Jordi Oller, José Zurita y Jesús Cuadra. La Segunda Parte está dedicada a Aplicaciones del Sistema de Eric Berne a algunos campos de la actividad humana y contribuyen con sus teorías y experiencias José María Román, Pablo Pascual, Elena García, Antonio Ares, Rafael Sáez y Vanessa Sáiz. La Tercera Parte acoge la Discusión filosófica sobre el Análisis Transaccional.

Intercambian sus puntos de vista Francisco Massó, José Luis Camino y Gustavo Bueno.

Una entrevista con Terry Berne, hijo de Eric, remata el contenido del libro.

## VIVIR INTERCULTURALMENTE: APRENDER UN NUEVO ESTILO DE VIDA

**Autor:** Rafael Sáez Alonso

**Editorial:** CCS

**Año de publicación:** 2006

**Nº de páginas:** 152.



**Biografía del autor:** Rafael Sáez Alonso, de Nájera (La Rioja), es doctor en Ciencias de la Educación y actualmente profesor titular en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid. Sus escritos e investigaciones se ocupan de la metodología de la investigación educativa, la gestión de calidad, la intervención transaccional socioeducativa y la educación intercultural. En esta editorial ha publicado *Los juegos psicológicos según el Análisis Transaccional*.

### ANÁLISIS

Este libro quiere ser un manifiesto educativo sobre el desafío de vivir interculturalmente que tiene planteada la sociedad actual, globalizada en lo económico y en lo humano.

Las cuestiones planteadas afectan y preocupan a todos. La naturaleza de la población, consecuencia de los procesos migratorios, está cambiando la sociedad. En consecuencia, la educación intercultural no sólo es un menester de la escuela, sino de la sociedad entera, de los ciudadanos, los políticos, los empresarios, los intelectuales y la opinión pública en general.

Las reflexiones de este libro sólo quieren servir para pensar sobre la realidad del mundo, sobre hechos y personas reales de forma rigurosa, sugerente y clara.

---

### ¿QUÉ DICE USTED DESPUÉS DE DECIR HOLA?

**ORIGINAL: WHAT DO YOU SAY AFTER YOU SAY HELLO? GROVE PRESS, 1971**

**Autor:** Eric Berne.

**Traductora:** Neri Daurella.

**Editorial:** Primera edición en español: Editorial Grijalbo, 1974. En 1997 alcanzó las 21 reimpresiones. El Grupo Random House Mondadori lo reeditó en 2002.

**Nº de páginas:** 490.

**Encuadernación:** Rústica.

### ANÁLISIS

**Palabras clave:** *Análisis Transaccional, Estados del Ego, Transacciones, Juegos, Guión de Vida, Materiales del Guión, Programación, Permiso, Aproximaciones Científicas a la Teoría del Guión.*

**Biografía del autor:** Eric Berne nació en Canadá en 1910. Estudió en la Universidad McGill de Montreal, donde se graduó en Psiquiatría. Después, se trasladó a los Estados Unidos, para ejercer como psiquiatra. Creó el sistema llamado Análisis Transaccional y escribió varios libros que tuvieron muchas ediciones, por el favor que le otorgaron millones de lectores, sobre todo *Juegos en que participamos*, que estuvo durante más de un año en la lista de los libros más vendidos (Tuvieron que pasar treinta años para que ocurriese un fenómeno parecido. Nos referimos a *Inteligencia Emocional*, de Daniel Goleman). Cuando estaba corrigiendo las galeras de su última obra, precisamente la que ahora reseñamos, murió de un ataque al corazón el 15 de julio de 1970. Tenía sesenta años.

El Análisis Transaccional constituye un armazón conceptual que ha servido para formar a millones de personas en empresas y centros educativos, además de constituir una importante escuela de Psicoterapia individual y de grupo. Precisamente este éxito social ha podido constituir uno de sus principales inconvenientes, porque algunos académicos han llegado a atacarlo como simplista y como una corriente que estuvo de moda y que ahora ya ha pasado. Otros piensan que las críticas contra el Análisis Transaccional vienen motivadas por el gran éxito que tuvieron Berne y sus seguidores y que, adoptando esta perspectiva, es fácil identificar las inconsistencias de los críticos.

Ahora asistimos a un renovado interés por el Análisis Transaccional (AT): Alemania, Rusia, Brasil... y España, entre otros muchos países. Quizá el interés surge de algo tan difícil de ver en otras Escuelas como son los debates que los propios transaccionalistas mantienen para refinar y aquilatar sus conceptos. Este aspecto proviene de Eric Berne que, en la obra que comentamos, se ocupó a fondo de problemas teóricos y metodológicos.

**Fuentes bibliográficas.** Eric Berne demostró que tenía una vasta y profunda formación en varios campos, además del suyo. Le atraían mucho las Matemáticas y la Literatura. Lo notamos en todas sus obras, porque sabe ilustrar con pasajes literarios los puntos más importantes de su teoría, reforzando así la práctica de la Psicoterapia. Como muestra de esta afirmación, sólo hace falta leer su artículo «The Mythology of dark and fair: psychiatric use of folklore», *Journal of American Folklore*, volumen 72, Philadelphia, 1959, un modelo de cómo escribir un artículo científico. En *¿Qué dice usted...?*, encontramos citadas las obras fundamentales de la Psicología publicadas hasta entonces, aunque con una preferencia por Adler, Jung y Erikson. También, obras clásicas de la Literatura —trágicos griegos, Shakespeare, Cuentos de Hadas, Poe, Sinclair Lewis y muchos otros.

**Descripción de la obra.** La obra consta de cinco partes. En la Primera —Consideraciones Generales, Capítulos 1 y 2— Berne expone su concepción de la vida, que él encuadra entre un “Hola” y un “Adiós”. «Lo que ocurre en medio entra en el ámbito de una teoría específica de la personalidad y de la dinámica de grupo, que es también un método terapéutico, conocido por el nombre de Análisis Transaccional. Para apreciar lo que viene a continuación, primero es necesario entender los principios de este método». (La traducción de la obra deja que desear. Sobre todo, porque la autora denomina “análisis conciliatorio” a lo que los estudiosos llaman Análisis Transaccional).

El Capítulo 2 le sirve para exponer los principios de sus cuatro análisis: Estructural, Transaccional propiamente dicho, de Juegos y de Guiones. También, de forma abreviada, puesto que ya lo ha expuesto en otros libros anteriores, expone su idea sobre cómo las personas estructuran su tiempo: Soledad o Apartamiento, Rituales, Pasatiempos, Actividades, Juegos e Intimidad.

Berne dedica la Segunda Parte a la Programación Paterna —Capítulos 3 al 10—. En el 3 —El destino humano— destaca las interpretaciones que Berne hace de los cuentos de Caperucita Roja y de la Bella Durmiente. Así es como establece la guía conductora de este libro: Los cuentos y las obras literarias presentan trayectorias de miles y de millones de personas reales. Lo importante es dar con el sentido y dirección de cada destino.

Para buscar ese sentido, Berne se adentra en las Influencias Prenatales —Capítulo 4—. Inmediatamente advertimos que Berne ha recogido el testigo de otros psiquiatras y psicólogos y lo ha pasado a otros profesionales, imprimiendo su huella, que algunos no reconocen, pero que son

muy fáciles de advertir. Hay estudiosos de Berne que se han propuesto manifestar, en artículos y publicaciones, las influencias de Berne en tendencias ahora triunfantes y que sus autores no quieren reconocer. Es decir, quieren emitir, sobre éstos, un dictamen parecido al que Ortega y Gasset dio sobre Descartes: Inició la sinfonía de la filosofía moderna, pero se cuidó muy bien de esconder la partitura, para que no identificasen las influencias decisivas de otros filósofos sobre su sistema.

Partiendo de los pronombres, su dirección positiva o negativa y los predicados, Berne identifica las posiciones vitales, un constructo muy útil para distinguir los triunfadores de los fracasados –Capítulo 5–. En la combinación de pronombres y predicados advertimos la afición de Berne a las Matemáticas, como también lo ha demostrado al calcular las transacciones en el Capítulo 2.

Para comprobar cuántos niveles podemos observar en las palabras de las personas, Berne lleva a cabo una hermenéutica, llena de humor, porque éste es uno de los rasgos inconfundibles de Berne. Nuestra convicción es que su educación judía le ha facilitado mucho captar esos cinco niveles que él distingue. “Marciano” es el adjetivo que Berne emplea para denominar a quien es capaz de ver los hechos humanos desde una perspectiva original, llena de creatividad –Capítulo 6.

El Mecanismo del Guión –Capítulo 7– nos parece una parte fundamental del libro. Identifica tres mandos del Guión: Saldo, Requerimiento y Provocación o Seducción y cuatro elementos que sirven para combatirlos: Prescripción, Patrones Paternales, Impulsos juguetones o Demonio y Liberación interna. Son las claves para interpretar la vida de muchas personas, que Berne estructura en un esquema dinámico.

Después, Berne retoma el hilo de las etapas de la vida humana y va interpretando los diferentes aspectos que surgen en la Segunda Infancia, en la Adolescencia, la Madurez y la Muerte. Son tres Capítulos –del 8 al 10–, que forman una red conceptual de grandes posibilidades para analizar vidas reales y personajes de ficción.

La Segunda Parte se titula “El Guión en Acción”. En ella se ocupa de los tipos de Guiones, del tiempo del guión y del sexo en los Guiones. En pocas obras encontramos tantas ideas tan concentradas y tan movilizadoras del interés por investigar. En los Capítulos 12 y 13, Berne analiza una serie de Guiones, algunos de personajes literarios –Sísifo, Cenicienta...– y reales –Freud, Florence Nightingale, entre otros.

El autor dedica los dos últimos capítulos de esta Segunda parte –14 y 15– a responder a dos preguntas: ¿Cómo es posible el Guión y cómo se transmite? Ahí expone su teoría del Rostro Plástico y del Yo Móvil, en la que podemos enmarcar muchas investigaciones sobre Comunicación No Verbal. Y es que el gran cambio de Berne respecto de otros psiquiatras y psicólogos es que ofreció un panorama desde la Comunicación y desde la Cibernética. Con lo cual, ofrece muchas posibilidades para interpretar la Sociedad de la Información y del Conocimiento.

En cuanto a la transmisión, Berne se vale de la matriz del Guión que elaboró Claude Steiner, su principal discípulo (que, por cierto, vivió en Madrid desde 1945 a 1953 y habla perfectamente el español, lo que le facilitó expandir el AT en diferentes Congresos celebrados en Hispanoamérica). Berne profundiza en la transmisión cultural del Guión, aunque demuestra que posee un concepto claro de “cultura”, y no ese concepto confuso que muchos utilizan sin la menor preocupación teórica.

La Cuarta Parte –“El Guión en la Práctica Clínica”– abarca de los capítulos 16 al 20. Distingue entre diferentes tipos de terapeutas. Donde Berne despliega su originalidad, inmune al paso del tiempo, es cuando se ocupa de los “indicios del guión”. Más concretamente, el Capítulo 17 es, quizá, lo más completo que hemos leído sobre Comunicación No Verbal.

También resulta original el Capítulo 18 –El guión en el tratamiento–, porque Berne se plantea no sólo el guión del paciente, sino el del terapeuta. Berne siempre sostuvo que el AT aspiraba a “curar”, no sólo a “hacer progresos”.

Por sí el libro suena demasiado a Psicoterapia en algunas ocasiones, Berne dedica el Capítulo 19 a la Intervención decisiva, es decir, al Permiso. Es una operación que pueden aplicar los edu-



cadores, los trabajadores sociales, los profesionales del “coaching” y muchos otros. Finalmente, en la Quinta Parte Berne se enfrenta con las “Aproximaciones científicas a la Teoría del Guión”.

**Método y Estilo.** En el Capítulo 21 presenta las Objeciones a la Teoría del Guión: espirituales, filosóficas, racionales, doctrinales, empíricas, desarrollistas y clínicas. Lo cual nos obliga a preguntarnos cuántos autores emplean este Método de enfrentarse autocriticamente a sus aportaciones, suscitar las objeciones y responderlas. Por eso, las ideas propias que un autor no somete a crítica acaban por resultar blandas e inconsistentes, cuando no falsas, en muchos casos. Sin embargo, las ideas que un autor somete a crítica ofrecen mayor consistencia. Sobre todo, si como hace Berne, dedica un Capítulo entero —el 21— a los Problemas Metodológicos. Expone la red conceptual y se adentra en los datos aleatorios e indiscutibles.

Finalmente, el autor ofrece una “cheklist” o “lista de comprobación del guión”, que ofrece posibilidades muy diversas: no sólo en el campo de la Psicoterapia sino en otro tan actual como el de los personajes de ficción en novelas y películas.

Seríamos injustos si no resaltásemos que Berne, además de su gran erudición, muestra un estilo potente, a la altura de los mejores escritos. Véase cómo comienza la Introducción: «¿Qué dice usted después de decir hola? Esta pregunta pueril, aparentemente tan tonta y falta de la profundidad que es de esperar en una investigación científica, en realidad contiene en sí misma todas las cuestiones básicas de la vida humana y todos los problemas fundamentales de las ciencias sociales. Es la pregunta que los niños se hacen a sí mismos, para aprender luego a aceptar respuestas falseadas, la pregunta que los adolescentes se hacen unos a otros y plantean a sus consejeros, la pregunta que las personas mayores eluden aceptando las preguntas falseadas de sus superiores, y la pregunta sobre la que escribieron libros los sabios filósofos antiguos sin llegar a encontrar la respuesta. Contiene la pregunta fundamental de la psicología social —¿Por qué las personas hablan unas con otras?— y la cuestión fundamental de la psiquiatría social —¿Por qué a las personas les gusta agradar?—. Su respuesta es la respuesta a las cuestiones planteadas por los cuatro Jines del Apocalipsis: guerra o paz, hambre o abundancia, peste o salud, muerte o vida. No es de extrañar que pocas personas encuentren la respuesta durante su vida, pues la mayoría pasan la vida sin encontrar siquiera la respuesta a la pregunta que la precede: ¿Cómo dice usted “hola”?

**Resumen.** Un Guión es un plan de vida basado en una decisión tomada en la infancia, reforzado por los padres, justificado por acontecimientos subsiguientes, y que culmina en una alternativa elegida. Berne tituló su última obra como “La Psicología del destino humano”. En 23 Capítulos, Berne indica cómo son esos planes de vida y cómo pueden combinarse para llegar a determinados desenlaces. Puede haber triunfadores, no-triunfadores y fracasados. Sin embargo, Berne es mucho más sutil y combina esos desenlaces. Efectivamente, puede haber personas beneficiosas para sí mismas, pero perjudiciales para la sociedad; desgraciadas en su vida personal, pero muy beneficiosas para la sociedad; beneficiosas para sí mismas y para los demás y perjudiciales para sí mismas y para los demás. Lo que hace Berne, aunque él no lo diga, es actuar como los grandes constructores de guiones en la historia del cine: lo primero que les preocupa era cómo iba a terminar la película y, partiendo de ahí, construían hacia atrás. El estudio de Berne ilustra cómo muchas personas llegan a su desenlace y abre las posibilidades para que se salgan de los cauces de un guión destructivo o que otra persona, con potencia y protección, les de permiso para cambiar, pensar, hacer las cosas bien y vivir.

**Juicio crítico.** Nos encontramos ante una obra que ha tenido y sigue teniendo una gran influencia en los transaccionalistas, que han publicado varios libros sobre la Teoría del Guión. También ha dado origen a muchos artículos, publicados fundamentalmente en el *Transactional Analysis Journal* (TAJ), que sigue publicándose trimestralmente y con todas las garantías de las revistas más exigentes. Berne era muy exigente cuando de escribir se trataba. En su libro *Introducción al Tratamiento de Grupo*, dedicó todo un Capítulo a «Investigar y Publicar». Al aplicárselo a sí mismo, comprobamos la solidez de su red conceptual, la elegancia del estilo y el gran sentido del



humor que aparece en algunas de sus páginas. Al adoptar una perspectiva comunicativa, y no simplemente psicológica, esta obra ha atraído a profesionales de distintos campos de la actividad humana.

El principal desafío al que se enfrenta el Análisis Transaccional en España es lograr que una sola editorial publique todas las obras en una colección, con traducciones muy cuidadas. Nuestra predicción es que públicos muy diversos los acogerán favorablemente.

**Rafael Sáez Alonso**

Facultad de Educación, Madrid

# NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULOS EN LA REVISTA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA

## 1. PRESENTACIÓN DE ARTÍCULOS

- Los artículos, originales o no, se enviarán para ser seleccionados y poder ser publicados a uno de los siguientes E-Mail: [rasaez@edu.ucm.es](mailto:rasaez@edu.ucm.es) [garlla@telefonica.net](mailto:garlla@telefonica.net) [fvalbuen@teleline.es](mailto:fvalbuen@teleline.es) PERO PONIENTE SIEMPRE EN EL ARTÍCULO LA **DIRECCIÓN POSTAL**, EL **Nº DEL TELÉF.** Y EL **CORREO ELECTRÓNICO** PARA PODER CONTACTAR.
- Todos los artículos, originales o no, llevarán, después del Título y autor, un **RESUMEN (de 6-8 líneas)** y las **Palabras Clave (3-5)** seguido de su traducción al inglés: **ABSTRACT y Key Words**.
- La *extensión del artículo*, debidamente paginado, no excederá de 30 páginas aproximadamente.
- Al final del artículo se colocarán, si el autor quiere y de cara a los lectores, *el correo electrónico, la página Web, y/o el teléfono del autor*, para que los lectores puedan contactar con él.
- Los responsables de la publicación de la Revista se reservan el **derecho de no aceptar artículos**: cuya orientación no sea la propia de la Revista, cuando la originalidad o calidad del mismo no se considere suficiente, o cuando no pueda relacionarse con los temas monográficos previstos.
- La aceptación de un artículo no supone su publicación inmediata, la cual se hará en el momento adecuado a las necesidades de la Revista, y estará sujeto a las correcciones razonables para una correcta publicación según contenidos y formato.
- La Dirección de la Revista puede no identificarse ni responsabilizarse sobre determinados contenidos del autor del artículo.
- Se valorará que los artículos enviados sean **originales**. Si se trata de “republicar” literalmente artículos, se incluirán los permisos pertinentes del responsable de la editorial de la Revista, si procede, y el nombre del traductor, consignando además el nombre de la Revista, Nº y páginas.

## 2. NIVEL DE CONTENIDOS

Los artículos que sean enviados para su publicación, pueden proceder de *dos tipos de colaboradores* centrados en el Análisis Transaccional y la Psicología Humanista: “científicos” y “Prácticos” de la clínica, educación, comunicación y organización laboral. En todo este campo se ha lamentado por los especialistas la gran separación entre los “investigadores científicos” y los “prácticos”. Quisiéramos que se facilitase la comunicación entre ambos. La Revista pretende integrar a ambos colaboradores en busca de la máxima comunicación a través de la publicación de artículos, de la página Web, y de otras actividades que se vayan organizando en la Asociación Española de Análisis Transaccional –AESPAT–.

- El nivel exigido: a) para los “**científicos**” será de: Trabajos de investigación científica y desarrollo tecnológico; Trabajos de creación e innovación científica; Trabajos con la descripción y análisis del estado de una cuestión; Y otros trabajos científicos; y b) para los “**prácticos**”: Un nivel de trabajo fruto de la observación contrastada con adecuadas conclusiones teórico prácticas para utilidad de los profesionales.

- La dirección de la Revista revisará inicialmente el trabajo recibido y, si tiene las condiciones básicas requeridas, será admitido para la publicación. No se devolverán los originales que serán archivados temporalmente.

### 3. NIVEL DE FORMATO

Todos los artículos para esta Revista, originales o no, deberán atenerse a un formato adecuado, según **las normas de publicación, en general, de la APA (Publication Manual of the American Psychological Association, 1994)**, aceptadas y exigidas universalmente para cualquier publicación de cierta solvencia dentro de este campo.

#### 1. Las citas de autores y de textos

Son algo importante en la redacción de un trabajo serio. La ausencia de citas puede significar ausencia de conocimientos de otros autores contextuales en este campo específico y pobreza de contenidos. Las citas pueden ser para recibir apoyo, clarificación, refutación, etc. Siempre encierran una intencionalidad, y si se hacen acertadamente, son interesantes y dan categoría bibliográfica al que cita.

Existen **varios tipos de citas** con sus normas específicas:

##### 3.1.1. Citas no literales

- Si la cita es de un autor, se mencionará el primer apellido del autor (los dos si se trata del primero muy popular y frecuente) y el año de su publicación separados por una coma y entre paréntesis: **p.e.** La psicoterapia es una actividad intensamente personal (Tyler, 1977); García Fernández, 2005);
- Si se citan dos o más autores de un mismo texto irán entre paréntesis por el orden original separados por una coma, y entre el penúltimo y el último irá una “y” (en textos y autores en inglés irá la &), seguido por la fecha mediante coma: **p.e.** El A.T. es considerado con propiedad un sistema humanista (Núñez, Sáez, Moreno y Ruiz, 2005);
- Si se citan varias obras de autores diferentes, se colocarán no por orden cronológico sino alfabético (del primero, si son varios), y separados por punto y coma: **p.e.** La psicoterapia debe practicarse siempre pensando más en el cliente que en el sistema teórico (Beck & Emery, 1985; García Moreno y Fernández, 2003; Horowitz, 1977, 1979, 1991; Kohut, 1977; Luborsky, 1990); Marcus & Nurius, 2004;
- Cuando son tres o más los autores de un texto, *se deben consignar todos ellos la primera vez*; pero en las siguientes será citado el primero añadiendo *et al.* (en cursiva y con punto): **p.e.** La verdad a veces se oculta por ser difícil de aceptar (Beck, Emery, García Fernández, Horowitz y Ruiz, 2006); (Beck *et al.*, 2006);
- Si se cita la misma obra, pero en distintas ediciones, de un mismo autor se colocarán los años por orden cronológico: **p.e.** La psicoterapia, de una forma u otra, siempre será integradora si se piensa más en el sujeto que en el sistema teórico (Tyler, 1990, 1997, 2003, 2006);
- Tratándose de varias obras de un autor en un *mismo año* se diferenciarán por las letras del abecedario por orden sucesivo, sin dejar espacio: **p.e.** Fernández, 2005a; Fernández, 2005b;
- **Si se citan varias publicaciones (en el idioma original o en sus traducciones) de la misma obra de un autor** es aconsejable resaltar (en negrilla) la fecha de la primera publicación (citada o no en el artículo) seguida de las otras fechas citadas: **p.e.** Berne, E. (**1966**, 1998, 2004). *Principles of group treatment*. New Cork: Grove Press; Berne, E. (**1983**, 1996, 2001). *Introducción al tratamiento en grupo*. Barcelona: Grijalbo;
- Citada una obra con su autor y fecha de su publicación, si después se repite la misma cita ya no hace falta que ésta lleve la fecha, hasta que la distancia de la primera cita sea importante y exija otra vez, por claridad, la cita completa con fecha;

### 3.1.2. Citas literales

- Cuando la cita no tiene más de dos líneas, se integra en el texto entre comillas, anteponiendo la mención del autor, y la fecha entre paréntesis, y situando entre paréntesis el nº de página al final del texto literal precedido de la “p.”: **p.e.** Berne (1983) afirmó que “aquí es dable que el terapeuta tenga que funcionar deliberadamente como Padre, más que como Adulto” (p. 279);
- Si la cita tiene más de tres líneas, el autor y el año entre paréntesis y seguido de “dos puntos”, suelen ir antes de la cita literal, colocando ésta en las líneas siguientes en sangrado (con 5 o 6 espacios) por la izquierda, en letra cursiva y de menor tamaño pero fácilmente legible, y sin entrecomillado, y poniendo al final entre paréntesis el nº de página precedido de “p.”, y de “pp.” si son varias páginas: **p.e.** Según García Moreno (1993):

Se verifica la curación realmente en y por el mismo paciente: que en la posibilidad del cambio anunciado por el curador (...) y significado por el rito, anticipa la curación deseándola, imaginándola y pensándola; que tiende a ejecutarla por “conversión existencial”, “rapport” y “complacencia doctrinal”; y que se verifica a través de mecanismos psicológicos que tienen su base en la fuerza de la sugestión (p.29).

- Si se añade algo que no forma parte del texto citado se colocará *entre corchetes*;
- Si se suprime alguna parte interior del texto citado, esto se indicará poniendo tres puntos sucesivos entre paréntesis, y si es al final, tres puntos sucesivos al término y antes de la cita de páginas.
- Si se quisiera resaltar con negrilla, cursiva, etc. algo del texto citado, *que no aparece en el texto original*, se indicará expresamente antes o después de la cita, como añadido personal del que cita: **p.e.** En el siguiente texto la negrilla, aunque no aparece en el texto original, la coloco para resaltar algo para mí muy importante. Beck (1991) afirma que:

Yo he tratado de superar esto, [se refiere a la integración referida al sistema cognitivo] no siguiendo necesariamente la fusión con otros sistemas (...) y probando modelos conceptuales de terapia cognitiva. Yo espero que el progreso teórico en la terapia cognitiva **provenga sobre todo de investigaciones clínicas y experimentales...** (p. 197).

### 3.1.3. Cita de citas

- Cuando un escritor cita a un autor que a su vez ha citado a otro, al primero se le cita seguido del año precedido de una simple coma, mientras que al segundo se le citará con la fecha entre paréntesis: **p.e.** Valbuena en su artículo dice: Sáez, 2006, refiriéndose a Ruiz (1998) afirma que...

### 3.1.4. Citas de “diccionarios”, “manuales famosos”, y “textos bíblicos” o “antiguos”

- Refiriéndose las citas a **instituciones**, en la primera se menciona el nombre completo y entre paréntesis la sigla, y en las siguientes sólo se indica la sigla: **p.e.** Ministerio de Educación y Ciencia (MEC), 2005; MEC, 2006; American Psychiatric Association (APA), 1995; APA, 1995; Real Academia Española (RAE), 1992; RAE, 2005.
- En las **citas de la Biblia** se hace referencia no a la fecha sino al capítulo y versículo/s del libro citado: Ex 12, 15; Sal 31,2-4; Mt 7, 8-12; Ap 1, 8.17;
- Cuando se cita a algún **autor antiguo**: si no se conoce la fecha, se indicará “s.f.”, pero después en las Referencias Bibliográficas se especificará el autor del que se ha tomado la referencia, y la edición, el traductor, etc. si se conoce., siguiendo las normas habituales.

## 3.2. Figuras y Tablas

Las **Figuras** (ilustración, estampa, grabado, gráfico o fotografía) irán señalizadas **al pie** de las mismas, sin enmarcar con rayado, con la palabra “Figura” seguida del “número” ordinal correspon-

diente (**en negrilla**) y “dos puntos” y a continuación el “texto breve” que describe la figura: **p.e. Figura 1:** Descripción de los estados del yo según E. Berne (1961).

Las **Tablas** (índice de materias, lista o catálogo de cosas ordenadas, cuadro o catálogo de números ordenados para facilitar el cálculo) irán señalizadas **en la cabecera** con la palabra “Tabla” seguida del “número” ordinal correspondiente (en negrilla) y “dos puntos”, siguiendo el texto breve descriptivo de la Tabla: **p.e. Tabla 5:** Mandatos sociales.

**ESTAS FIGURAS Y TABLAS DEBIDAMENTE SEÑALIZADAS E INTEGRADAS EN EL TEXTO SE PRESENTARÁN CON UNA BUENA CALIDAD PARA SER REPRODUCIDAS DIRECTAMENTE EN LA REVISTA.**

### 3.3. Referencias bibliográficas

Las Referencias bibliográficas son algo distinto de la “Bibliografía” de obras *que no están reflejadas en el artículo*. Si se quiere poner “bibliografía” complementariamente a las “Referencias Bibliográficas”, se colocarán después de éstas procurando evitar repeticiones.

Las Referencias Bibliográficas de autores del texto serán exactamente listadas al final del artículo, ateniéndose a **las siguientes normas:**

- En las referencias, todas las líneas a **partir de la segunda**, irán con *una sangría por la izquierda de 6 espacios*.
- **Si se referencia un libro**, se menciona el *apellido seguido de coma*, y la *letra inicial* del nombre del autor, seguido de punto; después se coloca el *año* de la publicación entre paréntesis seguido de punto, y a continuación el *título del libro* en “cursiva”, y los nombres de la *ciudad y editorial* separados por dos puntos: **p.e.**

Dandler, R. y Grinder, J. (1980). *La estructura de la magia*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos;

- **Si se referencia el capítulo de un Libro**, de autor (es) diferente (s) al del libro que figura como Editor (Ed.), se pone el autor (es) del capítulo, como anteriormente expresado; y, después del año entre paréntesis y seguido de punto, se pone el título del capítulo y a continuación: “En”, inicial del nombre con punto y apellido seguido de coma, seguido del título del libro (en “cursiva”), página (s) del capítulo con punto, y ciudad y editorial: **p.e.**

Labrador, F. J., Cruzado, J.A. y Vallejo, M.A. (1986). Trastornos asociados al stress y su tratamiento. En J.M. Buceta (Ed.) *Psicología clínica y salud: Aplicación de estrategias de intervención*, pp. 245-298. Madrid: UNED;

- **Si se trata del artículo de una Revista**, se pone en “cursiva”, no el título del artículo sino el nombre de la Revista, añadiendo, después, el tomo con caracteres romanos, número (“en cursiva”) y página (s) del susodicho artículo publicado: **p.e.**

Abadi, J.E. (1987). Teorías del Yo y del sujeto psíquico en psicoanálisis. *Revista de Psicoanálisis*, XLIV, 3 375-397;

- Si se referencia **una misma obra en ediciones y años diferentes**, se colocarán éstas por orden cronológico;
- Si se referencian **obras diferentes de un mismo autor del mismo año**, se ordenarán por el orden de publicación, colocando, después del mismo año, las letras del abecedario en minúsculas *sin espacio por medios*: **p.e.** Ruiz, J. (2006a)...; Ruiz, J. (2006b)...; Ruiz, J. (2006c)...;
- **Si se referencian varias obras de un mismo autor, en ediciones y años diferentes**, colocarlas por orden cronológico: **p.e.** Ruiz, J. (1985).; Ruiz, J. (1998).

El Consejo Editorial de la Revista no asume necesariamente el punto de vista expresado en esta Revista; son los propios autores los responsables de su contenido.



## SOLICITUD CONJUNTA DE ASOCIACIÓN A "AESPAT" Y DE SUSCRIPCIÓN A LA "REVISTA"

Deseo ser Socio de AESPAT y recibir su publicación, Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista, para lo que abonaré, al ser admitido, la cuota anual del año 2007 (45 € para España).

Apellidos \_\_\_\_\_ Nombre \_\_\_\_\_

Domicilio particular \_\_\_\_\_ C.P. \_\_\_\_\_

Teléfono \_\_\_\_\_ Fecha de nacimiento \_\_\_\_\_ Nacionalidad \_\_\_\_\_

Tel. móvil \_\_\_\_\_ Fax \_\_\_\_\_ Correo electrónico \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ a \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ del 200 \_\_\_\_

Firma del solicitante y D.N.I.

### A CUMPLIMENTAR POR AESPAT

Presentado por: \_\_\_\_\_

Aceptado con fecha: \_\_\_\_\_ Número de socio: \_\_\_\_\_

Por: \_\_\_\_\_

### BOLETÍN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Señores: les ruego que atiendan, con cargo a mi cuenta/libreta, y hasta nueva orden, el recibo que anualmente les presentará AESPAT para el pago de mi Asociación a AESPAT y de la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista.

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_

Nº c/c o libreta: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Banco/Caja: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ C.P.: \_\_\_\_\_

Fecha y Firma: \_\_\_\_\_





## BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN A REVISTA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA

### BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN

Deseo suscribirme a la Revista de Análisis Transaccional por el período de un año, renovable sucesivamente hasta nuevo aviso.

Precio de suscripción anual, 2007, para España 30 €.

Apellidos: \_\_\_\_\_

Nombre: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ Código Postal: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_ Profesión: \_\_\_\_\_

Nº c/c o libreta: \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_

Banco/Caja: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ C.P.: \_\_\_\_\_

#### Señalar forma de pago:

- ☐ Domiciliación bancaria (rellenar autorización adjunta inferior) y enviar a Banco o Caja.
- ☐ Transferencia bancaria a AESPAT.  
Caja de Madrid - Sucursal 2038-1006-63-6001231467  
C/. Conde de Peñalver, 6 - 28006 MADRID  
Firma: \_\_\_\_\_



### BOLETÍN DE DOMICILIACIÓN BANCARIA

Señores: les ruego que atiendan, con cargo a mi cuenta/libreta, y hasta nueva orden, el recibo que anualmente les presentará AESPAT para el pago de mi suscripción a la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista.

Nombre y Apellidos: \_\_\_\_\_

Nº c/c o libreta: \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_ / \_ \_ \_ \_ \_

Banco/Caja: \_\_\_\_\_

Dirección: \_\_\_\_\_

Ciudad: \_\_\_\_\_ C.P.: \_\_\_\_\_

Fecha y Firma: \_\_\_\_\_

