

Revista de

# ANALISIS TRANSACCIONAL y PSICOLOGIA HUMANISTA



Nº 7 CUATRIMESTRE / 64

ISSN 0044-0154  
Tel. 732 983 181, 980095

400-11-0126

	EDITORIAL	3
	TERAPIA DE REDECISION: UN PROCESO BREVE HACIA EL BIENESTAR. <b>Mary McGoulding</b>	
	SIMBIOSIS Y ADOLESCENCIA (Primera parte) <b>María Pilar de la Figuera</b>	1
	DISCRIMINACION SOCIAL DE LA MUJER Y SU ARGUMENTO DE VIDA <b>Concepción de Diego Morales</b>	17
	LA PROGRAMACION DE LA MUJER EN MEXICO <b>Gloria Balbona Argüelles</b>	25
	ANALISIS DE LOS ESTADOS DEL YO DE LA MUJER MALTRATADA <b>Mary L. Roark y Stella Llanos</b>	27
	NO VUELVAS LOCO A PAPA (Sugerencias para negociar entre mujeres y hombres) <b>Paz y Ted Morey</b>	33
	DILEMAS QUE SE PRESENTAN AL TRABAJAR CON PAREJAS DE LESBIANAS <b>Jude Marke</b>	41
	CATEXIS DE AESPAT Boletín de la Asociación Española de A.T.	45
	LIBROS	51

## EDITORIAL

Hablar sobre el tema de la mujer hoy en día es algo sumamente sugerente tanto para hombres como para mujeres. Durante siglos fué algo que carecía de interés, dado que la mujer tenía asignado en la sociedad un papel totalmente carente de relevancia. Su rol se limitaba al de madre y esposa, y, dado que se le negaba la capacidad intelectual, la potencia sexual y la posibilidad de ocupar puestos de cierta relevancia, su papel era el de alguien no conflictivo que "simplemente" cumplía su cometido de reproducción y cuidado de niños y ancianos, viniendo a ser algo así como el eslabón necesario que unía una generación de hombres con otra. Se trataba de alguien que no "pensaba", que no "sentía" y que prácticamente no tenía por ello nada que decir. Su vida, si aceptaba este argumento tradicional, transcurría entre la casa y la iglesia.

Cuando no aceptaba el argumento banal al que se la destinaba, tenía otras alternativas, como señala Muriel James en su artículo "El argumento de vida en la mujer a lo largo de 115 generaciones". Esas alternativas eran las de prostituta, monja o bruja.

Lo curioso es que en cualquiera de los cuatro papeles tradicionales: madre y esposa, prostituta, monja o bruja, la mujer inspiraba cierto temor al hombre, que al mismo tiempo la buscaba para utilizarla como objeto o como mediadora con el más allá, pero por otro lado, la alejaba una vez conseguidos sus "servicios" alegando su falta de virtud o su excesiva virtud. Por una parte había que alejarla del mundo para que éste no la contaminara, y por otra había que alejarla para no ser contaminado por ella. De alguna forma reconocía que desde estos roles estereotipados la mujer podía tener un poder excesivo si se le permitía utilizarlo. Y la mejor forma de neutralizar su poder era convencerla de su incapacidad para asumirlo.

No hay que olvidar que en pleno Siglo XVI aún se estaba debatiendo el tema de si la mujer era de hecho un ser humano o no. A lo largo de los siglos siguientes, hasta principios del actual, se llegó a la conclusión de que efectivamente lo era, si bien defectuoso. Para el propio Freud la mujer era un hombre incompleto.

Parece asombroso el gran desconocimiento que históricamente se ha tenido de la mujer y la falta de concienciación que sobre ese desconocimiento existía. Sólo a principios de este siglo, con el auge de la sociología, el tema del rol de la mujer y la psicología femenina comenzó a revisarse. Coincidiendo con la Primera Guerra Mundial las mujeres comenzaron a ocupar puestos anteriormente vetados para ellas con raras excepciones y, al tener acceso a la cultura y al mundo del trabajo, comenzó a tener voz y más tarde, voto.

¿Cuál es la situación actual?

Si bien todavía hoy la mujer ha de "demostrar" poseer aquellas facultades que al hombre se le dan por supuestas, la sociedad ha asumido, si no la igualdad por la que claman las feministas, sí la equivalencia entre los dos sexos. Todavía nos encontramos con que el hombre desde su nacimiento tiene un lugar claro y totalmente indiscutido en el mundo social que la mujer se ha de ganar a pulso, pero al menos ahora ésta tiene la oportunidad de luchar por él. La dificultad consiste en integrar su rol social y su rol familiar. Existe todavía una difícil dicotomía entre la mujer que trabaja y es reconocida en su vida laboral y que en su propio hogar es desvalorizada como individuo por la sola razón de su sexo. Todavía inconscientemente priva tanto en hombres como en mujeres la idea de la inferioridad de la mujer frente al hombre. Este último lucha por mantener su primacía y privilegios y sólo admite de buen grado la incorporación de aquélla al mundo del trabajo o de la opinión cuando se mantiene en un lugar subordinado. Hasta ahí es admisible, pero los juegos de poder y la lucha por el mismo surgen en el mismo momento en que la mujer pretende estar en el mismo escalón que el hombre, codo con codo y opinión por opinión.

Y, paradójicamente, somos muchas veces las propias mujeres nuestros peores enemigos pues aún hay muchas con ideas y principios mucho más machistas que los propios hombres, que educan de una forma a sus hijas y de otra totalmente diferente a sus hijos; que buscan alguien de quien depender y que, en definitiva, expresan las tan traídas y llevadas conductas de pasividad, narcisismo y masoquismo; que siguen dentro de un argumento de vida que ha sido decidido para ellas por otros; que son incapaces de asumir su autonomía.

¿Cuál es la parte más positiva en la evolución del problema de los roles sexuales?

Yo diría que el reconocimiento cada vez más evidente del lado femenino del hombre dentro de su psicología y del lado masculino de la mujer. Sólo aceptando lo que hay del otro en nosotros mismos podemos llegar a un mejor entendimiento y comprensión, a descubrir la ternura por parte del hombre y de la autodeterminación por parte de la mujer y a asumir que ante todo somos seres humanos enrolados en el mismo barco, sea cual sea nuestro sexo.

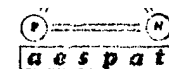
Así, el gran reto planteado actualmente a la mujer es el saber llevar a cabo su propia "revolución", pero no desde una rebeldía de Niño Adaptado negativo, sino desde su creativo e intuitivo Niño Libre y desde su Adulto, que le proporcionen entusiasmo y lucidez para demostrar su capacidad.

Montserrat de la Mata Vila

Por Mary McClure Goulding  
Traducido por  
Montserrat de la Mata Vila

Trabajadora Social Clínica.  
Codirectora del Instituto de Terapia  
de Redecisión

BIENESTAR



BIBLIOTECA

Cuando decimos redención, queremos decir que el Niño Libre está experimentando algo nuevo y hace, o piensa o siente de forma diferente. Generalmente es una escena que pasa muy rápidamente y la persona sabe que ha hecho una redención, porque siente y se experimenta a sí mismo de una forma diferente. Después de la redención, hay un trabajo muy duro que hacer con el cliente, por supuesto. Voy a dar un ejemplo de redención de forma que sea más fácil de comprender. Es algo que se está haciendo ahora en los Estados Unidos y creo que aquí también: Me referiré a la curación de fobias.

En los viejos días solía ocurrir que cuando uno era fóbico iba a un terapeuta tradicional y hablaba y hablaba y hablaba y al final nunca se ponía bien. Cuando yo comencé a ser terapeuta, fui advertida para no atacar nunca una fobia directamente, porque proliferaría y se sumergiría. Es lo mismo que cuando la gente le dice a uno que no se estruje una espinilla. Y no es verdad; se puede curar la fobia de cualquier persona muy rápidamente.

Inclusive hoy en día las agorafobias. Hay un hombre en California que tiene grupos enteros de ex-agorafóbicos y es una cosa como "alcohólicos anónimos"; ellos mismos van curando a otros agorafóbicos. Es algo realmente magnífico.

Entonces vamos a ver unos ejemplos sobre fobias. Me gusta trabajar con fobias a los animales pequeños, a los insectos y a los ratones. Una forma de hacerlo en los talleres, es que le

pedimos a todo el mundo que es fóbico que se siente en el suelo en un círculo. En nuestros grupos de terapia, lo suelen hacer entre la mitad y un tercio de los asistentes. No solemos hacer esto hasta la tercera o la cuarta semana de estar trabajando en el taller, porque si lo hacemos antes, los hombres no admitirán sus fobias, las mujeres sí.

Se sientan en un círculo y les pido a cada uno de ellos que sean la cosa a la que tienen miedo y que cuenten de qué manera están asustando. Por ejemplo, yo soy una culebra y repto muy rápidamente y ataco a la gente. Entonces yo les puedo tomar un poco el pelo sobre esto diciéndoles: "serpiente ¿es verdad que tú haces esto realmente?". Generalmente, la serpiente dice: "no, en realidad soy yo quien tengo más miedo". Porque, generalmente, los animales pequeños tienen más razones para ser fóbicos de la gente, que a la inversa. Me refiero a animales que no son peligrosos; por ejemplo, culebras que no son venenosas.

Después, le pedimos a cada una de las personas que elija un compañero, que no sea fóbico, de entre el resto de la gente del grupo; esa persona va a ser su guía. Se le dice por ejemplo: imagínese una jaula, la puede hacer según quiera, con el solo requisito de que desde fuera se pueda ver hacia dentro. Ponga un candado en su jaula del que solamente usted tiene las llaves. Una vez que se haya imaginado la jaula, se imaginará al animal en cuestión dentro de esa jaula. A continuación, dele un nombre a su animal y luego vista a su animal. Las

cucarachas tienen un aspecto precioso con pelo de color y botas de esquiar, y los gusanos un aspecto precioso en pijama. Al hacer esto, les dará risa.

Esto es muy importante, porque la mayoría de nuestras terapias de redecisión se realizan con la risa, no todas por supuesto. Esto es lo que hace que salga el Niño Libre y es el Niño Libre el que tiene que decidir no tener miedo.

De ahí en adelante, en las fobias, realizamos las típicas modificaciones de conducta. La persona se acerca a esa jaula, que ha imaginado, hasta el límite en el cual se siente segura. Se retira y se acerca, según se sienta. Cuando se siente que está ya preparado, permite a su guía que saque el animal de la jaula. Todo esto lleva unos 20 minutos. Algunas personas, después de unos 20 minutos, ya permiten que los animales anden por encima de ellos. Otros sin embargo, aún no permiten que el animal salga de la jaula y con ellos hay que continuar el trabajo después.

Algunas veces, utilizamos una escena real del pasado, ya que las personas son más propensas a tener fobias, debido a un trauma pasado. La redecisión en este caso se da cuando la persona decide que no es la culpable la que es peligrosa, sino por ejemplo es el hermano el peligroso, porque fue el hermano quien le puso la serpiente encima; y no son los principios los peligrosos, sino las personas que les han tomado el pelo. Les empujaban o hacían asomarse al precipicio.

Después de este trabajo con la imaginación, hay que hacer un trabajo real. Dado que nosotros tenemos un mundo, tenemos arañas, ratones y cosas así. No tenemos cucarachas -a las gracias- y por eso tienen que sacarlas en otros sitios.

Una cosa buena de las fobias es que son muy comprobables. Es mucho más difícil cuando se trata de depresión, por la dificultad de saber qué grado tiene y clasificarla. Por eso, es por lo que he empezado a hablar de fobias. La gente que es agorafóbica sabe que puede salir a la calle y que ya no le da pánico.

Ahora quiero volver atrás un poco. Nuestra filosofía de terapia es que el individuo está a cargo de sí mismo. Es responsable de sus propios pensamientos, de sus sentimientos, de su comportamiento y, hasta cierto punto, también físicamente es responsable de sí mismo.

No creo que la gente se ocasione a sí misma el cáncer como algunos terapeutas creen. Pero sí pienso que podemos ser responsables de pensamientos, conductas y emociones. Esta es la parte más importante de nuestra terapia: Sólo podemos curar a la gente si cree como nosotros creemos, igual que ustedes.

Hay un libro muy bueno en los Estados Unidos que se llama "Psiquiatras y los Doctores Brujos". Ha demostrado que los dos curan más o menos lo mismo, aunque los brujos tienen, hasta cierto punto, mejores resultados. Si se mira qué cosas son las que ocasionan la curación, la primera es la creencia en el sistema del terapeuta. Sin eso no existe cura; así que ustedes no serían curados por una bruja y mucha gente no sería curada por ustedes.

La creencia más importante y que quiero desarrollar ahora es que nosotros ocasionamos nuestros propios sentimientos. Es cierto que mucha gente tiene una vida terrible, que no es nada fácil vivir en prisión por ejemplo, y por supuesto en la terrible pobreza en que alguna gente vive. El tipo de clientes que nosotros tenemos, no tiene ninguna excusa para sentirse

mal. Ellos lo hacen dentro de sus propias cabezas. Enfocan el pasado, o enfocan las cosas malas que pueden ocurrir en el futuro. Y nosotros creemos que el pasado sólo es importante para la redecisión y el futuro solamente es una ficción.

En el presente la gente puede aprender a hacerse a sí mismo felices en lugar de desgraciados. Una de las formas con que la gente se mantiene a sí mismos sintiéndose desgraciados es esperar que otras personas cambien. Y nuestra terapia no tendrá éxito mientras que el cliente se mantenga esperando que alguien cambie. Es bueno saber eso.

Hay un buen terapeuta en Puerto Rico, Guillermo Fleming que es psiquiatra, que hace pequeñas escenas de terapia en la televisión; he visto algunas y es realmente bueno. La persona es anónima, solamente se ve una figura y se le ve a él (el terapeuta). Entonces la persona dice cuál es el problema. Me estoy acordando de una mujer en particular, que dijo que el problema era su padre. No podía abandonar su casa ni hacer nada en la vida porque su padre era un alcohólico; y el psiquiatra, Billy Fleming dijo: tu padre tiene un verdadero problema y tu madre tiene un problema de pasividad, pero ninguno de los dos parece que esté pidiendo ayuda. Entonces, por favor, ¿querrías tú devolverles sus problemas?. Ellos se habían apañado para seguir viviendo antes de que ella viniera al mundo y tal vez, siguieran viviendo en el caso de que ella se muriera.

Hizo un trabajo muy bueno con ella en unos diez minutos. No estoy diciendo por supuesto que se marchó y vivió una vida feliz, porque la gente que quiere ser martir tarda más de diez minutos en curar. Pero creo que la única oportunidad para ella, sería que le escuchara y entrase en terapia,

comprendiendo de qué manera se estaba haciendo sentir mal a sí misma y dejara en paz a su padre y su madre.

Con todo esto me estoy refiriendo a adultos. Los niños, por desgracia no pueden cambiar de casa y por lo tanto tienen que aguantar muchas cosas terribles. Pero una vez que son adultos, tienen muchas formas, para cambiar sus situaciones. Ahora estoy pensando en las mujeres desgraciadas. Hay dos tipos: unas son desgraciadas porque están casadas y otras porque no lo están. Y por supuesto, estarán desperdiciando su tiempo y su dinero si se les va a permitir que sigan hablando y hablando y hablando sobre las cosas que las hacen desgraciadas. Por lo tanto es importante el comprender que las gentes se hacen a sí mismas sentir de determinada forma. Lo mismo ocurre con el pensamiento. La palabra realmente no es pensar, sino obsesionarse, y nosotros hacemos eso. Los terapeutas tendemos a ser obsesivos.

En Estados Unidos tenemos la Asociación Americana de Psiquiatría en la que se hace el libro que clasifica las enfermedades mentales, libro que todos nosotros utilizamos. Todo lo que tenéis que hacer es mirarlo, leer qué es lo que dice de los histéricos (realmente son gente muy mala) y leer lo que dicen de los obsesivos (realmente son gente muy maja). No me estoy refiriendo al pensamiento obsesivo compulsivo.

Un pequeño ejemplo: Iba yo hoy en un taxi y el taxista estaba enfadado todo el tiempo: venga a tocar el claxon durante el trayecto. A la vuelta, el tráfico estaba igual de mal y el conductor era divertidísimo, inclusive escuchaba mi mal español y entonces yo le conté los últimos chistes sobre Reagan y él me contó los de Franco. Lo pasamos muy bien.

Os cuento esto para que veáis cómo uno decide dentro de su propia cabeza cómo se va a sentir. Así que la próxima vez que vayáis conduciendo, pararos a reflexionar sobre qué cosas estáis pensando y de qué manera os estáis haciendo a vosotros mismos sentir bien o sentir mal.

Y también podéis hacer esto en casa. Por ejemplo, mucha gente emplea mucho tiempo en criticarse a sí mismos. Los terapeutas lo hacen al igual que lo hacen sus clientes. Así que, uno de los primeros contratos, debe ser el ser amable con uno mismo; por ejemplo: algunas personas no toman notas sobre su trabajo a tiempo, para de esa manera sentirse muy mal consigo mismos durante el fin de semana. Otras personas se acuerdan de los clientes con los que no están haciendo un trabajo positivo y se critican a sí mismos. Yo les enseño a la gente cosas que pueden hacer, en vez de criticarse: Una forma es continuar criticándose, pero haciéndolo así en broma es muy difícil tomárselo en serio. Otra forma es intercambiar fantasías, ese es el sistema preferido de mi marido. En vez de criticarse a uno mismo, es mejor tener una fantasía sexual. Eso es mucho mejor ¿no?

Hay quien tiene la fantasía de que si uno se critica a sí mismos, nunca ocurrirá nada. Aprendieron eso de papá mamá. Y eso es mentira.

Otra manera es enseñar a la gente a que se guste a sí misma. Empezamos las sesiones diciendo cosas agradables sobre las personas que asisten a los grupos y es divertido. Mucha gente no sabía que era algo que no querían hacer porque cuando eran niños eran criticados por decir cosas feas sobre sí mismos.

Hay una gran cantidad de viejos chicos, tal vez en español también. Por ejemplo: "el pájaro que canta por

la mañana, se lo comen por la tarde" o "no te sientas demasiado bien porque algo horrible te va a suceder". Mucha gente aprende esas cosas, entonces nosotros enseñamos a la gente a que se responsabilice de sus propios pensamientos, porque los pensamientos son los que ocasionan sus sentimientos. Si un hombre entrara aquí con una pistola de juguete, yo no sabría que es de juguete y me daría muchísimo miedo. Algunas personas se darían cuenta de que es de juguete y les divertiría, otras se enfadarían, etc...

Estoy dedicando tiempo a esto porque pienso que es importante. Nosotros es lo primero que enseñamos.

La segunda es hacer el contrato. Y eso quiere decir de forma específica qué es lo que la persona quiere cambiar. De forma que no gasten su tiempo y vuestro tiempo simplemente hablando.

Porque si se hace una terapia enfocando un tema, entonces se sabe en cada momento qué quiere el paciente y el paciente también lo sabe. Y si se trabaja en grupo, cada uno de los pacientes le da la enhorabuena al otro por cada una de las curaciones que se realizan.

En los Congresos, tenemos generalmente un taller para terapias de Redecisión. Les decimos a los asistentes que traigan problemas. Normalmente el problema no es con la terapia de redecisión, sino con el contrato. Generalmente es porque ni el paciente ni el terapeuta tienen muy claro en qué consiste el Contrato, o el Contrato es de alguna manera falso. Por ejemplo, muchos contratos no son agradables al Niño: perder peso, dejar de fumar, dejar de beber; entonces, hay que encontrar, junto con el cliente, la forma con la que esto le resulte agradable. En primer lugar, hay que estar muy

seguros de que los contratos sean claros, y que si se cambia el Contrato, tanto el terapeuta como el cliente lo sepan.

Los contratos más importantes son los de no matar a alguien o no matarse a uno mismo, o no hacerse daño a sí mismo o a otra persona. Si se trabaja con alguien que está deprimido de alguna manera, hay que hacer un contrato de no suicidio. Entonces se tendrá tiempo para trabajar, de lo contrario no se va a tener tiempo. Sólo así uno está seguro de enfocar un tema realmente importante. Por ejemplo, no se puede trabajar el tema de la pareja si el paciente tiene ideas suicidas.

Por ejemplo, si una mujer dice: estoy deprimida porque mi marido no me hace caso. El Contrato sería: no me voy a matar, inclusive si no me presta atención. Y luego ya se comienza a trabajar de qué maneras ella se consigue deprimir a sí misma. De manera que ella haga una redecisión para vivir, no importa lo que el marido haga. Estoy utilizando esto como un ejemplo de Redecisión.

Primero trabajaríamos con que la persona se guste a sí misma, que comprenda que está a cargo de sus propios pensamientos y sentimientos y después utilizamos el pasado en escenas, para ver cuándo fue la primera vez que tomó la decisión de suicidarse. La mayoría de la gente que tiene ideas suicidas ha tomado esa decisión antes de los seis años. Generalmente porque sentían que no eran importantes, o porque eran del sexo que no debían o porque no eran queridos. Y los niños que crecen sintiendo que no son queridos ponen una excusa para esto en sus cabezas, porque es demasiado peligroso echar la culpa a sus padres, aunque algunos, los más listos, sí que lo hacen. Pero la mayoría se creen que es su propia responsabilidad.

Por ejemplo: es mi culpa el haber sido chica. Recuerdo un niño, cuando trabajaba con niños, que había estado en 10 casas de padres adoptivos. Es imposible vivir de esa manera y ser sanos y estar bien. Me resultaba totalmente asombroso que no fuera un psicótico y claro, no era psicótico, era un criminal. El estaba convencido que había nacido sin ninguna capacidad para que los demás le quisieran. No tenía ninguna idea de que la culpa era de los demás que lo rechazaban; inclusive, se daba el hecho de que había estado ya en alguna de estas casas adoptivas antes de los dos años. Así es como la mayoría de los niños se sienten: Ellos se dicen: "es mi culpa", etc...

Entonces, la escena que se puede usar, es cualquiera que la persona traiga. Por ejemplo, la escena de lo que una niña ha sentido cuando su hermanito nació, porque de repente todo el mundo le da de lado porque están emocionadísimos con el nacimiento del hermano. Esto ocurre incluso en las familias buenas. En mi familia todos eran estupendos y se portaban muy bien sobre el tema porque éramos cinco hermanas. Yo era la mayor y recuerdo a todos los vecinos, poco menos que dándoles el pésame a mis padres cada vez que nacía una niña más. Era tremendamente evidente que los hombres eran más valiosos. Se puede utilizar una escena de este tipo. Se regresa a esa escena y la persona ha de sentir que está en esa edad, y como terapeutas se pueden hacer preguntas para ubicar la escena, por ejemplo: ¿Dónde estás? ¿Qué aspecto tienes? ¿Qué es lo que llevas puesto? ¿Qué es lo que lleva puesto el resto de la gente?. Cualquier tipo de preguntas que parezcan importantes para que la persona vuelva a revivir la escena.

Algunas personas son muy visuales y pueden ver una escena con mucha

facilidad. Otras personas que no son tan visuales pueden ser más auditivas, entonces pueden oír la escena. Eso también vale. Otras personas lo experimentan físicamente. Toda la razón de volver a revivir esta escena es para volverlo a vivir, pero de una forma diferente.

Por ejemplo, si se revive la escena y se le permite a una persona que llore por el hecho de ser una chica. Eso es todo. No pasa nada. Como no sea que el llorar sea una cosa nueva. En otras palabras, tiene que existir algún dato que sea nuevo. Lo que yo busco en una escena así es que la persona, que vuelve a estar en el 'allí y entonces', pero usando su mente de ahora y los sentimientos de entonces, sea capaz de experimentar: yo soy importante -yo soy valiosa- y además soy una chica"...

Otra escena que se puede utilizar es la relativa a un tiempo en que la persona fue rechazada. Voy a recordar el caso de una mujer cuyo tema utilicé, en mi libro, para el capítulo de la depresión. De hecho, era una importante profesional de léxico y su madre tenía esquizofrenia simple. Había una gran dosis de brutalidad en esa casa. Ella se salvó sí misma salvando a los otros hermanos pequeños. Yo me dí cuenta de que tenía muchas ideas recibidas e inclusive había tenido una tentativa de suicidio muy seria y finalmente por suerte no llegó a morir. La encontraron a tiempo, pero ella no quería que la hubiesen encontrado. La razón por la que ella sintió tan deprimida, era porque sus hermanos no lo estaban haciendo bien. Por supuesto que no lo podían hacer bien, ella era demasiado joven para haber sido su madre. Pero ella era fuerte y sin embargo sus hermanos eran débiles. Uno de ellos acabó siendo un criminal y eso era lo que ella quería matarse. La

escena que utilice con ella, fue regresar a una ocasión en la que los padres eran brutales y decirles: "incluso siendo vosotros de esta manera, yo no me he matado"; porque esto era cierto y todos los niños saben cómo matarse. Entonces se hizo consciente de que fuera lo que fuese lo que los padres le habían hecho, ella no se había matado y no importa lo que los hermanos hicieran, ella tampoco se había matado. Poco a poco, fuimos consiguiendo que se fuera haciendo más y más mayor hasta que llegamos al momento de hoy en día en la relación con sus hermanos. La hicimos tomar conciencia de su decisión "no me voy a matar por causa vuestra". Entre medias de todo este trabajo, también trabajamos para que ella se diera cuenta de que no era responsable de sus hermanos y que había hecho un trabajo estupendo, fantástico. Que cuando ella tenía seis años, hizo un trabajo magnífico cuidándolos. Nunca ellos se habían cuidado a sí mismos, y ella no era culpable de esto.

Bueno, esto es una forma de crear las escenas y he mencionado un caso particularmente trágico. Y cuando ella llegó a decidir: "no me voy a matar a mí misma, no importa lo que vosotros hagáis", no se sintió feliz como la mayoría de la gente cuando hacen una redacción. Su afirmación en ese momento fue: "me siento más sola que nunca me he sentido en mi vida". Por supuesto, porque estaba completamente enganchada con ellos y esto es un ejemplo en el que la redacción no produce alegría y entusiasmo inmediatamente. Pero fue una redacción muy importante porque ella reconoció que lo era. Y hoy le va muy bien. Sigue haciendo terapia. Con los terapeutas le va muy bien. Ahora no está dejando que otras personas afecten a su vida. Este es un ejemplo de redacción desde el punto de vista triste.

## SIMBIOSIS Y ADOLESCENCIA (Primera parte)

Por **M<sup>a</sup> Pilar de la Figuera López**  
Licenciada en F.L. Psicología  
Miembro clínico de **AESPAT**  
Coleg. C-400/- BARCELONA

El concepto de SIMBIOSIS, incorporado por Jacqui Schiff (1975) al vocabulario transaccionalista, es un término tomado de la Biología, en la cual se denomina así a "aquella forma de interacción entre dos seres vivos, que lleva a ambos a funcionar como si fueran uno solo". Y se da **sobre la base de un desequilibrio de fuerzas**: que uno de ellos abunde en algo de lo que el otro carece o necesita para sobrevivir.

Este tipo de **asociación** puede ser **facultativa**, si no es indispensable para la supervivencia; o bien, **obligatoria**, si es ésta la única manera posible de sobrevivir para uno o ambos miembros de la relación. Esto nos lleva a contemplar las distintas **formas de influencia** que se dan entre los simbiosistas, aunque en muchos casos sea difícil distinguirlas con claridad porque presentan grados intermedios:

Si la **relación** es **bilateral**, es decir, si ambos miembros de la simbiosis obtienen algún beneficio de su vida en común, podemos hablar de **Mutualismo**.

Si es **unilateral**, o sea, si sólo uno se beneficia de esta relación, existen dos posibilidades:

- a) El **comensalismo**: sólo se beneficia uno de los simbiosistas; el otro, ni gana ni pierde.  
Es el caso, por ej., del pez rémora, que se adhiere a la parte inferior del tiburón, con lo que se asegura las migajas de su comida y la protección de éste, así como la rapidez de desplazamientos por el mar.

- b) El **parasitismo**, en el que sólo uno de los miembros de la relación, el parásito, obtiene beneficio. Y el otro siempre sale perjudicado; más o menos, según los casos. No es necesario señalar ejemplos, ya que la simbiosis parásita es la más extendida y la más estable; y la más conocida en todos los tiempos, pues el parasitismo es tan antiguo como la vida misma.

Lo que sí interesa subrayar es el hecho demostrado de que **todos los caminos de la simbiosis** -tanto los del mutualismo como los del parasitismo- **pueden llevar al parasitismo**, ya que ninguno se aparta de él.

Esta realidad biológica de la Simbiosis, es la que aplicamos **analogicamente** a determinadas interacciones personales, en las cuales dos personas funcionan como si fueran una sola, de manera que una aporte el PADRE y el ADULTO, y la otra, el NIÑO. Y esto de manera funcional o disfuncional, según sea su causa: o carencias reales en uno de los miembros de la relación, o comportamientos inadecuados en uno o ambos miembros de ella.

Pero ¿de dónde surge esta simbiosis psíquica?

De nuevo por medio de la Biología podemos encontrar el **origen arcaico** de este tipo de relación: **la unión oceánica** que todos hemos vivido en el seno de la madre.

Y es a partir del modelo que nos ofrece la propia Naturaleza como podemos llegar a comprender la lucha

del ser humano -la de todo ser vivo- por conquistar la independencia del medio ambiente, su propia autonomía.

Por eso vamos a ver ahora el **MODELO BIOLÓGICO** de la Simbiosis y de su ruptura en el ser humano, a fin de que nos sirva de **Marco de Referencia** sobre el cual situar el tema que nos interesa: Adolescencia y Simbiosis psíquica. Y centraremos ese marco de referencia en tres puntos:

- Uterogestación
- Parto/Nacimiento
- Exterogestación

**MODELO BIOLÓGICO DE LA SIMBIOSIS EN EL SER HUMANO**  
(Marco de Referencia de la Simbiosis Psíquica)

#### A) Uterogestación

La vida intrauterina, acuática, constituye la perfecta simbiosis biológica entre dos seres humanos: uno dentro de otro cuya vida o muerte, salud y enfermedad son interdependientes; sobre todo por lo que respecta al feto.

En embargo, al final de la gestación, ambos, madre e hijo, se sienten cada vez más incómodos: al niño le falta espacio para moverse dentro de la madre; a la madre le pesa ya el niño, le dificulta los movimientos, e incluso -a veces- el buen funcionamiento biológico. Y ambos desean un cambio: la madre quiere tener al niño en brazos, conocerle y volver a sentirse ágil, a su vez. El niño?... es de suponer que querría volver a estar cómodo! -en el supuesto que pueda desear algo-; pero al tener más experiencia de vida que esa, no podría desear nada más que una vuelta a la normalidad primitiva.

Para bien, ambos pueden tener un **modo al cambio:**

¿Intuye el niño algo terrible? Certeza no tenemos de ello; sólo testimonios de personas que han revivido esos momentos -en regresión o bajo hipnosis- nos hacen pensar en la existencia de un miedo catastrófico en el feto. De la madre sí que conocemos el temor al parto; temor, además, aumentando por los mitos populares, que convierten este tema en **pasatiempo** típico de las tertulias de madres y embarazadas. Lo cierto es que, con miedo o sin él, la experiencia parto/nacimiento es realmente dura para ambos: madre e hijo.

**B) Parto/Nacimiento** (ejemplo de la 1ª ruptura simbiótica en el ser humano):

El alumbramiento es costoso: antes de él, el útero empieza a ensayar contracciones, hasta empujar al niño para que salga fuera. Y la vagina de la madre se ha de dilatar, para facilitar esa salida. Ambas cosas duelen; y el parto también. Todo ello ha sido extensamente estudiado por médicos y psicólogos, con el fin de suavizar en lo posible los sufrimientos de la madre. Pero esto es una moneda con dos caras: al parto corresponde el nacimiento. Y hasta hace bien poco no se había tenido en cuenta lo concerniente al niño en este proceso.

Fue Leboyer (1981), ginecólogo, quien alertó sobre este aspecto, impresionado por la expresión facial de los niños al nacer. Y llamó la atención sobre cosas que, aunque las hayamos tenido ante los ojos, nadie se había detenido a pensar.

La angustia lógica de sentirse empujado violentamente fuera del único entorno conocido. El riesgo de vida o muerte que supone atravesar los 10 cm. de la vagina. El impacto de la luz en unos ojos que no tienen más experiencia óptica que la oscuridad; así como la de los ruidos

en un tímpano que no está habituado a ellos. Y sobre todo, la bocanada hiriente del aire dentro de los pulmones, sin otra opción posible que aceptarlo pues el cordón umbilical se ha cortado ya, casi en el mismo momento de nacer. Y si no se acepta ese aire, una paliza de los "gigantes" que le tienen agarrado por los pies, cabeza abajo, sin contar con el vértigo del que ha estado tan estrechamente abrazado por el seno de su madre! Es una situación llena de violencia para el niño.

Leboyer trabajó intensamente para conseguir un **nacimiento sin violencia**. E intentó:

- que no se precipitara el parto artificialmente, ni se estorbaba su proceso natural por miedo;
- que fueran suaves la luz y el sonido ambientales;
- que no se separase al niño violentamente de su madre: que se le depositara suavemente sobre el seno;
- y sobre todo: **que no se cortara el cordón umbilical mientras estuviera latiendo**, para dar opción al niño a estrenar poco a poco sus pulmones y ensayar sin angustia su nueva forma de respiración;
- después, darle la oportunidad de abandonar paulatinamente su anterior vida acuática: sumergirle y sacarle varias veces en un baño tibio para que adquiriera una experiencia placentera de su nuevo entorno (1).

(1) Esto último ha llevado actualmente a realizar los alumbramientos, en una piscina templada.

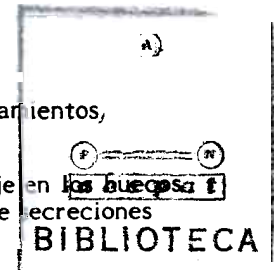
(2) Como bien saben los cirujanos, que han de instalar drenajes realizados quirúrgicamente, para no encontrarlos llenos de secreciones indeseadas.

Las fotografías de niños recién nacidos con Leboyer (1981) son una clara muestra de lo acertado de sus teorías. Merece la pena contemplarlas en su libro.

#### C) Exterogestación

Pero no es todo tan sencillo: porque las simbiosis no se rompen con facilidad. Y han sido nueve meses de esta forma de vida en común: toda la experiencia de vida del niño; y toda la experiencia que de él tiene la madre que -mal que bien- se había acostumbrado orgánicamente a llevarle dentro, aunque ya le estorbara y hasta que se habituó al hueco que ha dejado el niño, su organismo protestará. y surgirán los "dolores de entuerto" e incluso -a veces- las depresiones post-parto: porque la Naturaleza le tiene horror al vacío (2).

En cuanto al niño, ahora ya vive por sí mismo como ser independiente de la madre. Pero si ella no atiende a sus necesidades psicobiológicas, no podrá sobrevivir: porque todo niño nace inmaduro, ya que más tarde de los nueve meses de su gestación le sería imposible nacer, o el nacimiento provocaría serios daños tanto en el niño como en la madre; y esto, debido al gran tamaño del cerebro -propio de la especie humana- y debido también a las grandes proporciones que éste adquiere durante el primer año de la vida extrauterina: un 60% del cerebro adulto.





Y es por causa de esta inmadurez biológica por lo que el ser humano necesita, imprescindiblemente, de los miembros adultos de su especie para sobrevivir: la gestación, comenzada en el útero, no ha terminado, y por lo tanto ha de continuarse fuera de él. Y la continuidad natural -que no excluyente- es la propia madre biológica.

Otras especies de mamíferos disponen para ello de una bolsa marsupial, donde guardan a sus crías en estrecho contacto con su cuerpo, de forma que simultáneamente puedan sentirse protegidas mientras lo necesiten y mamar cuando quieran; la madre, a su vez, les provee de estímulos cutáneos favorecedores del desarrollo, lamiéndoles repetidamente.

En la especie humana, los brazos y los cuidados de la madre suplen a la bolsa marsupial y sus caricias proveen abundantemente el efecto estimulante de los lengüeteos (3): desde la seguridad de esos brazos, el niño empieza más tarde la aventura de su independencia y, con miedo al principio, con mayor seguridad cada vez, emprende la tarea de superar su dependencia física y psíquica que depende a sus padres. Sin todo esto, sabemos que el niño no podría sobrevivir. Es algo en lo que coinciden la Biología -exterogestación- Psicología y Psiquiatría: Spitz, Albot y más tarde Berne, con su estudio sobre las CARICIAS, lo demostraron suficientemente.

Este comportamiento de lamer a las crías no ha sido observado tampoco entre los monos antropoides.

## II SIMBIOSIS PSIQUICA

Volvemos con esto al lenguaje propio de la teoría transaccional de la personalidad y las relaciones humanas (véase Román y otros, 1983) con su terminología de PADRE, ADULTO, NIÑO y Cuentos de Hadas:

Jaqui Schiff (1975), observando este proceso biológico desde el punto de vista psicoestructural y evolutivo, lo definió **analógicamente** como SIMBIOSIS FUNCIONAL, y lo explicó en términos transaccionales como una situación en que los padres suplen con su PADRE y su ADULTO la carencia que de ellos tiene el hijo, y proveen así a sus necesidades de supervivencia y desarrollo, tanto desde el punto de vista físico como psíquico.

Esto, al principio, suele ser una realidad ambivalente para los padres: porque pierden de golpe su libertad puesto que han de atender a sus hijos pequeños. Y su propio NIÑO psíquico corre el riesgo de quedar un poco arrinconado, con la consiguiente protesta lógica. Es una situación parecida a la de **Gulliver en el país de los enanos**, cuando se despertó atado por unas cuerdas finísimas, pero extraordinariamente potentes.

Bien, supongamos que Gulliver hubiera ido a aquel país a sabiendas y queriendo, aunque luego le sorprendiera encontrarse tan atado. Supongamos también que llegase a querer mucho a los enanos; tanto, que ni siquiera se acordase ya de las ataduras. Como contrapartida, era gratificante sentirse útil; y sentirse imprescindible e importante para aquellos enanitos tan encantadores. Y sentirse querido por ellos. Y sobre todo: "le necesitaban tanto!"

Esta es la situación de los padres. Por parte del niño, tendríamos que pensar en **Gulliver en el país de los gigantes**: porque, para él, son verdaderos gigantes los adultos! Y no sólo las personas; también el resto del mundo tiene unas dimensiones gigantescas: las mesas, las sillas, las camas, los platos, los cubiertos... todo es inmenso. Es impensable tratar de dar la papilla a un niño con una cuchara sopera!

Estos gigantes pueden ser buenos, y por lo tanto protectores y aseguradores; o malos, como ogros y brujas de los que hay que procurar mantenerse alejado; pero... buenos o malos, son imprescindibles, y en ocasiones habrá que tomar decisiones muy tempranas con vistas a asegurar la supervivencia física y/o afectiva: es lo que da origen al Guión.

Pero ¿hasta cuándo ha de durar esta simbiosis funcional?

Sencillamente, hasta que esté completa la estructuración psicofisiológica del hijo, de forma que él pueda proveer por sí mismo a la satisfacción de sus propias necesidades.

**Sencillamente.** No "fácilmente", dada la dificultad que supone romper una simbiosis -recordemos el modelo biológico- y más aún si ha sido duradera. Este es el problema que surge **acuciante** en la adolescencia, tanto para los padres como para los hijos.

## III ADOLESCENCIA Y SIMBIOSIS

Efectivamente, llega un momento en que los hijos empiezan a no necesitar a sus padres **de la misma manera** que hasta entonces. Porque están **creciendo y cambiando**, física y psíquicamente. Y además -y esto es muy importante- con una **rapidez extraordinaria**.

Desde el punto de vista biológico, los cambios corporales más importantes y más rápidos que se dan en el organismo después del nacimiento, ocurren en la pubertad. Y esto no sucede de una manera suave, como hasta entonces; porque, de forma intermitente, la hipófisis estimula el sistema endocrino, y éste aumenta de manera considerable y brusca las secreciones hormonales que vierte en la sangre, lo cual provoca el crecimiento y el desarrollo corporal a todos los niveles.

Estos **cambios fisiológicos** coinciden biológicamente con otras especies animales: es lo que llamamos **pubertad**. Sin embargo, la **adolescencia** es algo **propio de la especie humana**, y consiste en **tomar conciencia personal de esos cambios**: porque llega un momento en que ya no se pueden ignorar ni disimular.

Esto tiene consecuencias psicológicas importantes para el púber, que no se habitúa tan deprisa a la nueva imagen que le devuelve el espejo: y se lanza a la búsqueda -a veces obsesiva- de su propia identidad, ensayando todo tipo de actitudes y de contactos con los más diversos grupos, en un intento de identificación social.

Porque socialmente también tienen repercusiones sus cambios corporales, y no precisamente tranquilizantes para el adolescente:

- se siente observado, debido a sus transformaciones físicas. Y los comentarios de quienes le rodean le hacen confirmarse en ello. Por ejemplo: "Cómo has crecido!". O bien: "...su hermano está más alto. Y eso que es más pequeño!". U otros comentarios, no tan inocentes.
- y además, es habitual que los adultos le redefinan por lo que no es: "Ya no eres un niño!". O bien,

"¿Te crees que ya eres un hombre/ una mujer?"

Todo esto le refuerza en su inseguridad; y se pregunta: "¿quién soy yo?". No es una pregunta teórica: el adolescente siente de verdad que no lo sabe. Si su ADULTO no tiene una adecuada información sobre estas transformaciones físicas, o carece de libertad y confianza para pedirla, su NIÑO psíquico puede estar verdaderamente angustiado. Y asustado: de sí mismo, y de tener que enfrentarse con la vida en esas condiciones de inseguridad. Por lo tanto, su NIÑO puede estar muy ampliado.

Añadamos a esto la fuerte potenciación de su ADULTO, procedente de su crecimiento fisiopsíquico, y reforzada por los estudios y por los cambios sociales, tendremos una visión más completa de la problemática adolescente: porque esto último le suele llevar a chocar ideológicamente con sus padres, debido a las diferentes fuentes de información entre unos y otros; y es lógico: dos ordenadores a los que se les proporcionan diferentes datos, lógicamente dan respuestas distintas. Y como consecuencia de ello, al adolescente se le plantea la revisión de los mensajes que forman el PADRE de dos generaciones diferentes. Y surge el conflicto.

Tomemos esto en el contexto de un sistema nervioso especialmente vulnerable -como es propio de esta edad- y comprenderemos mejor la ansiedad del adolescente y sus explosiones de carácter. Porque nos encontramos ante unos vaivenes verdaderamente imprevisibles- que van del NIÑO al ADULTO: hay veces que cambian de uno a otro sin previo aviso, como por sorpresa, y pueden saltar desconcertantes. "Es que soy niño metido dentro del cuerpo de hombre!" decía, angustiado, un

chico de quince años. Lo cual no quiere decir que esto sea patológico, aunque a veces todos -padres e hijos- lo temen: "estoy loco!" suele decir el adolescente haciendo broma, mientras observa la reacción del psicólogo ante esta afirmación. No; no hay porqué: eso -ese lío-, eso es un adolescente.

También los padres pueden estar desconcertados: por una parte, están satisfechos ante el desarrollo y el crecimiento de los hijos. Y si a lo físico se suma lo intelectual, mejor aún. Por otra, aumentas su vigilancia, sobre todo en el terreno sexual, por si acaso reciben informaciones que les hagan desviarse de lo que su PADRE familiar considera correcto: como si su ADULTO no fuera de fiar, o no se hubiera desarrollado. Y, con la mejor intención, pueden forzar el mantenimiento de la simbiosis cuando ya empiezan los síntomas de su ruptura.

En el próximo número de esta revista veremos cuáles son esos síntomas; luego señalaremos los que indican que se está manteniendo disfuncionalmente la simbiosis; y por último, cómo romperla de una manera aceptable.

## LA DISCRIMINACION SOCIAL DE LA MUJER Y SU ARGUMENTO DE VIDA

Por Concepción de Diego Morales  
Psicóloga

### Sumario

Todos conocemos o hemos vivido, aún hoy, en alguna manera, la discriminación que sufre la mujer en el medio cultural en el que nos desenvolvemos. En los últimos tiempos, ha habido una concienciación importante sobre esta problemática, debido a las investigaciones y a las actividades de diversos grupos de mujeres en aras de que sean reconocidos sus derechos.

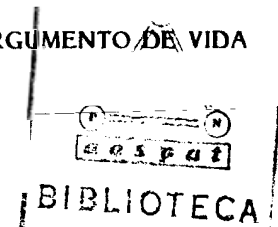
Esta discriminación, tiene como una de sus características, la programación de los roles sexuales que configuran los estereotipos de lo femenino y lo masculino, como modelos identificatorios de la mujer y el hombre.

Cuestiones inherentes a estos roles, incluyen comportamientos específicos, y formas de relacionarse también específicas. Todo ello conlleva a una relación de intercambio persona-persona, esto es, hombre-mujer, en la que la mujer da más de lo que recibe y en distinta moneda.

Creemos que existen opciones alternativas de comportamiento desde la teoría y la práctica del A.T., que faciliten posibilidades de cambio de esta situación.

¿Qué entendemos por discriminación? Cuando hablamos de discriminación, hablamos de desigualdad. Entendemos que la mujer esta discriminada con relación al hombre, ocupando ella el peor lugar tanto en el sector privado como en el público.

Si nos imaginamos, por un momento, el instante final de un parto, en el que es cortado el cordón umbilical,



sabemos que esa persona que todavía no ha empezado a llorar, o a gritar, o a respirar, si es del sexo hembra, va a tener a lo largo de su vida que soportar el peso de una cultura patriarcal absolutamente discriminatoria.

Las Naciones Unidas, la Comunidad Económica Europea, la Organización Internacional del Trabajo, la Unesco, el Parlamento Europeo y muchas otras organizaciones públicas y privadas han reconocido la discriminación de la mujer en el pasado y la discriminación de la mujer en el presente.

Desde este presente, sin olvidar el pasado, iniciamos los pasos hacia el futuro. Pero no hacia un futuro lejano sino hacia el futuro que puede empezar hoy mismo y aquí mismo...

Definición de hombre y mujer según el diccionario español. Vamos a empezar por definir que se entiende por mujer.

- El diccionario de la Real Academia de la lengua define Mujer como: "Persona del sexo femenino" desde 1884. Anteriormente la definía como: "Criatura racional del sexo femenino".
- El Diccionario ideológico de Julio Casares, o diccionario de ideas sugeridas por palabras, sugiere que:

Para Hombre: Persona, individuo, semejante, superhombre, alma, cuerpo, humano, sobrehumano, varón, mujer, niño, joven, adulto, anciano, hombría, moral, prójimo, generación, nuestros primeros padres, etc...

Para Mujer: Hembra, joven, adulta, anciana, doncella, belleza, hermosa, señora, ama, criada, novia, esposa, marisabidilla, bello sexo, sexo débil, castidad, matrimonio, esterilidad, prostitución, etc...

Se evidencia una gran carga discriminatoria. ¿Acaso la palabra Mujer, no sugiere la idea de persona o la de alma, y, entre nuestros primeros padres no hubo una mujer? Entonces, ¿por qué la palabra Mujer no sugiere estas ideas y sí las tan cargadas de significación sexual como novia, esposa, esterilidad, prostitución, bello sexo y sexo débil? Otro ejemplo: En el diccionario de sinónimos de Manual Gili Gaya se lee:

Varonil: esforzado, resuelto, valeroso, firme, animoso.  
Femenil o femenino: gracia, ternura.

La gran mayoría de los diccionarios existentes han sido compuestos por hombres que han reflejado los comportamientos culturales de la ideología social dominante.

Sin embargo, yo voy a recurrir a la definición que nos ofrece el Diccionario de María Moliner:  
Mujer: Persona hembra.

La siguiente anécdota nos ilustra sobre lo dicho hasta ahora.

La escritora Linda Goodman a menudo es invitada a dar conferencias. En sus conferencias acostumbra a pedir las opiniones del público sobre determinados problemas que ella plantea como situaciones imaginarias... Linda Goodman dice: ¿A ver quién se ayuda a resolverlo?.

Un hombre viajaba con su hijo. Sufrieron un accidente y el padre resultó muerto. Al chico lo llevaron al hospital. Allí decidieron que había que operar inmediatamente para salvarle la vida. Prepararon

rápidamente el quirófano y llamaron a todo el equipo médico: enfermeras, anestesista, ayudantes, etc. De pronto, el cirujano de guardia entró en la sala. Miró al paciente y dijo: No puedo operar a este chico, es mi hijo".

Entonces Linda Goodman pregunta: ¿cómo puede ser esto?.

Entre el público siempre hay alguien que dice: Muy sencillo. El que murió en el accidente era padre adoptivo, mientras que el cirujano era el padre auténtico.

Como esa no es la solución, otro sugiere que se han producido dos accidentes y al llevar al primero al quirófano ha habido una equivocación con las camillas y han metido al que no era. O sea al hijo del cirujano.

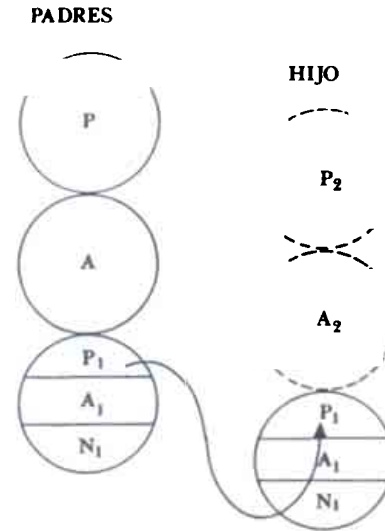
Otro propone que el primer padre, el que muere en el accidente no sea padre físico del chico sino espiritual. O sea, un sacerdote... Así, el cirujano puede decir que el chico es su hijo y ser cierto... Pero esa, tampoco es la solución.

Normalmente al público no se le ocurre pensar: Que el cirujano podría ser una mujer y por tanto, la madre del chico herido.

Muchas de las funciones de gran responsabilidad, se da por sentado que el cargo lo ocupara un hombre y así, como en este caso, no existe el término cirujana.

Modelos identificatorios desde el AT: Análisis de situaciones concretas. La discriminación de las personas empieza con la delimitación de los roles sexuales de lo femenino y lo masculino y las características inherentes a dichos roles. Estas características incluyen, comportamientos específicos, sentimientos específicos y una relación persona-persona, en la que la mujer da más de lo que recibe y en distinta moneda.

Las mujeres han sido educadas a dar más de lo que reciben y están dispuestas a aceptar esta disparidad. Estos son aspectos esenciales de su "argumento de vida":



Desde el A.T., el argumento de vida fue definido por Berne como "Un programa en marcha, desarrollado en la primera infancia bajo influencia parental, que dirige la conducta del individuo en los aspectos más importantes de su vida".

Es un programa de vida diseñado desde el A1 (Adulto del Niño o Pequeño Profesor en la terminología de Berne) por presiones de potentes mensajes parentales suministrados por vía no-verbal desde el P1 o NA de los padres al N1 o NL del niño, del tipo "No seas"... "No hagas"... "No sientas". Otros mensajes verbales, provenientes del P2 de los padres y dirigidos al P2 del hijo, contradicen los mandatos pre-verbales y son del tipo: "Sé"... "Haz"... "Siente"... El sometimiento de la persona a estas exigencias se hace desde la decisión del A1 o Pequeño Profesor, que estructura conductas adecuadas a la situación para mantener la

supervivencia, proveerse caricias y reconocimientos.

La disparidad del rol sexual favorece que los hombres desarrollen las capacidades de su Adulto; es decir, el pensamiento, la capacidad de decisión y la acción. La mujer, en cambio, es predispuesta a desarrollar su Padre Nutritivo y su Niño Sumiso. En relación a los demás, se le invita a ser hija, mujer o esposa, madre amorosa, niña adaptada complaciente, acogedora y cálida.

Por razón de las expectativas creadas en sus respectivos roles, el hombre pierde a menudo el contacto con sus sentimientos y, en consecuencia, su calor humano; los hombres son menos sensibles a las emociones y las controlan desde su Adulto; pero, necesitan a la otra persona, aunque no se sientan respondientes a ella emotivamente. Le mujer, por el contrario, tiene mucho contacto con sus sentimientos, tiene "permisos" (en los contenidos de su P2) para responder a los sentimientos de los otros, aunque bastante discriminadamente. Es así como los roles sexuales transforman al ser humano en especialistas unidimensionales incapaces de autonomía, pues tanto los hombres como las mujeres tienden a completarse en una simbiosis como si fueran la mitad de un todo, en vez de unirse en libertad y autonomía.

La relación que se establece es dispar, la mujer da afecto, caricias y reconocimiento, recibe a cambio consideración social y seguridad económica.

El rol sexual la lleva a considerarse a sí misma incapaz en determinadas áreas de sus funciones como Adulta, esto es razonar, procesar datos, calibrar opciones y tomar decisiones y precisa para la seguridad y realización depender del hombre. Las escalas de valores establecidas socialmente sobrevaloran las

características del rol masculino en detrimento de las del rol femenino. También establecen reglas en las que lo peor que puede pasarle al hombre desde el punto de vista social, es ser impotente, improductivo o incapaz de llegar a la prestación. Mientras que para la mujer lo peor que puede pasarle es ser frígida; esto es, no ser acogedora, cálida y receptora. Como consecuencia de esta situación existe insuficiente reconocimiento de la mujer como persona que la lleva a hacerla sentirse mal: **"por el hecho de ser"**. (Piénsese en las preferencias casi generalizadas de las parejas en el deseo de que el hijo primogénito sea un varón).

**"Por el hecho de hacer"**, pues su productividad tiene un reconocimiento menor y está considerada como de segunda categoría a nivel social.

**"Por el hecho de sentir"**, pues los sentimientos específicos que se otorgan a la mujer por su rol sexual en la cultura en que se desenvuelve, son de menor importancia.

Recibe gratificaciones verbales y caricias de reconocimiento positivas desde la terminología del A.T. en función de cumplir su rol de hija, esposa y madre, pero no por lo que ella es por sí y para sí. Si existen mujeres que se salen de estos roles establecidos reciben atención y caricias negativas del medio en forma de críticas destructivas o en forma de marginación.

Lo anteriormente expuesto lleva a la mujer en la mayoría de los casos y analizando sus relaciones interpersonales y sus juegos, con el instrumento del A.T. llamado triángulo Karpman, a asumir roles de víctima esvalida e impotente que busca en sus relaciones Perseguidores que la escalifiquen o bien Salvadores que la compadezcan o la sobreprotejan, cumpliendo de esta manera las remisas de sus argumentos de vida

que asume los presupuestos básicos de las características de los roles sexuales.

Sólo ante situaciones muy críticas, situaciones de injusticia manifiesta, maltratos, violaciones o cualquier otra forma de opresiones excesivamente fuertes toman, en formación reactiva, otros roles, convirtiéndose así ella misma, en Perseguidora o en Salvadora. Los estados del Yo más catectizados suelen ser los de NA sumisa, PE +/- en su rol de Víctima, o NA Rebelde en PE +/- en su formación reactiva y desde el rol de Perseguidora o Salvadora. También tienen catectizado el PN - en el rol de Salvadora y Sobreprotectora como medio de recibir reconocimiento. En términos generales y refiriéndonos a la mujer española y "en el aquí y ahora", salvo excepciones los "impulsores" que mueven su conducta y que son los contramandatos de su argumento de vida cumple este circuito: "Estaré bien" si "complazco" a mi padre, mi esposo, mi hijo, mi jefe, etc... si **"trato más y más"** de forma que sea un compendio de virtudes sin sobresalir en nada. Si **"soy perfecta"** y así poder ser el orgullo de mi padre, esposo, hijo, jefe, etc... Si **"soy fuerte"**, en aquellas cosas que se supone que una mujer debe atender sin quejarse y decaer; cuidado de la casa, los hijos, trabajo fuera cuando sea necesario, etc... y por último si **"me doy prisa"** en cumplir todos estos menesteres de forma que complazca a los demás, cerrándose así el círculo vicioso de sus conductas.

El cumplimiento de los impulsores que sustentan sus conductas tienen en su estructura argumental "mandatos" pre-verbales de: "No seas tú misma", "No pienses", "No crezcas", "No disfrutes", "No seas autónoma" y un largo etc... y como

máxima que sintetiza todo esto; "las necesidades y los intereses de los otros son antes que los propios".

Desde su rol de Víctima juega juegos de: "Pata de palo"- "Pobre de mí" "Dame una patada", "Sí no fuera por ti", "Ocupadísima", etc... Desde su rol de Salvadora juegos de: "Sólo quería ayudarte", etc... Desde su rol de Perseguidora juegos de "Rapo" o "Ahora te agarré desgraciado", etc... Estos roles sexuales se transmiten de generación en generación como mensajes parentales dentro de la familia y como formas de socialización por las instituciones que ostentan el poder, en cada momento histórico.

Dice C. Steiner (1971), todas estas consideraciones se encuentran en el análisis de los argumentos diarios, conocidos como argumentos "banales" atribuidos a mujeres. Estos argumentos no terminan necesariamente con un final trágico, salvo excepciones, como los "argumentos hamarticos" pero llevan a restringir la autonomía, perpetuando la dependencia simbiótica en el caso de las mujeres en general. Analizando diversos argumentos de vida femeninos generalizables a parte de dicha población y que hemos agrupado en epígrafes como:

- Madre "coraje" (La mujer como sostén de la familia, emotivo y económico, a veces).
- La mujer que está detrás del hombre sabio.
- La mujer de plástico.
- Pobre de mí que soy pequeña.
- La mujer que asume el papel de Bella, etc...

Tenemos ejemplo de cómo las mujeres son educadas a "no estar bien" a ser "inadecuadas", dependientes y cómo todo esto les induce a aceptar condiciones de frustración en el ámbito del reconocimiento y las caricias. Los argumentos son significativos

respecto del reconocimiento, son en muchos casos diversos entre sí pero todos ellos tienen un punto en común, la extorsión de las caricias a la mujer. Es una ilustración de cómo algunas mujeres aceptan el ser "programadas" para aceptar voluntariamente su rol de dispensadora de caricias y a dar cada vez más y más, ser comprensivas y cuidadosas, llegando a ser estúpidas y dispuestas a hacerse consumir. La mujer participa en el intercambio de reconocimiento y en las caricias según las líneas delimitadas por su argumento.

Los dos ejemplos siguientes pueden servir de referencia, son argumentos típicos de la Sociedad Española, al menos hasta el momento actual, que si bien no pueden ser generalizados, se dan con mucha frecuencia.

- Argumento: "Madre Coraje" (La mujer sostén de la familia).  
**Tesis.** Es la mujer que anima a todo el mundo "menos a sí misma". Es aquella que da veinte caricias por cada una que recibe aceptando esta disparidad porque se siente el miembro menos importante de la familia, cree que sólo tiene valor en cuanto a dadora.

Esta disparidad viene legitimada por el hecho de que la "mas-media" presenta el rol de "ama de casa" y madre, como aquello que permite dar sentido a sus vidas y a realizarse. Se siente inmerecedora, en cuanto a caricias, pues el significado de su vida, no lo obtiene por sí misma, o por su labor, sino por el servicio a su "familia", marido e hijos. Cuando viene a menos su competencia y cuando termina su utilidad en el ámbito de la familia, momento que coincide a menudo con la menopausia, aparece una muerte psíquica (melancolía involutiva como compensación de su vida, y puede recibir un fuerte shock).

## Mandatos y Contramandatos

"Sacrifícate por los otros" (las necesidades de los otros son más importantes que las tuyas).

"Complace" eminentemente.

"Se simpática, cariñosa, comprensiva".

"Sé una fuerte ama de casa, cocinera, madre".

Juegos más corrientes

"Ocupadísima"

"Frígida"

## Comportamiento reactivo (contra-opresión)

Se niega a hacer el amor con su marido, con la excusa de tener mucho que hacer, de estar cansada, de dolerle la cabeza y espera recibir de él por estos motivos caricias de lastima.

## Antítesis

Es muy difícil superar una situación de este tipo a causa de la falta de alternativas para una madre que tiene sobre sí el peso de los hijos, una asistencia a un grupo de terapia puede activar una toma de conciencia que le ayude a salir del argumento, al menos en algún aspecto, que le permita una mayor gratificación

propia, y sobre todo cuando los hijos han crecido.

Argumento: Pobre de mí que soy pequeña

Tesis. Sus padres hicieron todo por ella, era tan pequeña, así la volvieron débil y bajo su control. Ella lucha en contra de esto, pero al final es una víctima y busca un Salvador.

Cuando se casa busca a menudo un profesional, alguien con un "trabajo seguro" que juega con ella el rol de padre Salvador de la indefensa niña. Las caricias que obtiene no son por estar bien sino caricias de lástima por no estar bien y ser pequeña, y esto sólo cuando está muy deprimida, cuando estas caricias del tipo dulzura-

El recibe caricias del resto de la gente por ser el buen papá de una perdedora, obtiene de ella caricias sensuales en señal de agradecimiento y por último caricias por ser el marido martirizado cuando ella protesta de todo.

## Mandato/Contramandato P.E. -/+

"Haz lo que yo te digo, tus padres son los que te quieren"

"No pienses"

"No crezcas"

## Juegos

"Hazme algo"...

"Sí pero..."

"Estúpida"

"Si no fuese por ti"

"Buenísima"

## Comportamiento reactivo

Se impacienta por todo, hace escenas en público, hace avergonzar al marido, crea en general duda acerca de él en el ámbito social donde viven, bien sea como hombre o como profesional.

Su conducta es caprichosa, irresponsable y superficial.

## Antítesis

También en este caso es necesaria una toma de conciencia por la persona de su situación real, y una decisión de cambio, de querer crecer y pensar y decidir de forma que pueda ser una persona Adulta, Responsable y Autónoma. Empieza así a obtener caricias por estar OK y a rechazar las caricias por ser una víctima.

Analizamos de los argumentos antes mencionados sus: Tesis, Mandatos y Contramandatos, Juegos, Comportamientos reactivos, la contra-opresión es tratada en este análisis porque a menudo de una manera falsa se viene señalando como una prueba de la opresión de la mujer sobre los hombres. Sirva como ejemplo el libro "El varón domado" de la escritora Esther Vilar, esta

autora, hace el análisis de las relaciones hombre-mujer en un aspecto muy concreto, el de los comportamientos reactivos de la contra-opresión por parte de la mujer, que como he señalado antes, puede ser parte de un proceso y nunca generalizable, en mi opinión no es una forma de relación estable el dominio mujer-hombre.

Todavía estas dos categorías: la opresión de las mujeres sobre los hombres y de los hombres sobre las mujeres no son comparables entre sí, el argumento femenino da luz del hecho que la mujer es inferior al hombre y sujeta a él por tanto su comportamiento reactivo (contra-opresión) es una tentativa de equilibrio en la relación, tentativa que hasta donde alcanza nuestro conocimiento no ha tenido todavía éxito.

En este sentido es como la "guerrilla", en donde los oprimidos se arriesgan a desgastar la fuerza del opresor pero sin obtener legitimación de sus derechos. Por último la Antítesis como forma alternativa de conducta que le ayuda a salir de su argumento.

## Opciones alternativas desde el A.T.

Una forma de superar estos argumentos inhibitorios de la libertad y autonomía de la mujer, consiste en trabajar juntas en grupos los propios problemas como mujeres y así poder encontrar soluciones. En los grupos las mujeres discuten sus problemas y se desarrolla un sutil conocimiento del modo en que son influenciadas por las diversas formas de agresión. De las definiciones de sus roles sexuales y de las expectativas que los otros tienen de ellas. De estos intercambios de información poco a poco la mujer va adquiriendo conocimiento en ser Adulto y con ello se otorga permisos en su Padre para poder relacionarse en igualdad de condiciones de intercambio con

los hombres.

Durante su permanencia en el grupo clasifica y descontamina sus Estados del Yo, fortalece su Adulto, utiliza su PN+, en sí misma atendiendo y escuchando a las necesidades auténticas de su NL., resta energía al NA adaptado de forma que incremente la creatividad y el disfrute de su NL, activa su PC+ de manera que pueda poner límites a las exigencias e invasiones de los otros.

El grupo durante el proceso de cambio, le da protección y sostén, reciben caricias de reconocimiento por lo que es y lo que hace refuerza las nuevas conductas, disminuyendo con todo ello su hambre crónica de reconocimiento que le permite mantenerse firme en el cambio y volviéndose menos propensa a aceptar no cambiar.

En fin, el modo de impedir la estructuración de un argumento fundado en la disparidad de los roles sexuales, tiene diversas metas:

- En primer lugar una toma de conciencia, sintetizada en "Darse cuenta de la situación real!"
- Negarse a transmitir generacionalmente las características de los roles femeninos y masculinos, instituidos por la familia y socialmente sustentados por el poder.
- Transmitir en su lugar desde el poder que le confiere su posición en la familia, que somos seres humanos completos, admitiendo la potencialidad de los dos sexos en nosotros y por tanto nuestra diversidad.
- No descalificar al hombre por ser hombre ni a la mujer por ser mujer, de forma que no se admitan características diversas y sí seres humanos con características propias y diferenciadas de uno en uno aceptando su diversidad cualquiera que éstas sean.

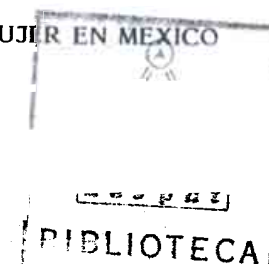
Una mujer que se libere de un argumento banal y estereotipado es libre de no aceptar situaciones de desigualdad, y no aceptar ser una persona incompleta a cambio de seguridad. Esta en vías de evitar involucrarse en relaciones infelices. Está abierta a elegir opciones en sus relaciones que le sean satisfactorias y que sirvan mejor a las necesidades y apetencias de su NL.

#### BIBLIOGRAFIA

- STEINER "Games alcoholics play"  
Gove Press. N. York 1971
- WYCKOLF, H. "Radical Psychiatria  
au T.A."
- ERIC BERNE "¿Qué dice usted  
después de decir hola?"  
Ed. Grijalbo. Barcelona 1981
- ERIC BERNE "El A.T. en la  
Psicoterapia de grupo"  
Ed. V siglos. México 1977
- ERIC BERNE "Juegos en los que  
participamos"  
Ed. Diana. México 1980

#### LA PROGRAMACION DE LA MUJER EN MEXICO

Por Gloria Balbona Argüelles  
Nivel II ITAA



El estado de la mujer en la esfera laboral en México está en proceso de cambio, como en muchos otros países. Sin embargo, hay muchos problemas en este cambio por la programación que aún existe en el país, relativo a los roles que supuestamente deben desempeñar las mujeres y los hombres en esa cultura.

Primeramente hay gran júbilo cuando nace un niño y el papá, muy orgulloso, regala puros a todo el mundo. Cuando nace una niña, por rela general, el mensaje que él recibe es que tendrá mejor suerte la próxima vez, y el pobre papá, cabizbajo, pasa chocolates.

Vemos entonces que desde que nace el bebé viene ya con una programación de valor exagerado, si es hombre, o de subestimación si es mujer. Es muy difícil que la mujer pase por encima de esta programación.

Tiene que tener características muy especiales para lograr el éxito. No tiene miedo de no tener éxito, sino de tenerlo. Al tener éxito la mujer se está arriesgando a que no la quieran (o por lo menos es lo que siente y piensa). Los mensajes que recibe desde niña es que es una ciudadana de segunda clase, que no sobrepase a los hombres, que ha venido para servir a los hombres y a los niños que "Dios le mande" y "para qué quiere una educación si nada más se va a casar". Muchas mujeres ven el matrimonio como un fin y esperan que alguien se haga cargo de ellas.

A las mujeres que les dejan sus esposos, o quedan viudas, no saben qué hacer al principio -no están preparadas para hacer nada. Sin embargo, la mujer mexicana es muy creativa y en la mayor parte de los casos sale adelante.

(Conozco varias señoras que se quedaron viudas y sacaron adelante a sus familias numerosas en que todos los hijos tienen título y a una sirvienta (sin pareja) todos sus hijos fueron a la universidad. En algunos casos, la mujer daba clases de coser, vendía ropa, joyas y hasta propiedades y una de ellas ahora tiene un restaurante en la Zona Rosa de México).

Está aumentando el número de mujeres que quieren tener carrera pero cuando se casan es muy común que no les "dé permiso" el esposo para ejercerla. También hay mucho problema del "machismo" "van a decir que no la puedo mantener".

El cambio que se ve en la mujer de clase media es que está empezando a trabajar fuera de su casa para poder mantener el standard de vida que llevaba la familia antes de la inflación que estamos viviendo. Al mismo tiempo, vemos que la mujer si trabaja también tiene que, en la mayoría de los casos, mantener la casa y el cuidado de los niños solita. Ese trabajo es de "viejas" dicen los hombres.

Los hombres muy pocas veces entran en la cocina porque tienen miedo que les achaquen de "afeminados" de acuerdo con la programación de su mamá.

En México es la mamá quien manipula desde su Padre Protector No.O.K. y no permite que el niño haga nada en la casa. Esto le sirve a la mamá ser martir, con mucho trabajo, haciendo camas, comidas, lavando y planchando. Cuando el niño ya es hombre, pues, piensa que "no debe" hacer ciertas cosas porque a él no le tocan. Se ven cambios en la gente joven relativo a estos mandatos y programación. Se dan cuenta, muchos de ellos, que tienen que compartir el trabajo.

## ANÁLISIS DE LOS ESTADOS DEL YO EN MUJERES MALTRATADAS

Por **Mary Roark y Stella Llanos**  
Publicado en TAJ, julio 83, nº 3

Traducido por **Concepción de Diego Morales**  
y **Dolores González Baamonde**

### Sumario:

El estado del Yo de las mujeres maltratadas fue analizado por medio del uso del "Heyer's Ego States Profile Questionnaire". El resultado del estudio señaló que las mujeres maltratadas tienen un Adulto bajo, un Niño Adaptado más alto, un Padre Crítico y un Padre Nutritivo ligeramente más alto y un Niño Libre próximo a la norma general de la población. El estudio apoya la creencia de que el uso de las técnicas de Análisis Transaccional ayudan a las mujeres maltratadas a entenderse a sí mismas y, si ellas quieren, tomar decisiones sobre sus vidas.

La violencia doméstica es uno de los problemas sociales a los que se presta atención en los círculos terapéuticos.

Existen diversas teorías acerca de este problema, pero ninguna de ellas explica adecuadamente por qué a algunas mujeres permanecen sujetas a parejas violentas y en orden a ayudar a buscar salidas a esta forma de vida, es necesario examinar los aspectos psicológicos de la mujer maltratada.

En este trabajo vamos a explorar las características de la personalidad de la mujer maltratada a través del análisis de sus Estados del Yo.

Un estado del Yo, desde la Teoría de la Personalidad creada por Eric Berne, se define como "un patrón consistente

de experiencias y sentimientos directamente relacionado a su correspondiente y consistente modelo de comportamiento.

Estos Estados del Yo y sus usos alternativos en un momento dado tienen una gran influencia en el comportamiento interpersonal.

Los resultados de los estudios de Walker (1979) acerca de la mujer maltratada, acusan una fuerte dependencia emocional y económica de la pareja, Dowling (1981) señala que es una víctima apaleada y vapuleada con un bajo índice de propia estima; Roy (1977) dice que la mujer maltratada muestra un Estado del Yo Adulto menos catectizado que el de los adultos de la población general.

### Método

#### Descripción de la muestra:

Los sujetos de estudio fueron un grupo de 40 mujeres maltratadas por su pareja, durante un cierto período de tiempo, no en hecho aislados. Se creó este grupo para un período de seis meses. Las mujeres pertenecían al área metropolitana, aunque eran de muy diversa procedencia. Se sometieron voluntariamente al estudio. Para estas mujeres la elección de venir al grupo y someterse al estudio, suponía una última oportunidad de cambiar sus vidas, después de que otras tentativas no habían tenido éxito.

- La edad de las participantes era de 19 a 52 años, con una media de 31 años.
- El 40% había nacido en el extranjero.
- La educación iba desde el grado elemental a nivel de doctorado universitario.
- En el momento de formalizarse el estudio el 73% del grupo dependían económicamente de su pareja.
- El 15% eran parejas sin vínculo legal, un 5% eran separadas legales y el 80% estaban legalmente casadas. El número de años de unión iba de 1 a 28 años.
- Sólo dos mujeres de las 40 no tenían hijos. La media de hijos por mujer era de un poco más de 3 por mujer y sus edades oscilaban entre los 4 meses a los 20 años.

#### Instrumentos aplicados en el Estudio:

Cada mujer del grupo contestó personalmente a un cuestionario objetivo. El cuestionario NR Heyer's Profile Questionario, para medir "Estados del Yo" creado en 1979 en base a los conceptos de personalidad del A.T. Este instrumento de medida consiste en 50 ítems que miden la distribución de la energía en los cinco Estados del Yo del Análisis Funcional de la personalidad (PC, PN, A, NA, NL) este cuestionario sirve para cuantificar, standarizar y comparar datos entre grupos, entre individuos y en valor individual.

El cuestionario tiene buena fiabilidad y validez de acuerdo a las evidencias presentadas por Heyer. Quien, siguiendo los parámetros del CORNBACH'S ALPHA, estima que la fiabilidad de la medida de cada uno de los estados del Yo oscila entre 628 y 781, aún cuando otras pruebas la sitúan entre 490 y 819. La validez ha sido examinada en comparación con escalas de propia

estima, aceptación de los otros y dogmatismos y creencias. (Este análisis ha sido descrito por Heyer, 1979, en un artículo publicado en la Revista T.A.J.).

El cuestionario se rellenó y puntuó, siguiendo las indicaciones de Heyer. Las puntuaciones directas, convertidas a puntuaciones standard, con una significación del  $\bar{x}=50$  y una desviación standard de 10. Estos datos standard fueron basados en 700 sujetos de la población general adulta en diversos emplazamientos (Heyer, 1979).

En el grupo de mujeres se obtuvo un egograma colectivo recopilando los datos significativos de cada estado del Yo y hallando la media de las puntuaciones. También fue hecho un egograma personal por cada miembro del grupo.

#### Explicación del egograma y la energía constante

El egograma es un eje de coordenadas en el que en ordenadas se mide la energía total del sujeto y en abscisas vienen representados los Estados del Yo.

Puede ser aplicado a personas individuales como a grupos, organizaciones, colegios, etc... y nos muestra la cantidad y distribución de la energía de cada Estado del Yo, así como la relación de un Estado del Yo a otro. Es como un retrato de la personalidad que sirve de indicativo de la intensidad y equilibrio de los Estados del Yo.

#### Resultados del Estudio: Datos Estadísticos.

El gráfico nº 1 nos muestra el resultado de las puntuaciones directas, de los E. del Yo, convertidos en puntuaciones standard, de las 40 mujeres maltratadas, que participaban en este grupo experimental.

Nº Muestra	PC	PN	A	NL	NA
40	52'2	5			

Siendo la media de la población  $\bar{x}=50$   
Y la desviación típica  $\sigma=10$

#### Comentarios:

El NL, de las mujeres maltratadas es de 50'5 en puntuación standard, es más o menos igual a la media de la población.

PC=52'2 moderadamente mayor que la  $\bar{x}$  de la población.

PN=55'4 moderadamente mayor que la  $\bar{x}$  de la población.

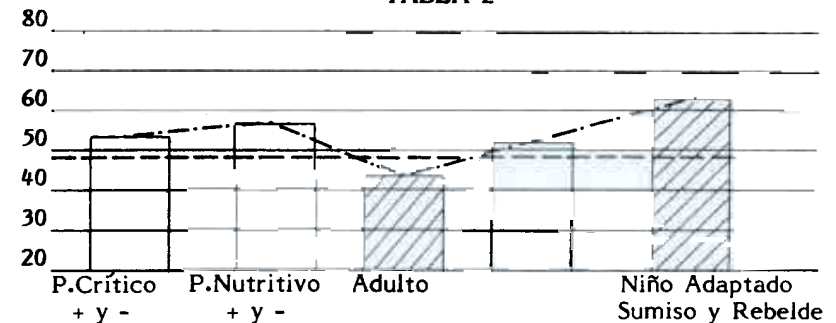
La mayor diferencia se observa en el Estado Adulto del Yo, con un valor de 43, puntuación standard en las mujeres maltratadas mucho más bajo que la media de la población. También en el Niño Adaptado con una puntuación de 60'7 es mucho más alto en la mujer maltratada que en la población general.

La figura Nº 2 nos muestra la distribución de las puntuaciones standard significativas de la población de mujeres maltratadas en el ámbito familiar de este estudio.

Debido a que el egograma de este grupo está relacionado en una escala de puntuaciones media de 50 para cada Estado del Yo, puede ser representado y comparado al egograma plano descrito por Dusay (1977).

Representación gráfica de las puntuaciones en el egograma de Dusay. Figura 2.

TABLA 2



Barras y las puntuaciones standard, basadas en la  $\bar{x}$  de la población general (Heyer 1979).

-----  $\bar{x}$  de la P.G.=50

----- Perfil de personalidad, en donde se aprecian las desviaciones de la  $\bar{x}$ .

españa  
BIBLIOTECA



Aunque entre los resultados de los egogramas individuales de cada participante no había dos iguales, sí se hizo notar una tendencia que seguía un patrón.

Aparece en general que el NA, bien sea Sumiso o Rebelde era el Estado del Yo con más alta puntuación en la mayoría de las mujeres, y el Adulto el de menor puntuación.

La Tabla nº 3 nos muestra el número y porcentajes de mujeres de acuerdo a las más altas y más bajas puntuaciones de los Estados del Yo, y hace notar la variedad de modelos de los Estados del Yo en conjunto como grupo.

Una limitación en el diseño del estudio fue hecho de no poder contar con datos provenientes de un grupo de mujeres no maltratadas de las mismas características objetivas del grupo de mujeres maltratadas, o de mujeres en general, que nos permitiera hacer un estudio comparativo de los Estados del Yo, de significación estadística. En nuestro estudio, los datos fueron comparados con las puntuaciones de Adultos en general. Luego, los resultados del presente estudio deben ser tomados como punto de vista heurístico, que evidencia una situación que necesite un estudio y desarrollo futuro más profundo.

**TABLA 3**

Estado del Yo más alto y más bajo en Mujeres Maltratadas y % del total del grupo

	Mayor E. del Yo	%	Menor E. del Yo	%
Padre Crítico				15
Padre Nutritivo	10	25		2,5
Adulto	3			50
Niño Libre		2,		20
Niño Adaptado				
<b>Combinaciones</b>				
Niño A. y N.L.				4,2
Adulto/Padre N.				2,5
Adulto/Padre C.				
<b>TOTAL</b>	<b>40</b>	<b>100</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Además, el hecho de ser extranjeras el 40% de la muestra, nos señala un sesgo importante, toda vez que el "Carácter de extranjero" puede contribuir a bajar la puntuación media del estado Adulto del Yo e incrementar la correspondiente al Niño Adaptado.

Por consiguiente, es preciso profundizar este estudio controlando variables como el origen de nacimiento y el área geográfica.

De todos modos, se evidencia en este estudio el bajo nivel general del Estado del Yo Adulto de la Mujer maltratada en comparación con la  $\bar{x}$  de la población, que nos confirma que la mujer maltratada, que permanece en ambientes violentos dentro del ámbito familiar, tiene dificultades en hacer crítica objetiva de la situación y en tomar decisiones apropiadas que les lleve a acciones para salvaguardar su interés.

El dato de la alta puntuación obtenida en el Estado del Yo "Niño Adaptado" en la población estudiada, comparado con la  $\bar{x}$  de la población de Adultos en general, nos indica como una característica de la personalidad de las mujeres de la muestra la "sumisión" y su prontitud en complacer a aquellas personas a las que perciben, desde su marco de referencia, como más poderosas que ellas mismas.

Otra característica de esta personalidad, es que cuando el Niño Adaptado catectizado es el Rebelde, se muestran provocativas y practican juegos que contribuyen a situaciones de violencia doméstica.

Dado que el índice del Adulto correlaciona positivamente con el de autoestimación y el del Niño Adaptado lo hace negativamente (Heyer 1979), este estudio nos lleva a la conclusión que, en general, la mujer maltratada tiene un bajo concepto de su propia valía, que se refleja en una Posición Existencial -/+, que funciona como soporte para tolerar la agresión y la violencia de los otros.

#### Conclusiones desde el AT:

Un mayor entendimiento de la personalidad de la mujer maltratada a través de este estudio y desde las perspectivas del A.T., nos indican que las intervenciones desde los instrumentos terapéuticos del A.T., pueden ser enfocados en cambiar el monto de energía utilizado en cada estado del Yo de las mismas. Según el principio de la energía constante, elevar el nivel de energía de un Estado del Yo, tiene como consecuencia inmediata, rebajarlo en otro. Dusay, en 1977 destacó que es más fácil elevar de nivel un estado del Yo que esté bajo, que afrontar directamente la descatectización del que está muy elevado. Sugerimos que una elevación energética y fortalecimiento de su Estado Adulto del Yo puede ser un buen camino.

## **"NO VUELVAS LOCO A PAPA" (SUGERENCIAS PARA NEGOCIAR ENTRE MUJERES Y HOMBRES)**

Por Pat y Ted Novey

nº 2 abril 1983 - Transactional Analysis Journal

Traducción de Dolores González Baamonde

### **Sumario**

Se analizan los diferentes estilos de negociación de mujeres y hombres. Se destaca la dificultad que las mujeres tienen para negociar con efectividad con hombres iracundos, bajo la amenaza de ser abandonadas y debido a la influencia que tienen en ellas los mensajes de su infancia que influye en sus decisiones. Presenta una integración de varios sistemas de negociación con metas fijadas y métodos de cambio en la conducta que los autores utilizan para enseñar a las mujeres cómo sentirse fuertes y seguras ante un hombre furioso.

En nuestra práctica, trabajando con mujeres y hombres individualmente y/o parejas, hemos observado algunas asimetrías en las formas que cada uno lleva a la mesa de negociaciones. Cuando la negociación está plena de necesidades y deseos es básico establecer una relación íntima; hemos estudiado estas diferencias y aquí proponemos discutir la parte de responsabilidad de la mujer.

La tesis de este artículo es que muchas mujeres están asustadas ante la ira del hombre y que este temor comenzó con sus padres o con la figura paterna. Ellas mismas se colocan en desventaja cuando negocian y soportan las consecuencias de los mandatos argumentales tales como: "no preguntes"; "no pienses"; "no digas no"; "no seas importante".

Podríamos enfatizar la posición del hombre como Perseguidor, con mandatos argumentales tales como: "no te acerques"; "no confíes"; "no expreses sentimientos".

Usando juegos de poder, enfado y/o violencia física para obtener lo que él quiere. Esto que sentimos nosotras, ha sido ya enfatizado en un buen número de libros y folletos sobre el papel sexual del hombre (Addler 1972) (Allen 1972) (Hamsher 1973) (Everts 1974) (Steiner 1974/81). Otros autores han discutido el papel de la mujer como salvadoras, víctimas y dadoras de culpas. (James 1973; Wyckoft 1971).

Aquí presentamos otra visión del papel de las mujeres basado en su miedo a los hombres airados. Enfatizamos el problema desde la parte femenina porque en nuestra experiencia, a menudo encontramos que:

1. La mujer no sabe cómo negociar
2. No se permite involucrar a su pareja en la negociación porque teme que él se vuelva loco
3. No sabe qué opciones puede tener.

En efecto, un nuevo mandato ejerce presión sobre ella: "no vuelvas loco a papá"; que es una variación de: "no preguntes". "No expreses sentimientos".

De esto resulta que las mujeres frecuentemente olvidan que ellas tienen posibilidades.

Desde el punto de vista de los hombres, las mujeres gustan de lamentarse, pero no de tomar sus responsabilidades.

Desde el punto de vista femenino, los hombres tienen siempre el poder, de forma que es inútil cuestionarlo.

A ellas les gusta sentirse en una posición inferior y lamentar que su pareja tiene en el juego una maldita buena posición ¡Si no fuera por él...!

El propósito de nuestro acercamiento es estimular a la mujer para que entienda y cambie los mandatos argumentales básicos que las inhibe de usar su poder de negociación.

La negociación entre personas que tienen relaciones íntimas es diferente de la negociación en competición que no busca la intimidad. Por ejemplo, en política y en los negocios puede ser muy peligroso mostrarse abiertamente dispuesto a ceder y así cada persona se implica sólo cuando es necesario, con el fin de ganar sobre los otros, obtener más poder, mayor beneficio, más control, etc...

#### Metas para la negociación

Antes de empezar a trabajar, con una pareja, necesitamos saber:

- 1) Si ellos están interesados en continuar juntos.
- 2) Que reconozcan que el viejo sistema ya no funciona.
- 3) Que estén dispuestos a gastar la energía necesaria para aprender y poner en marcha un sistema nuevo.

Si aceptan, nosotros les ayudamos a que ellos establezcan sus propias metas y también a que verbalicen sus necesidades y deseos.

Finalmente, sus metas son inicialmente mutuas, nosotros consideramos que hay una base para

ir más lejos. Si la pareja no se plantea como meta continuar juntos, no hay razón para ayudarles a que negocien salidas que fortalezcan su intimidad. En este caso, nosotros deberíamos recomendar que trabajen individualmente en función de lograr lo mejor para ellos y sus hijos.

Hablando en general, hay dos clases de metas; unas se refieren a solución de problemas como dividir el trabajo con relación al cuidado de los niños, las labores caseras y el manejo del dinero. Las otras se refieren a la intimidad, usando la clasificación de intimidad de Boyd (Boyd & Boyd, 1980-1981). Estas buscan salidas de acercamiento, atención, cuidado y compatibilidad. La elección de metas en las que trabajar está también en relación con la clase de relación o matrimonio a que la pareja aspira.

En el ensayo "Bloqueos en la relación" (Movey & Movey, 1982) fueron discutidas 10 áreas en las que las parejas pueden aprender por sí mismas desde una experiencia de intimidad. Las áreas de bloqueo son:

1. Pedir lo que quieres
2. Compartir el control
3. Expresar sentimientos
4. Libertad para ser quien eres
5. Competir por el poder y el control
6. Tendencia a ser dependiente
7. Compartir el trabajo
8. Cuidado por ti mismo tu bienestar
9. Compartir la responsabilidad en la relación.
10. Conocer a ti mismo y al otro.

Remover estos bloqueos y alcanzar intimidad no es, frecuentemente un proceso fácil. Si la relación es altamente conflictiva será necesario trabajar el argumento individual antes de que sea factible fijar un marco efectivo de metas. De cualquier modo, muchos hombres rehusan hacer terapia. Como resultado

de esto las mujeres, a menudo vienen solas y quizás secretamente hasta que desarrollan opciones de autoprotección que es cuando finalmente hacen una confrontación de su relación.

Cuando una mujer necesita aprender cómo negociar, nosotros, frecuentemente, encontramos que debemos ser extremadamente pacientes y encorajarlas para que así su niño pueda empezar a sentirse seguro y protegido. Cuestiones importantes para ser consideradas:

- ¿Qué clase de golpes necesitas que no estás obteniendo?
- ¿Pides los golpes en una forma clara y directa?
- ¿Estás temerosa de él?
- ¿Qué hace él que te gusta?
- ¿Qué hace él que no te gusta?
- ¿Te recuerda a algún otro?

Todas estas preguntas apuntan a ambos, el Adulto y el Estado Niño del Yo. Estas son, a menudo, preguntas que las mujeres no se hacen por sí mismas con bastante claridad.

El miedo a la negociación puede cubrir cada área de la relación y para muchas mujeres es especialmente peligrosa la que rodea el tema del dinero y el miedo al abandono.

Cuando la mujer comienza a cambiar y toma más cuidado de sí misma a menudo el marido se interesa y se vuelve más dispuesto a la negociación y hasta puede involucrarse en la terapia.

Alice (32 años) había estado trabajando sin cesar para averiguar cómo conseguir logros que fueran efectivos para su esposo (Bob 35 años). Decidió que un golpe en la diana para ella sería "un contacto visual". Ciertamente, a simple vista, puede parecer bastante simple, así que ¿por qué no había de pedirlo?. Su

primer trabajo fue llegar a saber la razón de que ella misma se torpedeaba la pregunta ¿de qué tenía miedo? ¿dónde tenía su origen ese miedo? ¿Cuál era el riesgo que envolvía su petición?. El contacto visual era importante para Alice porque ella era la más joven de seis muchachas. Ella sabía que había sido una niña no esperada. Su madre estaba demasiado ocupada para prestarle mucha atención y su padre raramente estaba en casa. Se veía a sí misma cuando era pequeña pensando "nadie me mira".

Cuando tenía 11 años murió su padre de un súbito ataque al corazón. Su madre en su congoja repetiría "no somos nada sin un hombre". Alice se veía a sí misma aterrorizada de que nadie las cuidara. Los años que siguieron a la muerte de su padre fueron duros para toda la familia. Se hizo claro para Alice que en orden a llegar OK a la mesa de negociación con Bob, ella tendría que trabajar duro para hacer entender y convencer a su niño asustado que ella había crecido y era capaz de cuidarse a sí misma y de este modo cambiar su posición de :  
"Las mujeres no son importantes sin un hombre" a  
"Sí, yo soy importante con o sin hombre".

#### "LA MUJER DEBE SENTIRSE BIEN CONSIGO MISMA PARA NEGOCIAR" - APALANCAMIENTO

...Dadme una palanca  
suficientemente larga y un lugar  
en donde apoyarla  
y yo moveré la tierra...

(Arquímedes)

La pregunta surge: ¿Por qué debería alguien estar dispuesto a negociar conmigo en vez de pedir directamente

lo que él o ella quieren? En orden a inducir al otro a entrar en el proceso debe haber algunas ventajas en negociar y desventajas en no hacerlo. Este proceso de motivación se llama: apalancamiento.

El apalancamiento clarifica las consecuencias de las acciones de las partes. El apalancamiento de la mujer da un balance a su poder con el de su compañero en el proceso de negociación y le motiva a él a entrar en negociación con ella.

El apalancamiento es uno de los sistemas de manipulación que los humanos usan en orden a obtener lo que necesitan; y como es habitual, las manipulaciones pueden ser constructivas o destructivas. Así como las metas de negociación diseñadas aquí fomentan el desarrollo de las relaciones, así también el uso constructivo del apalancamiento puede ser muy positivo.

Estamos pues en contra del uso destructivo del apalancamiento para ambos, hombre y mujer, ya que comporta papeles manipuladores de la conducta tales como hacer que los niños tengan que elegir entre sus padres, usándolos para atacar el bienestar del otro, cortar el dinero de los alimentos u otras necesidades básicas, ir de parranda o actuar irracionalmente, con violencia, pasividad, etc... Es crucial que el contacto sexual sea de libre elección y no se convierta en un arma para la negociación.

En su libro "Ud. puede negociarlo" (Herb Cohen, 1982) identificó los factores esenciales que dan apalancamiento en la negociación.

1. Poder
2. Tiempo
3. Información

Poder es una palabra que expresa fuerza: la sensación de ser una persona OK con el derecho a ser fuerte para obtener lo que quieres.

Incluye poder psicológico y también incluye el poder del dinero, influencia, posición y otros signos externos de poder.

Disponer de tiempo para negociar puede ser un factor de apalancamiento. Si estás dando una línea inerte para la negociación, teniendo que resolver un problema con límite de tiempo se te reduce tu apalancamiento. Es importante en negociaciones obtener un tiempo adecuado.

Finalmente, es importante tener la adecuada información acerca del asunto a negociar. Si yo quiero negociar la libertad para gastar dinero, preciso saber cuánto dinero está disponible para negociar. Si no tengo información, pues estoy en desventaja. En una negociación abierta en intimidad puedo pedir tiempo para obtener más información.

Alice, habiéndose hecho consciente de cuáles eran sus mensajes inducidos; decidió utilizar su poder personal y pedir un golpe en la diana (contacto visual) en la siguiente sesión de la pareja.

Alice: Lo apreciaría realmente si tú pudieras empezar a tener un contacto visual conmigo.

Terapeuta: ¿Eres consciente Bob, de que tú no miras a Alice cuando ella te habla?

Bob: No, no soy consciente de eso.

Terapeuta: Alice, ¿Cómo sugerirías que Bob empezara a hacer esto?

Alice: Iremos a tu casa del pueblo a cenar este sábado. ¿Estarías de acuerdo en hacer un "contacto visual" al menos 3 veces mientras estemos allí?

Bob: Sí, si tu estuvieses dispuesta a no dejar la mesa tan pronto como terminemos de cenar.

Alice: ¿Cuánto tiempo quieres que espere antes de irme? Los niños necesitan ir a la cama.

Bob: Si nos vamos a las 9 eso estaría bien para mí.

Alice: Estoy conforme con eso.

## PROCEDIMIENTO

En su libro (obteniendo el sí) que salió del trabajo de la Harvard Negotiation Project, Fisher y Ury (1981) presenta un procedimiento para alcanzar acuerdos mediante la negociación. Manteniendo las siguientes pautas como más importantes:

1. No hagas rebaja de tus posiciones sobre lo que es justo, sobre lo que está mal y sobre qué posición es mejor o más razonable.
2. Separa a la gente del problema. La meta es resolver un problema, no determinar OKnes o no OKnes de los negociadores.
3. Conoce y respeta los intereses de los otros.
4. Inventa opciones que aporten ganancia para todos los negociadores.
5. Insiste en fijar criterios objetivos para determinar standards y establecer procedimientos limpios y correctos.
6. Desarrolla otras alternativas cuando un acuerdo en la negociación no sea posible.
7. Saber cómo afrontar ataques o tácticas de engaño en orden a avasallar al otro.

Pueden desencadenarse sentimientos parásitos (rebuscos) en cada uno de estos niveles de transacción, dada la diferencia de las formas de vida y/o preferencias personales. Si un hombre llega a una conducta de amenaza y furia, la mujer no debe permitir que eso le intimide. Si un hombre se enfada, nada especial tiene que pasar. Puede estar enfadado si es eso lo que quiere.

En la sesión siguiente Alice informó de que ambos cumplieron sus contratos, pero Bob estaba furioso "¿Significa esto que tenemos que ir a través de esta inmundicia siempre?, si nos amáramos realmente

no tendría que ser tan complicado". De nuevo todo el concepto de la necesidad de la negociación tiene que ser reestructurado:

"¿queréis estar juntos?"

"¿funciona el viejo sistema?"

"Sí, es duro al principio". "¿Cuánto tiempo, realmente te lleva cumplir el contrato? ¿quizás unos pocos minutos?". "Cuando aprendas el procedimiento, todo el tiempo puede ser empleado para negociar". Alice comenzó a llorar. El la miró con disgusto y dijo: "Ahora tenemos un "contacto visual"; cada día será algo distinto; nunca estarás satisfecha. Se vuelve claro para ambos, Alice y Bob, como sus argumentos les impiden aún simples negociaciones uno con el otro. Había muy poca positividad en la familia de Bob. Los padres incitaban muy fuertemente la competitividad entre los niños. Su padre era el jefe indiscutible y ahora Bob siente que necesita ser el jefe y estar en la verdad en orden a sentirse OK como un hombre.

## PARA QUE UNA MUJER PUEDA NEGOCIAR CON UN HOMBRE, EL HOMBRE DEBE SENTIRSE OK

Algunas veces para establecer un nuevo sistema de conducta, necesitamos volver a trabajar sobre el argumento de vida y clarificar los mandatos y producir redecisión, para que la pareja continúe. Para los hombres que alcanzan un alto grado de enfurecimiento y violencia podemos usar métodos de reducción de la ira (almohadas calientes) con la meta de reemplazar las fantasías de pérdida del control del Niño con nuevas enseñanzas que permitan al hombre saber que puede expresar sentimientos, de tristeza o ira de una forma efectiva, sin perder el control y sin interrumpir su proceso de pensamiento. Si un hombre va hacia la violencia, entonces la

persona débil debe estar preparada para enfrentar esta violencia con la ayuda de otras, incluso la policía si fuera preciso.

Algunos hombres toman lo que Cohen llama la posición "soviética" y lo que Fisher y Ury llaman la posición de "Ganga dura" en la negociación. Esto implica ganar a toda costa, en vez de negociar para mutua satisfacción. Los pasos en los sistemas "soviéticos" o "ganga dura" envuelven:

1. Actuar tomando una posición inicial extrema.
2. Actuar como si tuvieran una autoridad ilimitada para cambiarlo todo.
3. Usar tácticas emocionales (enfurecerse por ejemplo).
4. Considerar debilidad las concesiones al adversario.
5. Ser tacaño, miserable, haciendo concesiones.
6. Ignorar los callejones sin salida.

Este es un sistema muy difícil para cualquiera que tema la ira. Sin embargo, no significa que tales tipos "Gana-Pierde" de negociadores no puedan negociar; significa que esta clase de conductas pueden darse y debe uno tratar con ellos.

¿Quién puede decidir:

- Mantenerse asustada ante el cambio y, por tanto, volver hacia atrás a una posición de sobreadaptación.
- Permanecer en terapia y trabajar para salir de la posición de Víctima, tanto si Bob sigue la terapia, como si no. Si Bob está en la terapia será más fácil aprender juntos cómo volverse más sofisticados en sus negociaciones.
- Si Bob rehusa estar en terapia y también rehusa negociar, ella puede decidir: Cambiar sus expectativas de modo que si obtiene o no un "contacto

visual" no cambiarán sus sentimientos de auto-valoración. Ella puede volverse activa fuera del matrimonio, en la escuela, en política, etc... y satisfacer su necesidad de éxitos de esa manera.

4. Puede dejar su matrimonio.

#### **PARA NEGOCIAR, UNA MUJER debe estar dispuesta a aceptar riesgos.**

En parejas donde uno toma el papel de "ganar-perder" en la negociación, la posibilidad de intimidad es muy limitada. Uno de los primeros pasos que damos, en la terapia con parejas de este tipo, es confrontar si ellos quieren ganar o si quieren una relación amorosa. Hasta que esto se entienda y se decide, el proceso es lento. Sentimos que es importante para las mujeres que entiendan que muchos hombres han sido preparados a tomar la posición agresiva-violenta para defenderse, especialmente, en cuestiones de trabajo y dinero. La mujer no tiene que estar por ello asustada o sobreadaptada ante la aparición de tal actitud.

Diana (50) había comenzado el proceso de divorcio cuando llamó para una cita. Se estaba suicidando bebiendo demasiado. Don (55), dijo ella que no estaba interesado en la terapia y había accedido al divorcio. Era el segundo matrimonio para ambos. La mayor queja era "él era un tacaño" y como ella no trabajaba él tenía todo el control sobre el dinero. A Don se le pidió que viniera para una sesión y comprobar si, en efecto, no había posibilidad de mantener el matrimonio unido. El dijo que estaría dispuesto a continuar su matrimonio con Diana si ella pudiera dejar de beber. La negociación fue como sigue:

Diana: Si tú quisieras darme algún dinero yo no estaría enfadada siempre.

Don: Tú lo gastas solamente en embriagarte.

Terapeuta: ¿Cuánto dinero te gustaría tener y qué harías con él?

Diana: Compraría algunos trajes y haría pintar la cocina.

Don: La cocina no necesita pintura y tú tienes un armario lleno de ropa.

#### **EN ORDEN A NEGOCIAR una mujer necesita no atacar ni justificar su posición, NECESITA PERMANECER EN SU ADULTO.**

Diana: La cocina fue pintada hace 5 años y yo no he comprado nada nuevo desde hace más de un año.

Don: Entonces ve y compra algo para ti. Solamente dime cuanto dinero necesitas y te lo daré.

Diana: Ese es el quiz de la cuestión. Yo no quiero tener que pedirte como un niño cada vez que quiero algo.

Terapeuta: ¿Cuánto dinero necesitas?  
Diana: Quiero 500 \$ al mes.

Don era propietario de un negocio que estaba funcionando bien.

Fue negociado un contrato para ser revaluado tres meses más tarde. Don aceptó darle la cantidad que ella había pedido.

Diana estaba en terapia que pagaba con "su dinero", hizo contratos de no beber y no suicidarse. Don aceptó venir a una terapia de parejas una vez a la semana, la cual aceptó pagar también.

#### **UNA MUJER PARA NEGOCIAR DEBE MANTENERSE PENSANDO CUALES SON SUS METAS**

Si la mujer se defiende o explica demasiado su posición o trata de trasladar la responsabilidad al hombre o se excusa por cosas que no son su falta, entonces refuerza el sistema "gana-pierde". Nuestra experiencia es que si la confrontación

interesa en cambiar su estilo de negociación y establecer metas de cambio para obtener intimidad en vez de ganancias. Como este proceso representa un cambio en el balance de poder dentro de la pareja, el hombre puede tratar de forzar a la mujer a volverse atrás, a su posición de sobreadaptada. Es crucial que ella no esté sobreadaptada, su que se cuide de sí misma y continúe la confrontación desde una posición de seguridad. "Yo me preocupo de y de nuestra relación y yo necesito

Sustitución de los sistemas de conducta: Este proceso comprende la sustitución de los viejos sistemas de conducta: saber que puedo ser amado y aceptado, aunque estoy en conflicto con mi pareja, es muy tranquilizante y me permite abandonar mi sistema antiguo de defensa psicológica.

La pareja necesita aprender a reforzarse uno al otro la nueva conducta. La regla de conducta es apuntalar la conducta que quieres e ignorar la que no quieres. A veces un hombre dirá: "Hago lo que ella quiere y todavía no es feliz así, ¿por qué intentarlo?" o ella dice: "Tú estás pretendiendo cambiar. Realmente no has cambiado o no quieres continuar el cambio". Esta clase de discusiones no favorece el cambio. La nueva conducta necesita ser positivamente reforzada hasta que se convierta en automática y en parte de un nuevo sistema.

Diana había querido siempre tener negocios propios. Antes de casarse con Don era una secretaria competente. Decidió abrir su propio servicio de secretarías y usó su dinero y un préstamo que le hizo Don para comprar el equipo y todo lo que fuera necesario. Después de un tiempo

devolvió a Don su dinero y ya no necesito más de su dinero. Después, ambos negociaron cómo llevar separados sus beneficios.

Los de él, los de ella y los de ellos deben ser vistos como negociables.

## TRABAJAR EN PRO DE LA INTEGRACION

Asumamos que la mujer ha decidido que ella puede existir a pesar de la ira del hombre, que ella no necesita ser sobreadaptada y en vez de eso, se hace responsable de sus sentimientos, de sí misma, ¿qué pasa?.

Ahora viene el problema de vivir con nuevas estructuras y formas de resolver los problemas. Si el hombre puede enfadarse y la mujer continúa su demanda de una negociación más avanzada, ella puede experimentar una carencia de estructura. Sabe cómo ser sobreadaptada, ahora tiene que aprender cómo vivir con el riesgo de mayor igualdad en la situación, lo que puede exigirle a ella participar de un modo diferente. Es posible que el hombre pida directamente más promoción y mayor responsabilidad en compartir sus finanzas.

Claramente algo había sido roto entre Diana y Don cuando Diana quiso tener su propia cuenta de ahorros con el dinero que estaba ganando con su negocio. Don se enfureció. Dijo: "Cuando era yo el que ganaba el dinero, todo estaba en el mismo "pote", ahora ella quiere su dinero. Bien ella puede tenerlo todo y puede pagarme la renta, asumir responsabilidades en los gastos de su coche, comprar sus propios viajes, etc... Después veremos si le gusta ser independiente...

Ella sabía que no estaba ganando suficiente dinero para todo ello. Tomó el dinero y se volvió atrás en sus demandas, pero estaba enfadada.

¡Jaque mate!. Después de muchas horas hablando (manteniendo en mente sus metas) ("nosotros queremos estar juntos" y "sentirnos bien uno con otro"), decidieron que podrían poner un porcentaje de sus ganancias en el "pote" común. Esto cubriría los costos de sostenimiento del hogar. Todas las negociaciones están sujetas a RE-EVALUACION.

Este sistema de dar y tomar puede reemplazar lo que Virginia Satir (1972) llama "acoplamiento".

Si me amas, harás lo que yo quiero

Si me amas, tú me darás lo que yo quiero

Si me amas, tú sabrás lo que quiero antes de preguntar.

Cada pareja es única en sus ideas, en el área de los compromisos y las expectativas. ¿Qué puede una mujer esperar razonablemente de un hombre?

¿Cuáles son los compromisos reales que ellas esperan que él cumpla?

Si el movimiento de liberación le permitió a ella convertirse en un ser pensante y una compañera que toma decisiones, el Movimiento de Liberación del hombre le permite a él ser más vulnerable, expresar su miedo y su tristeza y dejar de ser el único que provee de dinero a la familia. Ahora él puede ser uno más en la familia y compartir largamente la educación de los niños.

La pareja necesita sentir que ellos permanecen básicamente a cargo de sus propias vidas, aunque estén en una relación compartida e íntima. Nuestra experiencia indica que los hombres que quieren una relación íntima aprenden a negociar de forma cooperativa, aunque fueron preparados para hacerlo con el estilo competitivo "ganar-perder".

La mujer deja de ser la niña desvalida y puede tomar su propia responsabilidad y cuidarse; ella sabe que si "papá" se vuelve loco, no es el fin del mundo.

## DILEMAS QUE SE PRESENTAN AL TRABAJAR CON PAREJAS LESBIANAS

Por Jude Marks (Scrit)

Traducido por Fernando Francés  
Psicólogo

Yo no debería escribir este artículo. Hay todavía una voz parental en mí que dice que los terapeutas heterosexuales no tienen por qué sacar conclusiones acerca de las parejas de lesbianas. En consecuencia, suelo empezar estas supuestamente prohibidas reflexiones con la siguiente manifestación: Soy plenamente consciente de que voy a estudiar un estilo de vida que no es el mío propio; yo soy un observador ajeno. Y tengo algunas cosas que decir que la generalidad de terapeutas debería oír. Invito a que todos me envíen sus comentarios e informaciones.

En la primavera de 1981, Patti Falzett y yo, algo arriesgadamente, comenzamos a compartir nuestros pensamientos e ideas en desarrollo (nuestra propia evolución) en nuestros trabajos con mujeres lesbianas, y en particular, con parejas de lesbianas. Observamos miradas incómodas sobre nuestros hombros cuando hacíamos esto, pero finalmente, apoyándonos mutuamente, salimos a la luz pública.

Nuestra primera presentación provocó una respuesta más bien fría de un grupo de feministas profesionales de Milvankee. Sin embargo, manteníamos la convicción de que la regla "No hables de ello" era destructiva para nosotras y nuestras clientes, por lo que perseveramos y presentamos nuestro taller en las conferencias de AT en Boston (1981) y Snowmass (1982). En ambos lugares, los participantes respondieron con interés y entusiasmo.

Nuestras conclusiones indican: Muchas parejas de lesbianas consultan a terapeutas. Una mayoría de terapeutas de mujeres son terapeutas ordinarios, aunque muchos de ellos son excelentes. Y finalmente, existen diferencias entre las parejas heterosexuales y las de lesbianas.

Cuando empezamos a hablar de todo esto, Patti y yo participamos en procesos similares de lesbianas. Ambas habíamos alimentado la creencia de que las lesbianas son pervertidas, antinaturales y extrañas, de carácter posiblemente contagioso. Moviéndonos en dirección contraria, nos volvimos buenas, liberales y tolerantes, mientras que en nuestro interior se reflejaba la actitud "Tú estás bien conmigo" y ambas albergábamos una intensa curiosidad y la íntima creencia de que las lesbianas serían más felices si sólo ellas tuvieran razón.

Creo que una importante parte del proceso fue el hecho de adoptar el riesgo de poseer y experimentar nuestros propios sentimientos de amor y atracción hacia las mujeres. De esa forma, la auténtica información fue fácil de conseguir con la mayor parte de los clientes. Estando abiertas a nuestras clientes, aprendíamos (y continuamos haciéndolo) y pronto nos dimos cuenta de que nuestras relaciones eran al mismo tiempo diferentes y parecidas.

Las analogías parecen obvias y numerosas. En las parejas lesbianas, se observa simbiosis, con toda la pasividad que ello supone. El

terapeuta puede diagramar transacciones o examinar las pautas más destacadas de la pareja, sus juegos favoritos o simples intimidades. Todo está allí, como comprobamos con cualquier pareja que cruza la puerta de nuestra oficina.

La diferencia más clara que afecta a todas las parejas de lesbianas es el rechazo cultural que forma el contexto en que las lesbianas crecen, luchan por su identidad personal y sexual, crean relaciones, aman y viven. En gran número de mujeres, por muchas razones de autoseguridad, se cierran en sí mismas, en mayor o menor grado, minimizando así la influencia de dicho rechazo, y llevando una vida aparente que está reñida en gran parte con su espíritu.

Es necesario, desde luego, pagar un precio por este distanciamiento espiritual, pero a los terapeutas se les debe recordar a veces que, para algunas mujeres, las consecuencias de "salir" fuera de sí mismas, pueden ser devastadoras, especialmente en la actividad laboral. Me figuro que muchos bienpensados terapeutas, acostumbrados al apoyo o neutralidad de su comunidad, han animado a su cliente a "salir" precipitadamente. Pero tenemos que oír y admitir los miedos del cliente sobre el riesgo que corre, mientras al mismo tiempo ayudamos a escoger su estilo de vida en cualquier parte que lo pueda contrar. Algunas veces lo mejor es abrir la puerta cerrada sólo lo justo para que pasen las personas más necesitadas.

El rechazo cultural tiene determinados efectos negativos en las parejas. En cierto modo, éstas se han apropiado del apoyo masivo que el Padre Cultural da a la pareja convencional. Pero nos bombardea con imágenes de mujeres paseando cogidas de la

mano en una puesta de sol. Y, aunque este Padre pueda parecer muy limitado, suministra el engrudo necesario para construir las fronteras del mundo de la pareja. También permite, mediante sanciones legales y rituales públicos de todas clases, que las parejas organicen sus propias vidas.

Patti conoce la historia de una pareja con la que trabajó, y la cual se encontraba muy encorsetada, siendo su relación ignorada incluso por sus familias, cuando a una de las mujeres se le manifestó una enfermedad mortal. A su compañera y amante le fue denegado el permiso para visitarla sistemáticamente, durante su proceso hospitalario y también le fue denegado el derecho a heredar automáticamente sus pertenencias. Fue una ridícula y cruel situación a la que ningún matrimonio "normal" había tenido que enfrentarse.

Otra consecuencia del rechazo cultural que he observado frecuentemente es la tendencia de las mujeres a "fundirse" una con otra para formar una simbiosis del tipo "tú eres yo". Sacrifican sus propios límites personales para ensancharlos a los de la pareja que constituyen. Cuando la pareja se desarrolla, es común que uno de los dos miembros resuelva el conflicto mediante la posición "tú o yo", por la que una de ellas prescinde de las necesidades de su compañera para reasumirlas ella misma y aumentar así su sentido de responsabilidad. Esta lucha precipita a menudo la consulta al terapeuta.

Si se añade a esta tendencia a la fusión (en orden a definirse a sí mismas como una unidad familiar o pareja) el entrenamiento en femineidad que la mayor parte de las mujeres reciben, resulta una unidad en la que los miembros están increíblemente compenetrados en

intuición, respeto mutuo, perspectivas e intereses. Añádase a esto una política feminista que destaca la cooperación y el compartirlo todo, y se tendrá lo que puede ser amablemente denominada "egomasa indiferenciada"

Ante todo esto, me pregunto a menudo por dónde empezar: ¿Quién siente algo? ¿Quién necesita de algo? ¿Dónde comienza uno y dónde termina otro?. Poner esto en orden representa frecuentemente terror y dolor para las mujeres implicadas, ya que ellas luchan para encontrar nuevos caminos de compartir y juntarse sin tener que aislarse la una de la otra. También se hace más difícil, dado que sus modelos de rol están muy limitados.

En el lado positivo, el guión femenino tiende a evocar la voluntad de compartir, y la característica femenina obtiene valor y comprensión de las ventajas de relaciones igualitarias. El consentimiento de las mujeres a usar su intuición y protección puede ser también una ventaja en el sistema de pareja formada por intuitivas y protectoras.

Me gustaría apuntar otro problema creado por el Padre cultural, ya que todos nosotros asumimos órdenes y permisos de ese Padre, en el caso de las lesbianas frecuentemente han asumido "No seas", "No seas tú" o "No sientas lo que sientes", órdenes de las que no son conscientes.

Una mujer puede recibir otros mensajes del Padre que digan: "Esta bien que seas tú. Está bien que prefieras a las mujeres", que están sólidamente asentados en creencias políticas, feministas y amistades lesbianas. Sin embargo, el otro Padre, que a menudo retiene su poder, necesita ser sacado a la luz, enfrentado y destronado. Pienso que el rechazo cultural interno es un

factor significativo en la persistencia de la idea de suicidio, depresión, abuso de drogas y violencia que observo en mis clientes lesbianas.

Otra importante diferencia he podido encontrar en muchas de las parejas de lesbianas que veo, uno o ambos componentes están repitiendo su adolescencia. Durante la adolescencia cronológica, muy pocas mujeres tienen el valor de experimentar lo que es natural en esa etapa de la vida. Cuando ellas encuentran una comunidad y despliegan sus identidades de mujeres lesbianas, tienen la oportunidad, al menos en parte, de aprender las habilidades sociales que las relacionan con compañeras potenciales para descubrir quiénes les gustan y porqué, y ensayar multitud de diferentes posibilidades. Esto puede parecer promiscuidad para un observador ajeno, pero realmente es un estado necesario de la vida, muy importante para una pareja (yo he conocido varias parejas que superaron esta etapa y quedaron intactas, estaban raramente capacitadas para la contemporización y la auto-observación).

He tratado en este artículo de no exponer teorías acerca de los guiones de lesbianas. En este trabajo me he preocupado por los mensajes de los guiones. La mayor parte de los investigadores con los que he hablado no han podido hacer pronósticos fiables sobre el futuro de la homosexualidad (una de mis colegas lesbianas me dijo: "Bueno ¿cómo te decidiste a ser heterosexual? ¿Qué te hace creer que eso es diferente?").

Las diferencias que Patti y yo hemos observado en nuestras parejas de lesbianas tienen que ver con la discriminación y la opresión, con la adaptación (en el ciclo vital) a un clima hostil. Con una mayor conciencia de este clima, podemos

contribuir a la seguridad de nuestras clientes lesbianas, facilitándoles permiso y protección para ser ellas mismas, así como ayudarles a crear nuevos rituales personales y contratos legales que contribuyan a definir su pareja como una unidad familiar.

## LA CATEXIS DE A.E.S.P.A.T.

Boletín de la Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT)

### **RELACION CON LA FEAT:**

El pasado 21 de octubre, se desplazaron a Zaragoza, en representación de AESPAT, su Presidenta, D<sup>a</sup> Montserrat de la Mata Vila y los Vocales D<sup>a</sup> Concepción de Diego Morales y D. José Gutiérrez Valiño, con el fin de mantener una reunión con los representantes de la FEAT.

Los representantes de AESPAT solicitaron información sobre:

- Asociaciones que pertenecen a la Federación: Número de miembros, sedes sociales, etc.
- Derechos y obligaciones de AESPAT, a contraer con la FEAT, tras su vinculación a la misma.
- Estatutos de la Federación y Régimen Interno de la misma.
- Código deontológico para el ejercicio profesional del Análisis Transaccional.

La información sobre estos puntos no estaba disponible en el momento de la reunión.

Los representantes de AESPAT indicaron que:

- 1º Esperaban dicha información a fin de hacerla llegar a los socios de AESPAT.
- 2º La decisión de vincular o no AESPAT con la FEAT estaba reservada a la Asamblea.
- 3º En reciprocidad, AESPAT pone a disposición de la FEAT sus propios Estatutos y Reglamentación Interna, a título informativo.

### **RELACION CON LA EATA:**

Se ha vuelto a requerir a Antoinette de Moll, actual Presidenta de EATA, información sobre las normas de entrenamiento (iguales o distintas a las de ITAA; si distintas, cuáles son las diferencias); calendario de Congresos y Conferencias nacionales, temarios y lugar de celebración.

Igualmente, se le ha pedido la confirmación por escrito de la representatividad de AESPAT ante el Consejo de Europa, según lo pactado en Villars.



**NUEVOS SOCIOS**

202	Reyes Díaz Rodríguez	Sevilla
203	María Dolores González Baamonde	Madrid
204	Idelma Cantú	Monterrey (México)
205	Anabel Tapia Urquizu	Baracaldo
206	Margarita Villegas	Bilbao
207	Mikel Gorriti Boutiqui	San Sebastián

Sean bienvenidos todos ellos.

**COMITE DE CONTRATOS:**

Ha quedado integrado por:

Presidente: Concepción de Diego Morales  
 Secretaria: Carmen Bernia y Pardo de Santayana  
 Vocal: Manuel Francisco Massó Cantarero

**COMITE DE ETICA:**

Lo integran:

Presidente: Helio Nuñez Albacete  
 Vocales: Carlos San Antonio Monsell  
 Eduardo Surdo Gutiérrez

**TESORERIA:**

Se ha designado a María Angeles Agruñá Aymerich, en sustitución de Alejandro Moreno.

**RECONOCIMIENTO:**

La Asociación Latinoamericana de Análisis Transaccional (ALAT) a través de su Presidente Dr. Maggi Calcaño, también CTM de ITAA, ha otorgado validez a los exámenes celebrados por AESPAT en septiembre de 1982 y en consecuencia reconoce el título de Miembros Clínicos y/o Especiales a quienes aprobaron dichos exámenes.  
 ¡Enhorabuena, a todos ellos!

**CALENDARIO DE CONGRESOS:**

- ALAT celebrará su IX congreso entre los días 21 y 25 de mayo 85, en Brasil.  
 Quienes deseen participar o inscribirse en el mismo, pueden conectar con Eliana Dumet. Alameda Campiviri 14-40.000 Salvador. BAHIA (Brasil).
- También EATA celebrará su IX Conferencia anual en Barcelona, entre los días 7 y 13 de julio 85. Los socios de AESPAT, que pertenezcan a EATA y/o a ITAA podrán acogerse a los beneficios estipulados por estas sociedades para la inscripción de sus socios en las actividades que ellas patrocinan.

**REGLAMENTACIONES INTERNAS DE LAS SOCIEDADES:**

Iniciamos este apartado publicando las "normas y requisitos para entrenamiento y certificación" vigentes en ALAT. Posteriormente, publicaremos las vigentes en el IFAT (Francia), ITAA, ITA (Inglaterra), etc.

Extracto del Boletín "Caricia" nº 1 de Febrero 84, publicado por la Asociación Latinoamericana de Análisis Transaccional (ALAT).

**Normas y Requisitos para Entrenamiento y Certificación****PRINCIPIOS DOCTRINALES**

- 1) ALAT entrena y da títulos de Analistas Transaccionales a profesionales con Título Universitario o equivalente, autorizados por las leyes de su propio país:
  - a) Para ejercer Clínica, Orientación, Organización y Administración de Empresas, Area Educativa, etc... que llamaremos Nivel I.
  - b) Para enseñar, entrenar y supervisar a los profesionales que aspiren a recibir títulos de ALAT. Esta Certificación la llamaremos Nivel II.
- 2) Para hacerse merecedor de una Certificación, el aspirante debe llenar condiciones;
  - a) Preparación profesional teórica y práctica óptima.
  - b) Alto nivel de condiciones éticas y morales.
  - c) Salud mental y Okness suficiente.
- 3) El MDC entrena Terapéutas, orientadores y educadores, etc... y el MDE entrena Organizadores y administradores de empresas, educadores y orientadores y asesores en sus respectivas áreas de especialización, etc...
- 4) Todo plan de entrenamiento debe estar dirigido por un MD solvente. En las ciudades donde no haya MD y cuando las circunstancias lo requieran el Programa puede ser dirigido por un MDP con el respaldo y firma de un MD.

5) La Comisión de Docencia tiene a su cargo la Programación y supervisión del entrenamiento y exámenes. El Comité Directivo se encarga de la "Autorización, expedición y Registro de Certificaciones".

### CONTRATO

- 1) El entrenamiento oficial comienza con la firma de un Contrato entre el Entrenado y su Padrino.
- 2) Para firmar el Contrato debe cumplirse los siguientes requisitos; NIVEL I; El Entrenado debe ser Miembro Regular; estar solvente y haber pagado la cuota del año en curso; ser profesional Universitario o con título equivalente en el área escogida; (o cursar el último año de la carrera); haber cancelado a ALAT 10 U\$ como derechos; y conocer los Estatutos y Reglamentos de ALAT y el Código de Ética. El Padrino debe ser MD en esa área y debe estar solvente. También puede ser un MDP respaldado por la firma de un MD. NIVEL II; Debe tener certificación de Nivel I con un mínimo de 6 meses de antigüedad; haber pagado la cuota de ese año y cancelar a ALAT 10 U\$ por Contrato. El Padrino debe ser un MD solvente del área del Entrenando.
- 3) El Contrato se firmará por cuadruplicado; deben enviarse copias al Comité Ejecutivo y a la Comisión de Docencia, otra copia es para el Padrino y la cuarta para el Entrenando. Tanto el Comité Ejecutivo como la Comisión de Docencia acusarán recibo del Contrato y recordarán la obligación que tienen Docente y Entrenando de informar periódicamente sobre la marcha del Contrato.

### III. REQUISITOS PARA PRESENTAR EXAMEN

- 1) Los Exámenes para Nivel I se realizarán en Congresos Nacionales. Los de Nivel II solamente en los Internacionales.
- 2) Para celebrar válidamente exámenes debe contarse con la aprobación del "Comisionado de Autorización de Exámenes y Registro de Certificaciones" del Comité Ejecutivo, con tres meses de anticipación.
- 3) Para que la solicitud de un candidato sea válida, la Comisión de Docencia o a su delegado para esa
  - a) Carta de solicitud del entrenando.
  - b) Carta del Padrino donde aprueba la solicitud e informe detalladamente como se ha cumplido el entrenamiento.
  - c) Certificación de solvencias incluyendo el pago de la cuota de ese año y los derechos de contrato y examen.
  - d) Copia del Contrato donde conste que fue recibido 1 año antes (Nivel I) o 2 años antes (Nivel II) por la Comisión de Docencia y/o el Comisionado de "Autorización de Exámenes y Registro de Certificaciones".

### 4) Los requisitos del Nivel I son:

- a) Aprobar el Exámen escrito de acuerdo con lo que estipule la Comisión de Docencia. Este exámen debe ser revisado y aprobado por la Comisión de Docencia o su Delegado.
- b) Curriculum completo y dos cintas grabadas de 1/2 hora cada una que demuestren sus aptitudes. Por lo menos, una de ellas debe ser de un grupo o familia.
- c) Cartas de recomendación de tres M. Avanzados.
- d) Un mínimo de 600 horas de entrenamiento avanzado (por lo menos 300 de ellas deben ser de A.T.); 50 horas de terapia personal, 150 horas de Supervisión y 1.500 horas de experiencia profesional (de la cual no menos de 500 deben ser de A.T.).
- e) Este entrenamiento debe durar de 1 a 3 años. Para conseguir una prórroga el interesado debe dirigir una solicitud razonada a la Comisión de Docencia, con el visto bueno del Padrino.

### 5) Los requisitos para el Nivel II son:

- a) Haber aprobado el Nivel I por lo menos 6 meses antes de firmar el Contrato para Nivel II.
- b) Dos cintas grabadas de 30 minutos que demuestren sus aptitudes, por lo menos una de ellas debe ser de grupo.
- c) Tres cartas de recomendación de MD.
- d) Haber entrenado por lo menos a dos miembros que hayan aprobado el Nivel I.
- e) Un mínimo de 300 horas de enseñanza en Cursos y Talleres: 300 horas de formación avanzada en A.T. y otras escuelas como continuación de su propia formación; 12 horas de conferencias o presentaciones orales o publicadas; 500 horas de actuación como supervisor; 50 horas de supervisión con su Padrino.
- f) Haberse distinguido por su liderazgo y promoción del A.T.
- g) Este entrenamiento debe durar de 2 a 4 años. Para lograr una prórroga el entrenando debe dirigir una solicitud razonada a la Comisión de Docencia donde conste el visto bueno del Padrino.

estrictamente, sin maximalismos puristas, puede ser también un instrumento válido para entender la experiencia espiritual y los estados de consciencia, inclusive los estados de consciencia alterados.

Las ocho psicologías espirituales que recoge el libro, se alinean siguiendo el curso que "marca el sol en su viaje, partiendo de California: de este modo, cruzando el Pacífico, primero aparece el zen, después el budismo, más tarde el yoga, a continuación el sistema Gurdjieff y la escuela de Arica, luego el sufismo y finalmente la mística cristiana y la tradición mágica occidental". La ordenación no es lógica, tampoco es entrópica.

## DELTA

- \* Librería - Papelería
- \* Libros de Psicología
- \* Stock especial sobre Análisis Transaccional.
- \* Literatura Infantil.
- \* Material Didáctico.
- \* Material de Oficina.

General Rodrigo, 17 - Telf. 253.42.84  
Avda. R. Victoria, 171-28003 Madrid

## ETHOS

Gabinete de Psicología  
y Análisis Transaccional

### ACTIVIDADES del primer cuatrimestre de 1985

- \* Curso Introductorio de Análisis Transaccional días 3, 4 y 5 de enero. Fac.: Francisco Massó
- \* Módulo de "Transacciones y Caricias" días 18, 19 y 20 de enero. Fac.: C. de Diego Morales
- \* Seminario sobre "Análisis Transaccional y Terapia de Conducta" días 25, 26 y 27 de enero. Fac.: Carroble, Massó y de Diego
- \* Módulo de "Posición Existencial y Emociones" días 15, 16 y 17 de febrero. Fac.: Concepción de Diego Morales
- \* Módulo de "Estructuración del Tiempo y Juegos Psicológicos" días 22, 23 y 24 de marzo. Fac.: Francisco Massó Cantarero
- \* Seminario sobre "Teoría de los Modelos Existenciales" días 27, 28 y 29 de abril. Fac.: Fanita English (Reservar plaza antes de 10 de enero).

### OTRAS ACTIVIDADES

- Psicoterapia individual y de grupo
- Grupo de apoyo para terapeutas, que tiene lugar los martes. Es de régimen abierto y no directivo.

INFORMACION complementaria en:

Avda. de Felipe II, nº 15 - 3º D - 28009 Madrid  
Teléf.: 431.69.98 (de 10 a 14 y de 17 a 20 horas)

Directores de ETHOS

- Manuel Francisco Massó Cantarero, Psicólogo, Cº nº M-407, Miembro clínico de AESPAT y ALAT.
- Concepción de Diego Morales, Psicóloga, Cº nº M-854, Asesora Familiar, Miembro clínico de AESPAT y ALAT y CPM de ITAA.

SI  
O

de de iper

tadi ido

podt

odi. In debe ibet poi

idac de. ido.

ba pot

ido: por e 'ber

ber de de apt

de de a idio;

ion de

5) ispe f inat ido

**de**

pat iprobai

medi iper

rec

LIB

Título: "Psicologías transpersonales"

Subtítulo: Las tradiciones espirituales y la psicología contemporánea  
 Dos tomos. Autor: Charles T. Tart. Edit.: Paidós, Buenos Aires

La psicología transpersonal fija su campo de estudio sobre las potencialidades humanas cuya consideración ha sido soslayada tanto por el positivismo conductista como el racionalismo ilustrado del Psicoanálisis.

La corriente de la psicología transpersonal se presenta, con modos buscando conseguir algunas verdades que sean meramente empíricas sobre el devenir humano: las meta-necesidades del individuo y de la especie, las experiencias cumbre, la autorrealización, el sentido de la vida, la consciencia cósmica, la sinergia del individuo y de la especie, la sacralización de la vida cotidiana, la recuperación de "aquí y ahora", el incremento de la consciencia sensorial, el encuentro como plenitud interpersonal.

Diferencia la dimensión espiritual del ser humano, como la **EXPERIENCIA** que tiene el hombre sobre el sentido de la vida, de Dios (no entendido como ídolo, sino como enteología naturalista, o teísta o sobrenaturalista), del amor, de la compasión y de los modos (morales) de vivir. Persistentemente, confronta esta vertiente del fenómeno humano con la religión entendida como estructuración de la espiritualidad, asentamiento institucionalizado de lo numinoso. En muchas ocasiones, recela de, o ahoga la experiencia opíacamente dicha.

tadi

per bud oci

ip ob; ei ob; ón ma, transper

log. col "mé

ua raba g he ho: ipo: pre oncepto

ide "he: po: de **iber** jue

odo sae