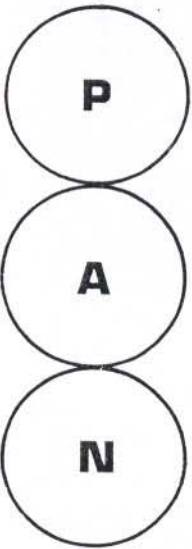
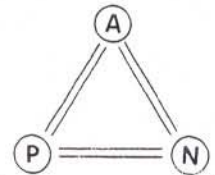


Revista de

# ANALISIS TRANSACCIONAL y PSICOLOGIA HUMANISTA



TERAPIA  
DE REDECISION



A.E.S.P.A.T.



Avda. Felipe II, 15-3.º D. • 28009 MADRID  
Telf.: (91) 431 69 98

500.- PESETAS

Nº 10, 3.º CUATRIMESTRE / 85, AÑO IV

REVISTA DE ANALISIS TRANSACCIONAL  
Y PSICOLOGIA HUMANISTA

(Boletín informativo de AESPAT)

Edita: AESPAT (fundada en 1978)

- \* Domicilio social: Santa Susana, 34 - 7<sup>o</sup>-2<sup>a</sup>  
28033 Madrid
- \* Teléfono: 91/763.94.57
- \* Apdo. Correos: 8.222

Presidente: Montserrat de la Mata Vila  
Secretaria: Dr. C. Bernia y Pardo de Santayana  
Tesorero: María Angeles Agruña Aymerich

Ex-presidentes de AESPAT

- José María Mellado González 78-80
- José Cañero Rojano 80-81
- Antonio Ares Parra 81-82
- Francisco Massó Cantarero 82-84

Dirección de la publicación:

Francisco Massó Cantarero  
Avda. Felipe II, 15 - 3<sup>o</sup> D  
28009 MADRID  
Tel.: 91/431.69.98 (de 10 a 14 y de 17 a 20 horas)

Realización: CONORG, S.A.

Depósito Legal: M-36843-1981

ISSN: 0212 - 9876

R.P.I. nº 1095354 (provisional)

Los editores no se hacen responsables de los contenidos de los artículos.

SUMARIO

EDITORIAL 127

COLOQUIO CON MARY Y BOB GOULDING  
Francisco Massó 129

MANDATOS, DECISIONES Y REDECISIONES  
Robert Goulding  
Mary Goulding 139

LOS SIETE COMPONENTES DE LA TERAPIA DE REDECISION  
John R. McNeel 148

REDECISION Y ARREPENTIMIENTO  
Constance Lawrende  
David Steere 167

LA CATEXIS DE A.E.S.P.A.T.  
Programa Provisional del III Congreso Español  
de Análisis Transaccional 175

## EDITORIAL

Con interés y entusiasmo dedicamos este número de nuestra revista a la Terapia de Redecisión.

El metamodelo berniano invita a los estudiosos a desentrañar el proceso de interacción, sobre todo el proceso de interacción familiar y sus consecuencias psicogenéticas en la estructuración del Yo psicológico.

Este reto, simultáneamente intelectual y práctico, ha sido recogido y quizás ha cosechado más éxitos por la vertiente empírica y técnica, mientras siguen faltando elaboraciones noéticas que revaliden y den consistencia a los procedimientos de intervención terapéutica.

Manteniendo como denominador común la primacía del carácter pragmático sobre el teórico, el trabajo iniciado por el Seminario de Psiquiatría Social de San Francisco ha germinado en cinco escuelas que, a nuestro juicio, resultan diferenciables, dentro del mapa de desarrollo del Análisis Transaccional:

- a) La escuela berniana: Es, tal vez, la que se halla más próxima al modelo médico de intervención. Hace descansar el trabajo terapéutico sobre la transacción Adulto-Adulto y mantiene que la responsabilidad del proceso compete al terapeuta. Este "sabe" sobre los orígenes de la problemática que afecta al cliente y ha de encauzarlo para que adquiera mayor control sobre su propia conducta, en base al análisis pertinente de oportunidad, adecuación y conveniencia de las decisiones que haya de tomar.
- b) La escuela de las Transacciones Sociales, que encabezan Karpman y Dusay, hace hincapié en la capacidad de elección y decisión que tiene el cliente. La misión del terapeuta ha de centrarse en ayudar al cliente a descubrir alternativas de comportamiento y facilitarle que pueda experimentarlas sin riesgo.
- c) La tercera vía está representada por la aportación que hace Claude Steiner al movimiento de la Psiquiatría Radical. Desde su punto de mira, los problemas psicológicos los ocasiona el impacto de la opresión socio-cultural. La psicoterapia deriva hacia la acción política, en la medida que el terapeuta centra su trabajo en conseguir que el cliente reconozca la opresión a que está sometido, sea interna (Padre Cerdo o Padre Policía) o externa, y organice su poder personal para enfrentar la opresión y transformar la cultura.

- d) La escuela de la Reparentalización, iniciada por J. Schiff y continuada por el úbrimo elenco de sus hijos adoptivos, sitúa el origen de los trastornos psíquicos en el ámbito familiar. El proceso de intervención consiste en la "recreación" del grupo familiar, a fin de otorgar al cliente un esquema parental menos lesivo y displicente que, en cambio, le permita estructurar adaptaciones más sanas y funcionales para él.
- e) Finalmente, hay que destacar la escuela de la Redecisión, creada por el matrimonio Goulding, a quienes dedicamos este número de nuestra Revista. Desde la perspectiva de la Terapia de Redecisión, los problemas de interacción que arrastramos a lo largo de nuestra vida, tienen su raíz en el fondo de las significaciones psicológicas que configuran los órganos psíquicos del Niño. Así pues, decisiones operativas antiguas, adoptadas en el transcurso del proceso primario, continúan actuantes mucho tiempo después, ocasionando los trastornos y dificultades que venimos experimentando hasta el presente. El proceso de intervención fundamental consiste en facilitar que la persona "revivencie" la situación real en la que tomó la decisión primera, induciéndole, en cierto modo, la redecisión, es decir, la adopción de una significación psicológica diferente. Como quiera que la grabación original comprende, al mismo tiempo, elementos sensorio-perceptivos, emociones, aspectos ideacionales cognitivos, variables sociales, lingüísticas y de acción, el facilitador procura combinar el mayor número posible de estas variables, otorgándoles un sentido distinto, a fin de facilitar la Redecisión.

Este sistema comporta un trabajo creativo, que constituye una verdadera sinfonía terapéutica, en la cual la riqueza cromática de la puesta en escena puede tener la misma vía psicodramática que el uso de la verborrea dialectal de las figuras parentales. La fijación de un contrato terapéutico menor es una condición previa e imprescindible antes de realizar cada uno de los escorzos. A posteriori, el trabajo concluye con la implantación de un contrato de control social o plan que permita la experimentación protegida de nuevos mapas de conducta, consecuentes con la Redecisión.

#### Nota de Redacción:

Diferentes incumplimientos en la entrega de originales han imposibilitado publicar la monografía sobre la vivencia religiosa.

## COLOQUIO CON MARY Y BOB GOULDING

Francisco Massó

### INTRODUCCION:

En octubre pasado, estuvieron en Madrid Mary y Bob Goulding, quienes realizaron un brillante seminario de cinco días, que habíamos organizado Concepción de Diego y yo para ellos.

Con este motivo, sugerí que el grupo que asistía al seminario realizara una entrevista a Mary y Bob conjuntamente. Mi propuesta concreta fue: "Mary y Bob han aceptado conceder una entrevista cuyo contenido se publicará en la Revista de AESPAT. Creo que puede ser interesante que cada uno de nosotros pensemos una pregunta, aquella que como lectores nos gustaría encontrar, y que les formulemos esa pregunta".

En la transcripción de la cinta he sido absolutamente fiel al desarrollo de la entrevista y he respetado las expresiones personales tanto de las formulaciones como de las respuestas.

Como "Redacción", únicamente me he permitido dos apostillas, que figuran como anotaciones a pie de página.

Cuando propuse la entrevista pensé en muchos de vosotros a quienes conozco y sé que recibís esta revista. Me ha gustado realizar este trabajo para vosotros. Espero que lo disfrutéis como lo he disfrutado yo.

### P. Massó P.:

Mi pregunta tiene dos partes: por un lado, quiero saber cómo responden los psicólogos humanistas a la crítica que les viene desde la corriente "conductista" en el sentido de que los procedimientos de intervención terapéutica que utilizan no son verificables y carecen de validación. Por otro lado, de la mano del Psicoanálisis, la crítica señala que, en la medida que la Psicología Humanista enfatiza mucho el valor del presente y sitúa persistentemente a la persona en el "aquí y ahora" descuida el análisis y la anamnesis, y la intervención terapéutica puede representar un revulsivo desestructurador de la personalidad.

### Bod Goulding R.:

Yo no soy psicólogo humanista. Soy un psiquiatra de amplio espectro y utilizo todas las técnicas que puedan servir.

Siento mucho que cualquier terapeuta se involucre en un juego de teorías y técnicas. Me da igual qué tipo de terapeuta sea; lo siento especialmente, por los analistas transaccionales, los gestaltistas, los bioenergistas y los conductistas también, que sólo hacen una cosa, que sólo utilizan una técnica.

En mi práctica profesional yo uso cualquier tipo de psicoterapia que funcione: utilizaré terapia conductista para las fobias que, en muchos casos, es la mejor terapia que se puede utilizar; utilizaré nuestro modelo de "Terapia de Redecisión" en depresiones de tipo suicida, etc...

Yo no soy un humanista en sentido estricto, sino un psicoterapeuta integrado.

#### Mary Goulding R.:

A mí no me interesa la investigación; no porque no sea un tema importante, sino porque nunca me han interesado los números y los datos.

Hay investigaciones que han hecho otras personas sobre nuestro trabajo; concretamente, John McNeal y Elyn Bader.

Pienso que los conductistas hacen un buen trabajo de investigación sobre "problemas menores". Todos podemos investigar quien deja de tener miedo de las serpientes; sin embargo, es mucho más difícil investigar sobre la calidad de vida. Hay personas que lo han hecho como el propio John McNeal, quien hizo un estudio "impresionista" sobre cómo era la calidad de vida de las personas que asistían a nuestros grupos antes de participar y seis meses después de haberlo hecho. Ahora bien, este fue un trabajo "impresionista" y no un estudio cuántico.

Otra cosa que quiero decir es que tenemos pocas diferencias teóricas con los conductistas. Eric Berne señala, partiendo del modelo conductista que las personas se hacen sentir a sí mismas; y que se deprimen, por no responsabilizarse de sus propios sentimientos, pensamientos y comportamientos. Esto mismo es lo que decimos nosotros y también coincide con las aportaciones de Albert Ellis efectuadas hace muchos años.

#### Bob Goulding R.:

Hay otra investigación conocida, recopilada en un estudio que se titula "Primeros Datos de Grupos de Encuentro" que fue hecho en 1.969 en Stanford por Liberman, sobre los resultados obtenidos por dieciocho terapeutas, a lo largo de un período de trabajo de treinta horas. Yo fui uno de estos terapeutas. Si consultáis este trabajo, me podréis encontrar en el grupo número ocho, que fue el que consiguió mejores resultados.

#### Mary Goulding R.:

Contestando a la segunda parte de tu pregunta, te diré que, si yo fuese analista, estaría descontenta de mi misma por haber estudiado tanto tiempo y haberme gastado tanto dinero en aprender una técnica que no es útil para la mayoría de la gente, o que, aunque lo fuese, resulta difícilmente accesible; porque: ¿cuánta gente puede pagar: tres o cuatro sesiones semanales durante cuatro o cinco años?

Yo veo al Psicoanálisis de la misma manera que veo la hospitalización. Ambos sacan a las personas de su medio vital normal. Yo soy contraria a ello.

#### Bob Goulding R.:

Otro pequeño comentario: El Psicoanálisis ha cambiado muy poco desde 1.939. Hacer hoy psicoanálisis es como si alguien quiere cruzar el Atlántico a remo, mientras puede hacerse utilizando el "Concorde".

#### Mary Goulding R.:

Tampoco creo que haya investigación sistematizada que demuestre la validez del uso del Psicoanálisis.

#### Consuelo Junquera P.:

Yo os considero dos buenos terapeutas, que podeis alardear de ser muy rápidos para ayudar al cliente a que haga sus "redecisiones"; mi pregunta es: ¿cuántas técnicas integráis en vuestro trabajo y cuánto tiempo de práctica cuesta llegar a ser un buen terapeuta?

#### Bod Goulding R.:

Entre 1.941 y 1.944 estudié Medicina; durante cuatro años pasé mi tiempo estudiando Psiquiatría, en un Colegio Universitario, en el cual sólo podía escogerse el Psicoanálisis como sistema terapéutico. Luego trabajé durante 10 años como médico de cabecera y más adelante he ido aprendiendo de Perls, Virginia Satir, Eric Berne, que fue mi supervisor, y durante 25 años he asistido a conferencias internacionales para aprender de los demás.

#### Manuel Ramos P.:

Yo les quería preguntar si piensan que la diferencia de parámetros culturales, la diferencia cultural entre países, puede dificultar el trasvase de experiencias.

#### Mary Goulding R.:

Evidente. Hemos trabajado con muchas culturas diferentes. Una de las dificultades en Japón es que se empiezan por ser demasiado educados; han aprendido a ser tan respetuosos que, cuando vienen a terapia, siempre están de acuerdo con cualquier cosa que quiera decir el terapeuta. Naturalmente, yo no puedo trabajar así, porque no puedo confrontar si me estoy equivocando.

No obstante, también los japoneses logran cambiar esto, después de un día o dos, ya que les damos caricias por mostrar un desacuerdo y criticarnos.

Este mismo problema es más acusado aún en la India, donde las personas indican que están conformes, inclusive cuando están radicalmente en desacuerdo. Esto hay que tenerlo en consideración.

En el interior de un mismo país, como son los Estados Unidos, hay grandes diferencias culturales y de clase. Para una persona pobre, su penuria es un problema mucho mayor que su dolor psíquico y, naturalmente, antepone la resolución del problema que supone cuidar a los niños u obtener lo necesario para comer. Todos los terapeutas han de ser "asistentes sociales" cuando trabajan con personas que tienen problemas económicos graves. Supongo que aquí os ocurre lo mismo.

Hay culturas que no expresan el sentimiento, como ocurre, verdaderamente, entre individuos que pertenecen a la clase social alta en Inglaterra. Así que, como terapeuta, he de saber que allí una pequeña lágrima es una gran demostración emocional.

Todo terapeuta ha de hacer gala de una gran sensibilidad para con la persona con quien está trabajando, tanto si esa persona pertenece a la misma cultura que el terapeuta, como si no es así.

#### Bob Goulding R.:

Otra cosa interesante que he observado en las diferentes culturas en las que he trabajado, es que, en la mayor parte de ellas, los mandatos son siempre los mismos; sin embargo, los contramandos y los impulsos son muy diferentes, toda vez que los contenidos del Padre son bien distintos.

Por ejemplo, en el sistema de creencias de la zona mediterránea, hay un principio que dice: "no te sientas bien, porque, si lo haces puede ocurrir algo malo". En la cultura árabe, se le llama "mal de ojo" y esta creencia van pasándola de generación en generación. Este fenómeno no lo hemos observado en las culturas nórdicas.

Un contramandato es el mensaje que proviene del Padre de los padres; así pues, una creencia como la del "mal de ojo" se ha ido pasando de Padre a Padre desde tiempo inmemorial.

#### Mary Goulding R.:

Yo todo eso lo entiendo en el sentido de que cada cultura suministra unos tipos de mandatos a los que hacen relación. Por ejemplo, algunas culturas suministran el mandato "no seas feliz"; otras dan mandatos poderosos con relación a las mujeres.

Yo discrepo de Bob. Pienso que estos mensajes provienen del Niño aterrorizado que busca fórmulas para mantener vivos a sus hijos; en este sentido esos mensajes provienen del hábito del Niño Adaptado.

#### Esther Torres P.:

Tengo entendido que tú, Mary, estuviste en Londres dando unos seminarios para mujeres. Me gustará saber cómo trabajas con las mujeres y sobre qué lo haces.

#### Mary Goulding R.:

Estuve también en Suiza y en Italia. Voy a responder en un sentido solamente. Estoy trabajando con las mujeres para sentir su poder y para comprender la diferencia entre la agresión y la asertividad; ayudarles a reconocer los juegos que hacen ellas

mismas y que hacen los demás con ellas y que les suministran un falso sentimiento de poder; busco ayudarles a cambiar esos sentimientos de poder falso por sentimientos de poder real, que redunde en pro de su desarrollo personal y el desarrollo de otros, en lugar de que ese poder se canalice en pro de la destrucción de otros. También trabajo con ellas sobre el sentimiento de amor y los juegos que proporcionan sentimientos falsos de amor; busco junto a ellas fórmulas para quererse a sí mismas antes de querer a los demás. Hasta ahora, los hombres han gobernado el mundo fuera de la casa durante todos estos siglos y han hecho un trabajo terrible: Ahora nos encontramos con la muerte del planeta.

Hasta el presente, las mujeres que han sido elegidas para puestos de responsabilidad son similares a los hombres: también utilizan la agresión, en lugar de la asertividad y la autoafirmación. Ven el mundo como un partido de fútbol, en el que lo importante es ganar.

Más del 90% de los actos de violencia, sin incluir la guerra, los realizan hombres.

Por eso, yo trabajo con las mujeres, para que ellas se den a sí mismas el poder y conseguir que este planeta sea un planeta de amor, o al menos, benevolente.

#### Esther Torres P.:

¿Has podido inventariar algún juego psicológico concreto que realicen las mujeres a diferencia de los hombres?

#### Mary Goulding R.:

A los hombres se les enseña a ser duros y a esconder sus sentimientos, a ser responsables y a luchar fuera de la casa para ganar dinero. En cambio, a las mujeres se les enseña a ser pasivas, débiles, dulces y a cuidar a los demás. Creo que podemos utilizar esta capacidad de cuidar, que tienen las mujeres y hacerla extensiva fuera del hogar.

También los hombres pueden cambiar muchas cosas y, de hecho, hay hombres que trabajan con hombres para darles permiso para usar características que, tradicionalmente, se consideran femeninas.

#### Esther Torres P.:

Una pregunta lúdica ¿eres feminista?

#### Mary Goulding R.:

Claro que sí. Pero no estoy contra el varón. Me gustan los hombres.

#### Bob Goulding R.:

Claro, se ha casado conmigo...

#### Mary Goulding R.:

Preguntale a él, si él es también feminista.

#### Esther Torres P.:

¿Bob, tú eres feminista?

#### Bob Goulding R.:

Naturalmente. Tampoco tengo nada en contra de los hombres.

#### Vicente Cuevas P.:

De alguna manera, a veces, en el trabajo terapéutico, cuando alguno quiere cambiar alguna cosa, hace un pequeño cambio dentro de un mismo modelo. Entiendo que la labor del

terapeuta y de cualquier persona en este mundo es orientar la acción también hacia el cambio del modelo, o mapa de vida o sistema de creencias; es decir, hacer una concepción mucho más amplia.

#### Mary Goulding R.:

Estoy de acuerdo.

#### Bob Goulding R.:

Me parece que lo que estás preguntando es si, a la vez que estamos tratando con cambios en los sistemas individuales de pensamiento, sentimiento y comportamiento, retamos también a los sistemas más generales de creencias psicopatológicas, con las que funcionan las personas. Cada vez que cambiamos a una persona, tenemos la oportunidad de hacer ese cambio más amplio como una piedra que cae a un lago y crea ondas.

De aquí que, yo personalmente, prefiero trabajar con terapeutas y entrenadores de terapeutas, antes que con pacientes directos; puesto que cuando enseñé a un buen entrenador de terapeutas, estoy llegando a miles y miles de personas (pacientes directos).

#### Pascuala Micheleta P.:

Yo acabo de asistir en Madrid a un grupo feminista y se ha planteado exactamente esto: Un grupo que nos reunimos para estudiar temas concretos, planteó el tema de la violencia y, entonces, en ese grupo de mujeres se plantearon clases de violencia; la violencia como supervivencia, en un momento concreto, determinado de la vida de que alguien te ataque y tienes que responder y la lucha en contra de una violencia instituida, en donde la diferencia con esa violencia instituida

es que la violencia aniquila al enemigo y nosotras planteamos otro tipo de lucha diferente para recuperación de ese, digamos, enemigo.

**Mary Goulding R.:**

Muy bien. Gracias.

**Amparo Sanchez P.:**

Quiero preguntar, si han trabajado con parejas. Y si han observado cuando es más rápido el cambio, al trabajar individualmente o con los dos miembros de la pareja.

**Mary Goulding R.:**

Yo prefiero trabajar con ambos. Normalmente, trabajamos con terapeutas y no tenemos oportunidad de trabajar con parejas.

Sin embargo, cuando algún paciente trae a su pareja, la experiencia es mucho más rica. Yo te sugiero que trabajes con parejas. A veces, los terapeutas no lo hacen, porque es algo más complicado, pero también puede ser más sencillo. Lo más elemental es enseñarles a nutrirse, darse caricias y a que cada uno aplauda el crecimiento del otro, en lugar de impedirlo.

En este sentido, creo que trabajar por separado es muy peligroso.

Cuando yo era más joven, trabajé con un grupo de psiquiatras jóvenes, que estaban aprendiendo a ser psicoanalistas; ellos no eran clientes míos, sino compañeros de trabajo. Estos psiquiatras pensaban que el Psicoanálisis era el mejor regalo que se pudo hacer al mundo; así pues, ellos estaban psicoanalizándose y también analizaban a sus mujeres; los resultados que yo ví fueron trágicos, porque el uno y el otro hablaban a su psicoanalista, en lugar de hablar entre

sí. Creo que lo mismo ocurre con la terapia de grupo, cuando la mujer va a casa y le dice a su marido: "me gustaría que fueses tan amable conmigo como lo es mi grupo, o me comprendieses como lo hace mi terapeuta". En definitiva, pienso que es mucho mejor que esten juntos.

**Bob Goulding R.:**

Quiero añadir que, en nuestro Centro, Ruth McClendon y Leslie Kadis trabajan no sólo con familias sino también con sistemas múltiples de familias, de modo que trabajan con cinco o seis familias en un mismo taller y ven todos los tipos de interacción que se producen entre los hijos y padres de los diferentes sistemas familiares a la vez. De esta manera cada persona tiene el "feedback" de los miembros de su propia familia y de los otros participantes en el taller.

**Amparo Sanchez P.:**

En caso de plantearse un problema que afecta sólo a los miembros de la pareja, ¿asisten también los hijos?

**Mary Goulding R.:**

Eso depende de si eres terapeuta familiar o no. Yo no soy buena terapeuta de familia y estos casos los derivo a quien pueda atenderlos. Sólo veo parejas.

**Bob Goulding R.:**

Muchas veces, el síntoma inicial es uno de los niños que, a través de su comportamiento, está pidiendo ayuda. En estos casos, algunos terapeutas reciben, al principio, a toda la familia; conforme van resolviéndose los problemas entre la pareja, van desapareciendo los síntomas en los hijos, y al final, solamente reciben a la pareja:

**Jesús Bernal P.:**

Me gustaría saber, si es posible qué tipo de ayuda se puede prestar, desde la Psicología que Vds. trabajan, a las Fuerzas Armadas, como institución.

**Mary Goulding R.:**

Es una buena pregunta. Como sabes, trabajamos con psicoterapeutas y las F.F.A.A. de los E.E.U.U. nos utilizan como un Instituto de Formación al que pueden recurrir sus psiquiatras residentes. Así pues, hemos entrenado a varios psiquiatras del ejército en módulos de cuatro semanas; especialmente, hemos formado con mayor intensidad a dos psicólogos y psiquiatras que, a su vez, ahora están formando a otros psicólogos y psiquiatras del ejército.

**Bob Goulding R.:**

También suministramos formación a personas que trabajan en servicios auxiliares del ejército.

**Mary Goulding R.:**

Tal como yo entiendo el campo de trabajo del ejército, puedo distinguir:

- a) Los pacientes que son miembros de las F.F.A.A: que se vuelven psicóticos y que han de ser atendidos por los psicoterapeutas del propio ejército.
- b) Los pacientes que son familias de los miembros del Ejército y que también reciben ayuda de los servicios asistenciales militares.
- c) Además, hay un programa muy amplio sobre drogas y alcohol.
- d) Por último, hay un programa sobre relaciones interracionales, que yo no tengo muy claro.

Nosotros hemos trabajado con personas que dirigen o intervienen sobre estos programas en el Ejército del Aire o en el de Tierra; pero, no hemos trabajado nunca con la Armada.

**Echi Behrens P.:**

Quisiera confirmar qué entendeis por "psicólogos integrales" y porqué no os considerais psicólogos humanistas, tal como decíais al principio.

**Mary Goulding R.:**

La razón es que la denominación de "psicólogo humanista" no es usual en E.E.U.U. y yo no sé qué quiere decir exactamente.

Nosotros trabajamos con el pasado trayéndolo al presente. Esto es distinto de lo que hacen los conductistas; pero, tampoco esos son todos iguales.

Nosotros hacemos poco trabajo corporal y, creo que esta es una falta importante de nuestra labor.

**Bob Goulding R.:**

Si yo tengo un paciente psicótico muy agudo o un suicida muy deprimido que no está respondiendo a la psicoterapia, puede que utilice la medicación; esto no es humanista, pero, yo utilizaré la medicación.

**Danniela Chiaperotti P.:**

¿Cuál es la diferencia entre la Psicoterapia y el Psicoanálisis?

**Mary Goulding R.:**

No necesito hacer esa diferencia porque ya la han establecido los propios psicoanalistas.

**José Gutierrez P.:**

Habéis hecho referencia, anteriormente, a la Bioenergética, de la que teneis alta consideración. Mi pregunta es: ¿Ocurre igual con los bionergetistas respecto a los analistas transaccionales?

**Mary Goulding R.:**

Tenemos una persona en nuestro equipo, que está especializada en hacer trabajo corporal. Las personas que yo conozco, que hacen trabajo corporal, me han dicho todos ellos que pasan, como máximo un 40% del tiempo haciendo trabajo corporal y el 60%, como mínimo, haciendo terapia verbal. No he podido discutir con ellos sobre su trabajo, porque no lo conozco bien.

Sin embargo, sí te puedo decir que encontrarás a personas que viven en su pequeño castillo y que sólo pretenden defenderlo. Pero yo no los conozco.

**Bob Goulding R.:**

Los bionergetistas que yo conozco, con los cuales he trabajado durante un período breve de tiempo, son terapeutas muy integradores. El bionergetista que es miembro de nuestro equipo estuvo haciendo psicoterapia clásica durante muchos años y lo mismo pasa con Casius que combina A.T., Gestalt y Bioenergética, y otros hacen A.T. y Gestalt.

**Julian Bastera P.:**

¿Cómo se inserta esta terapia en los problemas de adicción? Y, más en concreto, ¿es preferible la exigencia de la supresión de la droga previamente, antes del inicio del tratamiento con estas técnicas, o es preferible esperar a que, mediante las técnicas, el paciente vea la necesidad de suprimir su dependencia?

**Mary Goulding R.:**

Nunca he conocido a nadie que haya recibido ayuda o se haya curado de adicción a drogas a través de ningún tipo de terapia. Veo la drogadicción como un proceso que la persona ha de parar voluntariamente, o por la presión social, o de la policía, etc... Una vez dado este paso, se podrá utilizar la psicoterapia para los problemas que quedan. Una de las formas con las cuales se puede continuar siendo adicto a las drogas, al alcohol, el tabaco, o a la comida, consiste en creer que ello representa un problema emocional, que le va a solucionar el terapeuta.

**Bod Goulding R.:**

Si yo estuviese haciendo ahora la Práctica General de Psiquiatría, mandarí a todos los adictos que fuesen a tomar contacto con "Alcohólicos Anónimos" o "Drogadictos Anónimos"; dejaría que estos centros se ocuparan de la adicción y yo me ocuparía de tratar los otros problemas que pudieran tener los adictos.

**Mary Goulding R.:**

En California, actualmente está extendiendo mucho el uso de la cocaína entre personas de clase alta, jugadores de "beisbol", ingenieros, etc... Lo que, según parece, les está ayudando más es la coacción radical: En la empresa donde trabajan, les dicen: "tú dejas de drogarte y nosotros pagaremos tu tratamiento, o de lo contrario tendrás que marcharte y nunca más trabajarás en ningún otro sitio". También les ayuda percatarse del gasto de dinero que supone su adicción; que podrían ser ricos, en tanto que, realmente, son pobres...

Se forman grupos de drogadictos y hay terapeutas que trabajan con ellos. No obstante, es el grupo el que, realmente, tiene fuerza sobre los individuos, porque el grupo no les permite reincidir.

**Bob Goulding R.:**

Cuando Synanon (1) funcionaba, el tratamiento que utilizaba era algo así. Todos los centros de rehabilitación que conozco, sitúan el centro del programa de desintoxicación en los procedimientos de Alcohólicos Anónimos (2) y similares.

**P. Massó P.:**

Quiero formular una última pregunta: ¿Cuál es la aportación de la "Terapia de Redecisión", creada por vosotros, al campo general de la Psicoterapia?

**Mary Goulding R.:**

La terapia de Redecisión se inserta dentro del área de trabajo del Análisis Transaccional, y se apoya en él. El A.T. no es una forma de hacer terapia; por eso, hay muchas y diferentes modalidades de usar la teoría del Análisis Transaccional.

**Bob Goulding R.:**

Yo creo que el A.T. es una teoría de Psicología del Crecimiento o Desarrollo.

**(Notas de Redacción)**

- (1) La fundación Synanon fue creada por Chuch Dederich, para la rehabilitación de toxicómanos el 18 de septiembre de 1.958, en los Angeles. El eje de la terapia es la violante agresión verbal entre los miembros del grupo, que está compuesto por "iguales". En la Institución el trato era rudo, desconsiderado y hasta brutal, si bien no estaba permitida la violencia física.
- (2) Del tipo Synanon, Daytop, Programa W.W.

**Mary Goulding R.:**

Yo pienso que nuestra contribución fundamental está en el título de nuestro primer libro: "El poder está en el paciente". El principio básico es que el paciente se responsabilice de lo que quiere cambiar y de cómo lo va a hacer.

Este principio nos diferencia de lo que es tradicional en A.T.: Eric Berne pensó más bien que el poder está en el terapeuta y quienes han secundado a Eric Berne creen, como él, que el terapeuta tiene la potencia, la protección y el permiso para cambiar. En cambio, nosotros postulamos que es el cliente quien aprende por sí mismo.

También, entendemos que una terapia muy corta es eficaz y que la persona puede continuar cambiando sin estar siguiendo una terapia, o entremedias de un proceso terapéutico y otro.

Por todo eso, estamos en contra de quienes opinan que los pacientes han de estar años y años haciendo sesiones de terapia.

No obstante, también opinamos que la terapia de relación es importante para los "boderline".



**Bob Goulding R.:**

Otra diferencia importante se desprende del hecho de que Eric Berne realizó la mayor parte de su teoría con el Adulto. En una ocasión, Eric me pregunto si yo me echaba al suelo para jugar con mis pacientes alguna que otra vez. Yo le contesté: -no-. Entonces, él me dijo: -pues, deberías hacerlo-. Después, le pregunté yo, si él lo hacía. Y él me dijo: "No, pero debería hacerlo". Sin embargo, él nunca llegó a hacerlo.

Retomando el discurso de Mary, nosotros creemos que el poder de cambio lo tiene el estado Niño del Yo, que ha de ser acompañado y asistido por el poder que otorgan los conocimientos y saberes del estado Adulto. El Niño no puede hacer un buen cambio, si no interviene el Adulto para concienciar las dificultades y los riesgos del cambio; pero, es el Niño el que hace el cambio. Este es el punto de partida de casi todos los sistemas terapéuticos que yo conozco.

El Niño fue el estado que tomó la decisión arcaica y, por tanto, le corresponde al Niño tomar la decisión nueva.

**Mary Goulding R.:**

Yo pienso que los terapeutas de "gestalt" comprenden esto muy bien.

**Bob Goulding R.:**

Claro. Lo que un terapeuta de "gestalt" no comprende es la concurrencia del estado Adulto del Yo.

**MANDATOS, DECISIONES Y REDECISIONES**

Robert Goulding, M.D., Mary Goulding, M.S.W.  
Traducido por José Cañero

**INTRODUCCION**

Un fin de semana del verano de 1966, mientras descansábamos junto a la piscina de nuestra vieja casa para maratones de Menlo Park, Bob y yo empezamos a hablar sobre mandatos. Reconocimos que solíamos oír relativamente el mismo número de pocos mandatos y decidimos clasificarlos. Nuestra lista hoy es aproximadamente la misma que trazamos durante 1966 y 1967: "No seas", "No seas tú" (el sexo al que perteneces) "No seas niño", "No crezcas", "No lo hagas", "No", "No seas importante", "No te acerques", "No pertenezcas", "No estés bien" (o sano), "No pienses" (No pienses sobre X -tema prohibido-), "No te creas que piensas" (piensa que yo pienso), "No sientas" (no sientas x -tristeza, rabia, alegría, etc), "No sientas lo que sientes", (siente lo que siento).

Al principio no reconocíamos la distinción entre mandato y decisiones del Niño, durante este período, al igual que otros terapeutas A.T., buscábamos "palabras exactas" de los mandatos y una "escena exacta" en que se dieron los mandatos. Vimos que, aunque los pacientes recordaran notablemente escenas similares tempranas y mandatos, cada individuo reaccionaba de forma distinta. Nuestros clientes no estaban colocados en las cabezas de las personas como electrodos. Cada niño toma decisiones en respuesta a mandatos reales o imaginarios y, de este modo, se "argumentan" a sí mismos.

Las personas de todas las edades toman decisiones Adultas (A2) diariamente. El tiempo es limitado y normalmente no "cerramos" la estructura de la persona individual. Un chico que quiere saltar a la péndola, utiliza la información adquirida del Adulto y el proceso de pensamiento Adulto, más ensayo y error. Si algo "va mal" tal como un castigo por su actividad, puede tomar una decisión (A1) en respuesta a "No lo vuelvas a hacer de nuevo", mandato internalizado. Si el niño fracasa o se daña, el Pequeño Profesor (A1) puede tomar una decisión aún sin un mandato de fuera. El Niño, en este caso, crea tanto el mandato como la decisión. Si el niño recibe un gran apoyo positivo por su actividad puede tomar una decisión positiva (A1) sobre continuar para ser un genio creando cosas, utilizando las manos, siendo creativo, etc., en respuesta a mensajes positivos del Niño de los padres.

Las decisiones del Adulto se toman cognoscitivamente, "adecuadas" para una situación específica y se cambian fácilmente con nuevos datos. Creo que las decisiones infantiles se toman a menudo cuando la persona es incapaz de obtener buenas respuestas, buenas soluciones de las decisiones del Adulto. Especialmente, esto incluye las decisiones del Adulto trabadas por los deseos del Niño Libre. El Niño Libre quiere dejar de saltar a la péndola para explorar más o estar con otras personas. Cuando apartarse a un lado se convierte en algo suficientemente peligroso, amenaza

con perder el amor, daño físico o desaprobación fuerte, se necesitará una decisión negativa del Niño para reprimir contener tanto al Niño Libre como la habilidad del Adulto para tomar decisiones orientadas a la realidad.

El joven puede necesitar decidir "No puedo satisfacer mis necesidades", "Disimularé que no estoy aquí así que ellos no me dañarán", o sin esperanza "Los obtendré para matarme" o alguna decisión. Por supuesto, el infante no tiene estas palabras, así las decisiones conductuales y de sentimiento al principio son sin palabras.

Eric Berne describe que el montón de monedas permanece perfectamente apilado hasta que una moneda lo colma y la pila se cae. De este preciso modo, las decisiones tempranas, si no se cambian, pueden sesgar decisiones posteriores. Una decisión del Adulto para aprender cómo pegarle a una pelota con poco éxito, implica un patrón de decisiones de cada día sobre encontrar otros que quieran jugar, hallar el equipo necesario, mirar, practicar y aprender. Una decisión puede implicar: "¡Olé! ¡Soy el mejor!" o si no ha tenido éxito, una decisión del Adulto "Voy a trabajar en esto hasta que sea tan bueno como otros" o una decisión del Niño "No sirve mi prueba... yo nunca haré nada bien". Un niño que ya ha decidido no ser competitivo, agresivo, listo, debido a su falta de éxito como anteriormente hizo jugando a saltar, puede usar el fútbol para explicar y fortificar la vieja decisión "Si no consigo hacer bien las cosas, me mataré". Como terapeutas, estamos interesados en las decisiones del Niño que aún "atornillan" a nuestros pacientes y nuestra terapia se basa en crear un ambiente terapéutico en que nuestros pacientes puedan redecidir a partir de

su estado del yo Niño. La alternativa, las decisiones del Adulto y las redecisiones son apropiadas para situar el contrato y puede servir temporalmente como "guardián" de la conducta, pero no son correctivas verdaderamente.

## MANDATOS Y DECISIONES

### 1. "No seas" o "No existas".

Este mandato se puede dar directa o abiertamente como son mutilaciones intentadas o reales o por abandono (El uso de escuelas caras y opulentas y campamentos de verano en vez de casas de crianza u orfanatos). "No existas" puede estar implícito en la brutalidad e indiferencia. Principalmente, los niños oyen que no fueron queridos o que los padres hubieran estado mejor, vivido más felices, "si no hubieras nacido". Ejemplos "Sólo permanezco con él/ella a causa de mis hijos" significa que el padre o la madre podían tener una vida feliz si el niño o niños no existieran. "Si no fuera porque tú naciste entonces, tu padre podía haber terminado los estudios de Medicina", "Yo podría haber sido una extrema de ópera", "Tu madre no estaría en el psiquiátrico", "Tú madre murió al darte a luz", "El (niño) es nuestro pequeño accidente", "Yo nunca quise más que dos niños, pero somos católicos...", "Vino demasiado pronto", "demasiado tarde", "en lo peor de la depresión", "Ellos se tuvieron que casar debido al niño", "Nunca reemplazará al que murió... que era nuestro ángel".

(Por supuesto, muchos padres dicen estas cosas para "causar efecto", esto es, para conseguir que el niño cambie de conducta o que aprecien a los padres o porque los padres dudan tontamente en pasar las cintas que les

contaron a ellos sus padres. Los mandatos, entonces, pueden ser contradichos por otros mensajes de los padres "Te amo y te quiero" y el niño toma sus propias decisiones basado en su propia evaluación de la situación).

Obsérvese que estos mensajes implican que el niño se presenta por sí mismo en la familia y que el nacimiento del niño es una falta o responsabilidad del mismo niño... y en estado del yo Niño, esta responsabilidad es a menudo aceptada.

Cuando oigo un mandato "no seas" (o cualquier otro) digo: "sitúate allí. ¿Cuál es la escena? ¿Qué estás diciendo?". Algunos niños deciden "tú estás equivocado, yo soy valioso", otros forman un padre fantaseado en alguna parte que les ama realmente y algunos dicen "tú no me quisiste, pero papá (o el abuelo o mi profesor) sí me quiso". Algunos trabajan duramente, permaneciendo con los contraargumentos mientras dicen "Aunque tú no me quieras, te mostraré que soy valioso". Otros se convierten en pequeños psiquiatras o sacerdotes puesto que estudian la familia e intentan curarla, mientras salvan sus propias vidas reconociendo que la patología no es de su incumbencia.

Sin embargo, si se aceptan los mandatos, el niño puede tomar cualquiera de las siguientes decisiones: 1) Si no cambias, te mataré. (Así es como nacen los chantajistas que amenazan de suicidio cuando los dejan sus esposas, las vacaciones del terapeutas, etc.). 2) Si las cosas me salen demasiado mal, me mataré (Estas personas hacen las cosas demasiado mal y cuentan sólo las estampillas negativas). 3) Te lo mostraré, aún cuando ello me mate. 4) Te tendré aún cuando ello me mate (pistolas, coches). 5) Te tendré para

que me mates. 6) Casi me moriré (una y otra vez) para obtener que tú me ames.

A veces, para escapar de decisiones letales, el niño toma decisiones que a menudo se perciben como respuestas a otros mandatos, ya como "Nunca me volveré a acercar a otro, así no tendré que matarme".

El matarse, por supuesto, puede ser suicidio o "suicidio accidental" como no obtener cuidado médico a tiempo, utilizar automóviles como armas suicidas, obligaciones voluntarias para combatir, etc.

### 2. "No seas tú" (del sexo que eres).

Cuando los padres valoran el sexo opuesto más profundamente que el propio, el niño puede decidir aceptar el otro que tiene mejor evaluaciones. El niño puede decidir no escuchar y no sentirse mal. Un terapeuta varón mencionó recientemente que su madre quería que él fuera una niña y jugaba mucho con él. Sus juegos eran con muñecas y a "cocinar juntos". Recuerda el día exacto que miró a través de la ventana y se dió cuenta que otros niños jugaban fuera y no jugaban con su madre en la cocina. Se marchó fuera, anunciando "Soy un niño desde ahora en adelante" y no volvió a las muñecas ni a la cocina. El niño puede continuar haciendo las actividades "apropiadas a su sexo" pero sin sentirse nunca bien. Por ejemplo, la niña puede jugar con muñecas, casarse y cuidar la casa, pero continuar sintiéndose de segunda clase, sabiendo que ella es un "chasco o decepción". Hay muchas otras decisiones posibles, incluyendo mantener o adquirir un nombre propio que oculta el verdadero sexo, cambiándose el atuendo públicamente (si son mujeres) o de forma privada (si

son chicos), eligiendo una "ocupación de otro sexo", o una operación transexual.

Otros, simplemente continúan durante toda su vida y de modo privado haciendo la guerra al otro sexo.

Muchos individuos aprecian haber recibido estos mandatos. En los días que las chicas se imaginaron que debían de pensar y conseguir tan pronto como pudieran, casarse, algunas chicas usaron el humo de "No seas una niña" para tener vida profesional, rica y con éxito. Y algunos hombres usaron el "No seas un hombre" para permitirse así mismos un aprecio artístico y dulzura que de otra forma no podrían haber tenido.

### 3. "No seas chico".

Este mensaje se le da más a menudo al primero de los hijos, al cual se impone que debe ser responsable de los más pequeños, no puede volver a pelearse con los otros y se amonesta con "Tú eres demasiado mayor para hacer... (sea lo que fuere de la conducta infantil que a los padres no les guste). El niño puede crecer hasta llegar a ser un terapeuta que no recuerda como divertirse. Las decisiones pueden ser "Nunca lo haré (la conducta) otra vez", "Cuidaré de tí (de forma feliz o resentida)", "Soy el que solamente puede dirigir", etc. Ejemplos: un hombre recuerda que su padre en el lecho de la muerte le dijo, "Cuida de los demás". Desde los 12 años hasta hoy, ha estado cuidando de sus hermanos, su madre y todo el que "necesitara algo" de él.

A veces, este mandato es "no tengas necesidades" y una decisión entonces puede ser negarse a sí mismo o volverse loco para poder satisfacer sus necesidades.

### 4. "No crezcas".

Hay varios mandatos que incluimos en la categoría de "no crezcas": No crezcas y te desarrolles más allá de la infancia (véase los artículos de Schiff sobre la esquizofrenia), No crezcas más allá de una cierta edad, No pienses, No seas sexual, No me dejes.

A menudo se les dice a los más pequeños que no crezcan: "Tú eres demasiado pequeño para hacer esto". Se lo dicen sus padres repetidamente y sus hermanos mayores y ven la demostración constante de sus incapacidades comparadas con las personas mayores en la casa. Algunos aceptan y siguen en el rol de "cuidado por" más bien que en el rol de "cuidarse" y algunos vuelven a pelearse, diciendo "Probaré que debería haber nacido primero".

Los sacerdotes aceptan ambos mensajes: "No seas sexual" y "No seas niño". A veces "No seas chico" y "Nunca me dejes" se aceptan y el niño crece mucho, pero permanece con los padres para cuidarlos. Otras veces "No crezcas" y "No me dejes" van juntos y el niño permanece en casa para ser cuidado. A las chicas se les puede decir que no crezcan sexualmente, porque el padre teme a sus propios impulsos sexuales reprimidos y/o porque el padre odia a las mujeres y ama a las chicas. A veces parece que el mandato es autoinspirado en reacción a un trauma que no incluía un mensaje de "No crezcas", como cuando una chica se convierte en una Bella Durmiente mientras espera a que venga un padre ausente.

### 5. "No lo hagas".

Este mandato se da por el Niño envidioso de un padre y significa "Si tú tienes más éxito, talento o eres más

inteligente que yo, no te amaré'. Particularmente vemos que este mandato lo dan los padres a los hijos en las relaciones de trabajo. El padre, exasperado, dice "tú nunca haces nada bien" en vez de "hazlo bien". El hijo decide "Se lo mostraré" y trabaja muy duro como peleándose de nuevo con éxito contra el mandato o dice "Efectivamente, no soy bueno en (especialmente como el padre)" o "lleva razón... Yo no hago nada bien" y se convierte a sus propios ojos y quizás a los de otros en un fracaso. Sospecho que hay una decisión de "no lo hagas" cuando alguien tiene el grado de licenciado con tesina, cursos de doctorado y tesis casi acabado pero nunca la presenta. Algunas personas manifiestan el "honrar a sus padres" por sentimiento de no éxito. Permanecen "elevando" sus objetivos para no reconocer y disfrutar sus éxitos muy reales.

### 6. "No"

Este mandato es dado por el padre asustado: "No hagas nada porque si haces algo puede conducir al desastre".

El niño puede decidir hacerlo, pero permanece asustado en la esperanza mágica que el miedo o la ansiedad lo guardarán alejado del ojo del diablo. O la persona puede vivir obsesionada toda la vida, evitando decisiones o puede decidir no crecer de modo que otros decidan por él.

### 7. "No seas importante".

El niño puede decidir no ser importante, de ese modo no pide lo que necesita o quiere, o puede decidir no sentirse importante. Frecuentemente, la decisión es no ser importante en un área particular o de modos específicos. Por ejemplo, puede

estar muy bien ser importante en el trabajo pero no en casa o viceversa.

### 8. "No pertenezcas".

Este mandato puede ser una decisión familiar que el chico puede adoptar diciendo: "No pertenecemos a esta comunidad, sólo pertenecemos a otra" o puede ser una decisión individual del niño con el resultado que el niño se siente a sí mismo que es diferente de la familia. Los chicos eligen una historia favorita como por ejemplo el Llanero Solitario que no pertenece a ningún sitio.

### 9. "No te acerques" o "No confíes" o "No ames".

Este mandato puede ser dado por padres que no se acercan físicamente o que empujan al niño a un lado. También se da en el accidente de muerte o por separación. El niño puede decidir "Nunca cuidaré de nuevo de los hombres porque mueren" o "Haré todo por mí mismo" o "Cuando crezca no me casaré" o "Nunca volveré a confiar en una mujer", etc.

### 10. "No estés bien" o "No seas sano".

Ejemplo: una familia que tratamos estaba integrada por un padre paranoico, una madre depresiva y suicida y una hija diagnosticada como esquizofrénica. El padre se convertiría abiertamente en paranoico.

La madre sería tratada como suicida, entonces la hija haría algo lo suficientemente bizarro o raro para requerir hospitalización. El padre entonces le prestaría su ayuda a ella, la madre pasaría a ser depresiva y tan pronto como la hija volviera a la familia, el círculo empezaría de nuevo. El mandato era: "No seas sana, porque si tú eres sana tendremos que

reconocer nuestra propia insanidad" y la hija lo compró. Muchos pacientes a largo plazo reciben esas caricias más preciadas de sus padres durante los ataques de las enfermedades infantiles y decidieron estar enfermos para recibir caricias. Se demoran en los grupos y en el diván y continúan profesando, pero, cuando vislumbran el peligro de ser dados de alta para acabar su terapia, encuentran nuevos síntomas para que el terapeuta los acaricie.

Además de estos mandatos conductuales, también registramos mandatos contra el pensamiento, "No pienses" (que es similar a "no crezcas"), "No pienses sobre x (sexo, mecánica, etc.)", "No pienses, lo que piensas, piensa lo que yo pienso". También registramos mandatos sobre sentimientos: "No sientas" (similar a "No te acerques"), "No sientas x" (sentimientos específicos) y "No sientas lo que sientes, siente lo que yo siento" ("Siento frío, ponte un suéter). De nuevo, los niños aceptan, rechazan y modifican estos mandatos.

## REDECISIONES

Hace años Eric Berne dijo "Cuando estoy preparado para entrar en un grupo, pienso como puedo curar a cada persona que se encuentra allí en una sola sesión". Esta afirmación está de acuerdo con lo que he estado pensando: hablamos demasiado de psicoterapia. ¿Cómo puedo ayudar o facilitar mejor el cambio? Me disgustan los largos artículos estadísticos que registran que los pacientes podrían no ser tratados o curados. Me parece que el problema está en la terapia o en el terapeuta, no en los pacientes. Así mi hambre por nuevos enfoques sobre el tratamiento fue parcialmente saciada por Eric y parcialmente por Eritz Perls para

mantenerme buscando mejores modos de facilitar el cambio. Entonces cuando Mary y yo comenzamos a trabajar juntos, utilizamos una combinación el A.T. (Gestalt), modificación de conducta (dar y recibir caricias) más todo lo que fuere que pudiéramos imaginar y utilizamos estas combinaciones en el entrenamiento de fines de semana, semanas extensivas e intensivas y entrenamiento mensual. Empezamos a ver el cambio de los pacientes sin meses o años de terapia o análisis.

Aproximadamente al mismo tiempo que nosotros mirábamos las decisiones tomadas por los pacientes cuando niños, como lo describió Mary anteriormente en este artículo, empezamos a darnos cuenta que, si el niño toma una decisión, él podría, y a menudo lo hizo, cambiarla más tarde y no necesariamente en terapia.

Como oíamos sus decisiones tempranas en algún trabajo gestáltico, cuando está en su estado de yo Niño en una escena temprana, reconocimos que estábamos escuchando ya sea lo que realmente sucedió o lo que pensó que sucedió y esto realmente no creaba ninguna diferencia. Empezamos a preguntarle "qué preferiría decir" o "y ahora" y el paciente, aún en su estado del yo Niño, desplazaría, cambiaría, obtendría un jaja!, tomaba una nueva decisión u ocasionalmente exponía de modo más convincente o claro la vieja decisión de una forma que era ahora apropiada para este tiempo y este lugar. Los pacientes empezaron a encontrar el poder que tenían como niños pequeños al tomar decisiones que hicieron posible para ellos existir psicológicamente e incluso fisiológicamente. Es más fácil para alguien cambiar desde un reconocimiento de poder que de un sentimiento de debilidad: la leyenda

que tienen en sus argumentos go'pea en sus oídos y conducen a los pacientes a sentimientos en los que todo eran desesperanzas, mientras que si perciben que ellos fueron los que decidieron para estar distanciados o azucar o infantilizar o trabajarlos todo entonces fueron ellos los que podrían cambiarlo todo. Así nació la teoría de la rededición, del darse cuenta de dónde estaban los pacientes, (de dónde estaban yendo, de su propia fuerza).

Eric acostumbrada a hablar de las personas que sentían desesperanza cuando tomaban una decisión, o caían en su argumento, o paraban de jugar un juego grave. Algo de esto era la profecía que se autocumple.

Cuando sabes que si cambias algo que te estaba desesperando hace poco, entonces posiblemente te desesperará, algo de esto era debido al cambio de la estructura temporal y a las pautas de caricias, algo de esto sin embargo, fue el resultado de las decisiones que se tomaron en el Adulto, en vez de en el Niño. Si el Adulto priva al Niño de sus caricias y su poder, para pararle de jugar juegos y obtener caricias de rebusques, entonces por supuesto el Niño puede desesperanzar. Pero, si el Niño toma la rededición, con la aprobación del Adulto, entonces el Niño busca modos de cambiar su pauta de caricias, su estructuración del tiempo, con considerable entusiasmo. Además cuando cambia, si rededice en un taller intensivo, obtiene, inmediatamente, caricias enormes de un grupo grande de personas durante un período extensivo de tiempo y lo obtiene de sus compañeros participantes de múltiples líderes y terapeutas, más aquí de gallos, secretarías, jardineros, amas de casa e incluso de perros y caballos.

¿Cómo introducir a las personas en sus Niños o mejor cómo les facilitaremos para que se metan allí ellos mismo?

A menudo son posibles diversos modos, simples, casi siempre escuchando para trabajar solamente en el aquí y ahora y no permitir nunca que la gente hable sobre el pasado, nosotros facilitamos un cambio inmediato en el Niño. Por ejemplo, Juan está hablando sobre su sentimiento de estúpido y dice "Tenía un profesor realmente terrible en el tercer curso de E.G.B. que era feo y me hizo sentirme estúpido (no creemos que nadie haga a alguien sentir algo, por supuesto, pero un niño no sabe esto.

Yo respondo, "Sitúate aquí, en el tercer curso de E.G.B., mira a tu profesor y dile "Eres un profesor terrible. No me darás caricias por mi brillantez, tú no me entiendes, tú me haces sentir estúpido". Utilizaba palabras de niño chico" le digo "Sé un niño chico", Juan dice "Cuando estaba en segundo, el profesor me gustaba y me sonreía, pero todo lo que tú hacías es mirarme sucitamente y ponerme en la última fila. Tú no eras bueno, tú no eras bueno, no es que yo sea estúpido, tú si lo eres. Yo no soy estúpido. Soy listo. Tengo un grado universitario ahora y no soy un gran estúpido" Como se volvió al Adulto con la última afirmación, gesticuló una gran mueca y comenzó a entregarse a jugar a "estúpido".

Otro modo es conseguir que la gente diga alguna frase o sentencia particularmente importante, originalmente sobre su pasado, más en el presente, varias veces. Por ejemplo, podría haber preguntado a Juan, si no estaba en su Niño mientras hablaba al profesor para decirle "Tú no eres bueno" varias veces. En este caso eso no era necesario.

Otro método es hacer trabajar sueños gestálticamente. Cuando la gente nos narra sus sueños, les pedimos que nos cuenten la historia como si estuvieran soñando ahora mismo y que sean todos los personajes y todas las partes habitaciones, puertas, paredes, coches, etc. Cuando toman estas partes y se describen a sí mismo como las partes, empiezan a reconocerse a sí mismos a menudo como Niños Adaptados en una parte, Niños Libres en otra, Padres Nutricios y Críticos en otra.

Comenzando un diálogo entre estas varias partes, a menudo con movimiento alrededor de la habitación, capacita al soñador a entrar en sus varios estados del yo muy rápidamente. Experimenta su Niño, su Adulto, su Padre, fenómeno lógicamente. Los sueños son un vehículo especialmente bueno para el trabajo del tercer grado de impasse.

El artículo original sobre Impasses está en Voices, Fall, 1974. En resumen, clasificamos los impasses o sitios anclados en tres grados: primer grado, entre P2 y A1, segundo grado entre el Niño de los padres en el Padre del Niño (la parte del Niño a que Berne se refirió como electrodo) y A1, el tercer grado de impasse, entre el Niño Natural o Libre y Niño Adaptado.

El primer grado de impasse se relaciona con los impulsores o mandatos contra-argumentales. Por ejemplo, todos los terapeutas deben haber recibido el mensaje "Trabaja duro" y la mayoría de nosotros lo cumplimos. Para parar de "trabajar duro", no es suficiente decidir simplemente no trabajar duro desde el A2. Es importante entrar en la escena temprana cuando el papá o la mamá nos están dando el mensaje de alguna forma recordada y entonces responder desde el estado de yo Niño la nueva

posición como "no voy a trabajar así condenado a hacerlo duramente para obtener caricias. Voy a hacerlo fácil y a trabajar para mí, no para tí. A veces esta decisión se hace acompañado por gestos no verbales.

El segundo grado de impasse se relaciona con los mandatos y las tempranas decisiones alrededor de "Mamá dijo 'A veces querría no haberte tenido' ('No seas') y el niño dice dentro de su cabeza "Algún día me mataré y entonces sentirás haber dicho eso". En la escena revivida puede decir "No me culpes por estar aquí, tú y papá hicisteis el amor, esta es la razón por la que "estoy aquí", no es culpa mía y rehúso el culparme más. Yo vivo, disfruto de la vida y estaré condenado si acepto la culpa de vuestra tristeza: así se abre camino por el impasse y decide vivir ahora en adelante".

No dibujamos el tercer grado del impasse en el diagrama estructural sino en el funcional. A algunas personas les gusta dibujarlo entre N1 y A1, pero lo veo diferente. El Pequeño Profesor decidió acompañar para ir adelante y también quiere estar libre, así la lucha está entre estas dos partes, el Niño Adaptado y el Niño Libre.

Tales impasses están tan relacionados con la adaptación muy temprana o no verbal, que el paciente raramente reconoce que es una adaptación; su experiencia es que él siempre ha sido zafio o siempre ha sido despreciable o siempre se ha sentido como del sexo opuesto. Así mientras el primer y segundo grado de impasses son diálogos Yo-tú, el tercer grado se trabaja a través de una diálogo Yo-Yo como "Yo siempre me he sentido despreciable, no debería permitirseme vivir" y entonces "He sobrevivido a

algunos tiempos muy difíciles y ¡ún estoy aquí y soy realmente un chico muy agradable". Ciertos retrocesos y adelantos del paciente normalmente llevan a abandonar la adaptación, como la primera demanda de un lado y entonces se presenta al otro.

Se han hecho ahora investigaciones considerables sobre el trabajo que nosotros hacemos. El trabajo de Yalon, Lieberman y Miles, reportado en Grupos de Encuentro: Primeros hechos, sobre mi grupo número ocho fue la primera investigación con base firme. También véase la disertación de John McNeel, PHD sobre un maratón - Redecisión en psicoterapia: un estudio de los efectos de un taller intensivo de un grupo de fin de semana. Una última palabra: La razón por la que yo estaba seguro de que las personas podrían cambiar en cortos períodos de tiempo es porque yo cambié trabajando con Fritz Perls y Jim Simkin hace diez años, y antes de nuestro comienzo de pensar seriamente en una terapia rápida.

Llegué a esta posición de poder con Fritz y Jim que no había experimentado antes, y aunque tomé algún tiempo el utilizar todo lo que yo había adquirido con su contacto y renunciar a los juegos serios y la mayoría de los juegos de gravedad media, la terapia esencial se hizo en tres segmentos de 30 minutos durante una semana. Entonces utilicé mi conocimiento de A.T. que Eric me había enseñado para hacer buen uso de mis propias nuevas redecisiones.

Traducido de Transactional Analysis Journal. 6:1 Enero 1976

## LOS SIETE COMPONENTES DE LA TERAPIA DE REDECISION

John R. Mc Neel

Traducido por: José Cañero Rojano

Durante los años de 1974 y 1975 este autor decidió investigar a partir de los maratones de fin de semana llevados a cabo por el Dr. Robert Goulding y Mary Goulding del Instituto del Oeste para terapia de Grupo y Familiar, para determinar si las personas cambiaban como resultado del tratamiento. La modalidad de terapia en este taller era una combinación de análisis transaccional y terapia gestáltica, poniendo el énfasis en la toma de redecisiones. La evidencia de que el grupo de quince personas que asistían a este taller habían cambiado de forma sustancial se hizo evidente a través de las pruebas estadísticas que se utilizaron. Las pruebas utilizadas en este estudio fueron el Inventario de Crecimiento Personal (PCI), que contiene 12 subescalas, y el Inventario de Orientación Personal (PCG), que contiene 5 subescalas. El POI es un instrumento creado por Shostrom en 1964 que pretende medir la auto-actualización. El PCG es un sistema creado por un investigador en 1974 para éste estudio en cuestión y que intenta medir los cambios en el comportamiento. Estas pruebas psicométricas fueron pasadas justo antes de comenzar el trabajo en el taller psicoterapéutico y de nuevo tres meses después de terminar el trabajo. El grupo en general mostró un cambio que excedía en .05 de nivel de significación en 10 de las 12 subescalas del POI (por encima del .01 de nivel de significación en 7 de ellas).

El grupo en general experimentó un cambio subjetivo de comportamiento, como indica un nivel de significación

que excede del .05 en las 5 escalas del PGC (por encima de un nivel de .01 en dos de ellas). Estos hallazgos son también corroborados por entrevistas a cada participante antes y después del trabajo en el taller. Durante la post-intervención, los participantes fueron capaces de hablar de los cambios realizados como resultado de ciertos trabajos específicos llevados a cabo durante el maratón.

Los anteriores datos indican que ese maratón de tres días fue útil para ayudar a que las personas cambiaran de forma sustancial. Para obtener un mayor y más específico conocimiento sobre qué fue lo que ayudó a esas personas a conseguir el cambio, el autor incluyó en la investigación original una transcripción completa del trabajo realizado. Cada clase de ejercicio fue identificado según un tipo. Había tres tipos básicos de trabajo, que fueron identificados como:

1. Contrato de trabajo
2. Trabajo de clarificación de errores
3. Trabajo de redecisión

También se realizaron otros tipos de ejercicios que no fueron identificados como pertenecientes a grupo alguno. Los distintos tipos de trabajo fueron identificados con el asesoramiento de seis jueces independientes que observaron todo el maratón durante el fin de semana completo. Los jueces identificaron el trabajo realizado por los participantes como pertenecientes a alguno de los tres tipos mencionados.

Al terminar el fin de semana, habían sido identificados 86 trabajos; veintiuno de éstos fueron considerados como trabajos de contrato, veinticinco como trabajos de clarificación de errores y treinta y uno como trabajos de redecisión. Sólo nueve de los trabajos fueron clasificados como de tipo indeterminado.

Dado que el autor está muy interesado en saber qué es lo que produce el cambio, comenzó a estudiar la transcripción para intentar averiguar qué patrones consistentes eran los que más se repetían a lo largo de todo el trabajo en el taller. A través del estudio intensivo a la transcripción descubrió 43 técnicas específicas o tipos de intervenciones (llamados en adelante "elementos"), que fueron utilizados en forma continua. Trabajando con su ayudante, consiguió dividir éstos en siete componentes:

- 1) énfasis en el poder personal y en la responsabilidad;
- 2) adopción de un ambiente enriquecedor;
- 3) modelamiento de un comportamiento de líder;
- 4) separación del mito de la realidad;
- 5) confrontación de incongruencias;
- 6) técnicas particulares;
- 7) reglas de procedimiento

En total éstas siete categorías pueden considerarse como lo que suele realizarse en la terapia de redecisión, y en el caso presente, una terapia de redecisión francamente efectiva.

Más adelante se analizan cada uno de éstos componentes, incluyendo a los elementos que los integran. En el texto original de la investigación, se hacen referencias a páginas

específicas donde se encuentran ejemplos de los diversos elementos para poder comprobar cómo se utilizan éstos conceptos en el proceso de la terapia. Como aclaración en beneficio de los lectores de éste capítulo, el autor incluye un ejemplo sacado del texto a continuación de cada uno de los elementos. Los siete componentes pueden considerarse como aquello que es más valioso en éste tipo de experiencia terapéutica, y cada uno de los elementos que integran cada categoría pueden ser considerados como la forma de crear o configurar a los componentes.

### 1) Énfasis en el poder personal y la responsabilidad

La creación de poder personal y responsabilidad es algo esencial en la concepción de terapia de redecisión. Los Goulding operan a partir de la aceptación simple y profunda de que cada individuo es responsable de su vida y está en posesión del poder adecuado para asumir esa responsabilidad. El poder personal y la responsabilidad son con frecuencia negados de forma tácita y es tarea del terapeuta ayudar al cliente para que sea consciente de este hecho, y así reclame ese poder y el derecho de demostrarlo.

**Responsabilidad:** De forma inconsciente, el cliente se describirá a sí mismo con frecuencia como una víctima de las circunstancias o de los hechos. Bajo esta perspectiva, generalmente rechazará cualquier responsabilidad activa de haber participado en su propio problema.

Esta actitud hacia la propia existencia se comunica de forma muy sutil, tal como la utilización de los verbos pasivos en lugar de los activos. Los Goulding tienen en cuenta esto y

continuamente animan a las personas para que reclamen la responsabilidad de su propia existencia y conducta.

**Tom:**

Tengo que pensar sobre las otras veces... esta vez sí ocurrió.

**Mary:**

Bien, te darás cuenta que una parte de ti mismo la eligió, que ella no cayó dentro de tu apartamento a través de la claraboya (risas).

**Bob:**

¿Dije ocurrió?

**Bob y Mary:**

Si, si.

**Posesión de poder.** Para cambiar, uno debe saber si tiene la posibilidad y el poder de hacerlo. Durante el maratón, las personas se referían a sus logros como si acabasen de ocurrir. En esas situaciones, los Goulding animaban a las personas a reclamar el poder que utilizaron para alcanzar aquellas metas.

**Gwen:**

Me he dado cuenta a lo largo de los últimos tres o cuatro años. Y estoy acostumbrada a ver como las cosas se arreglan. Hmn, anoche, y esta mañana y siempre, todo lo que ocurre toma sentido.

**Bob:**

¿Tu les sacaste el sentido?

**Gewn:**

¿Cómo?

**Bob:**

¿Tu les sacaste el sentido?

**Gewn:**

¿Cómo?

**Bob:**

¿De cómo tu supistes darle sentido?

**Gwen:**

Si lo estoy haciendo, estoy comprendiendo.

**Confrontación del "me haces sentir como si".** Un truco corriente para denegar la responsabilidad de lo que sucede es utilizar la frase "me haces sentir como si". El contenido de esta afirmación implica que un ser humano controla lo que le sucede a otro. Al confrontar ésta aseveración, los Goulding invitan a sus pacientes a ser conscientes del poder que tienen para dirigir sus vidas y controlar sus propias emociones.

**Christine:**

En nuestro pequeño grupo, hm, les estaba diciendo que, hm, estoy evitando el participar y... no comprendo porque me estoy sintiendo tan afectada (con voz débil) pero, hm, y les dijo que no era toda mi culpa el que Gene no compartiera las cosas conmigo, y esto es lo que me hace sentirme diferente.

**Mary:**

¿Te hace sentirte diferente?

**Christine:**

Si...

**Asumir proyecciones.**

Los Goulding con frecuencia invitan a las personas a que asuman su propia belleza o fuerza, haciendo que personalicen las observaciones

agradables que se hacen refiriéndose a algo externo de ellas. Un ejemplo de esto sería cambiar la afirmación "hoy es un hermoso día" por "yo soy hermoso". Utilizando la transcripción, los Goulding constantemente buscaban modos a través de los que las personas se pudieran sentir bien consigo mismos y con su propia vida.

**Sherri:**

Eso si que es agradable.

**Bob:**

Si, tú lo eres realmente.

**Sherri:**

Sí, lo soy.

**Uso del presente de indicativo.** No es infrecuente que un cliente niegue su experiencia retirándose a sí mismo del presente. Esto lo hacen al dedicarse a rumiar el pasado o tomando decisiones sobre el futuro. Para tratar de esto, los Goulding invitaron a los participantes a que experimentarían tanto escenas pasadas como futuras en el presente, como si estuviesen ocurriendo en el aquí y ahora. Esto ayuda a las personas a adquirir más poder sobre sus propias vidas y a aprender a ver las posibles soluciones.

**Bob:**

Muy bien, sigue ahora con lo que decías.

**Janie:**

Voy a ser...

**Bob:**

Ponlo en presente.

**Janie:**

Bien.

**Bob:**

Soy estupenda.

**Janie:**

Soy estupenda.

**Bob:**

Dilo otra vez.

**Janie:**

Soy estupenda.

**Bob:**

¿Qué sientes?

**Janie:**

(risas) Que soy estupenda, seguro.

**Hacerse oír.** Una forma común de negar el poder es hablar tan bajo que nadie puede oír. Para controlar esto, los Goulding animan a las personas a hablar lo suficientemente alto para que les oigan todos los que están presentes en la sala.

**Mary:**

Estoy libre.

**Steve:**

Me desperté esta mañana sintiéndome tan confortable y cálido.

**Mary:**

(chillando) Me da la sensación que no van a oír nadie más que tú y yo.

**Utilizar con cuidado la interrogación ¿quieres hacer (o ser)...?** Estando interesados en la utilización del poder personal, los terapeutas tenían cuidado a lo largo de todo el trabajo en el taller de hacer las preguntas de tal forma que el cliente tenía que

contestar con energía, por ejemplo "lo haré" o "no lo haré". Al estar interesados en conseguir respuestas con poder, tenían que tener cuidado de realizar las preguntas relativas a actuaciones (acción) por parte del cliente con frases claras, precisas y no ambiguas como ¿quieres hacer esto o lo otro, o no?

**Mary:**

¿Quieres venir aquí y contestar a esto?

**Sharon:**

(sentándose en una silla vacía) No lo sé.

**Mary:**

Piénsalo. Estoy segura de que sí lo sabes.

**Sharon:**

(pausa) ¿Tengo que hablar como si fuera mi madre?

**Mary:**

Sí, ¿quieres ser tu madre?

**Bob:**

Te preguntamos si deseas serlo.

**Confrontación de términos/Cambio de términos.** Una de las técnicas más utilizadas a lo largo del taller de trabajo fue la confrontación y el cambio de términos. Esto puede considerarse de dos maneras. Con frecuencia los terapeutas cambian los términos al formular las preguntas que están dirigiendo al cliente, de tal forma que refuerzan la responsabilidad del paciente hacia sí mismo. Otras veces el terapeuta confronta al cliente cuando utiliza palabras que implican pérdida de poder. Algunos tipos de confrontación de palabras son mencionadas más abajo.

Con frecuencia el cliente dice "no puedo" y se muestra sin fuerza, en vez de utilizar el "no quiero" y mostrarse fuerte y consciente de su poder. Así pues, los clientes son incitados a cambiar sus "no puedo" por "no quiero".

**Christine:**

Me derrumbé. La última vez que estuve en un maratón. Coyote, sentí ese hambre por el cariño de mi madre, que ya no puedo recuperar. Ya sabes que mi madre no puede mostrar afecto. Y...

**Mary:**

No lo sabía.

**Bob:**

No quiere mostrar afecto.

**Christine:**

No quiere, bueno, sí.

Una forma usual de desplazamiento de poder consiste en otorgar a una fuente externa la responsabilidad de nuestros sentimientos.

Un ejemplo de esto puede ser la afirmación "eso me hace sentirme feliz" en vez de la mucho más exacta afirmación existencial "me siento feliz". A través de toda la transcripción, los Goulding insistentemente piden a las personas que acepten la responsabilidad de hacer de sus vidas un infierno o un cielo, sustituyendo el "me hace" por el "yo hago".

**Christine:**

Pues...yo, me preguntastes por entonces qué pensaba yo hacer y me dí cuenta que no podía conseguir cariño de ella, y entonces me dije "bueno, lo conseguiré de Gene". Y

ya te acuerdas que fui en su busca y me acurrqué en su regazo. Y conseguí el cariño de él. Así que hoy he venido aquí y yo...él se está cansando de esto, de ésta necesidad, de que yo no le necesite tan desesperadamente, ...y yo he venido y he decidido empezar a quererme a mi misma en vez de a él (llorando). Eso es lo mejor que puedo hacer. Es lo más inteligente.

**Mary:**

Sí, ¿quieres sustituir el "eso" por el "yo" y ver cómo funciona?

**Christine:**

Si, Yo soy más inteligente, por haberlo hecho mejor y haber llegado a esa **conclusion**.

La palabra "intentar" con frecuencia implica la negación a completar una acción. Esto es particularmente cierto en el área del contrato psicoterapéutico.

Al confrontar la palabra "intentar", el terapeuta invitará al cliente, bien a completar la acción proyectada, o a establecer claramente su negativa a hacerlo. Para llamar la atención sobre este concepto, el Dr. Goulding hacía sonar un cencerro cada vez que alguien utilizaba la palabra "intentar" de una manera que restaba poder.

**Martha:**

Estoy intentando hacerlo...

**Mary:**

¿Sabes lo que ocurre cuando se intenta?

**Bob:**

¿Dijo intentar? (hace sonar el cencerro)

**Mary:**

¿Ese es el cencerro de intentar?

**Bob:**

Ese es mi cencerro de intentar (se ríe).

**Mary:**

Como cuando se piensa en la diferencia entre intentar tirar algo y el tirarlo de hecho. O intentar defecar y defecar de verdad (todos se ríen).

**Bob:**

(a Mary) Eres muy divertida.

En en POI, la subescala de sinergia mide la habilidad para ver los contrarios de la vida como equivalentes. Este valor se refleja en la transcripción, cuando los Goulding invitan a las personas a cambiar sus "pero" en "y".

Aunque esto no está directamente relacionado con la existencia de poder y responsabilidad, se incluye aquí junto con otras transformaciones de palabras. Esta técnica invita a las personas a verse a sí mismo y a su mundo de forma realista, comprendiendo que pueden existir al mismo tiempo dos situaciones conflictivas y opuestas, tales como el amor y el odio.

**Chrissie:**

Creo que va a haber diferencias porque estoy aprendiendo a proporcionarme caricias a mi misma. Voy a crear diferencias en mi vida, pero tengo un par de pequeños problemas que quiero solucionar.



Bob:

¿Quieres decir "y" en lugar de "pero"?

Chrissie:

¿Dije pero?

Bob:

Si.

Chrissie:

Y tengo un par de pequeños asuntos que quiero arreglar esta noche o mañana.

Bob:

¿Sientes la diferencia cuando dices "y" en lugar de "pero"?

Chrissie:

Sí...

Bob:

¿Cuál es la diferencia?

Chrissie:

Bueno, "y" significa que me acepto a mí misma, que está bien intentar proporcionarme caricias y que todavía tengo cosas que resolver.

## 2) Adopción de un ambiente enriquecedor

Los Goulding dan mucha importancia a la creación de un medio enriquecedor en el cual la gente pueda cambiar. Crean el necesario clima terapéutico formentando un ambiente enriquecedor que no sea crítico. Al producir sentimientos positivos a través de caricias y al alentar la alegría y el buen humor, crean un ambiente en el cual las personas se sienten tan seguras que se arriesgan a

experimentar sentimientos y situaciones que en general les son denegados. Esta cualidad de confianza puede ser observada en las numerosas veces que las personas se permiten a sí mismas experimentar emociones profundas dentro del círculo del grupo. Es importante hacer notar que los participantes compartían estas experiencias no solo con el resto del grupo, sino también con 25 observadores que asistían como oyentes al taller.

**Las caricias como forma de producir fuerza y salud** a lo largo del maratón, los Goulding dejaron claro que estaban interesados en que las personas disfrutaran de buena salud y no de lo contrario.

Demonstraron esto aprovechando cualquier oportunidad para dar la enhorabuena a los participantes por su nuevo comportamiento y nuevos sentimientos, cosa que demostraba una buena salud.

Bob:

¿Qué haces con tu mano izquierda?

Chrissie:

¿A qué te refieres?

Bob:

¿Qué haces con tu mano izquierdas?

Chrissie:

Me acaricio.

Bob:

Si.

**Situarse del lado del "Niño".** Los Goulding rápidamente se definen como aliados de sus clientes. La alianza se crea a través de sus palabras y su

forma de actuar, que informan al cliente que no será juzgado por ellos. **Esta alianza basada en la ausencia de crítica es reforzada con demostraciones de interés, y de indignación ante pasadas injusticias sufridas por el cliente cuando era un niño.** De esta forma los Goulding se manifiestan claramente del lado del "Niño" que hay dentro del cliente.

Mary:

No veo la razón para tratar a un niño de forma tan cruel.

Ralph:

Lo hice y hasta el día de hoy...

Bob:

¿Oíste lo que dijo Mary?

Ralph:

No.

Mary:

Dije: "No veo la razón para tratar a un niño de forma tan cruel". Tengo entendido que te desprecias a tí mismo por haber aceptado sus sádicas normas. Por supuesto los niños pequeños mojan la cama cuando están en una casa desconocida. Y otras veces también. Así que la primera orden en la escala de prioridades para tí es empezar a ser amable contigo mismo.

Bob:

Alguien tiene que serlo.

Ralph:

Eso es verdad.

Bob:

Si tú mismo no lo eres ¿quién lo va a ser?

**Acariciar y volver a acariciar.** Con frecuencia las personas no están acostumbradas a que se les hagan cumplidos o a que se les digan cosas agradables, y por tanto no saben responder cuando se les alaba. Para asegurarse de que las personas oyen las evaluaciones positivas y las absorben, los Goulding repiten con frecuencia una caricia positiva hasta estar seguros de haber sido escuchados.

Bob:

Quisiera que te dices cuenta que eres un tipo muy listo, dentro y fuera de la consulta del doctor.

Ralph:

Entonces se me ocurrió la idea de que...

Bob:

¿Me crees?

Ralph:

Sí, sí.

**Utilización del sentido del humor.** A lo largo del maratón se alentó a la creación de una atmósfera enriquecedora utilizando el humor. A través de su alegría de vivir, los terapeutas animaban a los participantes para que se sintiesen felices también.

Mary:

¿Qué dice tu sonrisa?

Sam:

Sólo te estoy admirando.

Mary:

Gracias, eso no es "sólo" (risas)

**No reirse. El interés también se**

comunica al no reirse por cosas que no son divertidas para la persona implicada. De forma inconsciente, un cliente a veces se ríe y así incita a los demás a reirse de cosas que para él resultan trágicas. Los Goulding se niegan a reirse con el humor morboso y procuran que los participantes también se nieguen.

**Bob:**

Te estás haciendo de menos. Yo dije "eres asombroso" y tú me dijiste "me asombro de mí mismo" ¿quieres decir con ello que eres asombroso?

**Steve:**

Soy asombroso.

**Bob:**

Bien, ¿qué sientes con eso?

**Steve:**

Me siento bien. Bueno, la última vez que estuve aquí... (risas).

**Mary:**

Yo no me río. Veo que consigues muchas caricias cuando sigues haciéndote de menos a tí mismo.

**Steve:**

No me había dado cuenta de ello.

**Autopermisividad con las fantasías sexuales.** Esta es una agradable técnica en la cual los Goulding invitan a participar a los asistentes reemplazando los autoreproches por una agradable fantasía sexual. Este ejercicio es especialmente efectivo con las personas obsesivo-compulsivas, que siempre encuentran ocasión para hacerse algún reproche más.

**Christine:**

Cuando las cosas van bien, siempre encuentro cosas sobre las que sentirme mal.

**Mary:**

¿Qué quieres hacer? Cuando empiezas a sentirte víctima ¿quieres seguir pensando en víctima o quieres pensar en otra cosa?

**Christine:**

(Silencio)

**Bob:**

Bien, entonces cierra tus ojos y ten una fantasía sexual (risas).

### 3) Modelamiento de una conducta de líder

A través de su actuación, lo mismo que a través de sus palabras, los terapeutas comunican sus valores. A su vez, su comportamiento influye profundamente en la naturaleza y el tono general del taller de trabajo.

**Diseñamiento.** A través de los maratones, los Goulding se presentan a sí mismos como agresivamente sanos. Lo mismo que todo lo demás que hacen, esto es un tipo terapéutico de intervención. Demostrando una alegría de vivir vigorosa, crean un ambiente permisivo.

**Sherri:**

Y me encuentro muy bien. Y... (todavía llorando).

**Bob:**

¿Quieres decir algo más?

**Sherri:**

(pausa en el llanto) Creo. Creo que

todo va bien. Todo va bien si me siento así.

**Mary:**

¿Creo?

**Sherri:**

Estoy segura.

**Bob:**

Bueno, ¡si no es así es que yo soy el mayor pecador del mundo! (risas).

**Coincidencias.** El clima de competencia profesional es evidente por las frecuentes ocasiones en que los Goulding coinciden uno con el otro en las mismas observaciones. Se ve ésta forma de coincidir en el número de veces que hacen prácticamente la misma observación al cliente que siguen razonamientos paralelos.

**Mary:**

¿Quieres decir que realizó juegos sexuales contigo?

**Janie:**

Sí, mi propio padre.

**Bob:**

¿Cómo lo sabes?

**Janie:**

Me acuerdo.

**Bob:**

¿De verdad?

**Janie:**

Sí. Eso algo borroso, pero me acuerdo de algunas cosas. Y lo que más siento es ver... todo lo más que conseguí oír de mi madre fueron las cosas malas que me habían ocurrido y el tipo de mala persona que él era,

y cuando yo tenía veinte.....

**Mary y Bob:**

Así es como lo recordaste.

**Preguntar y volver a preguntar.** Un punto importante de la terapia es el de la propia importancia. A través de la transcripción, los líderes modelaron su propia autoestima de su importancia. Una forma de hacerlo es negarse a ser hecho de menos. Esta negación se puede observar cuando se vuelve a preguntar algo que el cliente no ha contestado.

**Bob:**

¿Le dirás a tu padre "Ya he llorado bastante"?

**Janie:**

Papá, no me gusto así y no voy a seguir siendo así.

**Bob:**

Eso no es lo que te he pedido que digas. Te pedí que dijese "Ya he llorado bastante". Empieza por ahí.

### 4) Separar el mito de la realidad

Muchas personas arrastran con ellas una visión mítica de la realidad, en la que no perciben bien los hechos. En el ambiente de psicoterapia, la mayoría de los mitos toman la forma de responsabilidad por los hechos que acaecen a otras personas. Las personas que experimentan el mundo como lo hacían cuando tenían cinco años, no ven la realidad. A lo largo del fin de semana los Goulding ayudaron a las personas a ver cómo percibían mal el mundo por culpa de haber confiado en la información recogida durante su infancia.

**Separatividad.** Es importante para cualquier cliente el comprender que él es algo separado del resto de la gente.

Algunas personas crecen convencidas de ser responsables por lo que hayan hecho sus padres, como si existiera aún un cordón umbilical que les uniese. Al pensar ésto, el cliente actúa de forma que la otra persona no vaya a sentirse mal. La separatividad también es importante en aquellos casos en que una persona cree que se vá a morir si no tiene acceso a otra persona. A lo largo del fin de semana, los Goulding intentaron que las personas se vieran así mismas como separadas y autosuficientes.

**Sharon:**

Creo que me he sentido culpable durante los últimos años de hacer que mi madre se sintiese desgraciada por mi exceso de peso. Aunque es cierto que nunca tuve un exceso mayor de 10 ó 15 libras.

**Mary:**

¿No es curioso cómo tu madre dejó que su felicidad dependiese de lo que introdujeses en la boca? ¿Nunca te ha parecido algo raro?

**Exposición de mitos.** El exponer un mito generalmente toma la forma de relato sobre una vieja creencia, tal como lo "lógico" de sentirse mal, o el sentido que tiene el hacer que otra persona experimente emociones negativas. Con mucha frecuencia esos mitos son asumidos de forma que el individuo actúa en función de ellos de manera inconsciente. En la transcripción, se confrontaron enérgicamente mitos como éstos, con observaciones como "¿te das cuenta que acabas de decir que le hacías sentir a ella? Eso no es posible".

**Sharon:**

Bueno, realmente. Deja que te explique algo sobre mi familia.

**Bob:**

¡No! Creo que te das cuenta de lo que estás diciendo. Dijistes que hiciste a tu madre desgraciada.

**Sharon:**

Si.

**Bob:**

Ahí es donde comienza a acumularse tu culpabilidad. Realmente te crees eso.

**Sharon:**

¿Que hice a mi madre desgraciada? Sí, por supuesto, quiero decir que eso es lo que siempre he creído.

**Mary:**

¿Y todavía lo cree?

**Sharon:**

(pausa) Hmn, sí,

**Mary:**

¿Puedes hablar con tu madre durante un minuto y preguntarle algo? (Mary coloca una silla vacía delante de Sharon). Bien, quiero que le preguntes una cosa. Pregúntale qué le hacía desgraciada antes de tenerte a tí para echarle la culpa.

**La magia de la trampa.** Los sentimientos negativos conservados durante mucho tiempo pueden tomar una cualidad mágica. Un ejemplo hipotético de ésto pudiera ser "Si solo consigo sentirme mal durante suficiente tiempo, tal vez entonces mi madre me quiera".

En la transcripción, siempre que se encontraba ésta cualidad mágica de un sentimiento negativo, era combatida.

**Steve:**

Y ahora miro el periódico y cuando la Bolsa baja me deprimó y me siento atrapado en el juego de las inversiones. Y si esto es ser un hombre, no quiero serlo más.

**Mary:**

¿Entonces que piensas hacer? ¿Es que querrias ver el periódico con la lista de los valores de Bolsa y decirle "si solo supieras lo deprimido que estoy subirías rápidamente"?

**Steve:**

Si solo supieses lo deprimido que estoy, subirías de repente y te mantendrías en alza. Y te pondrías al doble.

**Mary:**

¿Así que si no la puedes hacer subir sintiéndote mal ¿acaso tienes otras alternativas? Utilizando esa parte de ti mismo que utilizabas tal vez cuando ibas a la escuela.

**Impasse presente y vieja escena.** Para separar el pasado del presente, los Goulding ayudan a las personas a darse cuenta cómo todavía experimentan la realidad de la misma forma que cuando eran pequeños. Al hacer esto, demuestran a la persona en cuestión de que forma su actual "impasse" está relacionado con la vieja escena. Una vez que la persona empieza a comprender que "no le mandarán" a un colegio interno" si hace algo que le divierte, empieza a separar su situación pasada de su experiencia presente.

**Bob:**

¿Qué experimentas con eso?

**Harold:**

Experimento... que estoy arriesgando perder mi empleo... Supongo, ¿No lo crees tu así?

**Bob:**

No.

**Mary:**

Comprendo hasta qué punto tenías que tener cuidado de pequeño, porque todos estaban chiflados.

**Harold:**

¿Quieres decir mi familia?

**Mary:**

Si, completamente chiflados. Y te acariciaría por haber sido tan cuidadoso y tan reservado entonces. Y supongo que a veces exageras en la actualidad la importancia de mantener la paz. Y creo que sería bueno si algún día que tu mujer tuviese un buen enfado, tu simplemente salieses de casa sin más, cogieses el coche, te fueses de compra y luego aparecieras otra vez tan tranquilo de vuelta a casa. Pero una parte de ti olvida que no es aquella persona chiflada que estaba allí cuando eras un niño, sigues pensando que es la misma.

**Harold:**

¿Quieres decir que sigo agarrado a algo que ya no existe?

**Mary:**

Sí.

**Bob:**

Sí. Todavía te comportas como si todo el mundo te persiguiera. En cierto modo, no del todo.

**Mary:**

Así que dudo mucho que te despidieran si les dijese "no estoy de acuerdo".

**Harold:**

No, supongo que no lo harían.

**Mary:**

Bien.

**Harold:**

Además no pueden.

**Bob:**

(risas).

**Mary:**

¿Ves como una parte de ti todavía actúa como aquel niño idenfenso en aquella familia de chiflados?

**Esperar a que otra persona cambie.**

Los clientes a veces están enganchados en un juego de espera respecto a alguien de su pasado .."si solo papá hubiese hablado conmigo con mas frecuencia..." En esta situación, el paciente debe darse cuenta de que está esperando que alguien que ya sólo existe en el pasado cambie. Esto tiene un claro tinte mítico y suele estar relacionado con sentimientos de inseguridad.

**Sam:**

Quiero divertirme con ello. Quiero disfrutarlo. Quiero que sea todo lo que puede ser.

Y no quiero volver a oír más sobre ello

de ninguno de vosotros. Y no quiero que ninguno de vosotros vuelva a meterse en la cabeza ideas raras. Solo quiero ser yo mismo y averiguar lo que quiero y cómo conseguirlo.

**Mary:**

Te van a meter muchas otras ideas raras. El Papa no ha cambiado ni pizca por lo que tú has dicho. Así ¿qué vas a hacer? Te falta algo. Todavía les estás diciendo que cambien. Así que vete si no quieres que te den más la lata.

### 5) Confrontación de incongruencias

En psicoterapia, el cliente ofrece con frecuencia dos tipos de comunicación de forma simultánea, una verbal y otra no verbal. Es importante que el terapeuta considere estas formas de comunicación como igualmente importantes. Las incongruencias se manifiestan en forma de gestos negativos de la cabeza que acompañan una respuesta de "sí", sonrisas que acompañan historias trágicas y decisiones que no acarrearán acción. A lo largo del trabajo en el taller. Bob y Mary dieron ejemplo de claridad y no rehuyeron el confrontar a los participantes con sus demandas de especificidad.

**Especificidad/Claridad.** A lo largo del maratón, cuando los Goulding no comprendían palabras o frases que el cliente utilizaba, no seguían adelante hasta que clarificaban lo que la persona quería decir.

**Martha:**

Quisiera estar más segura de lo que estoy haciendo.

**Mary:**

Bien. ¿Cómo comprobarías con alguna persona de aquí tu seguridad

o tu inseguridad según esa nueva fórmula?

**Bob:**

Antes de eso me gustaría saber que significa "seguro".

**Mary:**

Sí, no sé qué significan ninguna de las palabras.

**Bob:**

¿Significa seguro que incluso si no te gustas con tu nuevo aspecto vas a seguir manteniéndolo?

**Martha:**

Por supuesto. Intento hacer eso mismo.

**Escuchar las palabras literales. Por definición, la psicoterapia es en su mayor parte un proceso de escuchar literalmente.** Cada vez que un cliente alude a algo que en cierto modo es trágico durante el maratón, los Goulding escuchan literalmente y lo confrontan como tal, incluso si el cliente intenta quitarle importancia. El escuchar de esa manera ayuda a los clientes a ser conscientes de tendencias trágicas en sus propias vidas, que de otra forma hubiesen pasado desapercibidas.

**Carol:**

Tomé la decisión de que no soy responsable de esos seis millones de judíos y que puedo tener y hacer cosas agradables sin sentirme culpable por ello.

**Bob:**

Mantenlo ahí, mantenlo ahí. Lo que dijistes fue: "Puedo tener todas esas cosas buenas, puedo hacer todas esas cosas que me gustan sin tener

que sentirme culpable por ello". No dice nada de abandonar la culpabilidad.

**Carol:**

Oh, bueno, sí. No voy a sentirme culpable por ellos.

**Discrepancia con el lenguaje corporal.**

A menudo un cliente dice "sí" con la boca y mueve la cabeza en señal de "no" o viceversa. Cuando esto ocurre, los Goulding preguntan qué quiere decir el mensaje no verbal, o piden al cliente que haga congruente el gesto no verbal con el mensaje verbal.

**Sherri:**

Y siento que no te guste porque a mí me gusta.

**Mary:**

¿De verdad?

**Sherri:**

Bueno, estoy intentando convencerme a mí misma (rie).

**Bob:**

Bien, entonces dílo así "me gusta" (le indica que mueva la cabeza como "no" al decir "me gusta").

**Sherri:**

¿Lo dije así?

**Bon:**

Dijiste así "me gusta" ¿Puedes decirlo así? (cambiando la posición).

Esa es la parte que representa tu madre, el papel que ella interpreta.

**Sherri:**

Y me gusta.

de teoría. Así que cerrad los ojos y volved atrás en el tiempo y recordad cual es la cosa más mala que mamá o papá te dijeron o te hicieron cuando eras pequeño ¿qué escena era y qué sentían ellos y que sentías tú? Cuando hayais conseguido entrar en contacto con la escena, volved aquí.

**Hablar con las proyecciones de los padres.** Durante el trabajo con dos sillas, los Goulding con frecuencias hablaban a la persona que estaba representando a su madre o a su padre como si fuese esa persona de verdad en el pasado. Esta técnica es un medio poderoso para introducir a la personas en las experiencias internas de sus padres. La apreciación posterior de la experiencia paterna ayuda a la persona a perdonar cualquier aparente injusticia y a crear una separación con el pasado.

**Bob:**

¿Quieres experimentar un poco más conmigo? Siéntate allí y sé tu madre. Empieza con la escuela secundaria. "Tuvimos que cambiarnos de casa para que tú pudieras ir al colegio". Tú eres tu madre, dile eso a ....

**Mary:**

¿Cómo se llama tu madre?

**Carol:**

Marsha.

**Cambio.** Esta técnica consiste en decir la palabra "cambio" cuando el cliente vá a hacer una afirmación que él cree que es verdadera, pero que en realidad es falsa. Esta es una palabra que no implica un juicio, que simplemente pone un nombre a determinada situación. Las afirmaciones que

implican que una persona es responsable de los sentimientos de otra persona con frecuencia consiguen que se les asigne el "cambio".

**Christine:**

Oh, proponerme, o hacer algo que haga que las otras personas se pongan furiosas conmigo.

**Bob:**

¡Cambio! Lo que has dicho es "hago algo que hace que las personas se pongan furiosas conmigo". No sé de ninguna forma en que me puedes poner furioso contigo si yo decido no enfadarme.

**Confrontar el "Ya sabes".** Durante el trabajo en el taller, los Goulding a veces confrontaban la afirmación "Ya sabes" con la afirmación "No, no lo sé". La finalidad de esto era ayudar a la persona a oír sus "ya sabes" y ver si estaba intentando pasar por alto alguna emoción experimentada en aquella fase de su vida. Otro aspecto importante de esta confrontación es interrumpir el intento del cliente de establecer una relación simbiótica con el terapeuta.

Así, la única forma en que el terapeuta puede "saber" lo que una persona siente, es siendo parte de esa misma persona, lo cual es simbiótico y por tanto hay que evitarlo.

**Christine:**

Ya sabes que mi madre no puede mostrar afecto, y...

**Mary:**

No, no lo sabía.

**Utilización de la intuición.** A lo largo del maratón, los Goulding utilizaron con frecuencia su intuición. Al hacer

ésto, con frecuencia facilitaban a alguien el poder relacionar las influencias pasadas con la conducta presente.

**Patsy:**

Eh, sí, me gustaría. Me gustaría saber lo que quiero. Me equivoco fácilmente y me gustaría ser capaz de distinguir lo que yo quiero de lo que otras personas quieren que yo haga.

**Mary:**

¿Te escogía tu madre la ropa cuando eras pequeña?

**Patsy:**

Hmm, hmmn.

**Mary:**

Y que pasas si entras ahora en la tienda y dices "quiero ese vestido".

**Patsy:**

Que esa no soy yo.

**La técnica del "por supuesto".** La técnica del "por supuesto" invita a las personas a actuar con seguridad en relación con sus deseos o experiencias naturales, en vez de con reticencia, tal como "me gusta el sexo, por supuesto", o "estoy triste porque mi perro se murió, por supuesto".

**Mary:**

Mira, "tal vez" es la forma de hacer que otras personas actúen como me dijistes que hacía tu madre, pensando por ti. Diciéndote quién eres y cómo te sientes. Siempre que digas "tal vez" encontrarás algún salvador en este mundo que te dirá que tienes toda la razón, que, o bien es así, o bien es todo lo contrario;

una especie de cosa paterna y repulsiva ¿Querrías sustituir el "tal vez" por el "por supuesto" en tus frases?

**Irma:**

Por supuesto (risas).

**Mary:**

¿Ves la diferencia?

**Irma:**

Sí.

**Mary:**

Así que, por supuesto, sigue.

**Irma:**

No estoy segura de dónde empezar.

**Bob:**

Por supuesto.

**Irma:**

Claro, por supuesto.

**Cinta grabadora.** A lo largo del maratón se utilizó frecuentemente la cinta grabadora para que los participantes pudieran oír lo que decían, a menudo de manera inconsciente. Una frase especialmente importante para hacer que los clientes vuelvan a oír, es cualquier afirmación que comience con la palabra "tú". Esto es con frecuencia una referencia verbal a alguien del pasado. "Si tú te vas a divertir, te meterás en líos".

**Mary:**

Bien, acabo de oír "No quiero hacerle daño, es un buen chico". Es más largo que eso, pero no dice de qué forma le vas a proteger (vuelve a poner la cinta).

**Bob:**

Bien. ¿Oyes lo que estamos diciendo?

**Mary:**

Como si yo fuese un agente de viajes ¿de acuerdo? Estoy sentada detrás de mi mesa y entras y dices "Quiero ir a tal sitio" o "Tengo tanto derecho para ir a tal sitio como cualquiera" ¿De acuerdo?

**Martha:**

Si.

### 7) Reglas de procedimiento

Esta sección contiene las reglas de procedimiento que son importantes para establecer la tónica en los talleres de fin de semana en el Instituto.

**Nada de críticas.** Esta regla significa simplemente que ningún participante puede hablar de otro que esté en la habitación como si no estuviese en ella. Si el participante desea hacer un comentario sobre alguien, debe hacerlo directamente a la persona en cuestión.

**Mary:**

Voy a hacer un alto ahora porque no están ellos aquí para defenderse. Y eh, no creo que sea oportuno traerlos. La mayoría de la gente a la larga prefiere vivir con gente alegre más que con los que no lo son, y por lo tanto no vamos a hablar de ellos.

**Límite de tiempo.** Esta regla simplemente estipula que el terapeuta no continuará trabajando bajo ningún concepto después de la hora establecida. La adhesión estricta a esta regla hace a los participantes más responsables para llegar al fin deseado dentro de un tiempo disponible.

**Irma:**

Me gustaría trabajar.

**Bob:**

Puedo parar. Pararé cuando sean las doce, si no has terminado.

**Irma:**

De acuerdo.

**Reglas específicas en relación con el medio.** Estas son cuatro reglas que se dan a los participantes al principio de los maratones en el Instituto del Oeste. Estas reglas tienen el doble propósito de proporcionar a los participantes un ambiente protector en el cual crecer y el establecer unas guías para el mejor aprovechamiento del tiempo durante el fin de semana.

1. Nada de violencia ni amenazas de violencia. El valor de ésta regla es evidente.
2. Sexo solo con el compañero que también acuda. La finalidad de esta regla es hacer que las personas empleen el tiempo en resolver sus problemas en lugar de jugar juegos de seducción.
3. Nada de alcohol ni de drogas que alteren la conciencia. Hay dos finalidades de ésta regla. No se puede trabajar bien si la persona no piensa con claridad y con frecuencia es importante que algunas personas aprendan si son capaces de pasarlo bien sin alterar su estado de conciencia con productos químicos.
4. Permanecer dentro del establecimiento durante el maratón de tres días. Para poder conseguir una oportunidad óptima de trabajar y crecer, los participantes son informados de la necesidad de no interrumpir su experiencia abandonando temporalmente el Instituto.

## REDECISION Y ARREPENTIMIENTO

por: Constance Lawrende  
David Steere

Nuevos marcos de referencia en el trabajo de redecisión con clientes religiosos. (Constance Lawrance)

### RESUMEN:

Las diferencias semánticas son las culpables de muchos malentendidos entre la psicoterapia y la religión, y con frecuencia son responsables de las resistencias en el cliente religioso. Los terapeutas han reconocido hace tiempo la importancia de "hablar el mismo lenguaje que el cliente".

Este artículo identifica las maneras en que el trabajo de redecisión puede crear nuevos marcos de referencia utilizando terminología bíblica para el cliente religioso. Identifica paralelismos entre la redecisión terapéutica, el cambiar el argumento de vida y el arrepentimiento bíblico; y entre el término del AT de "argumento" y el principio bíblico de sembrar y recoger. También muestra cómo la oración, el trabajo de redecisión, las técnicas gestálticas y las fantasías dirigidas pueden ser combinadas de forma efectiva para ayudar al cliente religioso.

Históricamente, los psicólogos y los teólogos han considerado la profesión del otro con cierto grado de antagonismo.

Aunque ha surgido una nueva actitud de aceptación y cooperación en los últimos años (Johnson y O'Brien 1981), las malas interpretaciones y los

desacuerdos siguen existiendo por las diferencias en la terminología utilizada en ambas disciplinas. Lo triste de la cuestión es que esas diferencias son en muchos casos solamente semánticas.

Este artículo muestra de qué manera, si utilizamos nuevos marcos de referencia en lenguaje bíblico para los términos psicológicos, podemos facilitar el trabajo de redecisión con el cliente religioso. También describe cómo las técnicas de Gestalt y las fantasías pueden combinarse de forma efectiva con la oración para que la persona religiosa realice las redecisiones que le son necesarias.

Dos áreas cruciales en las que los religiosos y los terapeutas dicen las mismas cosas en formas diferentes son aquellas que se refieren al arrepentimiento bíblico comparándolo con la redecisión terapéutica, y cuando se habla del principio bíblico de sembrar y recoger comparado con el patrón psicológico de acción y reacción.

Existe un doble propósito al identificar esas dos áreas esenciales de paralelismo psicológico y teológico: 1) aumentar la comprensión y la colaboración entre ambas disciplinas; y 2) ayudar a los terapeutas a relacionarse de forma más efectiva con sus clientes religiosos.

Los terapeutas han reconocido hace tiempo el valor de "hablar el mismo lenguaje que el cliente". La

Programación Neurolingüística ha demostrado la importancia de utilizar incluso las mismas palabras y modos de comunicación que trascurren por el canal de comunicación sensorial primario del cliente (Bandler y Grinder, 1975).

El segmento de población religioso es grande y además sigue creciendo. Incluye a un gran número de personas "que han vuelto a nacer". Cristianos que son con frecuencia resistentes a la terapia secular, creen que la Biblia contiene todo lo que pueda ser necesario para la salud y la felicidad, basándose en Timoteo 2/3-16, que afirma "Todo en las Escrituras está dicho por inspiración divina, y es útil para la doctrina, para la reprobación, para la corrección, para la instrucción en el bien". Sin embargo, esas mismas personas serían receptivas a una terapia basada en una terminología bíblica y que incorporase el uso de las Escrituras y de la oración. Otra gran proporción de población religiosa consiste en Cristianos conservadores, cuyos valores se basan en la Biblia, y que encuentran que la integración de una perspectiva bíblica y una perspectiva psicológica es liberadora y terapéutica de forma intelectual, emocional y espiritual.

Los terapeutas que reconozcan las diferencias semánticas y los paralelismos entre la terminología psicológica y teológica pueden ser más efectivos a la hora de ayudar al tipo de cliente religioso al que nos referíamos anteriormente a la hora de tratar con sus sistemas disfuncionales de creencias, creando nuevos marcos de referencia terapéuticos y utilizando conceptos que encajen en el lenguaje bíblico que ellos pueden utilizar con menos resistencias.

Una de las metas principales de toda terapia es ayudar al cliente a desarrollar percepciones diferentes y a rechazar los patrones disfuncionales de acción-reacción, dando entrada a comportamientos más funcionales. Tanto si los términos que utilizamos para este proceso son confrontación y cambio, observar y actuar de forma diferente, rededición y arrepentimiento, el sentido en todos los casos es el mismo.

El cambio es la esencia del arrepentimiento bíblico. El sustantivo griego "metanoia" que se usa para la palabra "arrepentimiento" en la versión original griega del Nuevo Testamento, significa literalmente "el reverso de la decisión". El verbo derivado de dicho sustantivo "metanoeo", arrepentirse, significa simplemente "pensar de forma diferente". La palabra hebrea para "arrepentimiento" que se utiliza en el Viejo Testamento es "shuwb", que significa "alejarse de" (Strong, 1979).

El término "arrepentimiento" se utiliza de dos formas diferentes en la Biblia. El uso primero y más básico es el que hace alusión al hombre en relación a su forma de comportarse con Dios para obtener la salvación, como por ejemplo en Ezequiel 14-6 que exhorta: "Arrepentiros y abandonad vuestros ídolos" (Al Dios de Abraham, Isaac y Jacob); en Lucas 13-3: "Excepto aquellos que se arrepientan, todos vosotros pereceréis", y en Marcos 1-15 "...el reino de Dios está cerca, arrepentiros y creed en la Biblia".

El otro uso de la palabra "arrepentimiento" es el utilizado para alejar al hombre del pecado (término bíblico) o de un comportamiento disfuncional (término psicológico) hacia una forma de comportamiento

más sana. Por ejemplo en Ezequiel 18-30: "Arrepentiros y alejaros de toda forma de transgresión", en Lucas 17-3 "Si tu hermano te ofende, recházalo, y si se arrepiente, perdónalo", y en Lucas 24-47: "El arrepentimiento y la remisión de los pecados debe ser predicados en su nombre". En ambas formas de uso y tanto en el Viejo como en el Nuevo Testamento, el sentido que se le da a las palabras que significan arrepentimiento es "el alejarse de - el reverso de la decisión o el cambio". La aplicación específica en la que usamos aquí la palabra "arrepentimiento" es la segunda: el alejarse de un comportamiento más apropiado.

Ni el "shuwb" hebreo ni el "metanoia" griego tienen la connotación de sentirse apenado por haberse comportado en determinada forma que tiene la palabra "arrepentimiento" en su utilización moderna.

Tanto de forma bíblica como en su uso terapéutico, la pena es sólo importante si lleva concomitante el cambio. La Biblia explica la diferencia entre la pena que lleva al arrepentimiento y al cambio, y el tipo de pena que es simplemente deseo de que las cosas hubieran sido diferentes. Así en los Corintios 2 7-9 10:

"Ahora me alegro de que hayas sentido tristeza, no por sentirte triste, sino porque tu pena te ha llevado al arrepentimiento (cambio)... porque la tristeza divina ha llevado al arrepentimiento y a la salvación... pero la tristeza humana solo lleva a la muerte".

Mientras que la Biblia habla de la necesidad del arrepentimiento las distintas terapias expresan la necesidad de cambio en formas diferentes.

La expresión del AT que se refiere al cambio o al reverso de la decisión es la rededición. Steiner (1974) dice:

"La gente hace planes conscientes de vida en la infancia o en la temprana adolescencia, lo que les influye y hace predecible el resto de sus vidas. Las personas cuyas vidas se basan en esas decisiones se dice que están "argumentadas"... sin embargo, como los argumentos se basan en decisiones tomadas de forma consciente más que en cambios biológicos mórbidos, **pueden ser revocados o rededidos en decisiones igualmente conscientes**".

De forma similar, al Terapia de Rededición afirma:

"El cliente experimenta la parte Niño de sí mismo... y crea fantasías y escenas en las que **puede abandonar sin riesgo la decisión que tomó en su infancia...** ésta vez la escena transcurre tal y como él desea que ocurra (Goulding 1979)". En la misma línea que lo anterior. La Terapia Racional Emotiva afirma que:

"La adherencia contemporánea a creencias irracionales, y no la forma en que éstas fueron adquiridas, es lo que causa el sufrimiento emocional. Así, si los individuos son capaces de **volver a evaluar su forma anterior de pensar y de abandonarlo**, su funcionamiento actual sería completamente diferente (Walen, DiGiuseppe, Wessler, 1980)".

Las palabras bíblicas para evaluar la forma de pensar anteriormente y de hacer cambios y rededición son "metanoeo" o "shuwb" - "pensar de forma diferente".

Al discutir el principio freudiano del determinismo psíquico, Fancer (1973) dice que:

"Todo lo que uno piensa o hace está estrictamente determinado por unos antecedentes potencialmente descubribles".

En ésta afirmación va implícita la idea de que esos determinantes antecedentes le puedan dar al individuo un control sobre su comportamiento. Al traer a la conciencia esas reacciones automáticas subconscientes, ya no tiene porqué ser controlado por las mismas, sino que puede hacer elecciones y tomar decisiones conscientes en relación con su comportamiento. Puede pensar de forma diferente, y esa es la definición de "metanoia" y "shuwb".

Las terapias familiares ponen el énfasis en la forma en que el individuo es afectado por los patrones familiares y por sus interacciones, y, por lo mismo, adopta las expectativas familiares, los roles y los puntos de vista sobre la vida. Una intervención terapéutica o una redecisión personal es capaz de hacer que los miembros de la familia perciban las cosas y reaccionen de forma diferente (Gurman y Keriskern, 1981). Una vez más, si traducimos, esto es "metanoeo" o "shuwb" - "arrepentirse".

El parecido entre sí que tienen todas estas teorías es el reconocimiento de una necesidad de identificar los patrones disfuncionales, cambiar la forma de pensar y tomar nuevas decisiones en relación con la vida. Utilizando palabras bíblicas: "(Dios) ordenó a todos los hombres que se arrepintieran" (Acts 17-30). Según Fromm (1950) "La meta de la terapia es el ayudar a la persona para que consiga el coraje para tener asertividad y para emanciparse". Emancipación o libertad de los viejos argumentos de vida, sistemas de

creencias o reacciones inconscientes. Todo ello aparece cuando se conoce la verdad -y se actúa en consonancia con ella. "Conocereis la verdad, y la verdad os hará libres" (Juan 8-32).

Todas las teorías citadas anteriormente destacan la importancia que tiene la responsabilidad individual y la auto-determinación en conseguir los cambios necesarios para la libertad personal y la autonomía.

Este mismo concepto de responsabilidad personal es básico en la Biblia: Efesios 4-21-24 "...como la verdad está en Jesús, te ruego que dejes de pensar en las viejas conversaciones con el antiguo hombre, que está corrompido de acuerdo con sus tendencias perversas; y renuevate en el espíritu y en la mente; y adopta el nuevo hombre que ha sido creado a semejanza de Dios en la buena y la auténtica santidad".

De acuerdo con el concepto de responsabilidad personal se encuentra el énfasis que la Biblia pone en el hecho de sembrar y recoger, o, como dirían los psicólogos, los patrones recíprocos de acción y reacción. La Biblia explica ese principio en dos corolarios:

"Aquello que el hombre siembre, será lo que recoja" (Galateos 6-7); y "No juzgueis y no sereis juzgados" (Mateos 7-1). Otra mención al principio de sembrar y recoger se encuentra en Josué 8-7: "Siembra vientos y recogerás tempestades" y en Romanos 2-1: "Cuando juzgas a otro te estás condenando tú". Lo que el AT llama los mandatos tempranos y las decisiones que el individuo incorpora a su argumento, la Biblia lo identifica como juicios que la persona muestra sobre el mundo que le rodea, sobre sí mismo y sobre las personas; éste es:

sobre lo que la vida va a ser para él, lo que él es y cómo le va a tratar la gente. Estos juicios, por su parte, estructuran la realidad de forma que se recoge aquello que se ha sembrado - el individuo recibe aquel trato que espera recibir, se convierte en la persona que creía ser, y alcanza aquellas expectativas que se habían depositado en él. Job expresó este hecho de la siguiente manera:

"Así, aquello que más temía ha caído sobre mí, y aquello que me producía miedo ha caído sobre mí" (Job 3-25). Cualquiera que sea la terminología que uno utilice, el cliente que quiera romper viejos patrones o ser libre del juicio de los otros debe tomar algún tipo de decisión. Es importante observar que muchos de los métodos que la terapia de redecisión utiliza en el AT pueden ser adaptados con éxito para utilizarlos en un contexto pastoral, y que son totalmente compatibles con las enseñanzas de la Biblia.

Uno de estos métodos es la utilización de la imaginación creativa en fantasías o técnicas de Gestalt que permiten al cliente recrear o volver a vivir una escena de su pasado para conseguir nuevas percepciones y reacciones que le lleven a tomar una nueva decisión en el momento de hallarse bajo el impacto emocional de las mismas.

El trabajo puede ser más efectivo con el cliente religioso si se realiza en un contexto de oración. Este tipo de oración llamado "Oración de curación interna" o "Curación de recuerdos" (Sanfor, 1966) invita a que Jesús esté presente mientras que el cliente revive el recuerdo temprano. El sentir la presencia de Jesús puede ser justificado de forma bíblica basándose en la omnipresencia y naturaleza

inmutable de Dios (Exodo 3-14, Juan 8.58, Hebreos 13-5, Revelación 1-11). Ruth es un ejemplo de un cliente a quien la oración, las técnicas gestálticas y la oración curativa se combinaron para conseguir un magnífico efecto.

Habiendo sido víctima de incesto en su infancia, Ruth, a los 22 años era una persona obesa, con miedo de los hombres y llena de odio hacia sí misma. Arrastraba aquellos sentimientos conflictivos típicos de los niños que han padecido relaciones incestuosas: una mezcla de amor y de odio hacia su padre; culpabilidad por su temprano despertar sexual; rabia hacia sí misma por su participación en los hechos, y hacia su padre por haberla implicado; y un sentimiento de vergüenza y humillación. Las técnicas normales de counseling no habían producido ninguna mejoría. Se le pidió, pues, a Ruth que fuera su Niño y que experimentara los sentimientos hacia su padre y hacia ella misma. A través de la oración se pidió que Jesús estuviera presente y que ayudara a ese Niño. Luego se le sentó a Ruth en otra silla y se le pidió que "fuese Jesús", y, dado que Él habla a través de otras personas, que hablase a través de su Niño. Al contemplar Jesús-Ruth a su Niño, Ruth comenzó a llorar. Cuando Jesús-en-Ruth habló, le dijo que la comprendía a ella y a sus sentimientos y que la amaba y la perdonaba. En éste punto Ruth volvió a su Adulto de nuevo y dijo, alegre y llorando al mismo tiempo, "Ahora me puedo perdonar a mí misma".

El terapeuta entonces puede fortalecer la nueva decisión religiosa del cliente avanzando un paso más en el perdón, tal y como se ha mencionado. El perdón, concebido y recibido, puede mitigar mucho el sentimiento de culpabilidad que con



frecuencia existe cuando la persona rechaza creencias durante mucho tiempo arraigadas, o mandatos procedentes de figuras de autoridad tan potentes como padres o profesores.

El mandamiento Cristiano de "Perdona a los otros de la misma forma que Dios, por Jesucristo, te ha perdonado a tí" (Efesios 4-32) es vigente para toda persona religiosa. Esto tiene dos significados 1) no utilizar los pecados de la otra persona en contra suya, y 2) aceptar al otro tal y como es, como Dios nos acepta a todos "mientras que somos todavía pecadores" (Romanos 5-8). La figura de autoridad que ha sido perdonada de ésta manera es reducida a tamaño humano, se hace un pecador más, una persona con la que es aceptable no estar de acuerdo, y que sin embargo puede a su vez ser aceptada aunque esté equivocada.

Por ejemplo, Bill, un cliente depresivo había pasado toda su vida intentando en vano complacer a su madre, pero por fin fue capaz de hacer la siguiente declaración rededoraria en su fantasía: "Mamá, me gustaría conseguir tu aprobación, pero incluso si no la consigo, yo me amaré y me aceptaré a mí mismo". Sin embargo, ésta rededición sólo fue posible cuando Bill hubo recorrido los siguientes pasos (Crosby 1982):

1. Tener en cuenta a los Romanos 3-23 "Todos han pecado y sin embargo han merecido la Gloria de Dios", y Romanos 3-10: "No hay ni uno solo que sea totalmente un bendito".
2. Discutir el sentido del Cuarto Mandamiento "Amar padre y madre (Exodo 20-12).
3. Reconocer que su madre también era humana, y por lo tanto, asumir

que no siempre tenía razón. A partir de ello pudo amarla y respetarla incluso cuando no estaba de acuerdo con él.

4. Perdonar a su madre por no darle siempre el amor y la aprobación que él deseaba.
5. Pedir a Dios que le perdonase por el resentimiento contra su madre.

Cuando la persona perdona a la figura de autoridad por la parte que le corresponde en la formación de creencias erróneas o destructivas o de mandatos no adecuados, la puerta está abierta para la reconciliación. Con algunas personas, como en el caso de Ruth, también es importante el ayudarles a aceptar el perdón hacia sí mismos por sus juicios contra sus padres o contra otras personas, por sus reacciones negativas en el pasado. Se les debe ayudar a que se den cuenta que no tienen derecho a acaparar solo para sí mismos el perdón que Dios ha concebido contexto, al mencionar que si Dios ha muerto por nosotros y sin embargo nos perdona ¿cómo alguno de nosotros puede tener derecho a condenar a otros?

#### Sumario:

El trabajo de rededición terapéutica puede ser mucho más efectivo con el cliente religioso cuando uno tiene cierta formación en la terminología bíblica del propio cliente. Existe un paralelismo entre lo que los psicólogos llaman "patrones recíprocos de acción y reacción" y el "sembrar y recoger" de la Biblia, entre la rededición terapéutica del argumento, la rededición o disputa con los viejos sistemas de creencias y el arrepentimiento bíblico.

Las técnicas de la Terapia de Rededición -el usar la imaginación creativa y la memoria para ayudar al individuo a recrear o a revivir escenas de su pasado para facilitar nuevas decisiones en el momento del impacto emocional- son similares al tipo de oración que podemos denominar "curación interna" y pueden ser incorporadas con éxito al contexto de la oración.

Todo ello, por supuesto presupone que el terapeuta sea un creyente que esté de acuerdo con la oración. De ninguna manera se compara la oración con una técnica o "truco". El intento de éste artículo es mostrar de qué forma los métodos psicoterapéuticos y su terminología pueden ser integrados adecuadamente con la terminología bíblica y la oración.

Traducido por Montserrat de la Mata T.A.J. Vol. XIII, nº 3, julio 1983.

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

Programa Provisional del III Congreso Español de Análisis Transaccional:  
Alicante, 23-26 de abril de 1986.

**COMITE ORGANIZADOR DEL CONGRESO****Presidente:**

José A. Chumillas Talavera.

**Comisión Científica:**

Concepción de Diego Morales  
Enrique Soriano Antón

**Tesorería:**

Dolores Campos  
Jesús Molina  
Vicente Oltra

**Secretaría:**

Ana Carbonell  
Francisca Martínez Cabello  
Carmen Antón  
M<sup>a</sup> Carmen Moreda  
Edna Soler

**Actos Sociales y Medios Técnicos**

Gloria de Paz  
M<sup>a</sup> Rosa Ciurana  
Almudena Rodríguez

**ENTIDADES COLABORADORAS**

Caja de Ahorros de Alicante y Murcia  
Excelentísimo Ayuntamiento de Alicante  
Excelentísima Diputación de Alicante (en trámite)  
Seguros Mapfre (en trámite)  
Banco de Alicante (en trámite)

**PRE-CONGRESO - Días 21-23 de abril**

**1. CURSO DE INTRODUCCION AL ANALISIS TRANSACCIONAL**

**Objetivo.** Este curso tiene una doble finalidad, en el marco del Congreso:

- a) Ofrecer la posibilidad de iniciar la formación como Analista Transaccional a todos los profesionales que lo deseen.
- b) Facilitar a los congresistas no iniciados el marco teórico imprescindible para seguir la dinámica del Congreso.

**Programa.** El curso se desarrolla de acuerdo con el programa oficial de AESPAT. Su duración es de 16 horas, comenzando el día 21 de Abril a las 5 de la tarde.

**Carácter:** teórico - vivencial.

**Precio:** 10.000 Pts. (que se abona independientemente de la inscripción al Congreso).

**Facilitadora:**

Concepción de Diego Morales

Psicóloga y Psicoterapeuta

Miembro Clínico de AESPAT y ALAT y Didáctico prov. de ITAA.

**2. EXAMENES PARA MIEMBROS CLINICOS Y ESPECIALES DE AESPAT**

**Carácter.** Tienen carácter oficial para la Asociación Española de Análisis Transaccional y se celebrarán de conformidad con los procedimientos previstos en el Reglamento de la Asociación y los acuerdos puntuales que establezca el Comité de Contratos de Entretenimiento.

**Fecha:** Día 23 miércoles, por la mañana.

**Hora:** Se comunicará oportunamente a los interesados.

**NOTA:** Los que deseen presentarse a examen deberán solicitarlo previamente al Comité de Contratos.

**OBJETIVOS DEL CONGRESO:**

- Fomentar el conocimiento e integración de los profesionales que trabajamos en España con el modelo transaccional.
- Favorecer el intercambio de experiencias y conclusiones teóricas sobre el funcionamiento práctico de la técnica.
- Posibilitar la ampliación de conocimientos y actualización sobre los resultados de la investigación reciente.
- Estudiar la compatibilidad de uso de las técnicas propias del A.T. junto a otras afines de la corriente de Psicología Humanista (Gestalt, Bioenergética...).
- Disponer de un tiempo de encuentro.

**DIA 23 - MIERCOLES: APERTURA DEL CONGRESO**

**18.00 Tarde: ACTO DE APERTURA**

- \* Palabras de acogida: Montserrat de la Mata Vila, Presidenta de AESPAT.
- \* Presentación del Congreso: José A. Chumillas Talavera, Presidente del Comité Organizador.
- \* Saludo de Bienvenida: Excmo. Sr. Alcalde de Alicante.

**CONFERENCIA GENERAL:**

"El Análisis Estructural y Funcional, un modelo operativo para el Bienestar personal y Social".

**20.00 Tarde: RECEPCION EN EL EXCMO. AYUNTAMIENTO DE ALICANTE**

**NOTA:**

La entrega de la documentación del Congreso se entregará a los congresistas, en la Sede del mismo: AULA DE CULTURA de la CAAM, Avd. Dr. Gadea, el miércoles, día 23, a partir de las 10 de la mañana.

**DIA 24 - JUEVES**

**9.30 CONFERENCIA GENERAL:** "El Análisis Transaccional, un instrumento para una comunicación interpersonal adecuada".

**Carlo Moiso.** Médico-Psiquiatra. Universidad de Roma. Miembro Didáctico de ITAA.

## 11.00 TRABAJO ESPECIALIZADO POR AREAS

## \* CLINICA

Preside: Dolores Campos

Conferencia: "Metaidentidad y argumento de Vida", Manuel-Francisco Massó Cantarero. Psicólogo. Miembro Clínico de AESPAT y ALAT.

Comunicaciones: Mesa redonda

## \* EDUCATIVA

Preside: Jesús Molina Reborbosa

Conferencia: El Análisis Transaccional en la formación y reciclaje del profesorado por Andrés Seulle, S.P.T.M. de ITAA.

Comunicaciones: Mesa redonda.

## \* EMPRESARIALES

Preside: Enrique Soriano Antón

Conferencia: "Intercambio afectivo en la comunicación empresarial" por A. Ares Parra, Psicólogo.

Comunicaciones: Mesa redonda

## \* SOCIAL

Preside: Almudena Rodríguez

Conferencia: "Aportación del A.T. a la Tercera Edad. El vivir en el aquí y ahora"

Comunicaciones: Mesa redonda

De 17.00 a 20.00

TALLERES VIVENCIALES. Se desarrollarán talleres a cargo de los siguientes facilitadores

"Interacción y Permisos" por Francisco Massó

Carlos Mosio  
Concepción de Diego

Facilitarán el título y  
contenido de su taller

## DIA 25 - VIERNES

9.30 CONFERENCIA GENERAL: "Los jueces psicológicos, modos inadecuados de interacción social. Como estar libres de juegos". Gisa Jaoui. Psicoterapeuta. Miembro Didáctico prov. de ITAA.

## 11.00 TRABAJO ESPECIALIZADO POR AREAS

## \* CLINICA

Preside: Ana Carbonell

Conferencia: "Terapia Transaccional de las psicosis funcionales" por Carmen Vazquez Baudín, Psicóloga, Miembro Clínico de AESPAT.

Comunicaciones: Mesa redonda.

## \* EDUCATIVA

Preside: Vicente Oltra

Conferencia: "Nuevos paradigmas de investigación educativa y Análisis Transaccional" por Asunción Bravo, Pedagoga, Profesora de la Universidad de Sevilla.

Comunicaciones: Mesa redonda.

## \* EMPRESARIAL

Preside: Edna Soler

Conferencia: "Las caricias atributivas en la empresa" por Jorge Oller Vallejo, SPTM de ITAA.

Comunicaciones: Mesa redonda

## \* SOCIAL

Preside: Gloria de Paz López

Conferencia: Integración de la Educación Especial" Alvaro Marchesi. Subdirector General de Educación Especial del MEC.

Comunicaciones: Mesa redonda.

**TALLERES VIVENCIALES.** Estarán a cargo de los siguientes facilitadores: Gisa jaoui - C. Steiner - Carmen Vázquez.

## 22.30 CENA PARA LOS CONGRESISTAS

### DÍA 26 - SABADO

#### 10.30 CONFERENCIA GENERAL: "El Argumento de Vida y su influencia en el comportamiento personal y social."

Claude Steiner. Psicólogo Universidad de Berkeley. Miembro Regular de ITAA.

#### 12,00 SESION DE CLAUSURA

##### 1. PANEL: "Desarrollo actual y perspectivas del Análisis Transaccional en las distintas áreas".

\* **Modera:** Montserrat de la Mata Vila

##### \* Participantes:

Area Empresarial: Eduardo Sordo  
Area Clínica  
Area Educativa (En tramitación)  
Area Social

##### 2. Cierre del Congreso. Intervenciones

##### 3. Vino Español

Tarde

#### 17.00 ASAMBLEA EXTRAORDINARIA DE AESPAT

Sr. Director de la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista  
Avda. Felipe II, 15 - 3º D  
28009 MADRID

Deseo suscribirme a su publicación, por el período del año en curso, cuyo importe es de 1.200 Ptas. por los tres ejemplares (la publicación es cuatrimestral). (14\$ USA, suscripciones del extranjero).

El importe lo haré efectivo mediante:

Domiciliación bancaria, en mi c/c. nº \_\_\_\_\_, abierta en el Banco/Caja de Ahorros \_\_\_\_\_, Agencia \_\_\_\_\_, C/ \_\_\_\_\_ Ciudad. \_\_\_\_\_

Giro postal (indicar nº \_\_\_\_\_) a la dirección que figura al dorso.

Transferencia bancaria, a nombre de la Revista, a la c/c. nº 1466-68 Agencia nº 1726 de la Caja de Ahorros y Monte de Piedad de Madrid, Avda. de Felipe II, 15. 28009 MADRID. (Adjuntar justificante).

Nombre y Apellidos del suscriptor (mayúsculas)

\_\_\_\_\_

Dirección: C/. \_\_\_\_\_

Ciudad \_\_\_\_\_ Código Postal \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_

En \_\_\_\_\_, a \_\_\_\_\_, de \_\_\_\_\_ de 1985

Firmado:

En caso de domiciliación bancaria, remitir este boletín a la sucursal que nos indican.

Director del Banco/Caja \_\_\_\_\_ Ag. Nº \_\_\_\_\_  
C/. \_\_\_\_\_ Ciudad \_\_\_\_\_

Les ruego atiendan los recibos que pasará la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista contra mi c/c. nº \_\_\_\_\_ hasta indicación en contrario, en concepto de suscripción a dicha Revista.

Fecha y firma:

Nombre y Apellidos del titular de la C/c. \_\_\_\_\_

Remitir a:

Revista de Análisis Transaccional  
y  
Psicología Humanista

Avda. Felipe II, 15, 3º D  
28009 Madrid  
Tel. 431.69.98

ETHOS

GABINETE DE PSICOLOGIA  
Y ANALISIS TRANSACCIONAL

PROGRAMA DE ACTIVIDADES

Primer Cuatrimestre del año 1986

**1. Módulos de Formación Avanzada:**

- "Transacciones y Caricias", dirigido por C. de Diego los días 17, 18 y 19 de enero.
- "Posición Existencial y Emociones", dirigido por F. Massó los días 14, 15 y 16 de febrero.
- "Estructuración del Tiempo y Juegos", dirigidos por C. de Diego, los días 14, 15 y 16 de marzo.
- "Argumento, Miniargumento y Metas de Vida", dirigido por C. de Diego y F. Massó, los días 4, 5 y 6 de abril.

**2. Talleres Vivenciales:**

- "Convivencia-Bienestar personal y social", dirigido por F. Massó, el día 25 de enero.
- "Comunicación-Incomunicación", dirigido por C. de Diego, el día 8 de marzo.

**3. Aplicación del A.T. a la Empresa:**

- "Dirigir y Concertar"  
Estilos de liderazgo  
La concertación como estrategia de gestión  
Días 20 y 21 de febrero
- "Emoción y relaciones de trabajo"  
Los intercambios emotivos disfuncionales y sus redes  
Aceptación y respeto de la conducta emocional  
Días 17 y 18 de abril  
Ambos seminarios serán facilitados por F. Massó

**Información:**

ETHOS, Avda. Felipe II, 15 - 3º D, 28009-MADRID  
Tfno.: 431 69 98. De 10 a 13 y de 16 a 20 horas.