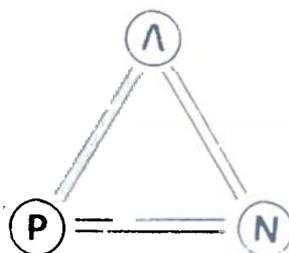
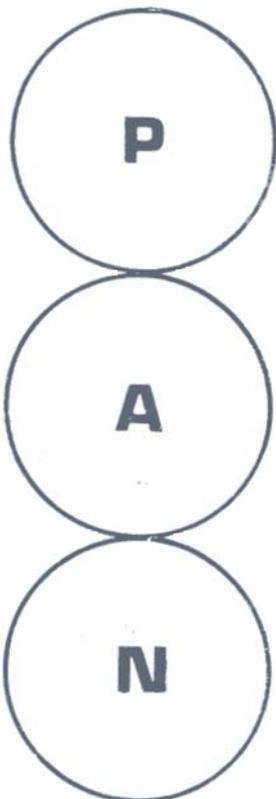


Revista de

ANALISIS TRANSACCIONAL y PSICOLOGIA HUMANISTA



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

Nº 17, 1º CUATRIMESTRE /88, AÑO VII

Ⓜ

REVISTA DE ANALISIS TRANSACCIONAL
Y PSICOLOGIA HUMANISTA

(Boletín Informativo de AESPAT)

Edita: AESPAT (fundada en 1978)

* Domicilio social: Santa Susana, 34 - 7^o-2^a
28033 Madrid

* Teléfono: 91/763.94.57

* Apdo. Correos: 8.222 - 28080 MADRID

Presidenta: Concepción de Diego Morales

Vicepresidente: Antonio Ares Parra

Tesorera: Ana Rosa Villazón Trabanco

Secretaria: Dra. C. Bernia y Pardo de Santayana

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
- Montserrat de la Mata Vila 84-86

Dirección de la publicación:

Es responsable la Junta Directiva de AESPAT a través de:

- Concepción de Diego Morales y Eduardo Surdo Gutiérrez (en la parte científica)
- Dra. María del Carmen Bernia y Pardo de Santayana (en la parte práctica)
Santa Susana, 34 - 7^o-2^a
28033 Madrid
Tel.: 763.94.57 (contestador, en ausencias).
584.74.89 de 7,30 a 15 horas.
(probar también el 584.74.93 y 584.74.94 preguntando por Loli o Andrés, para que localicen a la Dra. Bernia).

Realización: ONORG, S.A

Depósito Legal: M-36843-1981

ISSN: 0212 - 9876

R.P.I. nº 1095354 (provisional)

os editores no se hacen responsables de los contenidos de los artículos

SUMARIO

FUNDAMENTOS CIENTIFICOS DEL ANALISIS TRANSACCIONAL M ^a Angeles Díaz Veiga	551
MANEJO DEL TIEMPO EN UN ORGANISMO DE LA ADMINISTRACION DEL ESTADO. UN ENFOQUE TRANSACCIONALISTA José M ^a Mellado González	559
TEORIA DEL CAMBIO Y CRECIMIENTO EN LA TERAPIA GUESTALTICA Jean Marie Robine	565
ANOTACIONES SOBRE EL TRATAMIENTO DE LOS ESTADOS PARANOIDES. UN ENFOQUE DESDE EL ANALISIS TRANSACCIONAL Anna Rotondo Maggiora	574
LOS SENTIMIENTOS Y EL TRABAJO CON NECESIDADES Carmen Vázquez Bandín	581
EL TRATAMIENTO DE LA PARANOIA Kenneth E. Woods y Mary Woods	586
LA CATEXIS DE A.E.S.P.A.T.	593
SUMARIO DE LOS NUMEROS 0 AL 16, AMBOS INCLUIDOS. EXISTENCIAS	599

FUNDAMENTOS CIENTIFICOS DEL ANALISIS TRANSACCIONAL

M^a Angeles Díaz Veiga
 Miembro Regular de AESPAT
 Psicólogo Clínico
 Madrid

Planteamientos previos

El teórico en psicobiología se muestra contrario a hacer alguna afirmación mientras no tenga una información precisa, el conductista sólo hace afirmaciones cuando éstas, en base a experimentos, se han demostrado científicamente. El clínico tiene que orientar sus objetivos a hacer todo lo que pueda por el paciente, valiéndose de cualquier contribución que tenga a su alcance. Lo adecuado sería poder reconciliar los hallazgos experimentales con la experiencia clínica y la experiencia clínica con los hallazgos experimentales.

Una de las críticas, que por parte de los psicólogos experimentales se ha aplicado al Análisis Transaccional, ha sido la de no contar con unos fundamentos científicos sobre los que se base esta teoría. Ante esta opinión considero oportuno enfatizar sobre los siguientes aspectos:

El conductismo de Watson, Hull y Skinner introduce el concepto de psicología reducida al estudio y observación de la conducta humana y de la conducta animal, en determinadas condiciones, naciendo de ello la psicología experimental, y ocupando en una escala de valores el puesto de preferencia, el hecho de que sólo era válido aquello que era demostrado científicamente.

Esta escala de valores puede ser admitida entre los conductistas, pero para los humanistas el puesto de preferencia lo ocupa el hombre, concibiendo a éste como un todo global e independiente, sujeto activo y libre de sus actos. Sin dejar de considerar al hombre como el eje medular, la teoría transaccionalista puede verse enriquecida por los aportes científicos que ofrece la psicología experimental.

Eric Berne fue consciente de esta idea y se ocupó de buscar los fundamentos científicos de su teoría del Análisis Transaccional en experiencias psicofisiológicas, quirúrgicas, farmacológicas y, en general, en todas aquellas que emplean el método experimental.

Derivado de ello, este trabajo va a consistir en exponer en el "aquí" y en el "ahora" estas experiencias una vez localizadas y estructuradas.

Contenidos

El Análisis Transaccional tanto en su trabajo individual como en el grupal, avanza por etapas que se pueden definir con toda claridad y que, al menos esquemáticamente, se suceden unas a otras de manera que los implicados en el proceso se dan cuenta

de lo que han logrado hasta ese punto y cuál ha de ser el paso siguiente (Berne 1985, pág. 22). Las cuatro áreas de análisis principales son:

1. Análisis Estructural.
2. Análisis Transaccional.
3. Análisis de los Juegos.
4. Análisis de los Guiones.

1. El Análisis Estructural

Se ocupa de la segregación y análisis de los estados del YO, es decir, del contenido intrapsíquico de la persona, concibiendo los estados del Yo como un sistema de pensamientos y sentimientos que motiva a un conjunto relacionado de normas de conducta. El Análisis estructural se fundamenta científicamente en las experiencias siguientes:

Penfield (1952, pág. 178-198) ha demostrado que los sujetos epilépticos retienen los recuerdos en su forma natural como estados del Yo. Por medio del estímulo eléctrico directo de la corteza temporal desnuda de cada lado del cerebro, logró evocar estos fenómenos. El paciente vuelve a sentir la emoción que originariamente le produjo la situación y está al tanto de las mismas interpretaciones que dio anteriormente. Demostró además que dos diferentes estados del ego pueden ocupar simultáneamente la consciencia como discretas entidades psicológicas, diferentes una de la otra y el paciente indicó que apreciaba sin vacilar la incongruencia de las dos experiencias, una en el presente y la otra traída a la fuerza desde el pasado hasta su consciencia. Federn (1952) es el primero que afirmó, basándose sobre conocimientos psiquiátricos lo que Penfield demostró con sus

extraordinarios experimentos neuroquirúrgicos, es decir, que la realidad se basa sobre estados del Yo completos y discretos.

Chandler y Harmann (1960, págs. 286-299) trabajando con LSD-25 han demostrado la sorprendente similitud entre la activación farmacológica de estados del Yo y la que se obtiene por medio de la estimulación eléctrica de la corteza cerebral. Describen la experiencia simultánea de dos estados del ego: la una como una orientación hacia la realidad actual externa y psicológica, la otra un revivir más que un simple recordar de escenas que se remontan atrás en el tiempo hasta el primer año de vida, sintiendo el paciente que está de regreso en aquella época y experimentando los afectos con toda su intensidad original.

2. El Análisis Transaccional

Se ocupa de las relaciones entre las personas, es decir del contenido intersíquico, considerando la caricia como la unidad fundamental de la acción social y por lo tanto un intercambio de caricias constituiría una transacción que es la unidad de las relaciones sociales (Berne 1985, pág. 17), expresando con la palabra caricias cualquier acto que implique la presencia del otro. Derivado de ello tenemos que según lo bien que se sienta una persona o lo bien que sienta a los demás, del tipo de caricias que busca o que obtenga y de los patrones de conducta que ha aprendido, así estructurará su tiempo y de ahí resulta que el problema del trato social reside en cómo el ser humano estructura sus horas de vigilia (Berne 1985, pág. 87).

El Análisis Transaccional se fundamenta en el descubrimiento de que la estimulación del sistema de

activación reticular (French 1954, pág. 54-60) promueve el estado de Yo Adulto. En ausencia de tal estimulación es frecuente que se produzcan fenómenos de la manifestación del estado del Yo Niño.

Ya Spitz (1945, pág. 53-74) demostraba que los niños pequeños privados del contacto físico durante un largo tiempo, tienden a declinar irremisiblemente y están propensos a sucumbir a una enfermedad intercurrente, es decir, los niños que habían sido separados muy pronto de sus madres y habían sido ingresados en hospitales o casas-cuna, a pesar de tener cubiertas sus necesidades de nutrición y aseo, pero carentes de toda atención afectiva, presentaban una serie de retrasos tanto físicos como psíquicos que les producían en muchos casos la muerte y en otros lo que se denominó "depresión anaclítica" que postraba al niño en una profunda tristeza y le ocasionaba una depresión para el resto de su vida. Un fenómeno parecido se observa en adultos sometidos a "privación sensorial". Experimentalmente, una privación así puede provocar una psicosis transitoria o cuanto menos dar lugar a perturbaciones mentales temporales. El confinamiento solitario es uno de los castigos más temidos aun por prisioneros acostumbrados a la brutalidad física (Belbenoit, 1938 y Seaton, 1952).

Levine (1960, págs. 80-86) en sus experimentos con ratas ha demostrado que no sólo el desarrollo físico, mental y emocional, está afectado por el contacto directo, sino también la bioquímica del cerebro y aun la leucemia. Lo significativo de estos experimentos fue que tanto el contacto suave como los dolorosos choques eléctricos eran igualmente efectivos para fomentar la salud de los animales.

Un experimento interesante en el que se combinan la necesidad de estímulo y de estructura lo realizaron Sackett, Keith-Lee y Treat (1963, págs. 518-520) con ratas criadas en un estado de privación sensorial o en jaulas sin variación. Al ser trasladadas a jaulas corrientes acudían a la comida si ésta se encontraba en un tablero de damas, pero no si ésta se encontraba sobre una base simple. Los experimentos concluyeron en que la necesidad de estímulos estructurados puede implicar procesos biológicos tan básicos como el hambre de alimentos y que los efectos de una privación sensorial temprana pueden persistir durante la vida en la forma de una fuerte atracción hacia los estímulos complicados.

3. El Análisis de los Juegos

Se utiliza para comprender determinadas clases de transacciones deshonestas, ya que el juego se define como una serie de transacciones ulteriores complementarias que progresan hacia un resultado previsto y bien definido o más sencillamente como una serie de jugadas con una trampa o truco (Berne 1985, pág. 52).

Se fundamenta en el principio de que el organismo humano puede aceptar, hasta cierto punto, señales de reconocimiento visuales, auditivas y simbólicas como sustitutivo de la estimulación táctil directa de la cualidad correspondiente. Esta es la ventaja biológica que se obtiene con los juegos, es decir una mirada dulce y un rostro sonriente pueden tener efectos parciales similares a los resultantes de las caricias físicas, igualmente la burla verbal puede tener efectos parciales similares a los de cosquillas o pinchazos físicos.

El niño pequeño necesita al principio estimulación táctil, pero pronto la estimulación auditiva se hace aceptable como suplemento. En algunos individuos es posible que en años posteriores, la estimulación táctil sea rechazada y preferida la auditiva. El reconocimiento verbal, sin embargo, no parece producir efectos biológicos tan profundos como el táctil. La organización social se basa en restricciones táctiles y es causa de que la gratificación en este nivel sea insuficiente, lo que ocasiona un "hambre táctil", en la que encontramos aspectos cuantitativos y cualitativos. El aspecto cuantitativo tiene que ver con la duración de la estimulación y sus efectos acumulativos. En cuanto a los aspectos cualitativos, la piel humana es un órgano sumamente eficiente para la absorción y emisión de ciertas longitudes de onda de energía radiante, lo que sin duda contribuye a la gratificación obtenida al ser tenido en brazos, de modo que la satisfacción del hambre táctil se da en la forma más completa mediante el contacto de pieles complementarias que abarque una superficie lo más amplia posible (Berne 1963, págs. 870-877). A medida que el individuo crece, el "hambre de estímulo" táctil y de otros tipos se va entretejiendo de manera compleja y simbólica con situaciones, privilegios, responsabilidades y exigencias de naturaleza social.

4. El Análisis de Guión o Argumento de Vida

Se utiliza para comprender la toma de decisión de una persona en los aspectos más importantes de su vida.

Los fundamentos evolutivos de la teoría del guión pueden ser resumidos en lo siguiente:

El escenario del guión empezó hace muchísimos años, cuando por primera vez salió vida del barro y empezó a transmitir los resultados de sus experiencias a sus descendientes químicamente, a través de los genes. Dentro de sus limitaciones químicas, cada hombre tiene enormes posibilidades de determinar su propio destino, sin embargo, sus padres lo deciden por él, mucho antes de que él pueda ver lo que están haciendo. Cuando la vida se liberó hasta cierto punto de los rígidos patrones químicos, otras formas de regular la conducta vinieron a sustituirlas. La más primitiva de estas es probablemente la impresión, que es apenas un poco más allá del reflejo (Lorenz, 1933). La impresión asegura que un organismo infantil seguirá automáticamente a cierto objeto y lo tratará como a una madre. Esta respuesta automática ayuda a asegurar su supervivencia en momentos de tensión. El siguiente paso vino cuando algunos animales permanecieron con sus madres y empezaron a aprender por medio del juego. Los patrones demasiado complejos o variables para ser transmitidos a través de los genes podían enseñarse con un mordisco juguetón o un golpe en la oreja (Bateson, 1956). Luego vinieron la imitación y la respuesta a señales dadas, dependiendo de lo que veían y oían en la vida real. Ahora sabemos que casi todas las clases de organismos vivos pueden ser amaestrados, pues casi todos los animales pueden ser condicionados psicológicamente por reflejos, hasta llegar a adquirir patrones de conducta nuevos y especiales, llegando a extremos como la docilidad en la que se asegura la conducta del animal porque el estímulo está ya dentro de su cabeza. Los animales más inteligentes, monos, simios y personas, tienen otra capacidad especial que es la de la

invención. Esto significa que pueden hacer cosas que ninguno de su especie ha hecho nunca antes, desde colocar una caja de madera encima de otra o juntar dos varas para formar otra más larga (Zuckerman S., 1933).

Los seres humanos tienen todas las capacidades anteriormente citadas, sus patrones de conducta están influidos por las impresiones primitivas, por el juego y la imitación infantil, por el amaestramiento paterno, por la norma social y por la invención espontánea. En el guión o argumento de vida aparece todo ello y el ser humano típico lleva a cabo su guión porque sus padres se lo implantaron en su cabeza a temprana edad y ahí se queda para el resto de su vida, incluso después de que sus padres hayan desaparecido para siempre. (Berne 1986, págs. 79-82).

Una vez expuestos los fundamentos evolutivos de la teoría del guión, es conveniente por la relevancia del tema señalar algunos de los experimentos que se han realizado y pueden proporcionar una base experimental al argumento de vida. El trabajo estadístico más importante que señala Berne (Berne 1986, pág. 451) es el estudio de los efectos de los cuentos sobre las carreras subsiguientes y el modo de morir que había sido realizado por Rudin. Rudin (1968, págs. 901-903) basó su trabajo en el realizado por McClelland (1961) que había estudiado la relación entre las historias oídas y leídas por los niños y sus motivaciones vitales. Rudin siete años más tarde, estudió las causas de muerte entre los que eran motivados por tales historias. Como los triunfadores tienen que ser buenos, tienden a dominar sus sentimientos cuidadosamente y a menudo padecen úlceras o alta presión sanguínea, Rudin hacía contrastar este grupo con los que tenían deseos de

poder y se manifestaban libremente en la acción para conseguirlo. Estos tenían un alto porcentaje de muerte por causas que llamaríamos de guión: suicidio, homicidio o cirrosis por exceso de bebida. Los guiones de los triunfadores se basaban en historias de éxito, mientras que los guiones de la gente de poder se basaban en cuentos de riesgo.

Como los guiones son compromisos existenciales, para investigarlos no se puede experimentar con situaciones artificialmente creadas, pues el desenlace puede significarlo todo para el protagonista, por ello habremos de recurrir a la experimentación animal de la que pueda extrapolarse la teoría del guión. Tal es el caso de los experimentos realizados por Denenberg y Whimby (1963, págs. 1192-1193). Estos investigadores eligieron a tres ratas: a la rata número uno la llamaron Tom, a la rata número dos Dick y a la número tres Harry. Tom estaba condicionada para hacer presión sobre una palanca si no quería recibir una descarga eléctrica y en recompensa le daban una pelotita de comida. Dick estaba condicionado de la misma manera, con la excepción de que su regalo era un sorbo de alcohol.

Harry también estaba condicionado para evitar la descarga desagradable y su recompensa en vez de ésta era una descarga agradable. Posteriormente las tres ratas fueron cambiando para que al final las tres aprendieran los tres programas. Después de esto, las metieron en una jaula con tres palancas: una para obtener comida, otra para obtener alcohol y una tercera para obtener una descarga agradable. Además, en la nueva jaula introdujeron una noria, de tal manera que cada rata podía tomar su propia "decisión" en cuanto a cómo quería pasar su vida: comiendo,

embriagándose, recibiendo estremecimientos eléctricos, cualquier combinación o alternancia de estas tres cosas o haciendo ejercicio. Pero el verdadero desenlace de sus vidas dependía de una fuerza mayor externa, pues el experimentado podía interrumpir el experimento y romper el guión siempre que le apeteciera.

Conclusiones

Hasta aquí aparecen expuestos los fundamentos científicos de las cuatro áreas fundamentales de que consta el Análisis Transaccional, basados fundamentalmente en experimentos conductistas, enriqueciendo así la teoría transaccionalista. Por otro lado el Análisis Transaccional, encuadrado dentro de la Psicología humanista, contiene aspectos que pueden

enriquecer al conductismo. Como alternativa ofrecemos el hecho que de igual manera que si los humanistas quieren basar su teoría en fundamentos científicos deberán en parte recurrir a experiencias del conductismo, esta psicología igualmente deberá retocar tanto el método como el tema de los experimentos, es decir, diseñar una metodología en la que sea posible mantener la rigurosa objetividad de la ciencia sin por ello renunciar a estudiar las dimensiones más profundas y auténticas de la persona humana.

M^a Angeles Díaz Veiga
General Oráa, 20 - 2b
28006 MADRID

BIBLIOGRAFIA

- 1 Bateson, G. y colab.: "El mensaje. Esto es un juego". Transacciones de la Segunda Conferencia sobre Procesos de Grupo. Josiah Macy, Jr. Foundation, Nueva York, 1956.
- 2 Beech, H. R.: "Terapia de conducta". Taller de Ediciones J.B. Madrid, 1977.
- 3 Belbenoit, R.: "Dry Guillotine". E. P. Dutton & Company. Nueva York, 1938.
- 4 Berne E.: "Análisis Transaccional en Psicoterapia". Ed. Psiqué. Buenos Aires, 1985.
- 5 Berne, E.: "Los juegos en que participamos". Ed. Diana. México, 1985, 17^a edición.
- 6 Berne, E.: "Introducción al tratamiento de grupo". Ed. Grijalbo. Barcelona, 1985, 2^a edición.
- 7 Berne, E.: "¿Qué dice usted después de decir ¡Hola!?". Ed. Grijalbo. Barcelona, 1986, 14^a edición.
- 8 Chandler, A. L. y Hartman, M. A.: "Acido Lisérgico (LSD-25) en su papel de agente facilitador en psicoterapia". A. M. A. Arch. Gen. Psychiat. 2:286-299, 1960.
- 9 Denenberg, V. H. y Whimby, A. E.: "Behavior of Adult Rats is Modified by the Experiences Their Mothers had as Infants". Science, 142: I. 192-I. 193. 29 de noviembre de 1963.
- 10 Federn, P.: "Psicología y Psicosis del Ego". Basic Books. Nueva York, 1952.
- 11 French, J. D.: "The Reticular Formation". Scientific American 196: 54-60, mayo 1957.
- 12 Kertész, R.: "Análisis Transaccional Integrado". Ed. Ippem. Buenos Aires, 1985.
- 13 Levine, S.: "Stimulation in Infancy". Scientific America, nº 202. 80-86, mayo 1960.
- 14 Lorenz, K. Z.: "King Solomon's Ring". Thomas Y. Crowell Company. Nueva York, 1933.

- 15 McClelland, D. C.: "The Achieving Society". D. Van Nostrand Company. Princeton, 1961.
- 16 Penfield, W.: "Mecanismos de la Memoria". Arch. Neurol. & Psychiat. 67:178-198, 1952.
- 17 Rudin, S. A.: "Rational Motives Predict Psychogenic Death Rate 25 Years Later". Science, 160: 901-903, 24 de mayo de 1968.
- 18 Sackett, G. P., Keith-Lee, P. y Treat, R.: "Food versus Perceptual Complexity as Rewards for Rats Previously Subjected to Sensory Deprivation". Science, 141: 518-520, 9 de agosto de 1963.
- 19 Seaton, G. J.: "Isle of the Damned". Popular Library. Nueva York, 1952.
- 20 Spitz, E.: "Hospitalización: Génesis de las condiciones psiquiátricas en la Primera Infancia". Psychoanalytic Study of the Child, 1: 53-74, 1945.
- 21 Weiss, E.: "Principios de psicodinámica". Grune & Stratton. Nueva York, 1950.
- 22 Zuckerman, S.: "Functional Affinities of Man, Monkeys and Apes". Harcourt Brace & Company. Nueva York, 1933.

MANEJO DEL TIEMPO EN UN ORGANISMO DE LA ADMINISTRACION DEL ESTADO

UN ENFOQUE TRANSACCIONALISTA

José M^ª Mellado González
Miembro Especial (y M. Fundador)
de AESPAT
Licenciado en Derecho
Madrid

Dentro de la Administración del Estado en España, existen diversos Organismos que cumplen diversas funciones desde el punto de vista funcional. Es decir, legalmente se les atribuye unas competencias funcionales, para actuar en determinadas áreas de las necesidades de la sociedad y se les dota de una determinada estructura orgánica, que compone el elemento humano de la organización, además de las normas de procedimiento, espacio físico donde se desenvuelve la acción.

Aquí quiero hacer un análisis de cómo se les estructura el tiempo, teóricamente, al equipo humano que compone la organización en centro de trabajo y qué se hace en la práctica de dicho tiempo. El equipo humano (sólo incluyo el personal directivo por razones de brevedad) del centro de trabajo que presento, está compuesto por las dependencias que se detallan en el Organigrama que acompaño. (Ver Anexo I).

Se observa una estructura típicamente jerarquizada, de tipo clásico, verticalista, con el Director General en el vértice de la escala y una serie de mandos intermedios del que dependen el resto de los servicios, cada uno con su propio equipo humano y su propia estructura.

CONCEPTO

El tiempo es el recurso más precioso que existe, ya que equivale a la vida misma. Con el tiempo sólo podemos hacer cosas. Tenemos un tiempo externo, que miden los relojes, igual para todos. Y un tiempo interno que es subjetivo. Ambos pueden coincidir al menos con bastante aproximación, si es el adulto quien lo calcula.

Si alguien dice "no tengo tiempo", equivale a decir "mi adulto no programa mi tiempo, sino mi Padre".

Quien es dueño de su tiempo y lo controla, es dueño de su vida. Su potencial aumenta enormemente, así como su productividad. Vive mejor y la gente que le rodea, también. Funciona en su miniargumento OK, con los Estados del YO positivos, es un triunfador.

EL MANEJO DEL TIEMPO

El manejo del tiempo presupone la elección de las mejores METAS y su logro por los caminos más adecuados, y comprende: **Qué hacer y cómo hacerlo.**

Esto nos lleva al enfoque racionalista del Manejo del Tiempo, es decir, a programar nuestra acción con el

pensamiento, lo que requiere una descontaminación de nuestro ADULTO del componente de irracionalidad de nuestro PADRE y NIÑO NO OK.

Aquí será preciso contar con el facilitador transaccional, para que nos ayude, con la información y diagnóstico de los problemas y las técnicas adecuadas para producir cambios en el PADRE y el NIÑO NO OK, todo lo cual con el OKNESS del facilitador y la utilización de los instrumentos del A.T., nos permitirá pasar de un manejo argumental del tiempo (uso del tiempo según programación del Padre y del Niño en el sistema NOOK) al manejo del Adulto Racional del Tiempo, a través de las Metas de Vida, en el sistema OK de conducta. Metas de Vida para cuya elaboración y logro gozamos de total autonomía, puesto que a través de nuestro Adulto y la asignación de determinados recursos en tiempo y dinero, en cada momento podemos optar por cambiar los recursos que estamos usando, incluso la propia Meta, por medio de un proceso de realimentación (Feed-back) y actuar las conductas más adecuadas para conseguir nuestras Metas.

En definitiva, el Manejo del Tiempo requiere un cambio de MANDOS, es el adulto al que pasan, y es quien piensa, planea, programa, decide y ejecuta.

Nos planteamos la primera cuestión:

¿Qué hacer y cómo hacerlo con el tiempo de que disponemos?

Sólo hay seis formas, y sólo seis, de programar el tiempo:

- | | |
|-------------|--------------|
| Aislamiento | Rituales |
| Actividades | Pasatiempos |
| Juegos | Intimidación |

Aislamiento: Aislamiento sería la total falta de transacciones. Habría fantasías, diálogos internos fuera del Aquí y del Ahora... Ej.: meditación, estudio, etc.

Rituales: Son conjuntos de transacciones SIMPLES COMPLEMENTARIAS estereotipadas, programadas y determinadas por fuerzas sociales externas. Ej.: saludos, ritual de ingreso, PREMIOS, DESPEDIDA, INFORMACION.

Actividades: Transacciones complementarias programadas por el Adulto y dirigidas hacia el contacto con la realidad. Ej.: trabajo, deporte, etc.

Pasatiempos: Transacciones complementarias entre dos o más personas que giran alrededor de un centro de interés. Objeto: llenar una cantidad de tiempo determinada. Tienen forma de conversaciones o charlas. Ej.: fútbol.

Juego: Los veremos con más detenimiento.

Intimidación: Esta forma de estructurar el tiempo supone compartir libremente pensamientos, sensaciones y emociones en una relación de mutua confianza, espontaneidad, etc.

Esto representa el "QUE HACER" con nuestro tiempo. El "COMO" nos llevaría a la estrategia, que son las METAS DE VIDA y CONTRATOS DE ACTIVIDADES.

Lo primero supondría un proceso de elaboración de las que considerásemos más adecuadas en las distintas áreas: MENTAL, CORPORAL y LOS CUATRO ROLES: PAREJA, FAMILIA, PROFESIONAL y SOCIAL. Después, la determinación de las ACCIONES

concretas para cumplirlas y su plasmación en contratos transaccionales específicos, lo cual nos permitiría tomar conciencia de nuestra patología en el uso del tiempo, para poder modificarla.

Véamos qué se hace en la organización objeto de este trabajo

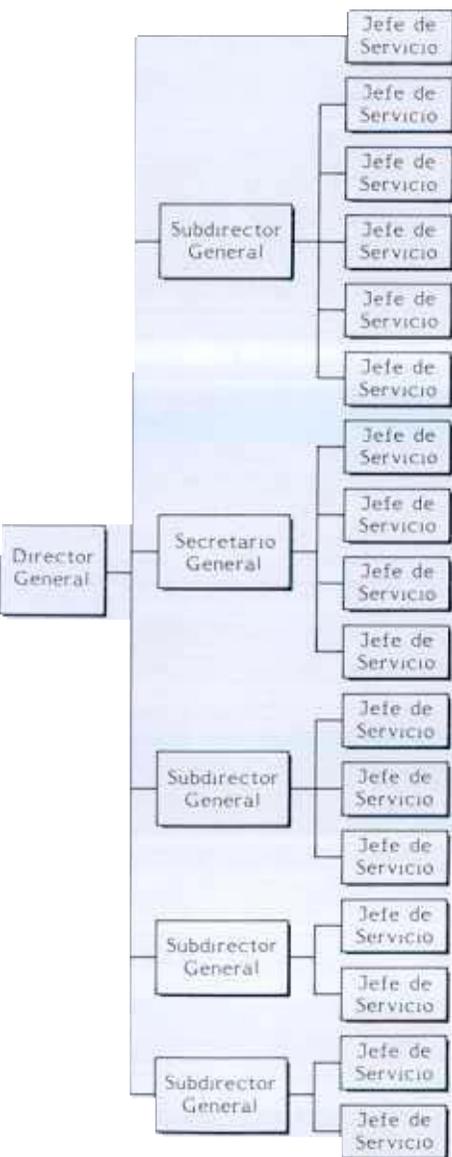
Básicamente la ACTIVIDAD es la forma predominante, pero también se dan oportunidades para las restantes formas de programación del tiempo.

Veámos las seis formas de programación del tiempo en la organización que presentamos. (Aquí partimos de la observación directa de la realidad, de la vivencia del que subscribe y de la información de un muestreo).

Tenemos que aclarar que durante las horas de trabajo, "ocho" oficiales, aunque de hecho suelen ser nueve o diez horas diarias, de todas las formas de estructuración del tiempo, predomina la actividad, aunque también se dan las restantes.

AISLAMIENTO

El equipo directivo que ocupa el vértice de la pirámide de la escala jerárquica, con una jornada de ocho horas diarias oficiales de permanencia en el centro de trabajo, que de hecho serán entre nueve y diez horas (Director General y Subdirectores Generales), dedican poco tiempo al aislamiento activo, "estudio, creación, etc..." pues no tienen tiempo específico para ellos, aparte que el dar y pedir información, las visitas que reciben, les impiden una programación racional del tiempo de reloj. Puede, no obstante, pensarse en 15 minutos diarios,



Anexo I

dedicados al aislamiento creativo. Quizás el aislamiento por trámites, fobias sociales y resentimiento sea más frecuente, "sobre todo por el tiempo que permanecen con la puerta cerrada e incommunicados en ciertas ocasiones, en que han discutido con el Director General, en el juego típico de la Organización: "ahora te agarré, desgraciado".

Los restantes Jefes de Servicio dedican menos tiempo a esta forma de estructurar el tiempo, por cuanto su contacto directo con el personal a sus órdenes, las visitas, llamadas telefónicas y la necesidad de compartir la información para resolver los asuntos propios de la tarea, les exigen una comunicación casi constante. Podemos destinar 10 minutos diarios al aislamiento activo y 30 minutos a las formas negativas. "Creo que el abandono, después de una bronca con el superior jerárquico inmediato, por errores en la realización de la tarea, es el más frecuente, lo que a su vez le sirve a aquél para pasar la papa caliente del juego "ahora te agarré, desgraciado".

RITUALES

Esta forma de estructurar el tiempo, suele ser bastante frecuente en mi organización, y se traduce, en los clásicos rituales de Ingreso, con presentación a jefes y subordinados, "suele haber muchos besos de salutación, cosa muy positiva desde el punto de vista de las caricias", de MEDALLAS DE DESPEDIDA, "las jubilaciones son muy tristes, aunque se compensan con copiosas comidas de aperitivos y la alegría que experimenta el sucesor en el cargo" y rituales de información, que se refieren a normas sobre la entrada y salida del edificio, la tarjeta de identidad y su uso, etc.

Entre los rituales negativos, observé la postergación de tareas importantes en aras de las simplemente rutinarias. Supongo que entre veinte y treinta minutos se dedican en su jornada, de promedio, a esta forma de estructurar el tiempo.

ACTIVIDAD

Esta es la forma predominante y se activa, aisladamente ("lectura, elaboración de informes, dictámenes, etc.") o en grupo ("reuniones de mesas de trabajo, estudio de asuntos entre jefe y subordinados o colaboradores, etc.").

PASATIEMPOS

Esta forma quizá sea la más típica y frecuente dentro de la organización. La observo con cierta frecuencia los lunes principio de semana, en que después del glorioso fin de semana familiar, donde vivió toda clase de opciones, para juegos psicológicos, sadismo, masoquismo y otras formas "gratificantes de INTIMIDAD", se establecen toda clase de charlas entre jefes, secretarias, subordinados y colaboradores sobre los temas clásicos, como:

Canasta familiar - precios de artículos: alimentación, ropa, colegios.

Balance general - lo que se logró en la vida profesional.

Guardarropa - lo que se compró en la temporada.

Asociación de padres - hablar de los hijos.

Estos son más frecuentes entre mujeres. Entre hombres:

Deportes - los resultados de la Liga oficial de fútbol y equipos favoritos.

Marcas de coches - los que están al día y de moda, precios, etc.

Fin de semana - las peripecias y calamidades del fin de semana en la montaña con la familia.

Suelen dedicarse a esta forma de estructurar el tiempo entre 50 y 80 minutos al día. Esto en los pasatiempos positivos.

Como pasatiempos negativos, he detectado:

Chismes y quejas familiares: de tono suave. Son las más entretenidas, porque coinciden en su problemática en todas las familias.

Juegos: dedicamos una mención más detallada y especial.

Intimidación: Esta forma de estructurar el tiempo que requiere poseer un equilibrio y armonía personal, no suele darse con frecuencia. Quizás, los directivos más equilibrados, suelen entrar en este tipo de relación, con ocasión de la resolución de asuntos profesionales propios de la actividad, compartiendo afecto y alegría, por lo que se logró con el trabajo bien elaborado, protección, compasión por los fallos en la ejecución de la tarea y en la problemática personal del colaborador o subordinado y del mismo directivo.

Pienso que unos 15 ó 20 minutos se dedican a esta forma de estructurar el tiempo.

No hemos de olvidar que todas las formas que hemos enumerado de estructurar el tiempo, se dan dentro del tiempo de reloj que teóricamente está dedicado a la ACTIVIDAD.

JUEGOS PSICOLOGICOS

Creo que se dan en la organización los presupuestos básicos, en cuanto a la satisfacción de necesidades básicas del NIÑO en los tres niveles a que se refiere la Escala de MASLOW: **pertenencia, reconocimiento y autorealización**, para que surja la necesidad de llenar parte del tiempo con los Juegos Psicológicos.

Se haría preciso investigar los tres factores mínimos que determinan los juegos que se llevarán a cabo en la organización:

- a) los juegos propios de la infancia del individuo.
- b) los juegos de los otros integrantes del grupo de trabajo.
- c) las condiciones de trabajo y los juegos propios de la organización.

Los juegos personales de los dos primeros factores pueden **detectarse individualmente u observando las transacciones entre personas**. Los factores del tercer grupo dependerán de la organización: juegos típicos, el estilo general que existe en la misma, etc.

También hemos tenido en cuenta el ambiente laboral, con pocas caricias positivas, falta de interés y variedad en las tareas, comunicación deficiente, rivalidad, predominio de NOOK, como determinantes de la aparición de los juegos.

Hemos detectado los juegos típicos:

- I **Esta vez te agarré, desgraciado:** Son verdaderos expertos los Jefes. Sobre todo cuando la víctima es del sexo femenino. Les tienen **mania persecutoria. Son así.**

- 2 **Defecto:** Suele ser el juego favorito de los Jefes de nivel de mando intermedio, muy preocupados por los fallos que les pueden sacar los Jefes del Nivel Superior.
- 3 **¿No es terrible?:** Es el juego característico de los Jefes de Recursos Humanos, para quien todos son rebeldes menos ellos, que son muy padres críticos NOOK.
- 4 **Peleen entre ustedes:** Es el que produce más risa al observador imparcial. Es muy frecuente y se da con ocasión de heredar un cargo o adquirir una secretaria guapa y con buen tipo.
- 5 **Patéame:** No es muy frecuente. Aunque algún Jefe puede mantenerse como tal, practicando este juego, "cosa muy difícil" si cuenta con un superior inmediato que sea sádico.
- 6 **Sí, pero... Sólo que...:** Es el que más asiduos tiene. El pedir consejos para no aceptar ninguno es la patología congénita de todo Jefe, que se precie de tal, en la Administración Pública Española.

Termino recalcando que en todas y cada una de las formas de estructuración del tiempo que describimos en nuestra Organización, las **caricias que dan y reciben**, son las típicas que corresponden, siendo de destacar que en general abundan poco las positivas incondicionales y condicionales adecuadas, por ser poco el tiempo que se dedica a la **intimidad**. Creemos que con el tiempo se crecerá en este **área**.

José M^a Mellado González
Príncipe de Vergara, 225
28016 MADRID

BIBLIOGRAFIA

- 1 Kertész, R. e Induni, G.: **Análisis Transaccional en el Desarrollo de las Organizaciones**
- 2 Kertész, R.: **Análisis Transaccional Integrado**

José M^a Mellado, Miembro Fundador de AESPAT (ostenta el nº 1 del Registro de Socios) y Miembro Especial de la Asociación de la que fue el primer Presidente, es Licenciado en Derecho y Master en Dirección de Personal.

Es también Miembro Especial de la Asociación Latinoamericana de Análisis Transaccional (A.L.A.T.) y Miembro de la Asociación Europea de Análisis Transaccional (E.A.T.A.). Así como Miembro Plenario de la Sociedad Internacional de Nuevas Ciencias de la Conducta.

TEORIA DEL CAMBIO Y CRECIMIENTO EN LA TERAPIA GUESTALTICA

Jean Marie Robine
Instituto de Terapia Gestáltica
BURDEOS (Francia)

Crecimiento, desarrollo, cambio; tres términos que se confunden a veces y otras veces son sinónimos, y que aparte de constituir uno o dos objetivos dentro del marco de la relación terapéutica, también aparecen como nuevos valores propuestos tanto por los terapeutas como por los profetas de la Nueva Era.

Es cierto que las así llamadas nuevas terapias han tomado auge dentro de un movimiento cultural importante y que la rama "psicológica" de este movimiento se ha dado a conocer como "movimiento de desarrollo del potencial humano" sobre todo en los años sesenta en los Estados Unidos y bajo la influencia de los "Growth Centers". Una de las consecuencias actuales de este movimiento y de su auge, es que los que practican la psicoterapia y que se habían nutrido tanto de esta corriente, han llegado a confundir el trabajo llamado de desarrollo y el trabajo de la terapia propiamente tal.

Las demostraciones espectaculares, como las han podido practicar cierto número de gurús o fundadores tales como Perls, no son ajenas a esta confusión: a menudo olvidamos que Perls, por ejemplo, dejó prácticamente de hacer psicoterapias a partir del momento en que se fundó la terapia gestáltica, sino que iba de ciudad en

ciudad a dar conferencias y demostraciones, y así tenía secuencias de trabajo que podían durar de uno a veinte minutos con pacientes que no volvería a ver. La publicación de las actas de estas demostraciones, en las que podían aparecer ciertos rasgos geniales suyos al llegar al corazón de cierta problemática, ha podido hacer creer a los lectores adeptos a la introyección que allí se trataba de un modelo de funcionamiento terapéutico, cuando en realidad sabemos que el trabajo terapéutico es de larga duración, de paciencia, y en él lo espectacular encaja mal y se encuentra a menudo como defensa, como excrecencia y no como real crecimiento.

Si Perls, en esa etapa de su trabajo, había "olvidado" la teoría de la terapia gestáltica que Goodman había elaborado con sus indicaciones y con ayuda de un pequeño grupo de investigación, los terapeutas de hoy estiman que es fundamental volver a lo esencial que es la primera teorización de la terapia gestáltica, que hay que sacarse la marca de la espontaneidad exuberante del movimiento del potencial humano para reencontrar el rigor de una postura psicoterapéutica, al mismo tiempo que se conservan algunas de sus características humanistas y creadoras.

Esta teorización fundamental apareció en 1950 y es conocida como la "teoría del sí mismo" de la terapia gestáltica. Es necesario volver a esta teorización para comprender **qué es el cambio**, **qué es el crecimiento**, para diferenciarlos o, al menos, diferenciar las prácticas que pueden resultar y que a veces se basan en una concepción casi empírica o tan implícita que se vuelve inexistente.

La teoría del sí mismo

Conviene precisar, en primer lugar, que en la terapia gestáltica la teoría tiene su status de metáfora; es decir, que se trata de un sistema de imágenes, de representaciones articuladas entre sí y que nos sirven para decir, nombrar, operar y comunicar. Estamos con la teoría, en el "como sí" y conscientes de este carácter "como sí". Si perdemos conciencia de este "como sí", entraríamos en la doctrina, y por ende, en la creencia.

En terapia gestáltica sólo abordamos el organismo humano en interacción con el medio. Lo que concierne al organismo, tomado aisladamente, es asunto de biólogos, psicólogos, etc.; lo que concierne al medio ambiente pertenece a sociólogos, geógrafos, urbanistas, etc. A la psicología en general y a la psicoterapia en particular, les concierne la interacción entre estos dos campos, y de un modo más preciso, los acontecimientos de frontera.

La respiración no puede considerarse como una función que se ejercería fuera de todo contexto: no se puede hablar de respiración sin hablar de aire; no se puede hablar de ira sin hablar del obstáculo que hace surgir la emoción. El acontecimiento se sitúa

entonces en la frontera entre el organismo y el ambiente. Es ese el lugar en el que se experimenta, el lugar de contacto. El órgano y el lugar de contacto es la piel y los otros sistemas sensoriales y motores. Esta frontera, que llamamos "frontera-contacto", define los contornos del organismo, los limita, lo contiene y lo protege, al mismo tiempo que le permite encontrarse con el medio ambiente. Es porque existe frontera que puede haber contacto.

Este proceso de contacto organismo/ambiente crea el campo, en el sentido de la teoría del campo de Lewin, que dice que el organismo no debe tomarse aisladamente, sino sólo debe considerarse dentro de su ambiente y su contexto.

Pero se trata de un campo dialéctico, no que se fusiona o indiferenciado. El término "holístico" que designa a la corriente filosófica a la que se puede vincular la terapia gestáltica (del griego "holos", todo), puede prestarse a confusión. El término "sistémico" tal vez convendría mejor, en el sentido de la teoría general de los sistemas y no necesariamente de ciertas prácticas que han derivado de ello. El holismo puede llevar hacia un pensamiento reductor, y lo sistémico hacia un pensamiento más dialéctico.

El sí mismo

El sí mismo es el organismo humano que despliega sus sistema de contacto con el medio ambiente. La función esencial del sí mismo es el ajuste creativo organismo/medio, o con más exactitud, el sí mismo es este sistema de ajustes creativos. Este sistema de ajustes, este desarrollo, es variable; entonces la forma que tomaría el sí mismo es variable. El sí mismo, en la teoría gestáltica, no es una instancia

ni una institución fija. Sólo existe cuando hay una interacción organismo/medio ambiente a propósito de algo nuevo. Es el tacto tocando alguna cosa. Es integración de las funciones perceptivas, propioceptivas, motoras y musculares y de las necesidades del organismo. El sí mismo es el poder que forma la gestalt en el campo, es decir, el proceso de surgimiento de la figura en relación al fondo en su situación de contacto.

Para elaborar esta teoría del sí mismo, Goodman utilizó dos modelos principales:

- * El constituido por el artista en el proceso de creación, tal como ha sido observado y analizado, entre otros, por Otto Rank ("Art and Artists"). El artista creador está en un darse cuenta (toma de conciencia y conciencia de sí mismo), centrado entre él mismo y el exterior. Al mismo tiempo, activo y pasivo, en una acción del modo mediano (en el sentido gramatical del griego antiguo), y transformándose a medida que se elabora su creación y realización.
- * El niño en situación de juego: en el juego, el niño se libra a una serie de sensaciones intensas y genera una energía impresionante para inventar un mundo propio.

En estas dos situaciones, el resultado se consigue gracias a una integración senso-motora, una aceptación de los impulsos internos y un contacto sostenido con el medio. Este resultado implica a la vez una modificación del sujeto y una modificación del medio. Es el modelo que inspiró el concepto y la elaboración del sí mismo.

El sí mismo cumple la función de contactar el medio ambiente en el

momento presente cuando alguno nuevo se presenta en el campo. Pero recordemos que el sí mismo es una abstracción: lo que existe no es el sí mismo, sino el organismo humano, que dispone de cierta cantidad de funciones que le permiten sobrevivir. Debe ir hacia y tomar lo que no es de él para sobrevivir. Debe tomar aire, alimento... La experiencia consiste en el encuentro de las necesidades, pulsiones, deseos y apetitos del organismo humano y de su medio, donde y solamente ahí, pueden encontrar su satisfacción. Este lugar de encuentro es lo que hemos llamado "fronteras de contacto", concepto central de la terapia gestáltica.

Las diferentes funciones del sí mismo

La función "ello"

El sí mismo tiene tres funciones o mejor dicho, dos funciones más una. La primera es la función "ello", que **representa la experimentación de estas necesidades, deseos, pulsiones y apetitos**. Esto se desarrolla al interior de la piel. A nivel de la función ello, yo no me vivo como responsable de lo que me ocurre, "ello" me ocurre. La conciencia al nivel del ello es, sobre todo, la conciencia de las sensaciones corporales.

La función personalidad

Es el conjunto de representaciones que el sujeto se hace de sí mismo en su relación con su medio. Es lo "que yo sé". La función personalidad es entonces también la función donde se opera la asimilación y donde se manifiesta el cambio. Se dice también a veces que es la "copia verbal del sí mismo".

La función ego

Las dos funciones precedentes pueden ser perturbadas. En la neurosis estamos en presencia de perturbaciones de la función personalidad; en la psicosis se perturba el ello. La manera como estas dos funciones pueden perturbarse aparece a nivel del ego en pérdidas de esta función ego.

La función del ego es identificar las funciones ello y personalidad. En el ejercicio de la función ego, el organismo achica su campo de experimentación, focaliza su campo perceptivo y manipula activamente su medio en el sentido de su elección y de sus rechazo, de sus identificaciones y alienaciones a partir de sus necesidades, deseos, pulsiones identificativas.

Esta función es distinta a las dos anteriores en la medida en que puede **perderse**, mientras que las dos primeras no pueden perderse sino **perturbarse**. Podemos perder el darse cuenta de la función ello (del hambre, por ejemplo), pero no perdemos la función ello (el hambre).

Las pérdidas de la función ego, es decir, aquello que va a reemplazar la función ego cuando ésta no pueda operar, son los modos, el cómo, según los cuales se manifiestan las perturbaciones de las funciones ello y personalidad. Esta pérdida puede ser un proceso sano, ajustador y creador; también puede ser un proceso patológico, retroflexión y confluencia. Son los modos humanos de perturbación -y de contacto- de la frontera organismo/medio ambiente. En la introyección hay una parte del medio que entra en el organismo; en la proyección, una parte del organismo es atribuida al medio. En la retroflexión (el sujeto se hace a sí mismo cuyo

destinatario verdadero se encontraría en el medio), el organismo toma otra parte de sí mismo como ambiente. En la confluencia hay identidad, fusión, abolición de la frontera entre organismo y medio.

Existe también otro tipo de perturbación de la función ego que tiene un status un poco diferente, es el **egotismo**. En el egotismo, el organismo está aislado del medio ambiente. Su status particular deriva del hecho que es, en tanto proceso neurótico, utilizado como motor de la terapia en gestalt. Es, de algún modo, la neurosis actual en terapia gestáltica, como puede serlo la neurosis de transferencia en psicoanálisis.

El desarrollo del sí mismo: el ajuste creador

La forma como se desenvuelve el sí mismo consiste en un proceso de relaciones figura/fondo, en la que cada fondo se vacía de su energía para invertirla en la figura que emerge y que, a su vez, se borra y vuelve a integrar el fondo en provecho de otra figura. En otras palabras, la excitación que el organismo percibe a nivel de la frontera de contacto entregará la energía necesaria para la formación de una gestalt, de una serie de gestalt cada vez más exactas que arrastrarán al organismo en una serie de operaciones interactivas en el medio. La excitación representa esta relación dinámica entre figura y fondo.

Este proceso se desarrolla en cuatro etapas:

1 El precontacto: En el precontacto, el cuerpo constituye el fondo, y el apetito o estímulo representan la figura. Es la fase de la sensación, es el **ello** de la situación. En esta fase,

lo que más trabaja es la función **ello** del sí mismo. La naturaleza de **ello** de lo cual se trata es imprecisa hasta el momento en que el organismo encuentre apoyo, un objeto externo, ambiental, para poder materializarse.

2 El contacto: El impulso encuentra la realidad, el organismo encuentra la resistencia del ambiente, lo que obligará a elegir y crear. El objeto, o una serie de posibilidades, se volverá figura; la excitación a nivel del cuerpo volverá progresivamente al fondo. A menudo, las emociones van a trabajar en el sentido de relacionar más estrechamente el organismo con su ambiente. Las emociones están ligadas al choque de esta transacción.

Es la etapa de elección y rechazo de las posibilidades que se ofrecen en el ambiente, una etapa voluntaria de aparición de los obstáculos, de manipulación del ambiente a partir de las necesidades y deseos identificados en la fase de precontacto. Es cuando se ponen en juego las identificaciones y alienaciones que son lo propio de la función ego.

3 Contacto final o total: El fondo está constituido por el ambiente y el cuerpo, y especialmente lo que ha sido rechazado, como posibilidades en la construcción de la figura. En la figura aparece el objetivo buscado, el objeto deseado. En el campo de la percepción, no hay más posibilidades que la elegida. La acción es unificada y espontánea, tanto a nivel perceptivo como emocional y motor. Es también el momento de sana confluencia unida a la apertura de las fronteras de contacto, es un momento de no diferenciación organismo/ambiente,

siendo al mismo tiempo un verdadero momento fundador del Tú en la relación Yo-Tú.

4 El contacto posterior: En esta fase, la interacción organismo/ambiente se vuelve fluctuante: el sí mismo decrece, la conciencia disminuye. Es la etapa de la contracción, de la asimilación. Es el resultado, no necesariamente inmediato, de las etapas anteriores: el sujeto crece como resultado de su alimentación, luego origina amor, asimila nuevos conocimientos. Es la fase del crecimiento, la formación del sí mismo a nivel de la personalidad.

La teoría del cambio

Beisser, en la "teoría paradójica del cambio", explica el concepto gestáltico del cambio tal como parece encontrarlo implícitamente en el trabajo y la práctica de la terapia gestáltica. Lo formula así: "El cambio aparece cuando el sujeto llega a ser quien es, no cuando trata de ser lo que él no es".

¿A qué alude esta formulación en la teoría del sí mismo que hemos resumido anteriormente?

He mencionado, más arriba, cómo las funciones del ego podían perderse y ser reemplazadas por cierta cantidad de mecanismos: la proyección, la introyección, la retroflexión y la confluencia. Cuando surgen ciertas informaciones desde la función ello durante el precontacto, el organismo, cuando la función ego dispone de sus plenas capacidades de funcionamiento, organiza su elección dentro del encuentro con el ambiente. Es la llamada fase de contacto, es decir, de energización y de puesta en acción. La función ego puede perderse. Tengo

hambre (función ello), pero no es la hora de comida (introyección), o si como ahora, voy a engordar (proyección), etc., entonces "elijo" no comer. En realidad, no se trata de una elección verdadera y consciente, puesto que en lugar de mi capacidad de elección, ha intervenido una proyección, o una introyección, que me ha impedido poner en acción los medios para satisfacer mi necesidad. Esta proyección, o esta introyección, revelan una perturbación de la función personalidad: por ejemplo, yo soy alguien que como en horarios regulares, soy alguien que no soporta los excesos, o cualquiera otra representación de este tipo.

La función ego es el lugar privilegiado donde va a operar el terapeuta guesáltico. La terapia guesáltica es una terapia de instauración de la función ego. Se trata de reestablecer al individuo en sus capacidades de elección verdadera, permitiéndole llegar a ser consciente de la manera en que está impedido de contactarse con el ambiente en la dirección definida por sus necesidades. Debe llegar a ser consciente de cómo sustituye sus propias elecciones por decisiones que han sido tomadas por otros, eventualmente decisiones por otros en otros momentos y en otros lugares, para su beneficio personal, pero que hoy en día, en esta situación, son inoperantes; o reemplaza fantasmas y fantasías, preocupaciones y temores, o la acción dirigida hacia el ambiente la sustituye por una acción dirigida hacia o contra él mismo, porque es menos peligrosa, menos amenazadora, más gratificante, o por alguna otra buena razón. Llegar a ser lo que soy consiste entonces en recobrar mi función ego, plenamente, es decir, identificarse plenamente con mis necesidades y realizar, en el seno de mi medio ambiente, elecciones

existenciales que serán más, conscientes, liberadas de las introyecciones, proyecciones, etc., no conscientes que son en mí lo que yo no soy, y que tal vez trato de llegar a ser porque "se" espera esto de mí.

El cambio, en terapia guesáltica, concierne especialmente a la función ego del sí mismo en la fase de contacto.

La manera según la cual va a operar la terapia guesáltica (y que es, de este modo, al mismo tiempo, su límite), consistirá en utilizar con fines terapéuticos una "perturbación" de la función ego como sustituto de pérdidas de esta función ego. Es la función terapéutica del egotismo neurótico que mencionaba anteriormente. Para asegurar una terapia de las perturbaciones de la frontera de contacto que hemos descrito, el terapeuta guesáltico favorece la aparición de una neurosis actual, el egotismo, que establece una separación, un aislamiento del organismo y del medio: "¿qué es lo que eliges?", "¿cuál es tu necesidad actualmente?", "¿cómo puedes hacer para movilizar tus propios recursos en vista de...?". Es lo que también llamamos a veces el paso de una situación de apoyo asegurada por el medio (realizada por medio de manipulaciones neuróticas del ambiente) a una situación de auto-apoyo, es decir, a una situación en la que el organismo va a movilizar sus propios recursos, sus propias potencialidades, para atender sus necesidades inmediatas y asegurar su supervivencia. El intercambio con el ambiente, o con el otro, se reduce a un mínimo. En estas condiciones, el organismo puede, cuando mucho, asegurar su supervivencia, pero

ciertamente, no crece. Necesitamos de los demás para nuestro crecimiento.

Cuando digo que el cambio concierne especialmente a la función ego del sí mismo, tengo siempre presente que la función ego actúa como resultante de las funciones ello y personalidad, y que si las funciones ello y personalidad están perturbadas, la función ego se perderá según diversas modalidades (mencionadas anteriormente). Para cubrir un funcionamiento pleno del ego, es igualmente necesario trabajar desde más arriba, es decir, a nivel de las funciones ello y personalidad de sí mismo, según las indicaciones que nos serán entregadas por el contenido histórico -y no solamente por el proceso aquí y ahora- de lo que es evocado por el paciente.

La teoría del crecimiento

El crecimiento es la consecuencia de la supervivencia. La función del organismo es de sobrevivir. El organismo animal come para sobrevivir, no para crecer. La consecuencia es que crece.

El crecimiento es la consecuencia del contacto, cuando el proceso de ajuste creador se ha podido desarrollar de manera satisfactoria, tanto en el conjunto de sus funciones, como en el conjunto de sus etapas.

Goodman y Perls evocan de este modo el proceso de crecimiento: "Después del contacto, un torrente de energía agrega los nuevos elementos asimilados del ambiente a la energía del organismo. La frontera de contacto, que se ha quebrado, se cierra incorporando la nueva energía. Lo que ha sido asimilado forma parte en adelante de la autoregulación del organismo. La frontera de contacto se

ubicará en adelante al exterior de lo que ha sido asimilado, de manera que lo que se parece a eso no toque más, no provoque ya ningún problema".

El crecimiento, en terapia guesáltica, concierne especialmente a la función personalidad del sí mismo en la etapa de post-contacto.

El crecimiento es efectivamente visible a nivel de la función personalidad, pero es el organismo el que crece, ¡no el sí mismo!

Psicoterapia o desarrollo personal

En un trabajo anterior (la terapia guesáltica, teoría y clínica fenomenológicas), yo mencionaba el clima de confusión que reinaba alrededor de la terapia guesáltica y de la guesalt: ¿psicoterapia?, ¿filosofía?, ¿arte de vivir?, ¿desarrollo personal?, etc... Subrayaba cómo el fundador de la terapia guesáltica, Perls mismo, había creado esta ambigüedad, tanto en su práctica como en sus escritos. Citaba en esa oportunidad un artículo que él había firmado junto con Levitsky, llamado "Reglas y juegos en terapia guesáltica".

Quisiera retomar aquí algunas de las ideas que adelanté y desarrollarlas en la perspectiva que me preocupa en este momento: definir la situación de crecimiento y la situación de cambio.

En este artículo de Perls y Levitsky se encuentra cierta cantidad de reglas que se supone definen la situación de la terapia guesáltica, por ejemplo: "Hablen en presente, digan "yo" en vez de "se" o "nosotros", sin cuentos ni muletillas "a propósito de...", sin preguntas, pero afirmando, tomen la responsabilidad de lo que hacen,

sientan, etc...". Estas reglas llegan a constituir, en la situación terapéutica, una cierta cantidad de prohibiciones que son, de hecho, prohibiciones de pérdida de la función ego. "No proyectarás, no introyectarás, no retroflectarás, no confluirás", podríamos caricaturizar.

Estos mecanismos, que de esta manera son descartados por la regla establecida por el terapeuta y que en terapia gestáltica se llaman "pérdidas de la función ego", son el objetivo del trabajo del terapeuta, siendo que el objetivo de la terapia consiste en restablecer el funcionamiento pleno de esta función ego, esto es el restablecimiento de las capacidades de selección y de rechazo personal. Si el terapeuta, en ese momento, fija una regla y trata de este modo de suprimir lo que ha llegado a sustituir el pleno desarrollo del ego, en lugar de trabajar para el desarrollo del darse cuenta, le da al paciente una nueva introyección, supuestamente buena, para reemplazar una antigua, supuestamente mala.

Es posible que al hacer eso permita a su paciente un bienestar, pero en el proceso, en lo esencial, nada habrá cambiado: una introyección antigua habrá dado lugar a una nueva, un modo de pérdida de la función ego habrá reemplazado otro, y en otros términos, es el mismo terapeuta el que llegará a ser la función ego del sujeto.

Pasa con esta nueva introyección como con las otras: puede tener efectos positivos o negativos en la evolución de los sujetos. La primera obra de Perls, **El yo, el hambre y la agresividad** (que consagró su ruptura con la ortodoxia psicoanalítica), trata en detalle este proceso de introyección y su forma exitosa, la asimilación. Necesitamos el medio ambiente y los "alimentos" extraídos

del ambiente para sobrevivir y, en consecuencia, para crecer, y una de las formas de este contacto con el ambiente es la introyección. Pero para que sea exitosa y creadora, esta introyección debe ser un proceso activo de destrucción, de agresividad "masticadora" de lo que nos entregan para tragar, a fin de que esto pueda ser asimilado por el organismo.

Estas nuevas introyecciones, entregadas por el terapeuta, son, sin embargo, difícilmente "agredibles" en la medida en que participan de una relación con fondo transferencial. Si el terapeuta no se preocupa especialmente, puede contribuir fácilmente a proveer al sujeto de nuevas formas y reglas sin ayudar a dilucidarlas, a destruirlas o asimilarlas como lo haría con las demás que no fueran emitidas por él. Hasta es probable que esto ocurra, puesto que para funcionar, siente la necesidad de suministrar estas introyecciones, en lugar de trabajar a través del darse cuenta.

Sin embargo, esta introyección puede tener éxito. Esto se agrega a lo que dice Virginia Satir cuando habla de su relación terapéutica con una familia: para ella, se trata de hacer de manera que la gente se vaya con algo "más", aunque sea su síntoma. Cuando un organismo, un sistema, una familia, una gestalt, se encuentra con algo de más, se ve obligada a readecuar el conjunto de estos nuevos datos, recomponer su rompecabezas a partir del conjunto de las partes, y ese "algo de más" puede hacer que (con un poco de suerte, soy yo la que lo pone) la familia o el sujeto, no necesite más ese síntoma.

En esta postura llamada terapéutica, que funciona sobre la base de una situación en la que el terapeuta hace la

función ego de su paciente, estamos, me parece, mucho más en una situación educativa o reeducativa, entendiéndolo por eso que pueda tener **efectos terapéuticos**. Una situación que tiene efectos terapéuticos no es necesariamente una psicoterapia. Una situación que tiene efectos de crecimiento, de desarrollo personal, no es necesariamente una situación terapéutica. El desarrollo personal, el crecimiento son, en los ojos del terapeuta, efectos eventuales, fuera del tiempo, de asimilación.

Sería importante delimitar bien los niveles de nuestra intervención. Es cierto que la postura del terapeuta gestáltico es difícil y necesita una dilucidación contra-transferencial muy pertinente, puesto que va de la frustración al apoyo bajo formas que pueden "implicarse" a partir de su propio darse cuenta. Pero la acción psicoterapéutica no es una acción de terapia recíproca, no tiene como meta, in situ, el "verdadero" pseudo encuentro basado en un mito igualitario. Es un acto profesional en el que uno paga y el otro cobra, y en el que el lugar y la manera de intervenir conciernen a las fronteras de contacto, y no a la realización del contacto en sí.

Para avanzar más en esta dilucidación del trabajo terapéutico y del trabajo centrado en el crecimiento o el desarrollo, sería oportuno considerar también lo que se desarrolla en términos de "formación de reacción" o de "formación sustitutiva", tal como las describieron Freud y Fenichel, pero también Goodman y Perls. Es muy fácil participar como terapeuta en la elaboración de tales formaciones, en la puesta en su lugar de nuevos comportamientos, de nuevos aprendizajes que vendrían a cubrir las necesidades y deseos del organismo.

¿Es acaso ese el objetivo de la psicoterapia?

ANOTACIONES SOBRE EL TRATAMIENTO DE LOS ESTADOS PARANOIDES. UN ENFOQUE DESDE EL ANALISIS TRANSACCIONAL

Anna Rotondo Maggiora
Traducción Concepción de Diego

Resumen

En este artículo hablo de dos etapas del proceso del tratamiento de los estados paranoides, el reaprendizaje de una comunicación genuina y la utilización del Padre Nutritivo.

Respecto a esta fase del tratamiento de los clientes paranoides, conviene resaltar la importancia del grupo de terapia como contexto relacional en términos de espacio y tiempo, como lugar de confrontación y como estructura protectora.

En las líneas que siguen, expongo algunas hipótesis del tratamiento con Análisis Transaccional de clientes paranoides, nacidas de las observaciones hechas durante mi práctica profesional.

Soy consciente de la limitación de lo que digo, y considero esta contribución como el inicio de una apertura de diálogo con los colegas interesados en la materia, no como una meta alcanzada o una conclusión.

De qué hablo

El cliente al que me refiero es una persona tensa, insegura, fácilmente vulnerable, que soporta un alto nivel de angustia. En el curso de este escrito usaré para referirme a este tipo de

personas el término "paranoide" o "personalidad paranoide", refiriéndome a la clasificación oficial de la A.P.A. (American Psychiatric Association) que al definir la reacción paranoide distingue dos subgrupos: la paranoia y el estado paranoico, y excluye la esquizofrenia paranoide.

En este artículo me refiero al estado paranoico, siendo la paranoia clásica una forma rara y exagerada del estado paranoide.

El paranoide es una persona que, frecuentemente, manifiesta desconfianza y sospecha: tiene pocas relaciones afectivas y amistosas y estos vínculos llegan incluso a estar amenazados en los momentos de crisis y sobreviven difícilmente a las frustraciones de un conflicto.

El individuo paranoide tiene una personalidad fundamentalmente hostil: se siente rodeado de hostilidad y no sabe distinguir cuándo esta hostilidad proviene del mundo externo, fuente continua para él de "dolorosas sorpresas" o de cuándo proviene, en cambio, de sí mismo en contra de él. Buscará y filtrará informaciones que sirven para confirmar su sospecha y su expectativa de que del ambiente externo le llegará algo sorprendente y contra él. Por esto el mundo en el que vive está lleno de peligros y tiene que "estar alerta", no fiarse de las

personas que tan fácilmente pueden herirle, llevando a cabo una constante vigilancia en lo que respecta al ambiente y preparándose a "prever" lo que le podrá suceder. Las defensas que utiliza en esta tentativa suya de controlar el mundo externo y de tener rígidamente unido su sentido de sí, son la negación y la proyección.

El efecto de la utilización de tales maniobras crea, sin embargo, muy a menudo una atmósfera de incomodidad en torno al paranoide que hace que las personas eviten su compañía, aumentando efectivamente su auténtico aislamiento. Por todo esto, cuando un paranoide lamenta su soledad y la hostilidad que los demás tienen respecto a él, a veces de lo que él se lamenta es de una realidad; lo que no sabe ver es que su aislamiento y su dificultad para establecer relaciones afectivas y sexuales son, originariamente obra suya, son el efecto de lo que él hace.

- 4) Una atención rígida y literal de las reglas del ambiente en el que vive, es lo que le sirve al paranoide para "mantener" su ansiedad y para tener un buen punto de partida cuando quiere enfatizar los fracasos y las deficiencias ajenas, mientras no puede ver los propios.
- 5) La agresividad, la hostilidad del paranoide, se manifiestan con cierta frecuencia en sus comportamientos sociales, sobre todo por medio de la desvalorización y la crítica. Pero, más allá de estos comportamientos "socialmente" hostiles, el paranoide tiene un miedo constante a ser rechazado, él "pequeño y malvado monstruo", descubierto en su maldad y abandonado a sí mismo; y a menudo son precisamente el aislamiento y el abandono lo que él obtiene sin saberlo.

El reaprendizaje de la comunicación

Las primeras consideraciones que ahora expongo se han ido formando durante mi práctica clínica y atañen a los tipos de interacciones que el paranoide establece con el ambiente externo, es decir, el "cómo" se comunica.

Woollams (1978) entiende la "economía de caricias" como un proceso de "reajuste", una búsqueda de la persona, del equilibrio funcional entre estímulos internos y externos, y de la claridad en el reconocimiento entre las caricias positivas y negativas. En lo que respecta a este tema, tengo presente en las páginas siguientes, las definiciones que Woollams y Brown dan en "Análisis Transaccional" (1978) de las caricias positivas y negativas: las caricias positivas contienen el mensaje "tú estás bien" y animan el crecimiento y la autoestima; las caricias negativas contienen a menudo el mensaje "tú no estás bien" y pueden producir sentimientos desagradables en el que las recibe.

Una persona fundamentalmente sana encuentra un equilibrio propio estable de "economía de caricias" y aprende a distinguir lo que viene de fuera de lo que viene del interior, y a distinguir las caricias positivas per sé, y por lo tanto, funcionales para su crecimiento, de las negativas. Esto estructura una adaptación de la persona al ambiente y a que sepa recrear, después de momentos de stress y de conflicto, equilibrios de relación nuevos y positivos: ha aprendido el camino y lo sabe encontrar.

Para el paranoide la situación es diferente: no sabe encontrar el camino y el equilibrio de su "economía de caricias" es precario, se encuentra en continuo peligro. De hecho, él repite

sus relaciones con el exterior un antiguo error del aprendizaje de la comunicación, como si no hubiese aprendido a distinguir lo que viene de sí de lo que viene de fuera, ni lo que es positivo per sé, de lo que es negativo.

Funciona de una forma tal, que parece que se trata de una "contaminación" de los estímulos, o como la definen los Schiff (1975), una constante "redefinición interna" de la realidad.

En este sentido, según creo yo, el primer objetivo terapéutico de por sí, con un paranoide, debe considerar precisamente esta forma suya de relación e iniciar una "reaprendizaje" de la comunicación.

Cameron en "Ariete" (1969) escribe a propósito del tratamiento de una personalidad paranoide: "El fin terapéutico inmediato es el restablecimiento de una comunicación genuina". ¿Cómo realizar, realmente, este camino hacia el "reaprendizaje" de una comunicación sana?

Me parece que el A.T. ofrece óptimas posibilidades de intervención terapéutica con clientes paranoides, y me refiero tanto al uso y a la función del grupo de terapia, como a la atención que el A.T. pone en la comunicación.

En estas páginas examinaré en particular la función del grupo de terapia con clientes paranoides en la fase de "reaprendizaje" de la comunicación y en la fase de "descontaminación" de los estímulos.

Desde mi punto de vista, en el tratamiento de un paranoide es importante la inserción en un grupo de terapia y es conveniente que esta inserción se lleve a cabo pronto, después de haber tenido alguna

entrevista individual. En efecto, el grupo ofrece un contexto relacional en términos de espacio y de tiempo: en el "aquí y ahora" del grupo el cliente paranoide puede ver su dificultad de comunicación y experimentar un nuevo modo de entrar en contacto con los demás. Esto realmente acontece a muchos de nuestros clientes y es particularmente verdad en el caso del paranoide: con él, al menos al principio, es conveniente evitar la "historia" de lo que le ha sucedido o le sucede y, es conveniente intervenir en el hecho en el "aquí y ahora", en lo que está sucediendo y es confrontable. Es como si, en este camino de "reaprendizaje" lo que el paranoide hace, fuera volver a empezar a "ver", en el sentido de "criar" a su Adulto: al menos al principio, el terapeuta y el grupo pueden, desde mi punto de vista, suplir, en parte, esta funcionalidad inadecuada suya, hasta el momento en que él mismo se reapodere de esta función suya.

En esta dirección he constatado más veces la utilidad de las indicaciones que da Woods (1975) cuando escribe al principio del tratamiento con este tipo de clientes, trabaja sobre el presente, sobre el "aquí y ahora" y deja de lado toda "arqueología".

Por consiguiente, con un paranoide tengo presente la necesidad de este "reaprendizaje" de la comunicación y utilizo el grupo como lugar en el que esto puede suceder, en el "aquí y ahora" de un contexto relacional.

Para utilizar al máximo el grupo como lugar de "reaprendizaje" y para evitar la "historia" y la "arqueología", establezco con un cliente paranoide contratos precisos y puntuales de los comportamientos relaciones en el "aquí y ahora", y evito contratos a largo plazo o metas terapéuticas generales.

Caso clínico

R., una cliente de 25 años, había decidido iniciar una psicoterapia para "llevar a cabo, con más facilidad, sus relaciones con las personas" respecto a las cuales sentía miedo, "sintiéndose como en una jaula" y hostilidad, describiéndose como un animal "peludo y de dientes afilados". Había estado interna en un hospital psiquiátrico durante un breve período de tiempo, durante el final de su adolescencia, lo que le había dejado un recuerdo negativo: pensaba que habían intentado envenenarla o drogarla, y en torno a este episodio había comenzado a estructurar pequeños delirios. Vivía con su familia de origen, respecto a la que tenía una relación tanto de dependencia afectiva como de resentimiento, sintiéndose "incomprendida" y "no tenida en cuenta" sobre todo por su madre.

No había tenido relaciones sexuales y en relación con este tema, expresaba temores de oscuras tendencias homosexuales, confundiendo sus necesidades de afecto con sus necesidades sexuales.

Fases de terapia

Después de algunas conversaciones individuales, metí a R. en un grupo de terapia. Antes de afrontar y de elaborar en terapia su mundo emotivo me parecía útil elaborar con ella su forma de entrar en contacto con los demás, con el doble objetivo de ayudarla a experimentar nuevas modalidades de comunicación y a disminuir, como consecuencia, su ansiedad en la relación. Llegamos juntas al siguiente acuerdo: observar lo que ocurría en su relación con los demás participantes del grupo y establecer de vez en cuando contratos puntuales, como por ejemplo: "Saludar a los participantes del grupo individualmente", "Mirar a las

Comunicar

personas del grupo uno por uno", y así sucesivamente.

Este tipo de contratos ayudará a R. a entrar en contacto con las personas del grupo una por una, eliminando el miedo que decía tener cuando pensaba en el mundo externo como un "todo globalmente malo".

expresar emociones

De esta forma, otros contratos del tipo: "Expresar tres veces durante un sesión del grupo las emociones positivas y negativas respecto a las personas del grupo" le eran útiles a R. para aprender a distinguir lo positivo de lo negativo y para empezar a aceptar la posibilidad de dificultad "remediable" en sus relaciones con los demás participantes en el grupo.

distinguir lo real de lo fantaseado

Otro tipo de contrato, importante para R. en este camino de "reaprendizaje", era el referente a distinguir en el lenguaje lo que realmente había visto y oído en el grupo de lo que había fantaseado o pensado ella, expresándose con fórmulas como las siguientes en sus intervenciones: "He visto x, he escuchado y, y lo que he sentido y fantaseado es z...". De esta forma R. se acostumbraba a hacer una distinción entre dentro y fuera, y a escribirla como tal, y a veces, decía escribirlo en un folio o en la pizarra.

compensar la desvalorización

Además, un contrato establecido con R. controlaba su tendencia a la desvalorización hablando de sí misma o de los demás, y era: "Añadir a cada cosa negativa que decía de sí misma o de los demás, una positiva". Esto era un instrumento para que empezase a unir y a integrar lo positivo y lo negativo. Durante este tiempo, bastantes meses, de "reaprendizaje" de la comunicación y de experiencias de nuevas formas relacionadas con el ambiente, el grupo de terapia desarrolló en las relaciones de R. una

función muy importante de "control" y de confrontación, teniendo como punto de referencia el contrato que R. había establecido y que pudo continuar durante varias sesiones de grupo.

El grupo de terapia

Los resultados de este período de "reaprendizaje" de la comunicación para un paranoide son dobles: por una parte se "reapropia" lentamente de su capacidad de ver y de escuchar lo que está fuera de él, distinguiéndolo de lo que siente dentro; por otra parte aprende, al mismo tiempo, a formar parte de un grupo, a entrar en contacto con las personas, individualmente, que participan en el grupo, más que con "todos", lo global, entidad hostil.

El grupo de terapia, además de tener la función de control y de confrontación sobre lo que he escrito anteriormente, se constituye en el tratamiento de un paranoide como lugar de contacto y de pertenencia. El paranoide aprende que puede comenzar a "fiarse" y, paradójicamente, mientras aprende que se puede fiar de su relación con el terapeuta y con el grupo, pone a prueba, verifica, cuánto puede fiarse, cómo son de fuertes estas relaciones y cuánto pueden resistir a sus ataques y "contenerlos". Una forma típica de "atacar" al terapeuta y al grupo utilizado por el paranoide es el juego "Dame una patada" o variantes de este juego en el que finalmente obtiene caricias negativas.

Llegando a este punto, creo poder hacer una serie de otras consideraciones: una personalidad paranoide necesita caricias negativas, hasta el punto de "redefinir" a menudo las caricias positivas que recibe en

caricias negativas o de desvalorización. Es como si no pudiese fiarse de sí, formarse en una forma estable en una relación de autoestima y de autoapoyo, esto es, como si no pudiese "acumular" estímulos positivos de los que echar mano en el momento de la necesidad como si fuera un "banco" de caricias.

El aspecto protector en su estructura del Padre es incompleto, frágil y ambiguo. El Padre que el paranoide utiliza es formal, rígido y desvalorizador.

Estos son algunos de los motivos por los cuales el paranoide, tan a menudo a "merced" del mundo exterior, debe "controlar" y "estar alerta", y no sabe autocontrolarse, él, "pequeño y malvado monstruo" que ignora las raíces de su culpa, por esto necesita una estructura externa fuerte, protectora y no ambigua, ni desvalorizada, que "contenga" puntos de ligazón y sus conexiones de él y le presente repetidamente confianza en su capacidad de conquistar el amor por sí mismo.

El terapeuta y el grupo de terapia puede desarrollar, durante un cierto período de tiempo del tratamiento, esta función del Padre "dominante" y protector al mismo tiempo. He verificado, durante el transcurso de mi práctica clínica, que para que esta función pueda desarrollarse eficazmente, es conveniente que no se deje al paranoide libre para "jugar" como y cuando quiera en el grupo sus desvalorizaciones, haciéndose el "patrón" busca las caricias negativas que recibe; es importante que este cambio sea controlado mediante un contrato explícito establecido en el grupo.

Caso clínico

A., una paciente paranoide de 30 años, había comenzado hacía algunos meses una psicoterapia de grupo y había realizado algunos contratos puntuales, entre los cuales estaban, por ejemplo, los siguientes: "Aprender a escuchar y hacerme escuchar por las personas del grupo" y "Verificar mis sensaciones y mis fantasías aquí directamente".

Clínicamente, con intervalos de algunas sesiones y generalmente después de algunos cambios que el grupo la remitía como positivos, A. se sentía "obligada" a desvalorar al grupo y a su propio cambio y jugaba un juego de "Pateénme" que se repetía después de una manera bastante previsible, y al final del cual obtenía de mí y del grupo toda una serie de caricias negativas. Parecía, después de esto, serena y satisfecha y decía sentirse "como si la cosa hubiera sido apostada".

Después de haber analizado con A. la dinámica de lo que hacía, la propuse dejarme a mí y al grupo la iniciativa de darle caricias negativas y positivas de vez en cuando. Al decirle esto, la pedí que cogiese una silla, que desde ahora se convertiría en la "silla de las caricias negativas" y la pedí establecer un tiempo aceptable para ella durante el que permanecería sentada en aquella silla y escuchara lo que el grupo o yo tuviéramos que decirle. A., después de haber aceptado mi propuesta, decide que puede estar sentada en la "silla de las caricias negativas" durante unos quince minutos. Durante este tiempo, yo y los otros participantes del grupo, expresamos emociones, reacciones, etc., dirigidos a ella en términos de caricias negativas.

Después de estos quince minutos, le pedí a A. que coja otra silla, que desde

ahora será la "silla de las caricias positivas", y que establezca un tiempo que ella considere aceptable, durante el cual estará sentada y escuchará todo lo positivo que yo y el grupo tenemos que decirle. La primera vez para A. el tiempo aceptable de caricias positivas es de tres minutos.

Después A. establece un contrato conmigo y con el grupo para utilizar las "dos sillas", la de las caricias positivas y la de las caricias negativas, cuando tuviera la necesidad de recibir manifestaciones expresas de ambas, estableciendo cada vez la cantidad de tiempo para las caricias positivas y para las negativas.

Un poco más adelante, A. consciente de su "juego", evita iniciarlo y puede aumentar el tiempo de escucha de las respuestas positivas que el grupo tiene para ella.

Este es un ejemplo de cómo el terapeuta y el grupo pueden desarrollar una función de Padre fuerte y al mismo tiempo protector en lo que respecta a una personalidad paranoide, regulando mediante un contrato explícito su manera de actuar sin darse cuenta (el juego) para obtener caricias negativas, y respetando sus tiempos de "gestión" de las caricias positivas.

De esta forma el paranoide puede "entrenarse" en utilizar a su Padre protector y a satisfacer sus necesidades de reconocimiento, distinguiendo las positivas de las negativas.

Creo que las fases del tratamiento aquí descritas representan momentos iniciales e importantes en el transcurso terapéutico de un paranoide. De hecho, desde mi punto de vista, sólo después de haber

realizado un reaprendizaje de la comunicación y de haber adquirido un hábito en el uso de su padre protector, le es posible al paranoide establecer

un contacto con su mundo emotivo y elaborar en un contexto terapéutico sus angustias profundas.

LOS SENTIMIENTOS Y EL TRABAJO CON NECESIDADES

BIBLIOGRAFIA

- 1 American Psychiatric Association, (1952), **Diagnostic and Statistical Manual**, Washington, D.C.
- 2 Cameron, N., (1969), "Stati paranoidi e paranoia" in Arieti, **Manuale di psichiatria**, Boringhieri, Torino, vol. I.
- 3 Schiff, J. L. (1975), **Cathexis Reader**, Harper E. Row; Traducción italiana de W. Galliano, C. Moiso, M. Novellino, **Analisi Transazionale e cura della psicosi**, Astrolabio, Roma, 1980.
- 4 Woods, K. y M. (1975), "A Handbook for the treatment of Paranoia", **Transactional Analysis Journal**, V. 4, 399-403.

5 Woollams, S., (1978), "The internal stroke Economy", **Transactional Analysis Journal**, VIII, 3, 194-197.

6 Woollams, S. y Brown, M., (1978), **Transactional Analysis**, Huron Valley Institute Press, Dexter.

Anna Rotondo Maggiora es Analista Transaccional. Trabaja en el:

Centro Eric Berne
Via Matteo Bandello, 18
MILANO (Italia)

Podemos definir el sentirse bien como el resultado de un trabajar con los sentimientos, como una terapia existencial que se ocupa de los problemas provocados por nuestra aversión a aceptar la responsabilidad de lo que somos, de lo que hacemos y de lo que **necesitamos**.

A partir de esta definición podemos describir sumariamente la enfermedad psicológica como una respuesta inadecuada a una necesidad.

Existen en el ser humano algunas necesidades vitales imprescindibles para el desarrollo de nuestra vida emocional y que, muchas veces, no son tenidas en cuenta a la hora de trabajar gestálticamente con un ser humano. Tales necesidades son:

- necesidad de amar y ser amado
- necesidad de seguridad
- necesidad de autonomía y libertad
- necesidad de ser útil (a alguien o a algo)
- necesidad de afirmación.

Sentir una necesidad resulta fundamental en Terapia Gestalt.

Carmen Vázquez Bandín
Miembro Clínico de AESPAT
Psicólogo
Alicante

Estas necesidades se evidencian por sentimientos, teniendo unas sensaciones corporales que los corresponden; cuando yo me siento amado (sentimiento), me siento maravillosamente bien en "mi pellejo" (sensación); cuando yo me siento contrariado o mal (sentimiento) por alguna cosa, se resiente mi seguridad o mi libertad y siento una opresión en el pecho, o que el corazón me late más rápido (sensación).

De hecho, hay otras necesidades vitales -ya estudiadas por A. Maslow- como respirar, comer, beber... pero generalmente, en nuestra cultura, se encuentran satisfechas, siendo las que he enumerado antes las más problemáticas de satisfacer y las que originan conflictos, bloqueos y problemas psicológicos y psicosomáticos en la actualidad. Son de estas necesidades de las que voy a ocuparme.

Necesidad de amar y ser amado

Esta es la necesidad a la que se concede mayor importancia.

Puede subdividirse en muchas facetas: necesidad de amor de Dios, del prójimo, de amor paterno, de amor sexual, necesidad de ser reconocido, de ser apreciado, de ser valorado, ...; necesidad de dar y recibir ternura...

Es esencial. Un desplazamiento de esta necesidad es el afán de poder, tan notorio en nuestra sociedad. De este desplazamiento se podría hablar muchísimo, pero no va a ser el tema que nos ocupe ahora.

Con respecto al amor y la necesidad de pareja, es obvio que muchos solteros se sienten a menudo solos y faltos de amor. Buscan una o muchas posibles parejas, pensando en el matrimonio o en superar a toda costa ese "mal" sentimiento. De aquí el éxito que actualmente tienen las agencias matrimoniales.

Al observar la evolución de esta necesidad de dar y de recibir amor de una pareja, se constatan tres etapas: la búsqueda, la fusión y la autonomía. Quizá esta descripción no es muy científica pero se acomoda a la observación de la vida real.

La primera etapa coincide con la búsqueda a través de la sexualidad, desde la adolescencia hasta los veinte o veinticinco años. Es un período autoerótico, con el descubrimiento de la masturbación primero y después con las relaciones heterosexuales diversificadas, esto es, se sale con muchas personas simultáneamente o con una duración breve de tiempo.

La segunda etapa, la de fusión, coincide con el matrimonio clásico, en nuestra sociedad: es la búsqueda de una persona que responde a tus gustos, tus aspiraciones... y se forma una relación en la que se busca estabilidad, duración, ser único para el otro,

fidelidad... Todos los sentimientos se vuelcan sobre el otro en un afán de exclusividad. Es el período de la monogamia, de la fidelidad, de los intereses compartidos. "Yo te quiero, tú me quieres; nos queremos siempre". Esta etapa es exaltante, enriquecedora. Cada uno está en dependencia con la presencia o existencia del otro. Se quiere hacer todo juntos: vivir, comer, dormir, viajar, e incluso trabajar si fuera posible.

Esta etapa puede durar toda la vida, aunque no pasa así en muchas relaciones. El por qué de la crisis en esta etapa no está muy claro, si se debe a una evolución normal o si es el resultado de conflictos mal elaborados en esta relación. En cualquier caso parecen intervenir las dos posibilidades.

Este período de fusión abarca desde los veinte a los cuarenta o cuarenta y cinco años.

Después viene la última etapa, la de autonomía. En esta etapa siguen existiendo momentos de ternura pero surge la necesidad de autonomía.

En el terreno de las relaciones, aparece un interés fuerte por nuevas amistades, por nuevas relaciones, sin que intervengan la pareja. Surgen nuevos intereses, nuevas actividades fuera de la relación de dos. En muchos casos, se replantea la fidelidad. Aparece la necesidad de libertad, de autonomía, de independencia.

Ejercicios para vivir la necesidad de amor y de ser amado.

Ejercicio 1.- Dentro de un grupo, elegirse por parejas. Un miembro de la pareja será A y el otro B. Tanto A

como B deben descubrir cuál sería la manifestación más concreta de la necesidad de amar o de ser amado del otro dentro del grupo (recibir un abrazo, oír una palabra de valoración...). Sin decirselo al otro miembro de la pareja, cada uno escribe en un folio, con letras muy visibles, la supuesta necesidad del otro miembro de la pareja. Luego se sujeta a la espalda de su compañero sin que éste la vea y viceversa. Las demás parejas hacen lo mismo. Luego se da vueltas por el recinto y cada uno satisface el mensaje que llevan puesto los otros en la espalda.

Cada uno debe captar cuál es el mensaje que le han puesto a él, vivir si le satisface y si es lo que más necesita.

Luego se comparte la vivencia de cada uno.

Objetivo principal del ejercicio: vivir la necesidad de amar y ser amado dentro del grupo.

Otras observaciones: El "darse cuenta", -el contacto- la proyección.

Nº de participantes: ilimitado.

Ejercicio 2.- Dentro de un grupo. Se hacen grupos de tres. En ese grupo de tres, se habla de hacer un viaje en donde sólo pueden ir dos. Hacer la elección por turno. Vivirse en las tres modalidades: como elector, como elegido y como rechazado. Analizar sentimientos. Compartirlos en grupo.

Objetivo principal del ejercicio: vivir la necesidad de ser aceptado, elegido.

Otras exploraciones: "darse cuenta" - contacto- energización.

Nº de participantes: cinco trios, 15 personas.

Ejercicio 3.- En el grupo, hacer parejas. Durante 5 minutos A contesta a la consigna... "Yo necesito en este momento de mi vida... (sobre la necesidad de amar) de... (buscar la persona concreta o las personas de quien tenemos esa necesidad)". A los 5 minutos, A calla y empieza B. Luego se comenta en el grupo.

Objetivo principal del ejercicio: darse cuenta de las necesidades de ser amado y de amar.

Otras exploraciones: "darse cuenta" - proyección- dificultades.

Necesidades de sentirse útil

Esta necesidad es más fácil de satisfacerse en nuestra sociedad ya que está unida a cualquier rol social y laboral. No obstante, es interesante descubrir si el rol que se está ejerciendo llena esta necesidad, esto es, si la elección del rol (trabajo o rol social) ha sido voluntaria o aceptada por otras razones (conformismo, sumisión, acatamiento...).

Ejercicio para sentir la necesidad de ser útil

Ejercicio 1.- Dentro del grupo, hacer parejas. Por turno, A pregunta a B durante 10 minutos "¿de quién o de qué te sientes responsable?". B contesta. Luego se cambian los papeles.

De nuevo, y durante 10 minutos, A pregunta a B esta nueva pregunta "¿de quién o de qué NO te sientes responsable en tu vida?". Luego hace el ejercicio B.

Necesidad de afirmación.

Sentirse centrado, sin dominar ni ser dominado. Esta es una necesidad difícil de conseguir en nuestra competitiva sociedad donde la afirmación se convierte en poder.

Ejercicio de Necesidad de afirmación

Ejercicio 1.- Dentro del grupo se hacen parejas. Trabaja una pareja por vez en el centro del grupo. Se asignan A y B. A queda inmóvil en el centro; B le mira con detenimiento, da vueltas a su alrededor, le escudriña, le analiza... B, puesto en la espalda de A, le dice su nombre, cada vez más alto; se lo grita. Luego, calla.

Luego B, dice el nombre del otro muy bajito... Cada vez más alto... Grita su nombre... Luego calla (2 minutos).

Luego B, le mira... trata de averiguar lo que siente A... se acerca mucho... le habla de sus miedos...

Luego B pasa a ser pasivo y A a ser activo en el ejercicio.

Objetivo principal: Trabajar con la necesidad de Afirmación.

Otras exploraciones: Necesidad de Libertad. Análisis del Miedo. Movilización. Proyección. Evitación.

Necesidad de seguridad

En todo ser humano, existe una necesidad de sentirse protegido contra la adversidad. En nuestro país, no se puede hablar en términos generales de pasar hambre o frío... pero sí existe la necesidad de seguridad como algo opuesto a "inseguridad" y hace referencia a la seguridad de empleo, la

seguridad vital, la seguridad de ser bien atendido sanitariamente, de ser bien asesorado legalmente...

Ejercicios para vivirse la necesidad de Seguridad

Ejercicio 1.- Dentro del grupo se hacen parejas. A pregunta, durante 10 minutos, a B "¿Qué necesitas o te falta en tu vida para sentirte seguro?". Luego B hace la pregunta. Luego se comenta en el grupo.

Ejercicio 2.- Es una variante del anterior. Se siguen los mismos pasos. La pregunta que se hace es "¿Qué o quién puede quitarte tu seguridad?".

Objetivo principal: Explorar dónde están nuestras inseguridades.

Otras exploraciones: Darse cuenta. Introyección. Confluencia. Simbiosis. Evitación.

Necesidad de autonomía y libertad

Esta necesidad no sólo hace referencia a la necesidad de expresión y libertad social, sino a las propias necesidades personales de autonomía y libertad en relación con los que nos rodean y con respecto a nuestras actividades y a nosotros mismos.

Ejercicio para explorar la Autonomía y la Libertad

Ejercicio 1.- Se hace en grupo pero de manera individual. Material: un folio y un lápiz. Se divide en tres partes el folio. En la primera parte (de la izquierda) se escriben diez frases contestando a... "Si fuera libre yo...". En el centro del folio otras diez que contesten a... "Me lo impide... que me aporta...". Y finalmente, en la tercera

parte, se contesta a... "Y yo elijo...", luego se comenta el ejercicio en grupo. **Objetivo principal del ejercicio:** darse cuenta de los frenos aceptados o impuestos a nuestra necesidad de autonomía y la aceptación o rechazo que hacemos conscientemente de ellos. Otras exploraciones: Introyección. Confluencia.

De una manera breve, he expuesto un trabajo que considero muy útil, dentro de la Psicoterapia Gestalt, para explorar una realidad básica de la personalidad de los seres humanos. En primer lugar porque muchas veces nuestros clientes acuden con la sensación de sentir que sus necesidades no son legítimas, sino aspectos

problemáticos de su modo de ser y de relacionarse; la dificultad en ellos puede ser su modo de satisfacer o atender dichas necesidades, no su necesidad en sí. Y en segundo lugar creó interesante que los profesionales de la Psicoterapia Gestalt constataremos estas necesidades como algo real y vital en el desarrollo del ser humano y es nuestro trabajo encaminarles a una toma de conciencia de dichas necesidades y a la búsqueda de un modo legítimo y personal de satisfacerlas.

Carmen Vázquez Bandín
San Sebastián, 17
Playa de Mucha vista
03560 CAMPELLO (Alicante)

EL TRATAMIENTO DE LA PARANOIA

Kenneth E. Woods
Mary Woods
Traducción: José Gutiérrez Valiño

Tanto en nuestra práctica privada como en nuestro programa en internado, hemos obtenido excelentes resultados en el tratamiento de la paranoia aguda. Sobre este tema no conocemos más que cualquier otro terapeuta; es en el procedimiento utilizado donde atribuimos los citados éxitos.

¿QUE HACEMOS?

Dejamos de lado la "Arqueología" hasta las últimas etapas del tratamiento. Hemos constatado que, al comienzo, se tendería con su abordaje a reforzar y justificar la posición paranoica.

Evitamos las explicaciones, que encantan a los paranoides, quienes caso de recibir las pagan con una sonrisa de aprecio, pero no abren la boca. Por otra parte, no les gusta ser confrontados, obrando en ellos la confrontación como el zumo de las ciruelas: les remueve.

El acento se pone en lo que el paciente **hace ahora para estar paranoico más que sobre el modo en que ha llegado a tal situación.** Somos conscientes de los mecanismos de proyección y de su importancia, pero sólo en raras ocasiones mencionaremos tal término. Hablad de proyección a un paranoico y os responderá: "Vd. proyecta en mí su

proyección". El terreno es cada vez más resbaladizo. Asimismo, evitaremos dar caricias que puedan ser interpretadas como falsas.

En ocasiones, con un cliente insincero, nos acercamos a la verdad y, repentinamente, éste parece encolerizado y amenazador o triste y dolido, y nos cuenta con un sin fin de detalles cómo ha sorprendido en flagrante delito de inautenticidad a una agencia, una conocida personalidad, una publicidad de T.V. o cualquier otra cosa. Si tragamos el anzuelo, es verosímil que juguemos con él a "tu perspicacia es extraordinaria" y si acariciamos tal perspicacia sonreirá para dar muestras de que aprecia la caricia. De hecho, no la merece, y los motivos de su sonrisa son otros:

1. En el momento en que cambia su decorado, le hemos seguido sin tratar terapéuticamente su insinceridad. Además le hemos acariciado, aceptando su desliz.
2. Al acariciarlo por su falsa perspicacia, justificamos su posición: nosotros también somos mentirosos, lo cual es exacto en la medida en que hemos acariciado una engañifa. Sucede que los paranoides perciben elementos que otros no siempre ven, pero esto es a causa de la extrema estrechez de su campo

visual. La situación resulta irónica, pues resulta ser el paranoico quien acusa de ceguera a quienes no sólo ven lo mismo que él, sino más cosas a su alrededor.

dejar los juegos enjetizar el aquí y el ahora.

¿COMO LO HACEMOS?

Etapa 1

Conseguir que el cliente se responsabilice de su paranoia. Esta etapa se subdivide en dos:

- a) Confrontar al cliente para que asuma la responsabilidad de sus propios sentimientos. Durante esta etapa, el cliente adopta, en la mayoría de las transacciones, la actitud de "Niño desvalido" o de Niño "reivindicativo". Rechaza hacia su interlocutor, o hacia otros, la responsabilidad de su cólera, de su tristeza, de su alegría o de su miedo. Veamos un ejemplo:

El cliente entra en un grupo no experimentado con expresión de perro golpeado. Aparenta estar triste y dice: "Yo no me siento OK conmigo mismo". El grupo se siente afectado y se convierte en "protector", esforzándose en ayudar al cliente a sentirse mejor consigo mismo y en que acepte caricias positivas, con la esperanza de "devolverle" el sentimiento de estar OK. En ese momento, preguntamos al grupo sobre lo que ocurre, y si el conjunto de éste responde: "tratamos de devolverle su sentimiento de estar OK", insistimos: "¿Y cómo es que su sentimiento de estar OK reside en vosotros?". Acto seguido,

explicamos a los participantes que cada vez que ellos aceptan la responsabilidad de los sentimientos o de la posición OK o no OK de otro están siendo burlados.

Así frustramos los juegos del cliente. Su cólera y su frustración se vuelven hacia nosotros por no responsabilizarnos de sus sentimientos y negarnos a hacer nada para "hacer" que se sienta mejor. Ante sus ojos, somos nosotros quienes estamos no OK por el hecho de no haber tomado en consideración su Niño Adaptado "caritativo". Si nos dice: "¡Me parece que voy a tener que incluirte en mi lista negra!" le respondemos: "¡Sin duda, eso es cierto!" ¿Qué tramas para incluirme en tu lista negra en el preciso momento en que voy a descubrirlo?". Quizás responda, revelando su sentimiento real: "Me das miedo". Respuesta: "¡Eso no tiene fundamento! ¡Tú eres quien se da miedo a sí mismo! ¡Tú, y no yo, eres el responsable!". Puede que el cliente diga: "Estoy disgustado". Le contestaremos: "¿Qué es lo que te disgusta de lo que has hecho recientemente, o ahora, o de lo que piensas o sueñas hacer?".

Hemos constatado repetidamente que los sentimientos de disgusto, de miedo, de no estar OK de los paranoicos son resultado de su comportamiento habitual. Cada vez que aceptan la

→ responsabilidad de sus propios sentimientos en lugar de rechazar los ajenos dejan de ser paranoicos, incluso cuando están disgustados.

- b) Confrontad los comportamientos con los que el cliente manobra "hipócritamente". Nosotros

confrontamos las manipulaciones manifiestas en el aquí y ahora. Préstamos especial atención al chantaje emocional, a las respuestas evasivas, a las mentiras directas y a las verdades omitidas.

Una vez confrontada éxitosamente una maniobra "hipócrita", decimos al cliente: "¡Es así como consigues estar paranoico!". ¡Si cesas en tus maniobras hipócritas cesarás también de ser paranoico!" Si recomienza con sus alucinaciones le confrontaremos con nuestro Padre: "¡Eh!. ¿Qué hipocresía has cometido en estos días?". De este modo, le impulsamos a recorrer nuevamente el camino de sus hechos, y las alucinaciones cesan en cuanto asume su responsabilidad. Hemos comprobado que tales alucinaciones no se reproducen hasta pasados al menos tres días. Advertido el mecanismo por el cliente y cesadas consecuentemente sus alucinaciones, puede intentar retomarlas diciendo, por ejemplo: "Siempre maniobro solapadamente a propósito de mis pinturas, mis coches, las chicas, etc.". Es una tentativa de manipular la intervención del terapeuta y sustituir la confrontación del Padre, ante la que el cliente se siente impulsado a obedecer por la explicación de un Padre más benevolente que le dará permiso para reflexionar y, consecuentemente, para no hacer.

de alucinar?". Si estamos encolerizados con el cliente, pensamos que es OK para nosotros mostrárselo. Puede que reaccione como si nuestra cólera fuese a hacerle añicos, pero esto no es real, y tarde o temprano confrontaremos también este chantaje emocional, que es, de nuevo, una manipulación hipócrita.

En esta fase, los clientes dan pruebas de una notable mejoría en su aspecto físico, tipo de vida y capacidad de relacionarse con los demás. Sin embargo, si nuestro trabajo terapéutico no ha sido completo y ordenado, pagaremos las consecuencias en forma de tarea suplementaria de limpieza. Veamos un ejemplo: El cliente entra en el grupo con buen aspecto, siendo acariciado por ello, ante lo que sonríe y responde: "¡Sí, esto marcha!", añadiendo con voz emocionada. "¡Os lo debo a vosotros, o a Ken y a Mary!". Si le decimos: "¡Te lo debes a tí mismo!. ¡Eres tú quien lo ha conseguido!", nos ha cogido. Sin duda, esta intervención sería buena en otros momentos, pero no ahora, y él lo sabe: De hecho se trata de una maniobra con la que intenta engullirnos con su propio azúcar. Si le avalamos, perdemos un cliente, reforzándose su patología.

Para que la terapia pueda continuar, debemos averiguar qué trama: para nosotros, es el momento más crucial en el tratamiento de la paranoia. Si la confrontación de las maniobras hipócritas tiene éxito, el pronóstico es favorable.

Etapa 2

Confundir al "Super-razonable".

El "Super-razonable" es una contaminación Padre-Adulto. Tiene

una elevada opinión de sí mismo, situándose por encima de los sentimientos, a los que considera condescendentemente, tanto si son propios como si son ajenos. Cuando habla de ellos, es posible que el cliente diga: "¡Nunca pensé que "eso" fuese importante!". Las relaciones entre las personas se convierten en "eso" y "eso" "no es importante". El Niño Natural del paranoico se siente no OK, violado y carente de confianza básica. Los comportamientos solapados y las emociones parásitas de su Niño Adaptado le han servido como una segunda línea defensiva contra estos sentimientos desagradables. Ahora, finalizada la primera etapa, se abandona esta segunda línea. Las necesidades del Niño Natural están mejor satisfechas y la confianza básica es algo más crecida. Está, consecuentemente, en mejores condiciones de vivir sentimientos auténticos. Aunque se siente mejor, la persona no está a gusto. Su organismo se defiende, probablemente, contra cualquier sentimiento, sea o no auténtico. El "Super-razonable" del cliente siempre estuvo al quite de sentimientos que el Niño Adaptado no podía desviar, pero en esta fase se revitaliza. En la segunda fase nos ocupamos de los sentimientos y nos ponemos en condiciones de proporcionar sostén y protección. Veámos en síntesis como confundimos al "Super-razonable". En cuanto el cliente contacta con sus conflicto e impasses, le ayudamos a reconocerlos como suyos, prestando sumo cuidado en no intentar resolverlos por él. Si él lo consigue, nuestra solicitud le atestigua que ha hecho un buen trabajo. En esta fase, el cliente sueña continuamente. Le conducimos a reapropiarse de cada persona, lugar u objeto del sueño y a reconocerlos como partes de sí mismo. Entonces, hacemos que nos cuente el sueño

identificándose con alguna de estas partes. A este respecto, la "escultura familiar" de Virginia Satir (2) es particularmente útil, aunque insistimos de nuevo en que nuestro objetivo es la reapropiación de los sentimientos y no su resolución.

Cuando el cliente ha vivenciado sus conflictos, sus sentimientos, sus impasses y vuelve a considerarlos como suyos, el "Super-razonable" está confuso. En lo sucesivo, estaremos en presencia de un ser humano no dominado por su sentimiento parásito, sino viviendo sus sentimientos reales y consciente de su segunda y tercera líneas defensivas, que controla bien. No obstante, aún permanecen algunas ilusiones y conflictos.

Etapa 3

Reemplazar las ilusiones "felices" de la infancia por una realidad más consistente y satisfactoria.

Estas "ilusiones felices" emanan de una contaminación del Pequeño Profesor por el Niño Natural.

Incluso cuando no hemos encontrado ilusiones en largo tiempo, es posible, al salir de las etapas 1 y 2 que nos hallemos ante pensamientos o comportamientos ilusorios o nebulosos. Nada de esto es lo suficientemente serio para que provoque el enojo del cliente, e incluso puede parecer divertido, pero nos advierte que aún queda algo por hacer. El Niño Natural se siente siempre sin recursos y no OK. El cliente cae nuevamente a la altura de la primera línea defensiva, constituida por un sistema de ilusiones que se remonta a la primera infancia. Su Niño Natural siente: "No estoy lo bastante OK para enfrentarme a tantos cambios a la vez!". Esta

impresión desagradable conduce al cliente a defenderse como lo hizo en su primera infancia.

En las etapas 1 y 2 pusimos en acción a nuestro Padre. En la etapa 3 damos un feed-back desde el Adulto. El cliente dice, por ejemplo: "¡Sé que aún tengo trabajo para integrar todo esto, pero voy a interrumpir provisionalmente la terapia y terminarla más tarde!". Nuestro feed-back sería: "¡De ningún modo carezco de recursos o soy incapaz de integrar todo esto; tengo poder y escojo no hacerlo!". Si dice: "¡Hago auto-stop y así consigo que sean los demás quienes conduzcan!", le devolvemos: "¡No soy un niño sin recursos que no puede tener su coche propio; soy verdaderamente poderoso: alzo el pulgar y los demás me llevan!". O aún más: "¡Si yo lavo la vajilla, ellos deben pagar mi comida!". "¡No es que carezca de recursos y no pueda mejorar mi situación; soy poderoso y hago que paguen mis comidas!".

El cliente toma entonces conciencia de que estas ilusiones felices son defensas contra las posiciones: "No puede lograrlo", "no lo merezco" y "no puedo tener sentimientos de Niño Natural". Cuando lo hace, no siente tal necesidad y puede fijarse los objetivos que desea. Es el fin de la etapa 3.

Aquí resulta particularmente

pertinente el artículo de H.D. Johns "Los tres tarros de la cólera" (3). El cliente parece perder todas las ganancias conquistadas a tan alto coste. Frente a su terapeuta y sus nuevos amigos sólo experimenta desconfianza y cólera. Algunos juegan entonces a "Hazlo por mí", "Alcohólico" o "Alboroto". Siguiendo la terminología de H. D. Johns, el cliente o el paciente "se corta la nariz para afeitar su rostro": todo son alzamientos de hombros, fruncimiento de cejas y risas de ahorcado. El temor a ser abandonado o perderse es subyacente a este comportamiento.

Llevamos al cliente a que tome conciencia de este sentimiento de abandono. Una vez dispuesta aproximadamente la escena, le preguntamos: "¿Quién te abandona ahora?". Si el trabajo fue correcto, responderá: "¡Yo mismo!". Utilizamos entonces la técnica de las dos sillas para un diálogo entre su Adulto y su Niño. El Adulto da seguridad al Niño: no le abandonará y cuidará de él. En las etapas 1 y 2, el trabajo era duro y chirriante. La etapa 3 fue enojosa. El estadio 4 puede no precisar más de una sesión; es éste el único momento en que los terapeutas pueden tener la impresión de hacer "magia", con su parte excitante y dramática.

Ahora, el cliente ya no es paranoico. En consecuencia, todo lo que podríamos añadir al respecto a los problemas que restan por abordar ya no concierne a la paranoia. No nos queda, pues, nada que decir.

Traducido del francés, "Les clasiques de l'Analyse Transactionnelle", artículos extraídos de "Actualités de l'Analyse Transactionnelle", años 1977-1980, Volumen II, publicados por C.F.I.P.-I.F.A.T. en 1987.

La versión francesa está tomada del "Transactional Analysis Journal", V, 4 de octubre de 1975, pág. 399-403: "A Handbook for the Treatment of Paranoia", © I.T.A.A.

BIBLIOGRAFIA

- 1 Holloway, W. Conferencia en el Congreso de Verano, Agosto 1974.
- 2 Satir, V.: "Conjoint Family Therapy", Palo Alto (California), Science and Behavior Books, 1964. Traducción española: "Terapia familiar conjunta". Edit. La Prensa Mexicana, México 1982.
- 3 Johns, H. D.: "The three pots of anger", en T.A.J., IV, 3 de julio de 1974.

AVISO IMPORTANTE

Los socios de AESPAT que piensen presentarse a la prueba de aptitud para pasar a Miembro Clínico (Médicos psiquiatras y/o psicólogos) o Miembro Especial (Area Social, Empresarial y Educativa) deben tener en cuenta que:

- * Las pruebas tendrán lugar antes del IV Congreso Español de A.T. que, en principio, se piensa celebrar en Madrid, septiembre de 1988.
- * El Comité de Contratos deberá haber recibido la solicitud y documentación de cada candidato y aprobarla. La fecha límite de recepción queda fijada en el 15 de Junio de 1988

Todo candidato necesita:

- * Ser M. Regular, por haber realizado el Curso Introductorio 101 y aprobado el examen escrito del mismo.
- * Aportar una carta de presentación del Tutor/a-Supervisor/a, que deberá tener el reconocimiento de M. Clínico o M. Especial de AESPAT y/o Asociaciones nacionales o internacionales con las que AESPAT tenga concierto.
- * Tener realizadas y debidamente certificadas las horas establecidas en la Asamblea Extraordinaria de febrero 1985.
- * El Tutor/a-Supervisor/a tiene que haber presentado al Comité de Contratos, para su aprobación, el temario pormenorizado según el cual impartirá los conocimientos sobre los temas obligatorios.

La documentación y la petición **por escrito** de ser admitido a estas pruebas debe ser remitida a la Secretaria del Comité de Contratos (M. C. Bernia, C/Santa Susana, 34 -7º - 2ª - 28033 MADRID), junto con los Derechos de Examen (cinco mil pesetas). (No enviar Giro Postal, sino cheque a nombre de AESPAT o transferencia bancaria a:

Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT)
Caja de Madrid - Sucursal 1084 - c/c: 60-5038-77
C/ Santa Virgilia, 1 - 28033 MADRID

En caso de transferencia, adjuntar fotocopia). Esta cantidad no será devuelta si el candidato renuncia al examen o éste tiene resultado negativo.

LA CATEXIS DE AESPAT

José María Mellados nos dio una conferencia sobre "Organización del tiempo en un organismo de la Administración del Estado", que tenemos el gusto de incluir en este Número 17.

Como está señalado en el Reglamento de Régimen Interior, se convocó Asamblea Anual Extraordinaria para el domingo 14 de febrero de 1988. Se hizo con suficiente tiempo para evitar retrasos por el desconcierto que había en Correos. Recordamos a todos los socios, sobre todo los residentes en Madrid, que es en la Asamblea Extraordinaria Anual dónde se pueden tomar decisiones y plantear problemas.

En el orden del día se trató de:

Informe de Secretaría (C. Bernia):

Altas:

Desde el nº 16 de la Revista tenemos nuevos socios. A todos ellos, ¡Bienvenidos!

- 272 Juan Felipe Simón Sanjuán (Abogado)
Urbanización "Los Sauces", nº 1 - 7º C
11202 ALGECIRAS (Cádiz)
- 273 Francisco Solano Romero González (Psic. Clínico)
Enmedio, 48 - 3º 1ª
28850 TORREJON DE ARDOZ (Madrid)
- 274 Montserrat Basagañas Millán (Psicóloga)
Enmedio, 48 - 3º 1ª
28850 TORREJON DE ARDOZ (Madrid)
- 275 José Luis Calvo Azpeitia (Psicólogo)
Evangelista, 3 - 4º Izda.
41010 SEVILLA
- 276 Carmen Romero Sánchez (Lda. F. y L. Pedagogía)
Pedro Fernández Moreno, 3 - 4º I
41012 SEVILLA

- 277 Enrique Ruiz Acosta (Psicólogo)
León XIII, 12 - 6º A
41009 SEVILLA
- 278 Concepción Benavides Angulo (Psicóloga)
Imperial, 19 - 4º A
41003 SEVILLA
- 279 Carmen Portillo Pascual del Riquelme (Psicóloga)
Oscar Esplá, 32 - 6º A
03003 ALICANTE
- 280 María Francisca Dieguez Porres (Médica)
San Patricio, 8-12 - 1º E
27007 SALAMANCA
- 281 Mario Ulises Batalla Tubio (Médico)
Malabia 2986 - 8º B
BUENOS AIRES C.P. 1425 (Argentina)
- 282 Mateo del Blanco Díez (Fil. y L. Psicol.; Teología)
Plaza María Auxiliadora, 7
15003 LA CORUÑA
- 283 Juan Bastidas de Haro (Dirección de Empresas)
Tetuán, 5 - 2º A
30800 LORCA (Murcia)
- 284 Salomé Medina Hernández (As. Social. Ayuda al Drogadicto)
Pasaje de Venezuela, 1 - ático 2
03010 ALICANTE
- 285 Gloria Brull
Valderromán, 24 - Bajo Dcha.
28035 MADRID
- 286 Carmen Pozueta Gómez (Psicóloga)
José Rober Motta, 5 - 2º 2ª
07006 PALMA DE MALLORCA

Hasta el 286 inclusive somos 184 socios en activo. Pero habrá que descontar los recibos devueltos (aparte de las bajas que figuran a continuación y que ya se han contabilizado).

Bajas:

A petición previa:

- 18 Marifé Vázquez Souto
56 Purificación Ormaetxea Meaurio
139 Manuel Poblete Ruiz
218 José Cándido Cabal Bravo
232 Francisco José Díaz Sánchez
247 Ana María Gutiérrez Arias

Por Tesorería: (Asamblea Anual Extraordinaria febrero 1988):

- 204 Idalia Cantú (México).
246 María Rosa Ciurana.

Pendiente de respuesta:

- 122 Dra. Claudina Padilla (El Salvador).

Por devolución de recibo, no rectificada:

- 60 Margarita Gutiérrez López.
194 Rufino Alonso Alvaro
225 María Luisa García Sánchez

2. Informe de Tesorería (Ana Rosa Villazón + Carmen Bernia):

Se han pasado ya por Caja Madrid, 149 recibos de cuotas domiciliadas. Aparte, se ha conectado con 27 socios que no tienen domiciliación bancaria y Carmen Bernia ya está recibiendo cheques. Los socios nuevos pagan al inscribirse y domicilian para 1989. Así la Revista llega a todos los que estamos al corriente. Se han recibido varios recibos devueltos pero C. Bernia ha comunicado con los socios y en muchos casos se trataba de error, olvido, cambio, etc. Asimismo, se ha escrito a los socios del extranjero para ver de regularizar cuentas. Y teniendo en cuenta la bajada del dólar y que hay que enviarles la Revista en sobre cerrado, si no queremos que se pierda, se decidió elevar la cuota para fuera de España.

3. Revista (Carmen Bernia)

Han empezado a llegar renovaciones y suscripciones nuevas. Esperamos que el Colegio Oficial de Psicólogos nos diga, a fines de abril, cuántos colegiados no socios de AESPAT han aceptado renovar (o iniciar) la suscripción especial de 1.300/año (mil trescientas).

Vamos a inaugurar en la Revista una sección de recensión de libros publicados que interesen. Ya hay un par de ellos en trámite.

Otros detalles de la Asamblea Extraordinaria quedan recogidos, pormenorizados, en el II Libro de Actas.

Hemos dejado para el final el punto más importante tratado:

IV CONGRESO ESPAÑOL DE ANALISIS TRANSACCIONAL

Esbozo Preliminar

Lema: Conocerme - Conocernos, Análisis Transaccional en la práctica.

Celebración:

Ciudad: Madrid.

Fechas: 29 Septiembre, jueves y 30 Septiembre, viernes, por la mañana: Pre-Congreso. (Estas fechas son provisionales y supeditadas a las gestiones sobre prestación de locales).

30 Septiembre, viernes, por la tarde y 1 y 2 de Octubre, sábado. y domingo: Congreso.

Lugar: No definitivo todavía.

Programa Provisional. Pre-Congreso

El jueves 29 y viernes 30 de Septiembre se impartirá el Curso Introductorio (101). Y tendrán lugar las pruebas de aptitud en el conocimiento teórico y práctico del Análisis Transaccional.

30 Septiembre, viernes:

4.30 a 5.30: Entrega de documentación
5.30 a 7.00: Presentación del Congreso. Conferencia inaugural.
8.00: Recepción.

1 Octubre, sábado:

a) Mañana:

10 a 12 h.: Talleres (de 2-2.30 horas, aproximadamente y/o comunicaciones.
12 a 12.30 h.: Pausa.
12.30 a 13.30 (o 14 h.): Conferencia-coloquio y/o Mesa Redonda.

b) Tarde:

5.00 a 8.00 (o 4.00 a 7.00) Comunicaciones y Talleres.
7.00 a 9.00: Asamblea Extraordinaria de AESPAT. (Recordad que cesa la Junta Directiva actual).
9.00: Acto social.

2 Octubre, domingo:

10 a 12 h.: Talleres y/o comunicaciones:
12.30 a 13.30: Clausura, con Conferencia. Resumen de la Junta saliente. Presentación de la nueva Junta Directiva. Despedida.

Precios:

Socios de AESPAT _____ 10.000,-Ptas.
No socios _____ 12.000,-Ptas.
Estudiantes _____ 8.000,-Ptas.

La inscripción se puede abonar en dos veces (50% + 50%) a partir de ahora.

(Para más detalles, contactar con la Secretaría provisional del Congreso:

ETHOS
Avda. Pablo Iglesias, 15 - entlo.
28003 MADRID

Tel.: (91) 253 42 84 (de 10 a 13 horas, excepto sábados y festivos)

NUMEROS ATRASADOS

Del Nº 0 al Nº 4, ambos inclusive, así como el Nº 6, se pueden hacer fotocopias (están todos agotados).

Nº 5: Dirigirse a Purificación Sánchez Preciados, por escrito (C/ Teruel 11, 4º - 5ª - 28020 MADRID) o telefónicamente (91 - 2331470, dejando los datos en el contestador automático).

Números 7, 8, 9 y 10: Dirigirse a Manuel Francisco Massó Cantarero (C/Alejandro González, 5 - Bajo dcha. - 28020 MADRID, Tfno. 91 - 2557993).

1986: Números 11, 12 y 13 (el 12 y el 13 recogen las comunicaciones al III Congreso Español de A.T., Alicante, Abril 86). El juego completo, enviado en sobres separados, cerrados, tiene un precio para España de 1.800 (mil ochocientas) pesetas. Un número aislado, cerrado, cuesta para España 600 (seiscientas) pesetas. Si los envíos coinciden con el mailing de uno de los tres números anuales, van en sobre abierto y cuestan cien pesetas menos por número (si el peticionario no especifica que desea recibirlo cerrado).

1987: quedan ejemplares de los Números 14, 15 y 16.

Para fotocopias, 1986 y 1987 hacer la petición a la Secretaria de Aespat y Gestora Burocrática de la Revista (Carmen Bernia, Santa Susana, 34 - 7º - 2ª - 28033 MADRID). Al recibir cheque por el importe o justificación de transferencia a la c/c. de la Revista (ver Boletín de Suscripción en este número), se acusará recibo y se anunciará, por carta, la fecha del envío de lo solicitado.

El precio de las fotocopias está por decidir. De momento, el Nº 0, más el Nº 1 y el Nº 2 vienen saliendo por mil pesetas. Los años 1986 y 1987 cuestan 1.500 (mil quinientas) pesetas cada uno, si coinciden con un mailing. De no ser así, o si el suscriptor solicita envío cerrado, la cuota anual es de 1.800 (mil ochocientas) pesetas/año.

Incluimos en este número todos los Sumarios de los números publicados, del 0 al 16, ambos incluidos.

SUMARIOS DE LOS NUMEROS PUBLICADOS

Número 0 - Noviembre 1981 - Año

Los Estados del Yo - Eduardo Surdo Gutiérrez

Análisis Transaccional - Freddy Bera Bautista

Miniargumento - José Cañero Rojano

Juegos existenciales - Juan Ramón López-Zaballa Otero

El inconsciente y el Análisis Transaccional - Juan Ignacio Cabezón Duclos

Análisis Transaccional para Directivos - Rex Hurt

Asertividad. Cuestionario - R. E. Alberti

Bibliografía de A.T. en castellano - José Cañero Rojano

Número 1 - 1º semestre 1982 - Año

El viaje de Alfa - Alejandro Moreno Romero

Conductas simbióticas - Víctor Daniel Blanco Rodríguez

Bienestar y Malestar - Manuel F. Massó Cantarero

Análisis Transaccional e inteligencia - Gustavo F. J. Cirigliano

Encuentros con Carl Rogers - Manuel F. Massó Cantarero

Consideraciones sobre métodos de relajación y A.T. - Ignacio Irurita

Número 2 - 2º semestre - Año I

Trabajos del I Congreso Español de Análisis Transaccional:

1º día: Crecimiento humano en las organizaciones sociolaborales. (Modera J.R. López-Zaballa Otero)

Aplicaciones del A.T. a la formación de vendedores - Carlos San Antonio Monsell

Entrenamiento del formador de empresa a la luz del A.T. - Antonio Ares Parra

2º día: Aprendizaje y estructuración de la personalidad. (Modera C. de Diego)

Proceso de instalación del estado del Yo Adulto - Freddy Bera Bautista

Análisis Transaccional y deshumanización de la Fe y Etica "religiosas" - Ildefonso R. Peñas Bravo

Modelos de pensamiento - Gustavo F. J. Cirigliano.

Experiencias en la aplicación de técnicas de aprendizaje - Manuel Kost y Marta Sturniolo.

Comunicaciones del Dr. Kertész sobre "Las siete etapas de la vida de Pamela Lewin".

3er día: Crecimiento personal (Modera Dra. M^a Carmen Bernia y Pardo de Santayana).

Equipo interdisciplinar - Dr. Saiz Ruiz.

Crecimiento personal: supuestos básicos - Eduardo Surdo Gutiérrez.

Resultado del cuestionario 16-PF a la luz del Análisis Transaccional - Isidoro García Manzano.

Análisis Transaccional y Bionergía - Esperanza García Hortigón y M^a del Mar García Muñoz.

Número 3 - 1er semestre 1983 - Año II

Diálogos con Carl Rogers - (Entrevista en grupo - Castelldefels, 1982).

Procedimientos de intervención: una forma práctica de trabajar el contrato - Milagros Casto Lucas.

La formación del directivo y el Análisis Transaccional - Mariano Operé Santillana.

Estructura y vínculo de la pareja humana - Concepción de Diego Morales.

El educador integrado - Gustavo F. J. Cirigliano.

Asertividad y Análisis Transaccional - Antonio Ares Parra.

Número 4 - 2º semestre 1983 - Año II

Teoría de los Juegos: un perro llamado Marion - Mel Boyce.

Análisis Transaccional y Terapia Multimodal: Integración - Dr. R. Kertész.

Validez metodológica, aportaciones y limitaciones del Análisis Transaccional - Antonio Ares Parra.

El Estado Niño del Yo - Manuel Francisco Massó Cantarero.

La introyección-proyección y la formación de la personalidad - Concepción de Diego Morales.

Ritos, mitos y taumaturgia del Niño Mágico - Helio Núñez Albacete.

Número 5 - 1er Cuatrimestre 1984 - Año III

Desarrollo de directivos a través de la gestalt - Luis Campos.

Poder personal y/o poder grupal - M^a Pilar González López.

Grupos en dos culturas - Carl Rogers (Conferencia - Las Vegas - Abril 1979).

Sistemas parentales ausentes, deficitarios y desviados - Marten Konwendhoven (Teoría desarrollada por Shea Shiff).

Repertorio de roles en el juego de "alcohólico húmedo". Un estudio con alcohólicos severos - Juan J. Totoricagüena Arrarte.

Aspectos psicológicos de familias afectadas por el síndrome tóxico, utilizando el diamante argumental - Juan I. Cabezón Duclos.

Número 6 - 2º Cuatrimestre 1984 - Año III

Niveles: organizativo, grupal y personal - Roger Blackeney.

Cuentos infantiles, guión de vida y psicoterapia gestalt - Carmen Vázquez Bandín.

El comportamiento emocional - Rafael Saez.

La curación a través de la alegría - Montserrat de la Mata Vila.

Organos psíquicos y psicoterapia - Manuel Francisco Massó Cantarero.

Educación y formas de estructuración del tiempo - Gustavo F. J. Cirigliano.

Entrevista con Bonifacio Cabrera - Juan Antonio Saavedra Quesada.

Número 7 - 3er Cuatrimestre 1984 - Año III

Terapia de redecisión: un proceso breve hacia el bienestar - Mary McClure Goulding.

Simbiosis y adolescencia (1ª parte) - M^a Pilar de la Figuera.

Temas monográficos sobre **La Mujer**: La discriminación social de la mujer y su argumento de vida - Concepción de Diego Morales.

La programación de la mujer en México - Gloria Balbona Argüelles.

Análisis de los Estados del Yo de la mujer maltratada - Mary L. Roark y Stella Llanos.

"No vuelvas loco a papá" (Sugerencias para negociar entre mujeres y hombres). Pat y Ted Novoy.

Dilemas que se presentan al trabajar con parejas lesbianas - Jude Marks.

Número 8 - 1^{er} Cuatrimestre 1985 - Año IV

Número monográfico sobre "La Sexualidad".

Simbiosis y adolescencia (2ª parte) - M^a Pilar de la Figuera.

Desarrollos en sexoterapia gestáltica - Albert Rams.

Sexualidad y Bioentropía - Luis Pelayo.

Algunas consideraciones sobre terapias con homosexuales - Eduardo de Gracia Bufi.

Paidofilia: los chavales solitarios - C. James Kaspar.

Terapia sexual abreviada - M. Edward Clark.

Tratamiento sexual en sesión de grupo - Aaron Lederer.

La epopeya de las sinecuras (cuento) - E. de los Lavajos.

Número 9 - 2^o Cuatrimestre 1985 - Año IV

Número monográfico sobre "El Suicidio".

El caso de Barbie - Milton Erickson.

El Niño Abandonado y el Análisis Transaccional - Carmen Vázquez Bandín.

Casos suicidas - Fanita English.

El suicidio: reflexión antropológica - J. M. Arana Arregui.

La conducta suicida en el niño y en el adolescente - L. Chamorro García.

El suicidio: reflexión psicosocial - P. Ridruejo Alonso.

El suicidio: interacción de significados - Manuel Francisco Massó Cantarero.

Número 10 - 3^{er} Cuatrimestre de 1985 - Año IV

Número monográfico: "Redecisión".

Terapia de Redecisión - Coloquio con Mary y Bob Goulding (M. F. Massó Cantarero).

Mandatos, Decisiones y Redecisiones - Robert Goulding y Mary Goulding.

Los siete componentes de la Terapia de Redecisión - John R. McNeel.

Redecisión y arrepentimiento - Constance Lawrence y David Steere.

La Catexis de AESPAT: Programa provisional del III Congreso Español de A.T.

Número 11 - 1^{er} Cuatrimestre 1986 - Año V

Expresión corporal y Análisis Transaccional - Juan Ignacio Cabezón Duclos.

El Niño Libre: una analogía teológica y antropológica - Gonzalo Haya Prats.

Comparación entre Análisis Transaccional y otras terapias - Mavis Klein.

¿Por qué no el hemisferio derecho? - Montserrat de la Mata Vila.

Carta abierta sobre el Niño Libre - Una aproximación al fenómeno místico - Helio Núñez Albacete.

Las emociones: el miedo y qué hacer con él - Valerie Laukford.

Número 12 - 2^o Cuatrimestre 1986 - Año V

Número monográfico: III Congreso Español de A.T. (Alicante, abril 86). 1ª parte.

Nuevos paradigmas de investigación educativa y A.T. - M^a Asunción Bravo Garrido.

El A.T. y su incidencia en el rol de ser padres - Ana María Carbonell Esquivá.

Aportaciones desde el A.T. al Proyecto de "Modernización y Futuro" - José Antonio Chumillas Talavera.

Intervención desde la dirección para aumentar los Oknes del Centro - Teresa Freixas Guinjoan.

Miniargumento y síntoma - Dra. Mercedes Estrella García Vázquez.

Cuerpo y argumento: Bioenergética para el A.T. - José Gutiérrez Valiño.

Integración social en los trastornos mentales y de conducta - M^a Julia López Alonso.

El Niño Libre, camino hacia la transpersonalidad - Helio Núñez Albacete.

Las caricias atributivas - Jorge Oller Vallejo.

Los estilos docentes - Andrés Senllé Szodo.

Número 13 - 3^{er} Cuatrimestre 1986 - Año V

Número monográfico: III Congreso Español de A.T. (Alicante, abril 86) 2ª parte.

El Análisis Transaccional, como instrumento de formación en la empresa - José Alvarez Custodio.

La conducta de fumar, una conducta de metaidentidad - Rosa M^a Boal Herránz.

Modelo original de Berne de los Estados del Yo - Petrüska Clarkson.

El A.T. y otras técnicas humanistas en la preparación de opositores - Consuelo Llinares Pellicer y Jaume Faus Fornés.

Las caricias atributivas en la empresa - Jorge Oller Vallejo.

Saber, poder y querer vivir en el "aquí y ahora" (tercera edad) según el Análisis Transaccional - Ildefonso R. Peñas Bravo.

Resolución de conflictos interpersonales - Eduardo Surdo Gutiérrez.

Representación social y Análisis Transaccional - Esther Torres Alvarez.

Influencia del Guión en la elección de pareja - Carmen Vázquez Bandín.

La integración de los niños deficientes en la escuela ordinaria, un hecho social importante - Pedro Villanueva Martínez.

Número 14 - 1^{er} Cuatrimestre 1987 - Año VI

Aportaciones del A.T. a la orientación personal - Pilar Arenas, Inmaculada Egido, Isabel Huélamo e Isabel Martínez.

Análisis Transaccional en directo: Un enfoque instrumental de un relato grabado - Freddy Bera Bautista.

Información y sugerencias para padres y educadores sobre el cuidado y prevención de la drogodependencia juvenil - Concepción de Diego Morales: Síntesis y traducción.

El contrato en Análisis Transaccional - Gysa Jaoui.

Tratando disfunciones sexuales en mujeres con Análisis Transaccional - Lillian O'Hearne.

El Análisis Transaccional, nueva psicoterapia para el tratamiento del alcoholismo - Fernando Eduardo Ortizlanzas Gálvez.

Los juegos psicológicos como trance hipnótico - Carmen Vázquez Bandín.

Número 15 - 2^o Cuatrimestre 1987 - Año VI

Carta de la Presidenta - Concepción de Diego Morales.

Un análisis transaccional de la psicosis - Juan Ignacio Cabezón Duclos.

De la dependencia a la autonomía en la relación de pareja; etapas del proceso desde el A.T.; instrumento de diagnóstico - Concepción de Diego Morales.

Una variable del análisis del guión: la impregnación - Lois M. Johnson (Traducción: Casto-Martín).

Erich Fromm. El humanismo revolucionario - Juan Bautista Martín Cebollero.

Organizaciones psíquicas en una experiencia gestáltica - José Navarro Góngora.

Tratamiento desde el A.T. de la neurosis de angustia - Jean Wilmotte (Traducción: Concepción de Diego Morales).

Número 16 - 3^{er} Cuatrimestre 1987 - Año VI

Análisis Transaccional de una jornada electoral (10 de junio de 1987) - Freddy Bera Bautista.

El Análisis Transaccional y la terapia sexual - Juan Ignacio Cabezón Duclos.

El Epiescenario y el "juego de la patata caliente" - Fanita English (Traducción: Casto-Martín).

Un modelo para utilizar la terapia de rededición con alcohólicos - James R. Kelly (Traducción: Dra. M^a Carmen Bernia).

El aislamiento: una forma básica de adaptación, positiva y negativa, además de la sumisión y la rebeldía - Jorge Oller Vallejo.

Encuentro o alienación: socioterapia y psicoterapia de los trastornos de personalidad - Dr. J. Stuart Whiteley (Traducción: Dr. R. Inocencio Biangel).