

## ÍNDICE

EDITORIAL ..... 153

### ARTÍCULOS ORIGINALES

|  |     |
|--|-----|
| <i>La huelga salvaje de los controladores aéreos durante el puente de la Inmaculada del 2010 desde el Análisis Transaccional,</i><br>Dra. Carmen Thous Tuset ..... | 155 |
| <i>Valores: Definiciones, Verificación y Modificación. Vinculaciones con la "autorreparentalización",</i> Dr. Roberto Kertész .....                                | 176 |
| <i>Tramas, guiones y las cinco partes de una obra,</i><br>Dr. Felicísimo Valbuena de la Fuente .....   | 181 |
| <i>La educación de las emociones: Intuición emocional,</i><br>Dr. Josep Lluís Camino Roca .....  | 206 |
| <i>La Teoría y la Técnica, factores de efectividad,</i> Dr. Juan García Moreno .....   | 216 |
| <i>¿En qué consiste el "burn out" o síndrome del quemado?,</i><br>M <sup>a</sup> Consuelo Llinares Pellicer .....  | 237 |

### ARTÍCULOS CLÁSICOS

|   |     |
|---|-----|
| <i>"Edad media" y dirección,</i> Theodore B. Novey .....                  | 267 |
| <i>El regateo para la protección,</i> Vago, Marta y Knapp, Barton W. .... | 275 |

INFORMACIÓN DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ANÁLISIS  
TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA –AESPAT– ..... 279

PUBLICACIÓN DE CURSOS Y CONGRESOS ..... 283

NOVEDADES BIBLIOGRÁFICAS ..... 284

NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULOS EN LA REVISTA ..... 307

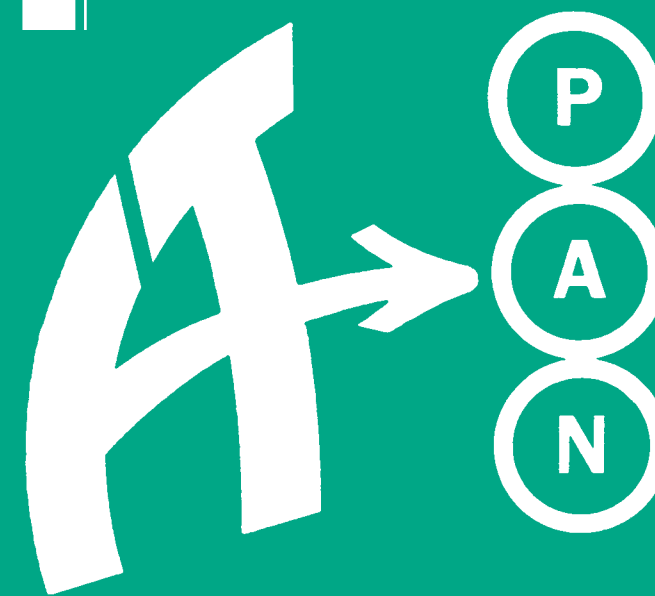
CARTAS AL DIRECTOR ..... 308

BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN A AESPAT Y REVISTA ..... 311

REVISTA DE A. T. Y PSICOLOGÍA HUMANISTA VOL. XXIX, N° 65, pp. 149-312

Revista de

# ANÁLISIS TRANSACCIONAL y PSICOLOGÍA HUMANISTA



AESPAT

Nº 65, 2.º SEMESTRE/2011, AÑO XXIX

## ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL –AESPAT–

–Al servicio de profesionales y simpatizantes del Análisis Transaccional en España–

### JUNTA DIRECTIVA:

|                                |   |
|--------------------------------|---|
| <b>Presidenta:</b>             | Graciela Padilla Castillo.              |
| <b>Secretario General:</b>     | Felicísimo Valbuena de la Fuente.       |
| <b>Tesorerera:</b>             | María de los Ángeles Díaz Veiga.        |
| <b>Vocal de Organización:</b>  | Mariano Bucero Romanillos.              |
| <b>Vocal de Publicaciones:</b> | Juan García Moreno.                     |
| <b>Vocal de Formación:</b>     | Juan Cruz Moreda Pérez de Eulate.       |
| <b>Vocal de Comunicación:</b>  | Paula Requeijo Rey.                     |
| <b>Vocal general:</b>          | Josep M. <sup>a</sup> Ferrán i Torrent. |

(Asamblea General Ordinaria de AESPAT, 18/03/2011).

### DOMICILIO SOCIAL:

c/ Clara del Rey, 44, 7º A - 28002 Madrid

### DATOS DE CONTACTO:

- **Teléfonos:** 679 75 57 25 - 913 942 169
- **E-mail:** [gracielapadilla@ccinf.ucm.es](mailto:gracielapadilla@ccinf.ucm.es); [info@aespato.com](mailto:info@aespato.com)
- **Apartado de correo:** 60144, 28080 Madrid

### ÓRGANOS DE DIFUSIÓN:

- **Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista**, dirigida por Juan García Moreno.
- **Página web de aespato:** [www.aespato.com](http://www.aespato.com) dirigida por Mariano Bucero.

### QUIÉNES SOMOS

En 1978 un grupo de profesionales deseosos de introducir y difundir en España el Análisis Transaccional (A.T.), crean la **Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT)**, asociación de carácter científico regida por unos Estatutos que, aprobados por el Ministerio del Interior el 8 de Noviembre de 1978, fueron posteriormente modificados y reconocidos el 23 de marzo de 2000.

Esta Asociación, sin ánimo de lucro, tiene como “objetivos principales”:

- Difundir el Análisis Transaccional,
- Apoyar las investigaciones que se realicen con A.T. como método de trabajo,
- Promocionar las aplicaciones concretas del A.T. en centros oficiales y privados,
- Mantener relaciones y contactos precisos con otras Asociaciones y simpatizantes del A.T.

Constituida por personas interesadas en el Análisis Transaccional, sea a nivel personal y/o profesional, realiza formación en A.T. en las diferentes áreas de aplicación (clínica, educativa, laboral, información) y otorga titulación propia en distintos niveles de formación. Una persona asociada a AESPAT puede situarse como uno de los siguientes tipos de miembros: socio, miembro regular, miembro especial, miembro clínico, miembro didáctico especial y miembro didáctico clínico. Para obtener dicha titulación los interesados deben cumplir los requisitos oportunos, indicados en los estatutos de AESPAT y en el Reglamento de Régimen Interior. También han de superar los exámenes correspondientes que se realizan en los días previos al Congreso Español de A.T., en los que también tiene lugar un Curso de Introducción al Análisis Transaccional denominado 101.

A este respecto, AESPAT junto con la Asociación Aragonesa de Análisis Transaccional (ATA) y la Asociación Catalana de Análisis Transaccional (ACAT), constituyen la Coordinadora de Asociaciones de Análisis Transaccional, cuyo objetivo común es divulgar y promocionar el A.T. en España. Con este fin, cada dos años se celebra el Congreso Español de Análisis Transaccional, en el que diversos profesionales intercambian sus experiencias, investigaciones y elaboraciones en torno al A.T. La organización de cada Congreso es asumida sucesivamente por una de las Asociaciones componentes de la Coordinadora, procurando la satisfacción de los socios de todas ellas.

Consecuente con sus objetivos de difusión, AESPAT edita semestralmente la **Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista**, en la cual se publican las contribuciones de diversos teóricos y profesionales acerca del desarrollo e innovaciones teóricas, y las aplicaciones prácticas del A.T., en relación con otros modelos psicológicos, educativos, organizativos e informativos.



## ÍNDICE DE LAS NORMAS DE PUBLICACIÓN [www.aespato.com](http://www.aespato.com) Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista –ISSN: 0212-9876–

### 1. INFORMACIÓN GENERAL DE LA REVISTA.

### 2. TIPOS DE ARTÍCULOS.

### 3. PREPARACIÓN DEL ARTÍCULO.

- 3.1. Extensión y mecanografiado.
- 3.2. Estructura de la “Portada” o “Primera Página”:
  - 3.2.1. Título del artículo.
  - 3.2.2. Autor/es.
  - 3.2.3. Resumen.
  - 3.2.4. Palabras clave.
  - 3.2.5. Formas de presentar la primera página (español, inglés, francés).
- 3.3. Características generales del “cuerpo del artículo”.
  - 3.3.1. Estructural general del “cuerpo del artículo”.
  - 3.3.2. Estructura específica según el nivel temático.
  - 3.3.3. Citas de autores y de texto.
    - 3.3.3.1. Formas de citar.
      - 3.3.3.1.1. *Citas de autores y de texto no literales.*
      - 3.3.3.1.2. *Citas de autores y de texto literales.*
      - 3.3.3.1.3. *Citas de citas.*
      - 3.3.3.1.4. *Citas de INTERNET.*
      - 3.3.3.1.5. *Citas de diccionarios, instituciones, manuales famosos, textos bíblicos y antiguos.*
    - 3.3.4. Figuras y tablas.
    - 3.3.5. Pies de página.
    - 3.3.6. Referencias bibliográficas.
    - 3.3.7. Distribución estructural de los apartados del artículo.
  - 3.4. Modos de preparar el artículo, ya redactado, para su evaluación: 1) Con datos personales, 2) Sin datos personales (anónimo).
  - 3.5. Preparación de los “archivos electrónicos” del artículo: 1) Con los datos personales; 2) Sin los datos personales.
4. PREPARACIÓN DE LA CARTA DE PRESENTACIÓN Y DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR, “COPYRIGHT”.
5. ENVÍO, POR CORREO ELECTRÓNICO, A LA EDITORIAL DE LA REVISTA, DEL ARTÍCULO Y DE LA CARTA DE PRESENTACIÓN.
6. PROCESO EDITORIAL.
  - 6.1. Artículo “recibido” y “Aceptado”.
  - 6.2. Artículo “Evaluado” y “aprobado” para su publicación.
  - 6.3. Pruebas de imprenta y publicación editorial.
  - 6.4. Otros aspectos.
7. ANEXOS: **Anexo 1:** Carta de presentación y cesión de derechos de autor (“copyright”). **Anexo 2:** Revisión previa al envío del artículo a la Editorial. **Anexo 3:** Plantilla para la evaluación anónima de los artículos. **Anexo 4:** Normas de la Revista.

# REVISTA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA

Es el Órgano Oficial de AESPAT para la investigación, información y formación de profesionales y amantes del Análisis Transaccional. Se publica semestralmente en formato de imprenta y, después de dos años de esta publicación, en formato electrónico en la Página Web de AESPAT [www.aespat.com](http://www.aespat.com) y en *DIALNET* <http://dialnet.uniriuoja.es>

## EQUIPO EDITORIAL

**SUPERVISOR GENERAL:** Felicísimo Valbuena de la Fuente, Catedrático de la Facultad de Ciencias de la Información de la *Universidad Complutense de Madrid*

**EDITORA:** Graciela Padilla Castillo, Presidenta de la Asociación Española de Análisis Transaccional. *Universidad Complutense de Madrid*

**DIRECTOR:** Juan García Moreno. *Universidad Complutense de Madrid*

**SECRETARIO:** Mariano Bucero Romanillos. *Clínico Transaccionalista*

**SECRETARÍA:** Teléfonos: 679 75 57 25 y 913 942 169 - [gracielpadilla@ccinf.ucm.es](mailto:gracielpadilla@ccinf.ucm.es)

Apartado de Correos: 60144, 28080 Madrid

La Página Web de AESPAT: [www.aespat.com](http://www.aespat.com) Ofrecerá información actualizada sobre la Revista

**CONSEJO EDITORIAL:** Alejandro Ávila Espada. *Universidad Complutense de Madrid*  
Carmen Sandoval. *Asociación Catalana de Análisis Transaccional. Barcelona*  
David Alvorgonzález. *Universidad de Oviedo*  
Elvira García de Torres. *Universidad San Pablo-CEU, Valencia*  
Jesús Cartón Ibeas. *Universidad de Deusto, Bilbao*  
José Luis Camino Roca. *Universidad de Barcelona*  
María Teresa Sádaba. *Caja de Ahorros de Navarra, Pamplona*  
Mario Arias Oliva. *Universidad Rovira i Virgili, Tarragona*  
Mercedes Sáez. *Asociación Catalana de Análisis Transaccional. Barcelona*  
Roberto Kertész. *Universidad de Flores, Argentina*  
Salomé Berrocal Gonzalo. *Universidad de Valladolid*

## CONSEJO DE REDACCIÓN O COMITÉ EDITORIAL

### – COMITÉ DE CONTENIDOS:

Antonio Ares Parra. *Universidad Complutense de Madrid*  
Eva Aladro Vico. *Universidad Complutense de Madrid*  
Celedonio Castanedo. *Universidad Complutense de Madrid*  
Enrique Fernández Lópiz. *Universidad de Granada*  
Jesús Cuadra Pérez. *Analista Transaccional Docente y Supervisor (ITAA, EATA).*

### – COMITÉ DE REDACCIÓN (CORRECCIÓN Y UNIFICACIÓN DE ESTILO GRAMATICAL):

*De Español e Inglés:* Felicísimo Valbuena de la Fuente, *Catedrático de la U.C.M.*  
*De Francés:* Carmen López-Manzanares Hervella, *Catedrática de Francés*

### – COMITÉ DE FORMATO:

Carmen Thous Tusset. *Universidad Francisco de Vitoria. Madrid*  
Graciela Padilla Castillo. *Universidad Complutense de Madrid*

## CONSEJO ASESOR o COMITÉ CIENTÍFICO

Anna Rotondo. *Co-directora de Cuaderni di Psicologia, Analisi Transazionale e Scienze Umane, Milán*  
Claude Steiner. *Miembro Didáctico de la International Transactional Analysis Association*  
Gloria Noriega Gayol. *Instituto Mexicano de Análisis Transaccional*  
Isaac Garrido Gutiérrez. *Universidad Complutense de Madrid*  
Jordi Oller Vallejo. *Analista Transaccional Clínico por la ITAA y EATA*  
José Grégoire. *Miembro Docente y Supervisor en Análisis Transaccional, Arras*  
José Luis González Almendros. *Universidad Complutense de Madrid*  
José Luis Martorell Ypiens. *Universidad Nacional de Educación a Distancia*  
José María Román. *Universidad de Valladolid*  
Juan Antonio Cruzado Rodríguez. *Universidad Complutense de Madrid*  
Lluís Casado. *Psicólogo, analista transaccional, certificado (CM-EO) por la ITAA*  
Roberto Kertész. *Universidad de Flores, Argentina*  
Susana Ligabue. *Psicóloga y psicoterapeuta, Analista didacta transaccional. –TSTA–P, EATA, ITAA*

(Abierta la lista de especialistas asesores en caso necesario)

## DELEGADOS DE ZONA (COMUNIDADES AUTÓNOMAS DE ESPAÑA)

**Andalucía:** Rafael Vidarte González  
**Aragón:** Jesús F. Serrano García  
**Castilla y León:** José Manuel Martínez Rodríguez  
**Cataluña:** Joseph María Ferran i Torrent  
**Comunidad Valenciana:** Juan Cruz Moreda Pérez de Eulate  
**Galicia:** Isabel Aschauer López  
**Islas Baleares:** Melchor Bennisar Bennisar  
**Islas Canarias:** Juan Antonio Saavedra Quesada  
**Murcia:** M<sup>a</sup> Amparo Sánchez Ortega  
**Navarra:** Francisco Javier Lecumberri Ayerra  
**País Vasco:** Jesús Cartón Ibeas  
**Rioja:** Francisco Javier Romero Fernández

## BASE DE DATOS

La Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista está indexada en las siguientes "BASES DE DATOS": **PSYKE** (Biblioteca de la Facultad de Psicología de la Universidad Complutense de Madrid), **COMPLUDOC** (Universidad Complutense de Madrid), **PSICODOC** (Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid), **CIDE** (Biblioteca del Ministerio de Educación y Ciencia), **DIALNET** (Universidad de la Rioja), **LATINDEX** (del Grupo de Publicaciones Científicas IEDCYT, CCHS-CSIC. Revistas Científicas de América Latina, el Caribe, España y Portugal), **ISOC** (Centro de Ciencias Humanas y Sociales del CSIC).

La Revista es enviada a las facultades de Psicología, Educación y Sociología de todas las Universidades públicas y privadas de España.

## IMPRESIÓN

**Gráficas DEHON:** c/ La Morera 23-25 - 28850 Torrejón de Ardoz (Madrid)

**Depósito Legal:** M-36843-1981 - ISSN: 0212-9876. R.P.I. n.º 1095554.

## ÍNDICE

|  |     |
|--|-----|
| EDITORIAL .....  | 153 |
| <b>ARTÍCULOS ORIGINALES</b>  |     |
| <i>La huelga salvaje de los controladores aéreos durante el puente de la Inmaculada del 2010 desde el Análisis Transaccional</i> , Dra. Carmen Thous Tuset ..... | 155 |
| <i>Valores: Definiciones, Verificación y Modificación. Vinculaciones con la “autorreparentalización”</i> , Dr. Roberto Kertész .....                             | 176 |
| <i>Tramas, guiones y las cinco partes de una obra</i> , Dr. Felicísimo Valbuena de la Fuente ....  | 181 |
| <i>La educación de las emociones: Intuición emocional</i> , Dr. Josep Lluís Camino Roca .....  | 206 |
| <i>La Teoría y la Técnica, factores de efectividad</i> , Dr. Juan García Moreno .....  | 216 |
| <i>¿En qué consiste el “burn out” o síndrome del quemado?</i> , M <sup>a</sup> Consuelo Llinares Pellicer ..   | 237 |
| <b>ARTÍCULOS CLÁSICOS</b>  |     |
| <i>“Edad media” y dirección</i> , Theodore B. Novey .....  | 267 |
| <i>El regateo para la protección</i> , Vago, Marta y Knapp, Barton W. ....   | 275 |
| INFORMACIÓN DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA –AESPAT– .....  | 279 |
| PUBLICACIÓN DE CURSOS Y CONGRESOS .....  | 283 |
| NOVEDADES BIBLIOGRÁFICAS .....   | 284 |
| NORMAS PARA LA PUBLICACIÓN DE ARTÍCULOS EN LA REVISTA .....  | 307 |
| CARTAS AL DIRECTOR .....   | 308 |
| BOLETÍN DE SUSCRIPCIÓN A AESPAT Y REVISTA .....  | 311 |

## CONTENTS

|   |     |
|---|-----|
| EDITORIAL .....   | 153 |
| ORIGINAL ARTICLES   |     |
| <hr/>   |     |
| <i>The wild strike of the air-traffic controllers during the bridge of the Immaculate Conception of 2010 from the Transactional Analysis, Dra. Carmen Thous Tuset .....</i> | 155 |
| <i>Values: definitions, verification and modification. Ties with Self-reparenting, Dr. Roberto Kertész .....</i>  | 176 |
| <i>Plots, scripts and and the five parts of a work, Dr. Felicísimo Valbuena de la Fuente .....</i>  | 181 |
| <i>The education of the emotions: Emotional intuition, Dr. Josep Lluís Camino Roca .....</i>  | 206 |
| <i>The Theory and the Technique, factors of effectiveness, Dr. Juan García Moreno .....</i>   | 216 |
| <i>What is the Burn Out or burnout Syndrome?, M<sup>a</sup> Consuelo Llinares Pellicer .....</i>  | 237 |
| CLASSIC ARTICLES  |     |
| <hr/>   |     |
| <i>Middle-escence and Management, Theodore B. Novey .....</i>   | 267 |
| <i>El regateo para la protección, Vago, Marta y Knapp, Barton W. ....</i>   | 275 |
| INFORMATION FROM TRANSACTIONAL ANALYSIS SPANISH ASSOCIATION (AESPAT) .....  | 279 |
| COURSES AND CONGRESS ADVERTISING .....  | 283 |
| BIBLIOGRAPHIES NEWS .....   | 284 |
| NORMS FOR PUBLISHING IN THE JOURNAL .....   | 307 |
| LETTERS TO THE EDITOR .....   | 308 |
| SUBSCRIPTION TO AESPAT AND TO THE JOURNAL .....   | 311 |

## TABLE DE MATIÈRES

|   |     |
|---|-----|
| EDITORIAL .....   | 153 |
| <b>ARTICLES ORIGINAUX</b>   |     |
| <hr/>   |     |
| <i>La grève sauvage des contrôleurs aériens durant le pont de l'Immaculée Conception de 2010 depuis l'Analyse Transactionnelle, Dra. Carmen Thous Tuset .....</i> | 155 |
| <i>Valeurs: définitions, vérification et modification. Liens avec l'autoreparentalisation, Dr. Roberto Kertész .....</i>  | 176 |
| <i>Cadres, scripts et les cinq parties d'un ouvrage, Dr. Felicísimo Valbuena de la Fuente .....</i>   | 181 |
| <i>L'éducation des émotions: intuition émotionnelle, Dr. Josep Lluís Camino .....</i>   | 206 |
| <i>La Théorie et la Technique, facteurs d'effectivité, Dr. Juan García Moreno .....</i>   | 216 |
| <i>En quoi consiste le Burn Out ou Syndrome du brûlé?, M<sup>a</sup> Consuelo Linares Pellicer .....</i>  | 237 |
| <b>ARTICLES CLASSIQUES</b>  |     |
| <hr/>   |     |
| <i>"Moyen age" et Gérance, Theodore B. Novey .....</i>  | 267 |
| <i>Marchandage pour la Protection, Vago, Marta y Knapp, Barton W. ....</i>  | 275 |
| INFORMATION DE L'ASSOCIATION ESPAGNOLE<br>D'ANALYSE TRANSACTIONNELLE .....  | 279 |
| PUBLICITÉ DE COURS ET DE CONGRÈS .....  | 283 |
| NOVEAUTÉS BIBLIOGRAPHIQUES .....  | 284 |
| NORMES POUR LA PUBLICATION D'ARTICLES DANS LE MAGAZINE .....  | 307 |
| LETTERS AU DIRECTEUR .....  | 308 |
| ABONNEMENT À AESPAT ET AU MAGAZINE .....  | 311 |

# EDITORIAL

Lo que distingue a este número de algunos anteriores es la extensión de algunos artículos. Por una parte, parece que no estamos siguiendo las indicaciones de Eric Berne sobre no exceder las diez páginas por artículo. La explicación que ofrecemos es que los artículos extensos que han obtenido la aprobación de los jueces anónimos podrían haberse publicado en varios números de la Revista. Ahora bien, como hay lectores que sentirán la natural curiosidad por hacerse un cuadro completo de la situación que el artículo presenta, hemos preferido publicar dos de ellos de una vez. El tercero tendrá su continuación en los dos próximos números

Después de esta explicación, que más bien suena a excusa, creemos que es un gran acierto lo que decía Berne. En consecuencia, pedimos que los artículos sean, a partir de ahora, más breves.

Partiendo de la experiencia acumulada en bastantes números, también estamos convencidos de que Eric Berne acertó plenamente cuando se ocupó del estilo. En *Introducción al Tratamiento de Grupo*, y más en concreto en el capítulo 8- titulado «Investigar y publicar»- dedica un apartado a «La publicación de artículos» y escribe lo siguiente:

El clínico ha de considerar la publicación de un artículo como algo que le honra, y debe estar dispuesto a hacerse digno de tal honor. Sus obligaciones son las mismas de todo el que escribe. La primera es la integridad, ya sea científica o artística, y la segunda el oficio. En este caso, «oficio» es casi sinónimo de alfabetización. Si en la escuela sólo le han alfabetizado a medias, él tendrá que suplir la deficiencia mediante el estudio asiduo de la gramática, la sintaxis, la retórica y el estilo, ya sea que lo emprenda por su cuenta o en una escuela nocturna. Aun contando con estos elementos, la composición es un arte difícil de dominar, y el científico no ha de considerar como una imposición el hecho de que sus maestros, su supervisor o sus exigencias personales le hagan volver a escribir seis o siete veces un artículo antes de que el resultado les parezca satisfactorio. El aprendizaje del arte de escribir deberá ser parte de la formación de todo aquel que aspire a tener una formación científico-clínica. El supervisor hará un favor a sus alumnos si impone exigencias literarias implacablemente altas, de modo que finalmente se vea obligado a expresarse con elegancia (1983, Págs. 223-224).

Los responsables de la Revista no vamos a ser implacables, pero sí establecemos en este número unas normas sobre cómo escribir de una manera que se acerque al vigor que tenía y tiene la prosa de Berne. Hay un aspecto en el que Freud y Berne se parecen mucho: Escriben muy bien y muy claro. Mucho mejor que la inmensa mayoría de los psicoanalistas y de los transaccionalistas. Entonces, ¿por qué no fijarnos en el original y prescindir de las, a veces, muy deterioradas fotocopias?

En estos seis meses han ido apareciendo más obras sobre AT en español. Como ya hemos señalado en otras ocasiones, hay dos editoriales que destacan: CCS, de Madrid, y Editorial Jeder, de Sevilla. En concreto, y durante los últimos meses, la primera ha publicado el *Volumen 2 de Artículos seleccionados de Análisis Tran-*



*saccional*, que aparecieron en el *Transactional Analysis Journal* entre los años 1981-1990. También, *Ensueño y Terapia*, de Francisco Massó. Con lo cual, la difusión de las obras de Berne en español y de transaccionalistas competentes están alcanzando una velocidad de crucero muy importante para aterrizar de manera segura en los ámbitos universitarios. Y volvemos a la cuestión del estilo. La gran ventaja de los libros de Berne es que los universitarios pueden aprender muchas cosas y, además, encontrarse con una prosa muy atractiva. Otras corrientes de la Psicología, al no contar con esa ventaja, se han dedicado a propalar que el AT es simplista. Al menos Eugenio D'Ors enunció claramente lo que él quería hacer cuando tenía un concepto claro: «Os curezcámoslo». Era un recurso estilístico suyo. Se lo podía permitir, a veces, porque sabía escribir de manera muy clara. Los que critican el estilo del AT se refugian en su ignorancia e incapacidad como única coraza.

Sobre todo, nos va a guiar el criterio siguiente: «¿Se burlaría Berne de la prosa de este artículo?». Berne sabía ironizar muy bien sobre el estilo. Sólo hay que recordar su último discurso en Viena.

Uno de los mayores beneficios de saber escribir bien es que los entusiastas del AT pueden pasar a escribir en los medios de comunicación y aparecer en espacios de radio y de televisión. La solidez de los conceptos no está reñida con el estilo. Los periodistas están buscando siempre personas que sepan responder de manera competente y clara a preguntas que ellos les hacen. Si los profesionales del AT adquieren competencia para comunicar oralmente y por escrito, se distinguirán inmediatamente de tantos profesionales que emplean un estilo gaseoso, lleno de frases hechas y que aburre a la audiencia. Es decir, comunicar asuntos importantes de manera interesante y atractiva. El futuro está muy abierto.



## ARTÍCULOS ORIGINALES

**La huelga salvaje de los controladores aéreos durante el puente de la Inmaculada del 2010 desde el Análisis Transaccional**Carmen Thous Tuset<sup>1</sup>*Resumen*

En este artículo se pretende analizar desde el Análisis Transaccional la génesis de la crisis y del caos aéreo provocado por la huelga salvaje de los controladores españoles llevada a cabo durante el comienzo del puente de la Inmaculada de 2010, que acarreó el cierre del espacio aéreo español.

*Palabras clave:* Análisis Transaccional, Eric Berne, Estados del Ego, transacciones, juegos.

**The wild strike of the air-traffic controllers during the bridge of the Immaculate Conception of 2010 from the Transactional Analysis***Abstract*

In this article the author analyzes from the Transactional Analysis the genesis of the crisis and the air chaos provoked by the wild strike of the Spanish controllers carried out during the beginning of the bridge of the Immaculate Conception of 2010, that transported the closing of the air Spanish space.

*Key words:* Transactional Analysis, Ego States, transactions, games.

**La grève sauvage des contrôleurs aériens pendant le pont de la Vierge Immaculée de 2010 depuis l'Analyse Transactionnelle***Résumé*

Dans cet article, l'auteur tente d'analyser depuis l'analyse Transactionnelle la genèse de la crise et le chaos aérien provoqué par la grève sauvage menée par les contrôleurs aériens pendant le pont de la Vierge Immaculée de 2010, et qui a conduit à la fermeture de l'espace aérien espagnol.

*Mots clés:* Analyse Transactionnelle, Etats du Moi, transactions, jeux.

**1. INTRODUCCIÓN**

En este artículo se pretende analizar desde el Análisis Transaccional la génesis

de la crisis y del caos aéreo provocado por la huelga salvaje<sup>2</sup> de los controladores españoles durante el comienzo del puente de la Inmaculada de 2010 que acarreó el cie-

<sup>1</sup> Doctora en Periodismo por la Universidad Complutense de Madrid. Profesora de la Universidad Francisco de Vitoria de Madrid.

Datos de contacto: c/ Nuria, 13 Madrid 28034. Tfno.: 609746453. Correo electrónico: carmenthous@ariasthous.com.

<sup>2</sup> Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua española (Vigésima segunda edición): Huelga que se produce bruscamente o por sorpresa sin cumplir los requisitos legales, en especial el plazo de preaviso. <http://buscon.rae.es/drael/SrvltConsulta?LEMA=huelga> (7/09/2011).

rre del espacio aéreo español. En ningún momento se pretende criticar las actuaciones de los controladores o del Gobierno, sino intentar examinar lo ocurrido en base al Análisis Transaccional y al estudio de los estados del yo, las posiciones existenciales, las transacciones y los juegos puestos en marcha por ambas partes. En este sentido, hay que aclarar que se aplica tanto a personas concretas, como es preceptivo, pero también a los colectivos que actúan al unísono (el Gobierno y los controladores).

Para el análisis de este caso y los hechos acaecidos, se ha creado una secuencia de desarrollo dividida en tres momentos claves y unas consecuencias finales.

El primero son los antecedentes o niñez del conflicto, en donde se describe la profesión del controlador y una génesis y evolución de sus relaciones laborales.

En segundo lugar, se estudia cómo se empieza a gestar el conflicto en el marco de las negociaciones del II Convenio colectivo en donde las rupturas y abandonos son una constante y en donde el gobierno acaba imponiendo por la fuerza sus pretensiones mediante decretos ley.

La tercera parte de este artículo analiza el caos desencadenado en el puente de la Inmaculada de 2010 cuando el absentismo de los controladores a sus puestos de trabajo provocó el cierre del espacio aéreo español. También en esta parte se analizan las decisiones que toma el Gobierno para restablecer el servicio de control aéreo mediante una militarización y posteriormente con la declaración del estado de emergencia, que consiguió que los controladores volvieran a sus puestos de trabajo y como consecuencia, se restableciera la normalidad y la apertura del espacio aéreo español.

No incluye la última etapa por seguirse aún desarrollando, que comienza una vez restablecido el servicio de control aéreo. Esta parte o etapa post crisis cuando aparentemente está solucionado el problema, sigue sin estar cerrada aún porque prosigue su recorrido judicial.

## **2. LOS ANTECEDENTES O NIÑEZ DEL CONFLICTO**

En este apartado se trata de explicar lo ocurrido analizando cómo es el colectivo de controladores y estudiando brevemente la génesis de sus relaciones laborales; metafóricamente, su niñez.

### **2.400 profesionales capaces de paralizar el país**

Los controladores aéreos son los encargados de gestionar el tráfico de aeronaves en el espacio aéreo español. El 31 de julio de 2010 había 2.384 controladores civiles, número cuantitativamente pequeño, pero cualitativamente crucial, ya que su labor es imprescindible, como quedó demostrado en el conflicto del puente de la Inmaculada de 2010, pueden acarrear el caos en un país.

Hasta 1977 los controladores aéreos dependían de la administración militar, pero posteriormente, pasaron a depender de una empresa del Estado, concretamente de Aeropuertos Españoles y Navegación Aérea (AENA) que es dependiente del Ministerio de Fomento. Por esta razón, los controladores no son funcionarios, sino personal laboral de una empresa de capital público, sujeta a derecho privado.

En España faltan controladores desde hace años. Los datos son claros. Hay la mitad de controladores que en Francia, a pesar de contar con un espacio aéreo más amplio. Por otro lado, no se han sacado a concurso nuevas plazas de trabajo desde el año 2006. Por esta razón, y para poder realizar todo el trabajo, los controladores no sólo trabajan las horas que recoge su convenio y fija su contrato de trabajo; es necesario que realicen horas extras. Estas horas extras son voluntarias, pero de media, entre un tercio y la mitad de las horas que trabajaba un controlador son horas extraordinarias, que les son pagadas al triple que las horas de trabajo normales.

Los controladores sólo han tenido y tienen un único convenio colectivo, hoy desfa-

sado, y que data de 1999. Este convenio ha seguido en vigor, al irse prorrogándose una y otra vez. De hecho, el conflicto surgido se enmarca dentro de la negociación para lograr un nuevo convenio. Mientras se consigue este nuevo marco laboral, el régimen de trabajo y descanso de los controladores ha sido cambiado y regulado por acuerdos parciales y desde el 2010 por decretos ley del gobierno socialista. Por ejemplo, se han reducido el número de horas extraordinarias que podía realizar un controlador, pasando de 600 a sólo 80, eliminando este privilegio del que disponían e igualándolos con lo que recoge el Estatuto de los Trabajadores.

### Las huelgas, el método de protesta más rentable en tres décadas

Desde 1976 a 2010, es decir, en 34 años, los controladores han protagonizado 17 protestas laborales: 14 huelgas ilegales y sólo 3 huelgas legales. La primera de las huelgas legales se llevó a cabo el 13 de agosto de 1976, cuando todavía dependían del ejército. Resultó muy fructífera, porque un año más tarde conseguían su objetivo: Eliminar la dependencia militar, y estar al amparo de Aviación Civil. La segunda huelga legal se realizó 11 años más tarde, el 1 y 2 de agosto de 1987 y la tercera, se planteó al año siguiente, en 1988, para haberse realizado el 27 y 30 de agosto, y el 3 de septiembre, pero no llegó a realizarse, por alcanzarse un

acuerdo anterior al comienzo de los paros, que evitó el caos en la vuelta de vacaciones de verano.

Más allá de la legalidad de las huelgas de los controladores, son dos los periodos del año elegidos para realizar sus protestas: Verano y Navidades. La razón es clara: Conseguir un gran impacto social y mediático, y por consiguiente, presionar al Estado. De las 14 huelgas ilegales realizadas, 8 han sido en verano y 6 cercanas a Navidades; la huelga de celo<sup>3</sup>, huelga encubierta y el absentismo son los métodos preferidos para reivindicar mejoras de trabajo y sueldo. Hay que aclarar que el absentismo masivo, aparentemente ilógico, pero amparado por bajas médicas, es la base de las huelgas encubiertas y de las de celo. Lo curioso, es que a pesar de tratarse claramente de huelgas no legales, nunca les han acarreado problemas con la justicia y sí les han ayudado a conseguir sus peticiones y obtener sus reivindicaciones. La mayoría han tenido su germen en Barcelona, ciudad donde también tiene la sede su sindicato mayoritario: La Unión Sindical de Controladores Aéreos (USCA). Se trata de un sindicato profesional (no de clase, y que no integra otros profesionales de otra área) e independiente, es decir, que no recibe ninguna ayuda dineraria estatal, dependiendo su existencia y mantenimiento de la cuotas que pagan sus afiliados. Agrupa a casi el 95% de los controladores en España (similar al Sindicato Español de Pilotos de Líneas Aéreas (SEPLA).

Tabla 1: Huelgas y protestas de los controladores desde el año 1976 hasta 2010

| Tipo de huelga | Fechas               | Peticiones  | Período del año | Resultado  |
|----------------|----------------------|---|-----------------|--|
| Legal          | 13 de agosto de 1976 | Reivindicar mejoras laborales, salariales y técnicas. | Verano          | Satisfactorio En 1976 se eliminó la dependencia de este colectivo de la Administración Militar y lo traspasó a Aviación Civil. |

<sup>3</sup> Según el Diccionario de la Real Academia de la Lengua española (Vigésima segunda edición): huelga consistente en aplicar con meticulosidad las disposiciones reglamentarias y realizar con gran lentitud el trabajo para que descienda el rendimiento y se retrasen los servicios.

[http://buscon.rae.es/draeI/Srvlt/ObtenerHtml?LEMA=huelga&SUPIND=1&CAREXT=10000&NEDIC=No#huelga\\_revolucionaria](http://buscon.rae.es/draeI/Srvlt/ObtenerHtml?LEMA=huelga&SUPIND=1&CAREXT=10000&NEDIC=No#huelga_revolucionaria). (7/05/ 201).

| <b>Tipo de huelga</b> | <b>Fechas</b>   | <b>Peticiones</b>   | <b>Período del año</b> | <b>Resultado</b>  |
|-----------------------|---|---|------------------------|---|
| De celo               | Diciembre 1978  | Exigían retribuciones complementarias   | Navidades              | Satisfactorio   |
| De celo               | Diciembre 1979  | Exigían retribuciones complementarias   | Navidades              | Satisfactorio   |
| De celo               | 28 y 29 de enero de 1981  | Exigían retribuciones complementarias   | Navidades              | Satisfactorio<br>El gobierno de Adolfo Suárez afronta sus últimos estertores.   |
| Legal                 | 1 y 2 de agosto de 1987   | Mejoras salariales y el cumplimiento del convenio.  | Verano                 | Satisfactorio   |
| De celo               | 22 de agosto de 1987  | Los controladores del aeropuerto de El Prat de Barcelona para 24 horas para exigir el pago por las gratificaciones por servicios especiales atrasadas.  | Verano                 | Satisfactorio   |
| Legal fallida         | 1988<br><br>27 y 30 de agosto, y el 3 de septiembre.<br><br>Finalmente no llegó a realizarse porque consiguieron un acuerdo previo. | Reclamaban entonces el pago de un complemento denominado "de servicios especiales", una gratificación que procedía de la época en que estos trabajadores dependían del Ministerio del Aire, y que el de Transportes dejó de pagar en 1979.  | Verano                 | Satisfactorio   |
| De celo               | 28 y 29 de mayo de 1998   | Desavenencias con AENA sobre el convenio en vigor.  | Verano                 | Satisfactorio. Tras meses de tira y afloja el 3 de junio llegan a un acuerdo para convertir las horas extraordinarias en prolongación de jornada y terminaron las protestas.<br><br>En Marzo del 99 se firma el convenio Colectivo. |
| De celo               | 21 y 24 de junio de 1999.   | Aeropuerto de Son San Joan de Palma de Mallorca. Causaron retrasos de hasta cinco horas, debido a la ausencia de personal de la torre de control en alguno de los turnos. La Unión Sindical de Controladores Aéreos (USCA) negó que estuvieran en huelga y achacó los retrasos a que el aeropuerto no tiene capacidad suficiente para atender la demanda. | Verano                 | Satisfactorio   |



| Tipo de huelga | Fechas  | Peticiones  | Período del año | Resultado  |
|----------------|---|---|-----------------|--|
| De celo        | 17 y 18 de agosto de 2002   | No hicieron horas extraordinarias   | Verano          | Satisfactorio  |
| De celo        | 3 de enero de 2004. Centro de Torrejón de Ardoz en Madrid, provoca 50 cancelaciones y retrasos en muchos vuelos.                          |   | Navidades       | Satisfactorio  |
| De celo        | 2 de enero de 2009  | Torre de control de Barajas obliga a operar sólo en dos de las cuatro pistas con las que cuenta el aeropuerto madrileño. Un grupo de controladores habrían dejado de "hacer la prórroga de jornada laboral" que acordaron los representantes de la Unión Sindical de Controladores Aéreos (USCA) y el ministerio de Fomento en julio de 2007. | Navidades       | Satisfactorio. Da paso a negociar el convenio  |
| De celo        | Diciembre 2009  | El colectivo asegura que habían advertido a AENA de que se producirían problemas durante la Navidad y, principalmente, los primeros días de enero, debido a "las carencias de personal en las programaciones".  | Verano          | Satisfactorio. Comienza la negociación del Convenio Colectivo el 11 de Enero.  |
| De celo        | 28 de junio 2010. Las compañías aéreas acusan a los controladores de provocar retrasos y cancelaciones generalizados en el tráfico aéreo. |   | Verano          | No satisfactoria   |
| De celo        | 15 de julio de 2010   | La ausencia de ocho controladores en El Prat (Barcelona), provoca importantes retrasos en los aeropuertos de Cataluña, Baleares y la Comunidad Valenciana. Se produce a la vez que se celebran las negociaciones del Convenio Colectivo de controladores entre el sindicato USCA y AENA.  | Verano          | No satisfactoria. 5 de febrero: El Consejo de Ministros aprueba un real decreto-ley que devuelve a AENA la capacidad de gestión y control del tráfico aéreo, que había quedado en manos de los controladores aéreos desde marzo de 1999, cuando entró en vigor el primer convenio colectivo. |



| Tipo de huelga | Fechas   | Peticiones | Período del año | Resultado  |
|----------------|--|------------|-----------------|--|
| De celo        | 20 de julio 2010. El 34% de los controladores no acude a su puesto de trabajo, en El Prat. 21 de julio: AENA acusa a los controladores de organizar "una huelga encubierta" para presionar en la negociación del nuevo convenio. |            | Verano          | <p>No satisfactoria. 20 de julio. El ministro de Fomento, José Blanco, anuncia que el Gobierno habilitará a controladores aéreos militares para que ocupen los puestos de trabajo en los aeropuertos civiles.</p> <p>La Fiscalía afirma que investigará las bajas por enfermedad.</p> <p>23 de julio: El Consejo de Ministros aprueba un real decreto por el que abre la posibilidad de encomendar el control del tránsito aéreo a controladores privados ajenos a AENA.</p> <p>30 de julio: El Ejecutivo aprueba un nuevo decreto que regula la jornada de los controladores.</p> |

## Un año de juegos

Desde el punto de vista de los Estados del Yo de Eric Berne, los sucesivos gobiernos de España han adoptado siempre una postura de Padre (P) frente a los controladores, y éstos, en la mayoría de los casos, un estado de Niño (N). Ambos estados varían en sus exhibiciones dependiendo del momento que atraviesen sus relaciones. Concretamente, los sucesivos gobiernos han mantenido una exhibición de Padre Nutricio (PN) con los controladores en épocas de calma laboral, siendo también en estos casos, el estado de los controladores el de Niño Adaptado (NA). Como PN, el gobierno en épocas de calma ha sido protector y solícito, y los controladores, han obedecido disciplinadamente. Sin embargo, en estado de conflicto, el gobierno, y siempre desde el estado Padre, ha adoptado la postura de Padre Crítico (PC) provocando casi de ma-

nera inmediata que los controladores exhibieran su estado de Niño Rebelde (NR).

Desde Noviembre de 2009 se hace más evidente el problema latente que desencadenaría la huelga salvaje de 2010. Es un periodo en donde se alternan momentos de paz y confrontación. Según transcurría el año, y más concretamente a partir del verano de 2010, la confrontación fue creciendo. A este respecto, destaca que las transacciones en épocas de paz han sido transacciones paralelas (PN-NA), mientras que en épocas de enfrentamiento, y muy especialmente a partir de Noviembre de 2009, han sido ulteriores cruzadas (PN-NA/ NR-A), puesto que los controladores, han tomando al Gobierno como alguien adulto que atendería a razones.

A partir de Noviembre de 2009, las transacciones dominantes tanto en el Gobierno como en los controladores fueron las exasperantes. Es decir, ambos pedían ayuda,

pero la otra parte entregaba hechos. Estas transacciones propician el alejamiento y la confusión, el no entendimiento, y desembocan en juegos comunicativos que como, veremos a continuación, fueron de varias clases y los participantes se implicaron repetidamente en ellos. Como apunta Berne (1986, 1964).

Los juegos se diferencian claramente de los procedimientos, rituales y pasatiempos, por dos características principales: Su carácter ulterior y el ajuste de cuentas (p.20).

Los juegos más utilizados por ambas partes fueron los que buscan satisfacer las necesidades de reconocimiento y de incidentes, los de seguridad y los juegos de poder.

### 3. LA GESTACIÓN DEL CONFLICTO EN EL MARCO DE LAS NEGOCIACIONES DEL II CONVENIO COLECTIVO

La escalada de momentos tensos y de confrontación comenzaba el 24 de noviembre de 2009 en el marco de la negociación del II Convenio Colectivo. Juan Ignacio Lema, presidente de AENA (que seguiría siéndolo durante los incidentes de Noviembre de 2010), en declaraciones públicas, cifraba en 350.000 euros anuales el salario medio de los controladores aéreos en España. Lema exhibía si Estado PC, y ponía en marcha el juego de poder *Acorralar* (Valbuena ed., 2006 p. 206) caracterizado porque el jugador quiere quedar por encima del otro a toda costa y, además desprestigarle, de tal manera que en el que cualquiera de las dos opciones ante las

que el jugador coloca al interlocutor sea perjudicial. Este dato, provocó un gran revuelo mediático y fue muy criticado por la sociedad, máxime, cuando España ya estaba padeciendo de lleno una crisis económica de primera magnitud. Unos días más tarde, el 2 de diciembre, la directora de Navegación Aérea, Carmen Librero (PC), anunciaba cambios en el convenio de los controladores españoles con el objetivo de abaratar costes. Es entonces, cuando el tradicional estado de NA mantenido por los controladores se convierte en NR y entran en las mismas transacciones que el Gobierno. Estos dos detonantes tienen como consecuencia, que se da comienzo a una huelga encubierta intermitente al comienzo de las vacaciones navideñas, en donde aparece el juego por parte de los controladores: *Les demostraré* (Valbuena, 2006. p.210). Dicho juego comienza cuando el jugador persigue la fama no como muestra de lo que puede realizar con su talento, destrezas y trabajo, sino para hacer sentir a los demás la culpa por no haberle tratado mejor. Sobre todo, quien juega quiere dar salida al rencor acumulado y se propone también demostrar que quien se ríe de él tiene que pagar un alto precio. Como contestación, el 29 de ese mismo mes, el ministro de Fomento, José Blanco (PC) acusa a los controladores aéreos de realizar una huelga encubierta en los aeropuertos de Canarias y les amenaza con dar a conocer "con nombres y apellidos" su salario, poniendo en práctica el juego "Pseudoviación" (Valbuena ed., 2006 p. 213) en primer grado<sup>4</sup>. Este juego también puede denominarse «Indignación» o «Lárgate, tío (o tía)» y admite tres grados. En el primer grado el jugador va moviéndose de un lugar a otro, para que el otro jugador se vea obligado a hacer complicadas maniobras.

<sup>4</sup> Eric Berne (1986, 1964) estableció tres grados para los juegos: a) Un juego de primer grado es aquél que es socialmente aceptable en el círculo del agente. b) Un juego de segundo grado es aquél del cual no surge un daño permanente e irreparable, pero que los jugadores prefieren esconder del público. c) Un juego de tercer grado es el que se juega para siempre, y que termina en un sanatorio, en el juzgado o en el necrocomio (p. 27).



El 12 de enero del recién estrenado 2010, los controladores aéreos, tal vez como fruto de estas amenazas del ministro vuelven a su estado de NA y junto con AENA, retoman las negociaciones. AENA quería reducir en 500 millones de euros los costes de navegación aérea y rebajar a más de la mitad las horas extras que realizan los controladores, concretamente de 400 a 242 horas y que les reportaba un sobresueldo. Por su parte, los controladores proponen otras medidas para propiciar el ahorro, pero admiten la reducción del 20% de las horas extras, mayor flexibilidad de la jornada, poder aumentar el límite de la edad de jubilación y la incorporación de 150 plazas para nuevos controladores. Para amenizar ese primer día de negociación, y presionar a los controladores, el ministro de Fomento, José Blanco (PC), afirma en una entrevista en Radio Nacional que “la situación de privilegio de los controladores aéreos no puede mantenerse, ya que algún controlador gana 900.000 euros al año y otros más de 500.000 euros al año”. Con esta declaración adopta la transacción quejumbrosa que él sabía que conectaba mejor con los usuarios de las líneas aéreas y con millones de españoles que lo estaban pasando muy mal con el clima de los controladores y con los españoles que no podían viajar porque les estaba afectando la crisis económica. Blanco además, apostilla su postura añadiendo que tiene que prevalecer el interés general por encima del privilegio de unos pocos. De esta manera, aunque en el plano manifiesto y social, el Ministro estaba hablando desde el Niño, en el plano oculto o psicológico estaba hablando desde el Padre Crítico, poniendo en marcha por el juego *Les demostraré*, empleado anteriormente por los controladores.

### **El desencadenante del conflicto: el baile de los decretos**

La negociación abierta dura menos de un mes y el 3 de febrero, los controladores

aéreos y AENA se acusan mutuamente de haber cerrado las negociaciones del convenio colectivo sin alcanzar un acuerdo. Se producen entonces inicialmente dos transacciones aparentemente cruzadas y una confluencia de caricias negativas. La primera transacción cruzada que se detecta, y que Berne denominó queja mutua da pié al comienzo de una transacción al infinito, basada en responder a un ataque con otro ataque. Es un circuito de mutuo refuerzo de estar mal procurando que el otro se sienta peor, para sentirse uno mejor. Aunque detectamos estas transacciones cruzadas quejumbrosas, realmente ha comenzado ya una transacción doble, base del juego psicológico que ambas partes adoptan: *Si no fuera por ti* (Berne, 2007 p.122) pues se quejan de unas restricciones admisibles a primera vista y que realmente salvan de hacer cosas para obtener todo tipo de ventajas. Simultáneamente, frente a los medios de comunicación Gobierno y controladores participan en el juego *Sala de audiencia*, juego que busca satisfacer las necesidades de seguridad (de estructura) y que consiste en polemizar con razones –propias o ajenas– para que los demás les digan que llevan razón y se la den. Eso sí, mientras el polemista está proclamando su victoria, interiormente sabe que no tiene la razón, o que no la tiene en la medida en que él proclama. Lo que claramente persigue este juego es proyectar la culpa sobre el otro o los otros y que la Prensa y el público le eximan de responsabilidades.

Dos días más tarde, el 5 de febrero, el Consejo de Ministros (el gobierno en estado PC) aprueba un real decreto-ley que devuelve a AENA la capacidad de gestión y control del tráfico aéreo, que hasta el momento estaba en manos de los controladores aéreos desde marzo de 1999, cuando entró en vigor el primer convenio colectivo. También en este decreto se contempla un aumento de la jornada de trabajo de los controladores y se les reducen las horas extras, pasando de 600 a 80 al año. El Gobier-

no adopta esta decisión, a propuesta del ministro de Fomento, José Blanco, y según el mismo argumentó se debió a la ruptura de las negociaciones entre AENA y los controladores aéreos sobre el nuevo convenio. El juego *Acorralar* hace de nuevo acto de presencia. Blanco demuestra con este real decreto que la transacción del Gobierno es arrogante, que se caracteriza por una conducta paranoica, acompañada de una forma de pensar dogmática. En esta posición, el Gobierno demuestra que está convencido de que es bueno haga lo que haga y que en todos los casos toda la culpa es de los demás. En palabras de Berne equivale a decir "Yo soy un príncipe, tú eres una rana" y se trata de una posición proyectiva, propia de quien se libra de la gente atacando. Además, el arrogante nunca se siente derrotado y siempre se considera superior a los demás, ya que desde una posición paranoide parte del prejuicio y de la verdad incontrotable, se apoya en el principio de autoridad y muestra, en todo momento, una seguridad incuestionable para mantener un proceder arbitrario, autosuficiente e implacable ante la réplica. Con la transacción arrogante, el Gobierno maltrata al Estado Niño de los controladores, pero cuando un niño es maltratado, primero se refugia y después piensa: Algún día me vengaré ... y esto le mantiene vivo. Su conclusión es que debe hacerse duro, porque cualquier cosa es mejor que tener miedo. Así pues, el odio le sostiene y aunque puede haber aprendido a disimularlo, tenderá a identificarse con el agresor (el gobierno en este caso) e imitar sus actitudes autoritarias.

Es con este decreto-ley cuando verdaderamente se abre una guerra nueva entre gobierno y controladores que incluirá otras reglas y que desembocará en el conflicto del puente de la Inmaculada. Las huelgas encubiertas de los controladores dejarán de ser generadoras de miedo en los gobier-

nos de turno, que por evitar una confrontación impopular prefieren paralizar las reformas en las condiciones de trabajo de este colectivo. A partir de ese momento las formas cambiarán y el gobierno comienza a reaccionar dando un giro insospechado a las relaciones. Juegos y contrajuegos comparecen en el escenario. Este decreto ley pone límites a los controladores aéreos que ya amenazaban con crear el caos en los aeropuertos españoles en Semana Santa.

El Sindicato de controladores USCA, sorprendido con la actuación del Gobierno, responde anunciando que iniciará las acciones legales necesarias para defender la vigencia del marco legal del convenio del colectivo todavía en vigor y expresa su malestar con su "total rechazo ante el uso instrumental de mecanismos impositivos" lo que supone responder al gobierno con el juego *Acorralar*, el mismo juego con sello de legalidad que antes éste había puesto en marcha unido al de *Tribunales*<sup>5</sup> o *Sala de Audiencias* y *Les demostraré*. Que pone en marcha con acciones legales. Las ventajas del juego *Tribunales* se cumplen tal como las expresaba Berne (1986, 1964 p.46): 1) Sicológica Interna: Proyección de la culpa. 2) Sicológica Externa; Excusa de la culpa. 3) Social Interna: *Además* y otros. 4) Social Externa; *Tribunales*. 5) Biológica: Caricias del juez 6) Existencial: Posición depresiva, nunca tengo la razón.

El 11 de febrero, ya aprobado el decreto-ley en el Congreso, los controladores aéreos difunden sus quejas en la prensa y muestran su rechazo, alegando que el decreto vulnera el derecho constitucional a la negociación colectiva, o dicho de otra manera, reaccionan ante la prohibición que les impone el gobierno: "no vivas" "no sientas", "no pienses". La conclusión es que con este decreto el gobierno ha salido ganador del juego, porque paralizó una posible protesta de los controladores en Semana San-

<sup>5</sup> Eric Berne (1986, 1964, p. 42).

ta, pero la guerra no ha terminado, ya que los controladores perciben el juego *Pseudoviación*.

El 12 de mayo, los controladores aéreos reciben un nuevo varapalo. La Audiencia Nacional desestima la demanda de conflicto interpuesta por el sindicato USCA contra el decreto aprobado por el Gobierno. Días más tarde, y ya en el mes de Junio, aumenta alarmantemente el absentismo laboral de los controladores. Mediante transacciones ulteriores angulares el sindicato USCA niega que se haya incrementado el absentismo como medida de presión, tal como denuncia AENA, asegurando que las bajas de los controladores están certificadas por los servicios médicos de la Seguridad Social. Esta excusa histórica, que retroalimenta al juego *Pata de palo* había sido utilizada con anterioridad para justificar este absentismo, que unido a la escasez de controladores serán los dos argumentos que esgrimirán una y otra vez el sindicato.

### Un verano lleno de sobresaltos

Pasan los días, pero el 28 de junio por mucho que USCA niega una huelga encubierta e ilegal, la evidencia salta a la vista. Las compañías aéreas acusan a los controladores de provocar retrasos y cancelaciones generalizados en el tráfico aéreo en Barcelona. AENA (PC) responde con cifras y amenazas y aduce que el 34% de los controladores programados ha faltado a su trabajo y que se trata de bajas deliberadas para presionar ante la mesa de negociación del convenio colectivo, por lo que se ha puesto en conocimiento de la Seguridad Social para que las investigue y, si se encuentran fundamentos para ello, serán de-

nunciados ante la Fiscalía. Los controladores se arriesgan y avisan: "lo que queda de verano puede ser más complicado y continúan la huelga encubierta manteniendo dos juegos: *Si no fuera por ti* y *Guardias y ladrones* (Valbuena, 2006 p.187), este último, ejercido por los controladores en la faceta de ladrones, buscando notoriedad y así se cometen faltas para que otro les reproche sus acciones, porque es una forma de sentirse vivo y lanzar un cebo. Como pago, los controladores recibirán dos decretos más por parte del Gobierno. Los ánimos siguen caldeándose y el Gobierno comienza a calentar posiciones en el juego *Ya te tengo* que se lo han servido en bandeja los propios controladores. En este juego, el jugador hostiga a su víctima de forma incansable. El otro se muestra inocente. Su perseguidor quiere asaltarle cuando cometa un desliz. Si lo consigue, se siente gratificado porque confirma su postura y justifica los medios que ha utilizado.

El 20 de julio, el ministro de Fomento, José Blanco, desde la transacción arrogante del Gobierno, anuncia que éste habilitará a controladores aéreos militares para que ocupen puestos de trabajo en los aeropuertos civiles si continúa la acumulación de bajas médicas de los controladores que han provocado problemas en el tráfico aéreo<sup>6</sup>. El juego *Sala de audiencia* comienza. A su vez, la Fiscalía afirma que investigará las bajas por enfermedad. Al día siguiente, el 21 de julio, AENA vuelve a acusar a los controladores de organizar una huelga encubierta. Dos días más tarde, el 23 de julio sobreviene el segundo decreto. El Consejo de Ministros (el Gobierno en PC) aprueba un nuevo real decreto por el que se abre la posibilidad de encomendar el control del tránsito aéreo a controladores privados aje-

<sup>6</sup> En Agosto de 1981, Reagan ante una huelga de controladores les dio 48 horas para que los más de 12.000 controladores en huelga volvieran a sus puestos de trabajo y reactivaran el espacio aéreo. Si no era así les amenazó con despedirlos y ser sustituidos por controladores aéreos militares. Sólo 1.650 se reincorporaron. Reagan cumplió su palabra y despidió a 11.350. Tuvieron que pasar 12 años para que, estando ya Clinton en el mandato, pudieran volver a ser contratados. Los controladores en huelga pedían reducir la jornada laboral y un incremento de salario anual de 10.000 dólares.

nos a AENA, y pone en marcha la externalización del servicio en algunas torres de control. Días más tarde, el gobierno sigue jugando, esta vez con *Además*, que consiste en ir lanzando una acusación tras otra en una impresionante catarata y *Pseudoviación*. Así pues, el 30 de julio, el Ejecutivo aprueba un tercer decreto que regula la jornada de los controladores, que se mantiene en 1.670 horas, más 80 extraordinarias.

Como respuesta, cuatro días más tarde, el 3 de agosto, el 98% de los controladores autoriza a su sindicato (USCA) a convocar una huelga legal para final de mes, poniendo como motivo la falta de avances en la negociación del convenio colectivo y acusando al ministro de Fomento, José Blanco, de boicotear la negociación a base de decretos. La opinión pública, el mundo del turismo y las compañías aéreas atacan a los controladores por esta medida que augura sustanciosas pérdidas para sus negocios y caos a la vuelta de vacaciones. Siete días más tarde, el 10 de agosto, tras ser publicado y aprobado por las Cortes el decreto los controladores vuelven su estado NA y renuncian a convocar la huelga legal en agosto para, haciendo un juego de transacción ulterior, aparentemente A-A (pero que realmente es NA-PC) afirmar que es para no perjudicar al sector turístico.

Queda en evidencia que los controladores ponen en marcha el juego *Schlemiel* armando líos y disculpándose después, que como apuntaba Berne(1986, 1964):

El ajuste de cuentas y el propósito del juego es el de obtener un perdón que es forzado por las disculpas; los líos y los daños causados son sólo pasos para llegar a esto, aunque cada transgresión rinde su propio placer. El placer derivado de los líos no hace que estos sean un juego; son las disculpas; el estímulo crítico que lleva al desenlace. (p. 26 ).

Queda en evidencia con este juego entendido que los dos movimientos son pri-

mero provocación y resentimiento y a continuación: Excusa y perdón. La ventaja psicológica interna será el placer de destruir y la psicológica externa, evitar el castigo.

Tras desconvocar la huelga, el presidente de Aeropuertos Españoles y Navegación Aérea (AENA), Juan Lema, desde su Padre Nutricio (PN), anuncia que reanudarán las negociaciones, y sólo tres días más tarde, el 13 de agosto, los controladores y AENA llegan a un acuerdo de mínimos volviéndose a las posiciones y transacciones tradicionales de tiempos de paz PN-NA. De hecho, el 19 de agosto, la asamblea de USCA ratifica, con un 90% de los votos a favor, este acuerdo de mínimos y ambas partes se comprometen a volver a las negociaciones de convenio a partir del 15 de septiembre. Como aparente detalle de buena voluntad, al día siguiente de esta ratificación de los controladores, el ministro de Fomento que cambia a (PN), anuncia que recibirá a los representantes de los controladores antes de comenzar a negociar el convenio colectivo y efectivamente, el día 3 de septiembre recibe a una representación de este colectivo. En realidad son transacciones dobles, en las que socialmente hay una cordialidad aparente, mientras la desconfianza reina en el plano oculto o psicológico.

El 12 de septiembre, tres días antes del comienzo de las negociaciones, el sindicato USCA celebra su XXII congreso con la vista puesta en retomar la negociación del convenio. Este congreso incorpora veladamente un punto de presión para el gobierno, para ello invita a otros profesionales del sector a debatir el futuro profesional y laboral de los colectivos aeronáuticos europeos. Realmente USCA busca apoyo a sus posturas y pone en marcha el juego *No es horrible*. En este juego, los controladores coleccionan injusticias para mostrárselas a los demás y lograr que les compadezcan y les tomen en cuenta, logrando así unas ganancias que de otro modo no obtendrían (Valbuena ed., 2006 p.182) Frente al go-

bierno se implanta el juego *Les demostraré* como forma de aviso.

De acuerdo a la agenda prevista, el 15 de septiembre USCA y AENA retoman las negociaciones del convenio. Pocos días más tarde, el 27 de septiembre, el gobierno da la respuesta al juego del Congreso de USCA activando *Les demostraré* y *Dejemos que tú y él peleéis*<sup>7</sup> esta vez no con un decreto, sino con un anuncio de un pacto entre el Ministerio de Fomento y los sindicatos de clase CC.OO y UGT. Este pacto acuerda que los servicios mínimos en caso de huelga del sector aéreo, y por extensión para los controladores, serán del 100%. USCA lo interpreta como una aberración legal que les niega el derecho a la huelga, por lo que anuncian que recurrirán de nuevo legalmente a estos servicios mínimos. El juego *Pata de palo* en el que los protagonistas utilizan una deficiencia para llamar la atención, lograr reconocimiento y evitar responsabilidades, vuelve a ser el elegido por el colectivo.

### Los controladores detectan el juego y el gobierno calienta motores

Días más tarde, el 7 de octubre, los controladores en un estado Adulto (A) y en donde son capaces de ver claramente el juego del gobierno, anuncian que rompen las negociaciones con AENA, denuncian que no se cumple el acuerdo de mínimos firmado el pasado 13 de agosto y que tampoco han contratado a los 29 alumnos el día 1 de octubre como pactaron y firmaron ambas partes<sup>8</sup>. Estamos ante una transacción ulterior cruzada quejumbrosa, mientras que el Gobierno permanece en su his-

tórica transacción PC-NR (arrogante). Los controladores declaran que lo que hace el gobierno "obedece a una provocación más en el ya largo historial que se ha producido en los últimos doce meses, se supone que con el objetivo de cargarse la profesión" y añaden que "es absurdo seguir con una negociación que para ellos es una burla y lo único que quieren es retrasar el tema y hacernos saltar y romper la negociación". Sin embargo, tras esta exhibición del estado Adulto, los controladores vuelven al estado NR y como consecuencia, empiezan de nuevo los absentismos, aunque mediante transacción ulterior angular, aseguran que no habrá problemas en el Puente del Pilar. El juego *Guardias y ladrones* vuelve a presentarse. Inmediatamente, las aerolíneas afirman que el conflicto nunca ha remitido y aportan como prueba los retrasos continuos en los principales aeropuertos. USCA desmiente de nuevo rotundamente que haya huelga encubierta y afirma que "todo esto es otra cortina de humo para lo que ellos quieren (el gobierno) que desde el principio es privatizar los servicios de navegación aérea".

El 14 de octubre los controladores (NR) y como ya anunciaron, no se presentan a la reunión de negociación prevista con AENA. Mientras, se producen algunos problemas más en aeropuertos como los de Valencia y Alicante. Al día siguiente, 15 de octubre, AENA entra en el juego y amenaza con cerrar el espacio aéreo de Madrid si los controladores no admiten ahora la fiscalización de su trabajo. AENA pretende que ingenieros de la también empresa pública INECO, Ingeniería y Economía del Transporte, S.A. dependiente del Ministerio de Fomento, su-

<sup>7</sup> Berne creía que este juego era la base de la literatura mundial. Una tercera persona induce una lucha para ser beneficiario de la misma. Los contrincantes no lo saben y como se sienten protagonistas, no dudan en participar.

<sup>8</sup> La única compañía que formaba a los controladores, hasta ahora, Senasa, según sus memorias anuales, preparaba anualmente una o dos promociones de nuevos controladores para que comenzasen a trabajar. En 2004 contó en total con 335 alumnos. En 2007, la cifra se había reducido a 188. Los alumnos salían de la escuela sin la práctica real, que tenían que continuar en las torres. Necesitaban nueve meses más de formación en sala y, dependiendo de la torre, entre tres y seis más. Así, los controladores titulados por Senasa tenían, primero, que pasar por las torres de control en periodo de prácticas y luego, que Aena los llamara y los contratara. Senasa los preparaba, pero no llegaban a las torres.



pervisen y puedan llegar a coartar las decisiones de los controladores aéreos. Ese mismo día, los controladores como contestación, lanzan un mensaje en clave de juego *Sala de audiencia o Tribunales* que incluye tintes premonitorios:

Queremos hacer un llamamiento para que, tanto la opinión pública en general, como los posibles perjudicados, como el máximo responsable que es D. José Blanco, sepan que con los controladores no vale todo..... Y hasta aquí hemos llegado.

Los controladores ante esta medida de AENA de fiscalizar su trabajo piden de nuevo ayuda a sus homólogos extranjeros. El juego *No es horrible* se transforma en *¿Por qué tenía que sucederme esto a mí?*, un juego en el que el participante sólo quiere demostrar que su desgracia es mayor a la de todos los demás y acentúa su desgracia una y otra vez para lograr el consuelo ajeno. Así, el 5 de Noviembre los controladores franceses, portugueses y argentinos se unen con USCA mostrando su total apoyo y disposición.

Días más tarde, el 12 de noviembre, USCA, presenta una demanda en el juzgado para que Carmen Librero, máxima responsable de Navegación Aérea de AENA, retire la medida de la fiscalización, y de paso, aplicando el juego *Acorralar* dan a conocer a la opinión pública, de forma arrogante, que Librero se presentó a las pruebas de acceso a controladores aéreos en 1983 y no pasó las pruebas de selección. Esta transacción, típica de una conducta paranoica mira despreciativamente a esta responsable de AENA, y da comienzo a una cruzada para encontrar faltas o defectos en los enemigos. Clínicamente se le llama paranoide por su semejanza con los enfermos paranoicos que actúan con desconfianza, rencor, sintiéndose perseguidos, que ruman venganzas. El siguiente paso, es que el 18 de noviembre, los controladores alertan de cierres parciales forzosos del espa-

cio aéreo español. Explican que el exceso de horas trabajadas a lo largo del año hace que en fechas próximas, los controladores cumplan el máximo legal establecido por el gobierno en decreto ley, y que no puedan seguir prestando el servicio. En el Centro de Control del Área Terminal de Santiago de Compostela, el cual da servicio de aproximación a los tres aeropuertos gallegos y a algunas llegadas al aeropuerto portugués de Oporto, se alerta de esta inminencia. Se pone en marcha el juego *Patéame* (Berne, 1986, 1964 p.36) y de nuevo los juegos *Si no fuera por ti* y *Les demostraré*.

Once días después, la noche del 29 de Noviembre ya no hay controladores en Santiago y se cierra el aeropuerto. Se acaba de poner en marcha el juego *Guardias y ladrones*. El Sindicato USCA dice que lo que ha ocurrido es como habían avisado, porque se han cumplido las horas. Aena calienta motores con el juego *Ya te tengo*, y afirma a modo de primer aviso, que ningún controlador ha superado las horas asignadas y que ha habido absentismo y huelga encubierta. Al día siguiente, 30 Noviembre, USCA presenta en la Mesa Negociadora una propuesta completa del segundo Convenio Colectivo y renuevan su voluntad de llegar a un acuerdo rápido, mientras que continúa el conflicto en la terminal compostelana y el aeropuerto de Lavacolla interrumpe su actividad tres horas USCA sigue poniendo en marcha las transacciones ulteriores, las más complejas, en las que intervienen simultáneamente más de un estado del Yo. El mensaje enviado es doble: uno de ellos social, consistente en su buena voluntad de negociar (evidente, aparente, aceptable) y otro psicológico (oculto, sutil, menos perceptible y deshonesto) que consiste en decir claramente al gobierno que no van a ceder y que el puente de la Inmaculada, a dos días vista, irremediabilmente va a ser un caos.

El 2 de noviembre USCA ya sabe o intuye que esta vez su juego de *Guardias y ladrones* va a ser definitivo. Esperan una me-

didada drástica del gobierno e intuyen que aprovechando el puente de la Inmaculada, éste también va a provechar el marco idóneo para conseguir desautorizarlos de una vez y quitárselos de en medio. Los controladores, ya hartos de lo que entienden como provocaciones convocan para el día siguiente, viernes 3 de diciembre, a los controladores de toda España a una Asamblea Permanente. Dicha Asamblea está prevista que se celebre simultáneamente en todas las dependencias del territorio nacional (¿prevén el alcance de la protesta?) con el fin de poder valorar las medidas que ha anunciado el ministro de Fomento que pretende llevar a cabo en el Consejo de Ministros de ese mismo día y que les van a afectar. La caja de Pandora está a punto de abrirse. Es inminente un nuevo decreto.

#### 4. EL CAOS DEL PUENTE DE LA INMACULADA DE 2010

El gobierno decide cortar por lo sano con las protestas de los controladores y con la negociación. De nuevo el modelo es un decreto-ley arrogante. El consejo de Ministros del viernes 3 aprueba un Real Decreto que incluye, entre otras, un nuevo modelo de gestión aeroportuario mediante la conversión parcial de AENA en una sociedad mercantil, para privatizar el 49% de lo que ahora es una empresa pública y pone en marcha una transacción ulterior que implica un mensajes doble: uno de ellos social (evidente, aparente, aceptable) y otro psicológico e insinuante (oculto, sutil, menos perceptible) pero directo a los controladores. Este último, aparentemente oculto a la sociedad, sale a la luz en la rueda de prensa tras el Consejo de Ministros, Elena Salgado, ministra de Economía explica que las horas sindicales, las imaginarias, las licencias, las bajas por incapacidad laboral y las reducciones de jornada de los controladores “no se computarán en este máximo anual” de 1.670 horas fijado por la ley que

regula el tráfico aéreo que entró en vigor el 15 de abril de este año. Como consecuencia, el Gobierno pasa a entender a partir de ese momento que el tiempo de formación, las tareas sindicales, los permisos laborales y las guardias de los controladores no deben contabilizarse dentro de las 1.670 horas. El colectivo entra en cólera al considerar que eso es una interpretación y que contradice la literalidad del decreto del 5 de febrero de 2010. La piedra está lanzada y el gobierno sabe ya que los controladores no se van a quedar quietos, pero es la gran oportunidad de desacreditarles en público de una vez. De cometer la violación que considera merecen.

Tras el consejo de Ministros, USCA, reunida en Asamblea Permanente, lanza a su vez una transacción cruzada y socialmente aceptable y pide “calma y serenidad” al colectivo y aseguran en rueda de prensa que los trabajadores acatarán el decreto, si bien el sindicato advierte que estudiarán el impacto de esta nueva medida en cada dependencia y, posteriormente, analizarán posibles movilizaciones. Apenas dos horas después de iniciarse el turno laboral de tarde, a las 17.00 horas y coincidiendo con la rueda de prensa de USCA, los controladores aéreos comienzan a comunicar su incapacidad para continuar ofreciendo el servicio, abandonando su puesto de trabajo. El juego *Pata de palo*, que otras veces les había funcionado se vuelve a poner en marcha, eso sí, ahora combinado con *Mira lo que me has Obligado a Hacer* (Berne, 1986, 1964 p.37). Esta comunicación de bajas concertadas y masivas se va produciendo en todas las dependencias y según AENA, los controladores se declaran “incapacitados para el servicio”. La rebelión comienza en Madrid, en Torrejón de Ardoz (que centraliza el tráfico de Barajas, el aeropuerto más importante de España), seguido de Baleares, para después extenderse a todas las torres. Durante la tarde, sólo los controladores andaluces están en sus puestos. Esta



huelga da pié durante horas a un escenario singular: un espacio aéreo español sin ningún avión sobre el mapa español hasta cerca de las 17 horas del sábado.

Fomento que enciende el juego *Ahora ya te tengo* (Berne, 1986, 1964 p.3), mira lo que ocurre y desestima cualquier negociación con USCA hasta que se recuperara la normalidad. Sólo avisa a los controladores de que están cometiendo un delito, según el artículo 409 del Código Penal, y que pueden ser despedidos.

Entre las 5 y 6 de la tarde se desata el caos en los aeropuertos españoles. Los controladores no están trabajando o no acuden a su puesto de trabajo poniendo en marcha el juego ¿Por qué no suicidarse (profesionalmente)..., o volverse loco (tomando decisiones que sólo comprenden ellos)? Son momentos de desesperación. Cuando se entra en esta posición el colectivo demuestra que está aislado, indiferente, apático, “nada merece la pena” para ellos y desprenden angustia existencial, autodestrucción, desaliento, menosprecio de todo. Su lema consecuentemente es no ir a ningún lado, todo da igual. Por este motivo, entre otros, no acuden a sus puestos de trabajo. Acudiendo a una alegoría, podemos decir que se comportan como suicidas profesionales, pero también como homicidas de las ilusiones de los pasajeros. Además, participan a la vez en tres juegos: ¿Por qué tenía que sucederme esto a mí? frente a la opinión pública; Guardias y ladrones, con el Gobierno y *Sala de audiencia* ante los medios de comunicación.

Los pasajeros tienen que desalojar los aviones y los vuelos comienzan a cancelarse, aunque los medios de comunicación no se empiezan a hacer eco de lo que está ocurriendo hasta las 7 de la tarde, momen-

to en que se cierra el espacio aéreo de Madrid y Baleares y minutos más tarde, a las 19:07 el espacio aéreo de Canarias. Los ánimos están muy caldeados entre los afectados de Barajas. El elevado número de visitas a la web de AENA provoca la caída del servicio y los números de teléfono que se habilitan para afectados no funcionan por el colapso.

A las 19:15 El ministro de Fomento, José Blanco, reúne un Gabinete de Crisis en la sede ministerial al que acuden, además de los cargos de ese departamento, el secretario de Estado de Defensa, Constantino Méndez, el Jefe del Estado Mayor del Aire (JEMA), José Jiménez Ruiz, y el abogado general del Estado, Joaquín de Fuentes. El Gobierno busca soluciones que incluyen pasar el control aéreo a Defensa, medida incluida en el nuevo decreto aprobado esa misma mañana por el Consejo de Ministros que recoge que “el presidente del Gobierno podrá encomendarse al Ministerio de Defensa para que los militares puedan ejercer el control de las torres” de acuerdo a lo previsto en el artículo 4.4.a) de la Ley 21/2003, de 7 de julio, de Seguridad Aérea, quedando sometidos los controladores de tránsito aéreo de la citada entidad a la dirección del Ministerio de Defensa, quien asumirá su organización, planificación, supervisión y control<sup>9</sup>. Ningún trabajador, órgano directivo u organización podrá dificultar o impedir la efectividad de dicha medida. En la transacción arrogante, las personas están convencidas de que son buenas, hagan lo que hagan, y de que en todos los casos toda la culpa es de los demás. Los juegos puestos en marcha son *Les demostraré* y *Acorralar*.

A las 19:38 Fomento señala que un 70% de los controladores aéreos de España ha abandonado hasta el momento sus puestos

<sup>9</sup> Los controladores pueden ahora ser inmediatamente detenidos y puestos a disposición judicial, acusados de desobediencia militar. Este delito, según el artículo 102 del Código Penal Militar, está penado con entre tres meses y un día y dos años de cárcel por no acatar las órdenes, mientras que “rehusar permanentemente el cumplimiento de las obligaciones militares” se pena con entre dos años y cuatro meses a seis años de prisión y la pérdida del empleo.

de trabajo alegando problemas físicos. Mientras, la sociedad estalla en cólera contra los controladores y los medios de comunicación paralizan sus emisiones normales para informar de lo que está ocurriendo. Las imágenes y declaraciones de viajeros desesperados atacando la actitud de los controladores inunda las televisiones y las radios con un mensaje unánime: que les despidan a todos. Las agencias de viajes y las aerolíneas siguen esta línea. Sólo los pilotos del SEPLA ven "muy grave" el bloqueo y emplazan a la "cordura" a los controladores para negociar, si bien, reprochan al Ejecutivo que base la negociación con los controladores en decretos.

Ante las continuas preguntas de los periodistas, USCA insiste en que todas las bajas son "espontáneas" y que, desde el sindicato, no se había convocado "ninguna huelga". Sin embargo, asegura que el comportamiento de los controladores responde a la enorme presión que sufren y al estrés provocado por las medidas del Gobierno. También y utilizando las redes sociales, Twitter y Facebook, los portavoces de USCA recuerdan en que su objetivo no es el dinero y que llevan "meses pidiendo condiciones laborales equiparables y razonables en línea con el resto de Europa".

A las 19,30 comparece en rueda de prensa el presidente de AENA, Juan Ignacio Lema. Muy nervioso y con la cara desencajada, ataca a los controladores y recomienda a todos los pasajeros que no acudan a los aeropuertos. A las 19:55, USCA pide a los controladores que recobren la cordura y regresen a sus puestos de trabajo. Las compañías aéreas continúan cancelando vuelos, algunas hasta el día siguiente. A las 20:11 Fomento comienza a preocuparse por las quejas de los viajeros en tierra y decide estudiar la utilización de medios de transporte alternativos para los viajeros que se han visto "atrapados" por esta situación. Barajas está al borde del colapso y a las 20:16 se ha refuerza la presencia policial. A las 20:25 AENA informa

que el 90% de los controladores aéreos ha abandonado su puesto de trabajo. A las 21:22 Presidencia del Gobierno en un comunicado a través de su página web advierte que el ministerio de Defensa asumirá el control del espacio aéreo español si los controladores no se reincorporan al trabajo y que cese su actitud que está provocando fuertes perjuicios a los ciudadanos. A las 20:31 El presidente del Partido Popular (PP) Mariano Rajoy, atrapado en el Aeropuerto de Lanzarote, pide al Gobierno que explique con urgencia "quién está en huelga, por qué y cuándo se va a arreglar" la situación. El PP quiere que el Gobierno explique "cuándo se va a terminar y por qué no se ha previsto". Toda España espera con impaciencia que los controladores por fin decidan acudir a sus puestos de trabajo en el relevo de turno de las 22 horas. A las 21:47 El Ministerio de Fomento y miembros del colectivo de controladores aéreos mantienen una reunión paralela y secreta al gabinete de crisis ministerial y oficial. El objetivo aparente es alcanzar un entendimiento que haga que el Gobierno no tenga que aplicar el Real Decreto-Ley que permite que el Control aéreo pase a depender de los militares, pero el Gobierno sigue dando pasos para que así suceda. A las 21:52, el caos aéreo originado en España por el abandono masivo de los controladores de sus puestos de trabajo se convierte en uno de los temas más comentados del día a escala mundial en la red social Twitter. El rey Juan Carlos de España de viaje a Argentina, ratifica en Buenos Aires el decreto aprobado en Consejo de Ministros que permite al presidente del Gobierno firmar la orden que autoriza al Ejército a tomar el control. A las 21:53 El Real Decreto entra en vigor. A las 21:57 La Dirección General de Protección Civil y Emergencias del Ministerio del Interior activa los dispositivos necesarios para complementar la asistencia necesaria en los aeropuertos, entre ellos a la Unidad Militar de Emergencia (UME), por si fuera necesaria su intervención. El objetivo

es aminorar los perjuicios ocasionados a los ciudadanos por la huelga.

A las 10 de la noche, hora del cambio de turno de los controladores, la mitad de los controladores del aeropuerto del Prat de Barcelona acuden a trabajar. Comienza a recuperarse cierta normalidad en la ciudad catalana. En Madrid, continúa el juego. Con una transacción ulterior, sólo cinco controladores acuden a la torre de control de Barajas, pero se niegan a firmar la hoja de registro necesaria para comenzar a operar, por lo que el tráfico sigue sin normalizarse. En Sevilla, se presentan 7 de los 11 totales y 5 de los 16 controladores aéreos de Palma de Mallorca. Una hora más tarde, se conoce que en Canarias también han acudido a sus puestos de trabajo.

A las 22:19, el vicepresidente primero del Gobierno y ministro del Interior, Alfredo Pérez Rubalcaba, y la ministra de Defensa, Carme Chacón, se incorporan al gabinete de crisis. A las 22:24 El secretario de comunicación de USCA, César Cabo, afirma en Facebook utilizando una transacción ulterior angular (aparentemente A-A/ realmente N-P) que lamenta sinceramente todos los problemas ocasionados, que están intentando que vuelva la normalidad a los aeropuertos y que ha hecho un llamamiento a los compañeros para que la tensión se tranquilice, pero añade que el Gobierno ha vuelto a sacar un decretazo y muchos controladores han visto una nueva agresión y otra discriminación laboral. A las 22:43 siguen concentrados decenas de controladores de Madrid en el Hotel Auditorium donde se celebra la Asamblea General. No quieren hacer declaraciones a cámara, pero en privado dicen que el Gobierno no les ha dejado otra opción (de nuevo transacción ulterior) El presidente del Gobierno, José Luis Rodríguez Zapatero, firma poco antes de las 23.00 horas la orden que permite a los militares tomar el control del espacio aéreo español, tal como recoge la nueva normativa para casos de emergencia. A las 23:00 la Policía acude al hotel de Madrid

donde están los controladores para informarles. A las 23:23 mandos militares se dirigen a los aeropuertos de Madrid, Barcelona, Sevilla y Canarias para supervisar la gestión del tráfico aéreo. A las 23:32 en rueda de prensa que no admite preguntas, Rubalcaba afirma: "El Ministerio de Defensa pasa a ejercer la dirección del control aéreo hasta que haya garantías de que los controladores civiles trabajen", y añade que la situación es de extrema gravedad y que el jefe del Estado Mayor adoptará todas las medidas y exigirá la presencia en sus puestos de trabajo de los controladores. También informa de que volverá a comparecer a las 2 de la mañana. El juego "Acorralar" se ha puesto en marcha. Cinco minutos más tarde de la comparecencia de Rubalcaba, la asociación de controladores aéreos militares advierte de que ningún controlador del Ministerio de Defensa cuenta con la licencia comunitaria de controlador de tránsito aéreo, es decir, el título que les habilita para poder ejercer como controlador civil. El Gobierno insiste: los militares supervisarán el trabajo, pero no controlarán. A las 23:40 una veintena de miembros de la Guardia Civil y del Cuerpo Nacional de Policía entra en la sala del Hotel Auditorium donde está reunido un grupo de controladores aéreos e inician un diálogo con representantes del grupo para informarles de las consecuencias legales a las que tendrán que hacer frente de no incorporarse a sus puestos de trabajo. Un minuto antes de que comience el día 4, concretamente a las 23:59 Barajas habilita varias salas para atender a los pasajeros y les facilita mantas, comida y bebidas. Sin embargo no hay ningún empleado de AENA en toda la T4 salvo dos en información. Comienza una larga noche.

### **Un sábado para la historia**

A las 00:24 el Gobierno solicita el despliegue de la Unidad Militar de Emergencias (UME) en el aeropuerto madrileño de

Barajas. Las redes sociales siguen lanzando comentarios. Más allá de criticar a los controladores, la gente comienza a ver otro culpable: el gobierno. La opinión que más predomina es “Cabría preguntarse la oportunidad del decreto”

A las 00:47 aumenta la tensión en el hotel de Barajas donde están concentrados los controladores. Cada vez llegan más viajeros. Muchos de ellos están en la puerta donde se reúnen los controladores.

Cuando salen algunos de ellos, los pasajeros los increpan, les insultan y les hacen fotos. “¡Golfos, que sois unos golfos!”, “¡para un viaje que hacemos en el año: sois unos desgraciados!”, “¡despido, ya; despido ya!”. La policía ha tenido que proteger a los controladores. El juego del gobierno *Dejemos que tu y el peleéis* surte efecto.

Minutos más tarde, el presidente del sindicato de controladores USCA, Camilo Cela, emprende también el juego *Dejemos que tu y el peleéis* de tal manera que exculpa al Gobierno y ataca a AENA. Por un lado pide “tranquilidad” al colectivo ante el “acoso” de AENA, y explica que el Gobierno de España “ha aprobado un real decreto ley puesto que AENA, de nuevo, ha hecho mal sus deberes”. Según argumenta el presidente de USCA, los cálculos del gestor aeroportuario sobre la jornada laboral han sido “erróneos” y “han acudido otra vez al Estado para que pueda garantizarse el servicio de control”.

Mientras, algunos controladores van acudiendo a su trabajo. Comienzan a aterrizar y despegar vuelos en el aeropuerto de Barcelona y comienza a estar operativo el aeropuerto de Lavacolla en Santiago de Compostela, También en Barajas comienzan a acudir controladores.

A las 01:30, el Ministerio de Defensa asume el control del tráfico aéreo y el Jefe del Estado Mayor del Aire será el encargado de tomar todas las decisiones que procedan para la organización, planificación, supervisión y control. A las 01:47 ocho representantes de los controladores son lla-

mados por el Ministro de Fomento, allí les espera el secretario de Estado de Defensa quien les dice:

Vengo a informaros de vuestra situación. Fomento ya no pinta nada ahora. Y hasta que no se aclare todo esto nadie se volverá a sentar en una mesa de negociación. Si mañana por la mañana no se arregla todo esto, el Consejo de Ministros habrá firmado el estado de alarma y la militarización no solo del espacio aéreo sino de todos vosotros.

También les dan a leer el real decreto de militarización y los artículos de la ley orgánica del Código Penal Militar (13/1985 de 9 de diciembre) que prevé la incautación de bienes para el pago de posibles indemnizaciones.

A las 02:10, el vicepresidente primero del Gobierno, Alfredo Pérez Rubalcaba, comparece ante la prensa sin admitir preguntas y explica que el presidente del Gobierno ha convocado para las 9 de la mañana un consejo de ministros extraordinario para estudiar la situación y declarar, si la situación no cambia, el estado de alarma.

Amanece en Madrid y a las 06:00 largas colas han vuelto al aeropuerto. Los pasajeros quieren ver si hoy pueden volar, mientras algunas aerolíneas han comenzado la facturación de sus vuelos previstos para el sábado. Algunos aeropuertos, como el Prat comienzan a operar poco a poco, pero el caos es prácticamente total en toda España. La militarización no ha permitido recuperar la normalidad en los aeropuertos

A las 9.00 comienza el Consejo de Ministros extraordinario en el que Zapatero declara el estado de alarma durante 15 días (PC). Es la primera vez que se toma esta medida en la democracia. Desde el punto de vista de los controladores, es una vuelta de tuerca más, ya que no sólo están bajo mando militar, sino que están “movilizados”; es decir, pasan a tener la consideración de personal militar, lo que cambia su jurisdic-

ción penal: ya no serán juzgados como civiles, sino como militares, y se les aplicará el Código Penal Militar<sup>10</sup>. La transacción del gobierno es angular. Aparentemente se trata de una transacción realista frente a la sociedad (A-A), desde el momento que también ha tenido que poner en marcha el estado de emergencia con lo que ello implica; sin embargo, asistimos a la realidad de que es más arrogante y dogmática, y se apoya en el principio de autoridad y muestra, en todo momento, una seguridad incuestionable para mantener un proceder arbitrario, autosuficiente e implacable ante la réplica. La realidad es que el Gobierno va ganando el juego de poder en donde encarna el papel de Perseguidor, buscando reafirmar su posición vital arrogante y valiéndose de otros jugadores y de los incidentes para lograrlo. Los juegos de poder puestos en marcha son *Acorralar*, *Les demostraré* y *Pseudoviolación*. En este último, se aplica el tercer grado, es decir, el que se juega con carácter definitivo y que termina en un juzgado. Curiosamente, también emprende un juego con la prensa, se trata de *Jerga Técnica*. Este juego es utilizado para destacar y se recurre al uso de un vocabulario muy específico. Esto les da seguridad e impresión de supremacía. Los jugadores de este juego incluso, ambicionan que la audiencia se sienta estúpida al desconocer el vocabulario que ellos manejan.

También, a las 9 de la mañana todos los controladores que deberían haber entrado a trabajar en el turno de mañana lo han hecho. Su Niño Rebelde ha pasado a Niño Adaptado. AENA confirma que no ha habido problemas en el cambio de turno que se realiza a las 08:00 horas.

Rubalcaba (PC) declara “que los controladores seguirán en sus puestos” cuando se termine el estado de alarma, en principio previsto para 15 días pero que “si hubiera que pedir prórroga del estado de alarma, la pediríamos”. También expresa su convencimiento de que no volverán los problemas cuando acabe el estado de alarma, y lo cimenta en dos razones: “que lo que ha pasado no les va a salir gratis” y en que “han cambiado las normas”. También rechaza que haya sido un error aprobar este nuevo decreto sobre los controladores antes del puente de la Constitución. Rubalcaba, pone en marcha el juego por definición y estímulo original para el concepto de juegos de Berne, titulado “Por qué no, sí pero”, también llamado *¿Por qué no? Solo que...* Así, el Vicepresidente del Gobierno responde que sin el decreto hubiera habido problemas en Navidad: “Es claro que había que cortar esto”, añade.

A las 10:27 El Sindicato de Tripulantes Auxiliares de Vuelo (Stavla) hace público su “apoyo, solidaridad y afecto” al Colectivo de Controladores Aéreos que, “por suerte, han controlado nuestros cielos con seguridad y eficacia durante muchos años”.

A las 11:00 h. El ministro de Fomento, José Blanco, defiende que el Gobierno no tiene “ninguna” culpa en la crisis aérea vivida en España y que “quienes han querido echar un pulso al Gobierno de España han recibido respuesta serena, firme y contundente”. Sus palabras dejan al descubierto el juego Ya te tengo, que justifica la rabia, la ira y el rencor. Además, considera que si no se hubieran tomado estas medidas, todavía no se habría resuelto la crisis.

<sup>10</sup> Ningún conflicto laboral había llegado a este extremo desde 1979. El único precedente está en los albores de la democracia, cuando el Gobierno recurrió a una ley del régimen de Franco para atajar varias huelgas, la última, la del metro de Barcelona. La base de datos del BOE recoge sólo otro caso de militarización, el primero de todos, todavía en el régimen de Franco, por el conflicto en Bazán, los astilleros militares, en marzo de 1972. En cuanto al estado de alarma, no sólo no tiene hay precedente en España desde la Transición, sino que tampoco ha sido usado en muchos países europeos desde la Segunda Guerra Mundial. En Francia, en una decisión no exenta de polémica, fue decretado un estado de emergencia por los disturbios en las barriadas de las ciudades a finales del 2005.



A las 11:52 el portavoz de la Unión Sindical de Controladores Aéreos (USCA), César Cabo, desde N y con el juego *No es horrible* pide en las redes sociales, dirigiéndose así a la opinión pública para escapar de las críticas de los medios de comunicación que se han decantado a favor de la postura del gobierno contra ellos, que cese “el acoso y discriminación” que viene sufriendo el colectivo desde hace “meses” tras una campaña de desprestigio en contra de la profesión y declara:

El caos de estos días y la reacción desmedida del colectivo ha venido provocada por meses de acoso, una ley y varios decretos que recortan nuestros derechos, nos quitan un convenio y vienen acompañados de una campaña brutal de desprestigio en contra de la profesión.

Por su parte, el vicesecretario general de Comunicación del PP, González Pons, destapa claramente la raíz de las transacciones ulteriores y los juegos puestos en marcha y declara que “está claro quiénes son los culpables”, en referencia a los controladores, pero, en su opinión, también quién es el responsable: “el Gobierno de Zapatero”. En este sentido, recuerda que la ministra de Economía, Elena Salgado, aseguró que el Ejecutivo central “tenía indicios” de la huelga de controladores y que el cierre de aeropuertos podía suceder.

A las 16:00 h. El Ministerio de Fomento confirma que ya está abierto al 100% del espacio aéreo. Los aeropuertos de la red de Aena van recuperando gradualmente la normalidad. Algunos pasajeros reciben la buena nueva de que su vuelo puede salir a lo largo de la tarde.

## Un domingo de resaca con consecuencias legales

Los controladores están ya en sus puestos el domingo y se comienza a operar en todos los aeropuertos con total normalidad. El ministro de Fomento anuncia la apertura de 442 expedientes disciplinarios<sup>11</sup> a los controladores aéreos que faltaron a su puesto de trabajo o lo abandonaron provocando un caos aéreo sin precedentes en España.

Respecto a reanudar las negociaciones con el colectivo, el titular de Fomento explica que mientras esté vigente el “estado de la alarma” no habrá diálogo.

Los daños colaterales de la jornada negra comienzan a salir a la luz: 600.000 pasajeros sin vuelos, un sector turístico que calcula que dejará de ingresar unos 250 millones de euros, el coste aún indeterminado para la economía española y la imagen en el extranjero de un país colapsado a las puertas de las Navidades.

## 4. ¿EL JUEGO HA TERMINADO?

Controladores versus gobierno, gobierno versus controladores, transacciones cruzadas, juegos de poder, juegos que provocan el efecto espejo. El estado de alarma, inicialmente impuesto 15 días se prorrogó otros 15. El gobierno quiso cubrirse las espaldas y garantizar que el caos no surgiera de nuevo en Navidades. Actualmente los controladores están siendo juzgados. Curiosamente, si bien la huelga fue un acto colectivo, sólo pueden ser juzgados de manera individual. Más de una docena de controladores ya juzgados han sido absueltos. Además queda un fleco que resolver: las indemnizaciones solicitadas por los pasajeros y compañías aéreas afectadas. Aquí se está dirimiendo la res-

<sup>11</sup> Desde el punto de vista civil, la **Fiscalía de Madrid** abre diligencias para investigar un posible delito de tráfico aéreo –contra la Ley de Seguridad Aérea– con el agravante de sedición, lo que puede costarles a los controladores hasta ocho años de cárcel.

ponsabilidad compartida para el pago: controladores y Estado. Responsables ambos de lo ocurrido, perdedora la sociedad. La historia no ha terminado. El juego tampoco.

### REFERENCIAS

- VALBUENA, Felicísimo (2006). Los juegos comunicativos, en Valbuena, Felicísimo (editor) *Eric Berne, teórico de la comunicación*. Madrid: Edipo. Págs. 163-226.
- BERNE, Eric (2002). *¿Qué dice usted después de decir hola?* Barcelona: Random House Mondadori.
- BERNE, Eric (1986). *Juegos en que participamos. Psicología de las relaciones humanas*. México. Editorial Diana.
- BERNE, Eric (2002). *Juegos en que participamos. La Psicología de las relaciones humanas*. Barcelona: Integral.
- MAQUIRRRAIN, Joaquín María (1988). *Intimidación humana y análisis transaccional*. Madrid. Narcea.
- MASSÓ, Francisco (2007). *Análisis transaccional I: cómo nos hacemos personas*. Madrid. Editorial CCS.
- MOLOTCH, Harvey y LESTER, Marilyn (2001). "Las noticias como conducta intencionada: sobre el uso estratégico de los acontecimientos rutinarios, los accidentes y los escándalos". En *CIC Cuadernos de Información*, VI, Madrid: Universidad Complutense, Servicio de Publicaciones, pp. 285-304. Traducción de ALADRO, Eva.
- MORTERA, Simonne y NUNGE, Olivier (1999). *Análisis transaccional*. Madrid: Gaia Ediciones.
- STEINER, Claude M. (2000). *Los guiones que vivimos. Análisis Transaccional de los guiones de vida*. Barcelona: Editorial Kairós.

Recibido: 25/11/2011.

Aceptado: 28/11/2011.

Evaluado: 5/12/2011.

Aprobado: 7/12/2011.



## Valores: Definiciones, Verificación y Modificación. Vinculaciones con la “autorreparentalización”

Dr. Roberto Kertész<sup>1</sup>

### Resumen

El autor define los Valores según su origen, aplicación y posible verificación mediante la observación de las conductas, proponiendo algunos procedimientos para modificar sus contenidos y jerarquía. Posteriormente, los vincula con los estados del Yo y aporta dos cuestionarios para clarificarlos.

*Palabras clave:* Valores, definición, verificación, jerarquías, estados del Yo.

*Values: definitions, verification and modification. Ties with Self-reparenting.*

### Abstract

The author defines the values according to its origin, application and possible verification by observing behaviors, suggesting some procedures to modify its contents and hierarchy. Subsequently, he links those with Ego states and provides two questionnaires for clarifying them.

*Key words:* Values, definitions, verification, hierarchies, ego states.

**Valeurs: définitions, vérification et modification. Liens avec l'autoreparentalisation.**

### Résumé

L'auteur définit les valeurs selon leur origine, leur application et vérification possible par l'observation du comportement, en suggérant certaines procédures pour modifier leurs contenus et hiérarchie. Ensuite, il lie les Etats de l'Ego et fournit deux questionnaires afin de les clarifier.

*Mots clé:* Valeurs, définitions, vérification, hiérarchie, états de l'Égo.

Un informe del Club de Roma para la UNESCO (1987) propone que:

“El concepto de valor se refiere a dos ideas en contraste. En un extremo, hablamos de valores *económicos* basados en productos, riqueza, precios en cosas altamente materiales. En otro contexto, la palabra *valor* adquiere un significado abstracto, intangible y no mensurable. Entre estos valores espirituales se incluyen la libertad, la paz, la justicia, la equidad. Un sistema de valores es un grupo interconectado que se refuerza mutuamente. Están fundamentados en

la religión o en tradiciones humanísticas. Para ser precisos, debemos distinguir entre los valores y los medios para realizarlos”.

Para Park y Burgess (1921): *Todo lo que se aprecia o se desea es un valor.*

Nuestra propia definición pragmática (Kertész et, al, 2006. pág. 360), concibe a los valores como ideas-guía:

Conceptos abstractos fundamentales, que orientan la toma de decisiones y la asignación de nuestros recursos.

<sup>1</sup> Universidad de Flores –UFLO–, Argentina. Teléfono: (54-11) 5631- 8056; [rkertesz@uflo.edu.ar](mailto:rkertesz@uflo.edu.ar)

Son incorporados desde la infancia, mediante estímulos verbales y no verbales, e inicialmente en la familia y luego en la escuela, a partir de experiencias, modelos e influencias sociales.

No siempre se adoptan conscientemente, pero generalmente una vez incorporados, suelen permanecer inconscientes, aunque activos.

Esta definición funcional y pragmática nos permite evaluar el real cumplimiento de los valores, constructos mentales abstractos, observando objetivamente las decisiones que se toman y las prioridades con que se asignan los recursos.

Hemos agrupado a éstos bajo la sigla T. I. M. E. G:

1. Tiempo;
2. Información útil;
3. Materiales (dinero, propiedades, equipamientos, etc.);
4. Energía y motivación;
5. Gente con la cual contamos.

Estos 5 recursos constituyen un sistema interactivo. Por ejemplo, la *Información* puede generarnos bienes Materiales y aumentar nuestra Energía y motivación. La *Gente*, ha de ayudarnos a lograr Información o ahorrar Tiempo, etc.

La anterior definición de los valores que adoptamos, por su posibilidad de evaluación objetiva de las decisiones y consiguientes conductas y la asignación de los recursos, habilita para:

1. Percibir los valores subyacentes, conscientes o inconscientes;
2. Determinar el grado de congruencia entre lo que se dice y lo que se hace.

Observando lo que las personas hacen, no solamente lo que dicen, es posible detectar los valores que les influyen internamente.

Si una persona se declara solidaria, pero no hace nada por los demás, demuestra su incongruencia en este aspecto (o inautenticidad, según Sartre).

Si alguien proclama un interés por la cultura y el conocimiento, pero no lee libros

valiosos ni asiste a conferencias o no dialoga con personas informadas, dicho Valor es sólo una expresión de deseos.

Los valores se ubican en *jerarquías* por su relativa importancia e influencia.

En caso de conflictos para decidir o asignar recursos, los ubicados "más arriba" predominan sobre los "inferiores". Por ejemplo, si un padre califica más el conocimiento o el éxito profesional que el afecto, asignará más tiempo a su estudio o trabajo que a sus hijos.

¿Es posible modificar los valores y su estratificación?

Sí, pero esto requiere una "redecisión" que debe tomar el sujeto que los detenta y no se la puede imponer desde afuera. Podemos observar esa redecisión ante eventos impactantes, como enfermedades severas, fallecimiento de seres queridos, situaciones de violencia, catástrofes o bien durante la psicoterapia si el profesional califica su importancia y logra motivar a sus pacientes o "clientes" para ello.

Los valores abarcan las creencias, y éstas influyen sobre las conductas. Si se modifica un comportamiento, pero esto no se acompaña de cambios de las creencias y valores que lo sustentan, se tiende a volver atrás.

Las conductas son el "output" o resultado de los programas internos (valores, creencias, imágenes).

### ¿En cuál Estado del Yo del Análisis Transaccional residen los valores?

Por definición, en el *Estado Padre*, que contiene también las normas, parte de las creencias, además de los mensajes parentales verbales y no verbales. Dentro del Padre, entonces, los valores forman un "paraguas", un nivel *meta* que cubre al *Adulto*, que toma decisiones aquí y ahora, pero bajo su cobertura.

Por ejemplo, ante un estímulo, el Adulto, si está bien comunicado internamente con los contenidos del Padre, lo consulta y luego decide la acción a tomar.

Inicialmente, Eric Berne estaba aun bastante influenciado por el psicoanálisis y asimilaba al Padre interno en gran parte con el Superyó, considerándolo como predominantemente Crítico y por ende indeseable.

Y proponía como solución reemplazarlo por el Adulto.

Posteriormente, y en especial gracias a los aportes de su distinguida discípula, Jacqui Schiff (1979), reivindicó al Padre y descubrió que sus mensajes negativos podrían ser “archivados” o desestimados, y substituidos por nuevos mensajes adecuados. Esto lo hacía ella con pacientes psiquiátricos graves, como los esquizofrénicos y maníaco-depresivos, produciéndoles regresiones y en el *Estado del Yo Niño*, grabándoles mensajes verbales y no verbales protectores y racionales.

Schiff llamó a este procedimiento “reparentalización”, que más tarde se amplió a la “*autoreparentalización*”, mediante diálogos internos positivos.

Actualmente cerca de 10.000.000 de personas con progenitores disfuncionales emplean alguna de estas técnicas en los E.E. U.U. Existen varias publicaciones que lo copian, hablan del “Niño interior”, pero sin mencionar al AT como su origen.

Para simplificar el procedimiento, hemos propuesto 4 preguntas esenciales de nues-

tra “Parte Grande” (Padre y Adulto) para ser formuladas a nuestro *Niño interno*:

**Dirigidas al Niño Libre:**

1. ¿Qué necesitas?
2. ¿Qué sientes (emociones o sensaciones físicas)?

**Dirigidas al Adulto:**

3. ¿Qué piensas /opinas de...?
4. ¿Qué decides?

Es conveniente que el terapeuta o instructor esté presente al inicio de estos ejercicios e, inclusive, que actúe como modelo de rol asumiendo la “Parte Grande (Padre + Adulto)” del cliente inicialmente, o bien dando un ejemplo personal de diálogo.

Podemos realizar la práctica en cualquier orden, pero los diálogos deben continuar hasta lograr un cierre y luego actuar sobre lo decidido. Hemos observado que genera nuevos circuitos neuronales, si está bien realizado, que favorecen los diálogos internos positivos racionales e influyen indirectamente para la generación de nuevos valores. Éstos conducen a una vida más feliz y productiva; por ejemplo, la incorporación de valores como el autocuidado de la salud, bienestar y el afecto, la creatividad, y el interés por los demás (el “altruismo egoísta” de Hans Selle).

A continuación proponemos algunos cuestionarios para trabajar consigo mismo, o con los demás.

*Tabla 1: Clarificación de valores.*

Marcar el casillero que mejor corresponda a su caso.

| Valor   | Grado de importancia |                    |            |               |                   |
|---|----------------------|--------------------|------------|---------------|-------------------|
|   | 1. Poco o ninguno    | 2. Algo importante | 3. Mediano | 4. Importante | 5. Muy importante |
| Lo bello / estético / artístico                   |                      |                    |            |               |                   |
| Social / afecto hacia los demás / deseo de ayudar |                      |                    |            |               |                   |
| Lo económico / seguridad en los ingresos          |                      |                    |            |               |                   |
| Lo político / uso del poder para el bien común    |                      |                    |            |               |                   |
| El conocimiento / la verdad / la investigación    |                      |                    |            |               |                   |
| Moral / ética / justicia                          |                      |                    |            |               |                   |

*Tabla 2:* Clarificación de valores y congruencia entre los mismos y la conducta.

- Si existe una diferencia de 3 ó más puntos entre la Importancia del valor y la dedicación a la Conducta que lo expresa, sugerimos adoptar alguna acción para aproximar el puntaje.
- Es posible ampliar los espacios de los casilleros para completar las Acciones.

| <b>Valor</b>               | <b>Importancia (1-10)</b> | <b>Dedicación a la conducta con la cual se expresa este valor (1-10)</b> | <b>Acción a adoptar</b> |
|----------------------------|---------------------------|--|-------------------------|
| Afecto                     |                           |  |                         |
| Altruismo                  |                           |  |                         |
| Amistad                    |                           |  |                         |
| Arte, lo estético          |                           |  |                         |
| Aspecto físico             |                           |  |                         |
| Autenticidad               |                           |  |                         |
| Autoridad / poder          |                           |  |                         |
| Autonomía                  |                           |  |                         |
| Buen humor                 |                           |  |                         |
| Conocimiento, aprendizaje  |                           |  |                         |
| Creatividad                |                           |  |                         |
| Comunidad / ayuda          |                           |  |                         |
| Disfrutar del tiempo libre |                           |  |                         |
| Honestidad                 |                           |  |                         |
| Integridad                 |                           |  |                         |
| Lealtad                    |                           |  |                         |
| Poder                      |                           |  |                         |
| Privacidad, soledad        |                           |  |                         |
| Reconocimiento             |                           |  |                         |
| Religiosidad               |                           |  |                         |
| Salud                      |                           |  |                         |
| Seguridad económica        |                           |  |                         |
| Status                     |                           |  |                         |
| Toma de riesgos calculados |                           |  |                         |
| Otros:                     |                           |  |                         |
|                            |                           |  |                         |
|                            |                           |  |                         |

*Tabla 3: Otra forma para detectar cómo aplico mis valores:  
¿A qué actividades dedico principalmente mis Recursos?*

| Recursos                              | Nada = 0 | Poco / algo = 1 | Bastante = 2 | Mucho = 3 | Principalmente = 4 |
|---------------------------------------|----------|-----------------|--------------|-----------|--------------------|
| 1. Tiempo                             |          |                 |              |           |                    |
| 2. Información útil                   |          |                 |              |           |                    |
| 3. Dinero y otros recursos materiales |          |                 |              |           |                    |
| 4. Energía                            |          |                 |              |           |                    |
| 5. Gente (relaciones)                 |          |                 |              |           |                    |
| 6. Otros                              |          |                 |              |           |                    |

### REFERENCIAS

Kertész, Roberto, Atalaya, Clara, Stecconi, Cristina y Perotto, Helio (2006). Valores, Argumento y metas de vida en la tercera edad. En, Deusivania Vieira da Silva Falção y Cristina Maria de Souza Brito Dias (organizadoras, Ed.), *Maturidade e Velhice: Pesquisas e Intervenções Psicológicas*, Tomo II, Cap. 16. San Pablo, Brasil: Casa do Psicólogo.

Kertész, Roberto, Atalaya, Clara y Kertész, Adrián (2010). *Análisis Transaccional Integrado*. Buenos Aires: Editorial de la Universidad de Flores.

Park, Robert E. y Burgess, Ernest (1921). *Introduction to the Science of Sociology* University of Chicago Press, Chicago [http://](http://04/04/2008) (04/04/2008).

Schiff, Jacqui (1979). *Ego states network*. California: Cathexis Institute.

Selye, Hans (1978). *The stress of life*. Nueva York: McGraw-Hill,

UNESCO: *Informe del Club de Roma* (1987).

Recibido: 20/10/2011.

Aceptado: 1/11/2011.

Evaluado: 10/11/2011.

Aprobado: 25/11/2011.

## Tramas, guiones y las cinco partes de una obra

Dr. Felicísimo Valbuena de la Fuente<sup>1</sup>

### *Resumen*

El autor analiza la teoría sobre la obra de arte que Aristóteles expone en su *Poética*. Después, expone las características de las teorías miméticas y diegéticas, para aplicar la teoría aristotélica y la de David Bordwell sobre Fábula y Trama en el cine. A continuación, expone las semejanzas de estas teorías con la teoría y modelo de Berne sobre el Guión. Después, introduce las diversas formas de tramas que distinguió Norman Friedman y las ilustra con películas del cine clásico y de la época actual. Finalmente, y partiendo de una división de las obras teatrales de Shakespeare en cinco partes, que elaboró William H. Fleming, muestra cómo es posible interpretarlas desde el AT y las aplica a dos películas para mostrar su fecundidad.

*Palabras clave:* Aristóteles; Berne; Bordwell; Friedman; Fleming; fábula; trama; cinco partes.

### **Plots, scripts and and the five parts of a work**

#### *Abstract*

The author discusses the theory of art work that Aristotle exposes in his *Poetics*. Then he presents the characteristics of mimetic and diegetic theories to apply the Aristotelian theory and David Bordwell's one on Fable and Plot in the film. Following those, he analyzes the similarities with the theory and model of Berne on the Life Script. Then he inserts the various forms of plots that Norman Friedman distinguished and illustrated by classic and today films. Finally, and based on a division of the plays of Shakespeare into five parts, which produced William H. Fleming, shows how you can interpret from the AT and applies it to two movies to show their fertility.

*Keywords:* Aristotle; Berne; Bordwell; Friedman; Fleming; fable; plot; script; five parts.

### **Cadres, scripts et les cinq parties d'un ouvrage**

#### *Résumé*

L'auteur discute la théorie des œuvres d'art que Aristote expose dans sa *Poétique*. Il aborde ensuite les caractéristiques des théories mimétiques et diégétiques pour appliquer la théorie d'Aristote et de David Bordwell sur Fable et Plot dans le film. Après, il analyse les similitudes de ces théories avec la théorie et le modèle de Berne sur le scénario. Puis, il introduit les différentes formes de trames que Norman Friedman a distinguées et qu'il illustre dans des films classiques et ceux d'aujourd'hui. Finalement, et basé sur une division des pièces de Shakespeare en cinq parties, que William H. Fleming a produites, il montre comment il est possible de les interpréter depuis l'AT et il les applique à deux films pour montrer leur fertilité.

*Mots clé:* Aristote; Berne; Bordwell; Friedman; Fleming; fable; histoire; cinq parties.

## 1. INTRODUCCIÓN

El Análisis Transaccional es un armazón teórico muy apropiado para interpretar los

textos literarios y cinematográficos y para ofrecer modelos útiles de Guión en Educación, Terapia, Orientación y otros campos de la actividad humana. El libro imprescin-

<sup>1</sup> Facultad de Ciencias de la Información. Universidad Complutense Madrid. fvalbuen@gmail.com

dible es el libro de Berne sobre el Guión (1972, traducción española 2002). Arthur Wagner se ocupó de la obra de Robert Lowell, *Benito Cereno*, de *Esperando a Godot*, de Samuel Beckett's *Waiting for Godot* y de *El Rey Lear*, de Shakespeare (Wagner, 1967, 2006); también, en una entrevista con Wagner, Berne opinó sobre *Medea*, *El Rey Lear* y *Huis Clos*, o *A puerta cerrada*, de Jean Paul Sartre (Berne, 1967, 2006). Warren Cheney escribió un gran y breve artículo sobre el guión de *Hamlet* (1968, 2006); en los años ochenta, Mark Brady (1981) y Marvin Jensen (1983) estudiaron las obras *Amadeus* y *Equus*, de Peter Shaffer.

En España, disponemos de las obras pioneras de José María Román sobre *La Celestina*, *Mi Vida* y *Las Fundaciones* (Román, 1981, 1984, 2006). En años recientes, Valbuena ilustró los tres primeros niveles del AT –Estados del Ego, Transacciones y Juegos– con escenas de películas; b) después, analizó tres películas enteras: *Esencia de Mujer*, de Martin Brest; *Hotel Rwanda*, de Terry George, y *La vida de los otros*, de Florian Henckel von Donnersmarck (Valbuena 2006b, 2007, 2007b); c) después, estudió Los Guiones y los Proyectos de Vida en algunos cuentos de los Hermanos Grimm y de Andersen (Valbuena, 2008); d) basándose en 69 capítulos, es decir, en los de las tres primeras temporadas de la serie *House* (*House, M.D.*), ha reconstruido el Guión de Vida de este médico (Valbuena, 2009), y d) en ese proceso de ampliación del campo de estudio, ha publicado “De las películas a las series de televisión: un continuo para presentar, practicar y evaluar casos de comunicación intrapersonal e interpersonal” (2011).

Graciela Padilla Castillo ha investigado sobre “El mundo de la Trilogía *Millenium* desde el Análisis Transaccional, la Ética, la Moral y la Política” (2009 a); “La mujer en el cine de Kenji Mizoguchi” (2009 b), “Las series de televisión sobre médicos (1990-2010): su éxito desde el Análisis Transac-

cional y desde la Ética (2010); “Los antihérojes televisivos desde el Análisis Transaccional, la Ética, la Moral y la Política” (2011).

Paula Requeijo Rey ha escrito “*Mad Men* desde el Análisis Transaccional: las claves de sus protagonistas” (2010 a) y “El Análisis Transaccional como método para investigar y sistematizar la comunicación humana” (2010 b).

En resumen: contamos con una línea de trabajo que cada día va consolidándose más y a partir de la cual podemos ir roturando conceptualmente el AT con categorías y subcategorías que cimentan cada vez más terreno del Análisis Transaccional en los ámbitos científicos, académicos y profesionales. Hemos de tener siempre presente que el AT es científico en tanto en cuanto sus profesionales e investigadores ofrecen categorías que pueden resistir el siempre necesario embate de la crítica. Si alguien tiene una idea y no la somete a discusión o crítica, ésta acaba por perder interés e importancia.

*La mejor manera de concebir una categoría es como una esfera arquitectónica.* Según esto, cualquier realidad del campo informativo pertenece a una categoría, bien porque ella misma es una esfera máxima, bien porque está envuelta en una de radio mayor. Ésa es la única manera de situar cada cuestión teórica en su nivel adecuado y que no se confunda el término «comunicación» con una niebla que difumine todos los límites.

*Las categorías son también órdenes reales, no elucubraciones sin fundamento.* Muestran una gran potencialidad científica. Cosa distinta es que diversos investigadores consideren categorías diferentes. En el próximo número de esta Revista, expondré el AT desde una Gnoseología o Teoría de la Ciencia externa al mismo. Modestamente, creo que ofreceré algunas ideas de cómo va la marcha del AT.

En este artículo voy a ocuparme de la categorías Trama, Guión y Obra y de sus diferentes subcategorías.



Las buenas obras de teatro y de cine, y las series de televisión con buenos guiones pueden ilustrar muy bien los guiones y las tramas de las personas reales: "Los guiones teatrales están sacados intuitivamente de los guiones vitales, y una buena manera de empezar es examinar las conexiones y similitudes que hay entre ellos" (Berne, 2002, p. 49). Y también pueden ilustrar cómo es conveniente dividir cada obra en cinco partes. Shakespeare así lo hacía y Berne admiraba a Shakespeare.

## 2. OBJETIVOS Y METODOLOGÍA

Los objetivos de este artículo son:

- Relacionar las concepciones de Aristóteles y David Bordwell sobre Fábula y Trama, y de Eric Berne sobre el Guión.
- Exponer las diferentes formas de Tramas de Norman Friedman.
- Ofrecer las leyes y partes que podemos distinguir en las obras literarias y cinematográficas.

La metodología es cualitativa y consiste en ilustrar los diversos conceptos de los citados autores a películas de diversas etapas de la Historia del cine, de manera que resulten útiles para las relaciones terapeuta-paciente, profesor-estudiante, directivos-empleados y otras modalidades de relaciones humanas.

## 3. FÁBULA Y TRAMA (ARISTÓTELES Y DAVID BORDWELL)

Aristóteles decía que necesariamente las partes de toda tragedia son seis y mediante ellas la tragedia es como es; y esas partes son: fábula, caracteres, elocución, pensamiento, espectáculo y melopeya (composición del canto).

Y ya que la tragedia es mimesis (imitación) de una acción y es realizada por

unos personajes que actúan, que necesariamente son tales o cuales por su carácter o por su pensamiento (pues por eso decimos que las acciones son tales o cuales y por ellas todos triunfan o fracasan), pero la fábula es la mimesis de la acción, pues llamo aquí *fábula* a la composición de los hechos y *caracteres* a aquello por lo que decimos que los que actúan son tales o cuales, y *pensamientos* a aquello en lo que los que hablan muestran algo o hacen patente su decisión...

La más importante de esas partes es la organización de los hechos, pues la tragedia es la mimesis no de hombres, sino de acciones y de vida. Por consiguiente, no actúan para mimetizar los caracteres, sino que abarcan los caracteres por medio de las acciones; de manera que los hechos y la fábula son el fin de la tragedia y el fin es lo más importante de todo (Aristóteles, 1982, pp. 69-70).

Las *teorías miméticas* conciben la narración como la presentación de un espectáculo: mostrar. Su mayor valedor es Aristóteles. Los continuadores de esta concepción han sido: Henry James, Percy Lubbock, D.W. Harding, Norman Friedman, Wayne Booth y Wolfgang Iser. Toman como modelo el acto de la visión: un objeto es presentado al ojo del espectador. La Perspectiva, en sus varios sentidos, es el concepto central para explicar la narración.

Las *teorías diegéticas* conciben la narración como actividad verbal: decir, con palabras o con escritos. Su mayor valedor es Platón en el Libro III de *La República*. El término Diegesis fue revitalizado por Étienne Souriau, en 1953, para describir "la historia contada" de una película. Este término ha llegado a ser aceptado para significar el mundo de ficción de la historia. Luego, han sido los formalistas rusos quienes han sugerido, sobre todo, que la Literatura era, sobre todo, un asunto de lenguaje.

Hemos visto que Aristóteles dice que la organización de los hechos es la parte más

importante; él la llama *Fábula*. Ahora bien, es muy importante distinguir entre *Fábula* y *Trama*. Las dos son organizaciones de los hechos, pero de manera distinta. Una cosa es la historia que vemos representada en una película, obra de teatro o novela, y otra la representación real de la misma, la forma en que el perceptor realmente se la encuentra.

Dicho de otro modo, la *Historia* o *Fábula* es el *constructo* imaginario que nosotros creamos, progresiva o retrospectivamente, para encarnar la acción como una cadena cronológica o causal de acontecimientos que ocurren dentro de una duración y un campo espacial dado. Al final de *La ventana indiscreta*, que dirigió Alfred Hitchcock, todos los sucesos de la historia pueden quedar ajustados en una sola pauta de tiempo, espacio y causalidad.

De forma ideal, la *Fábula* puede encarnarse en una sinopsis verbal, tan general o detallada como las circunstancias requieran.

La *Trama* es la disposición real y la presentación de la *Fábula* en el film (los formalistas rusos la llaman *Syuzhet*). La *Trama* denomina la arquitectónica de la presentación filmica de la *Fábula*. En *La ventana indiscreta*, la *Trama* consiste en la pauta particular de los sucesos (acciones, escenas, puntos de cambio, cambios de la trama, etc.) que presentan el asesinato de la Sra. Thorwald y su investigación y el romance de Lisa y Jeff. En diferentes versiones de una misma *Fábula*, hay guionistas que exponen linealmente la *Fábula* y hay otros que prefieren emplear retrospectivas.

Para quien quiera profundizar en estos aspectos, recomiendo todos los libros que ha escrito David Bordwell. Son extensos, pero contienen una sólida teoría fílmica, ilustrada con muchos ejemplos.

La característica fundamental narrativa del relato detectivesco es que la *Trama* suprime sucesos cruciales que ocurren en la parte del "crimen" de la *Fábula*. La *Trama* puede ocultar el motivo, la planificación, o la comisión del crimen (un acto que incluye la identidad del criminal), o aspectos de

varios de éstos. La *Trama* puede comenzar con el descubrimiento del crimen, o antes de que se cometa éste, y encontrar otras formas de ocultar los sucesos cruciales. En cualquier caso, la *Trama* está estructurada principalmente por el progreso de la investigación del detective. Así el film de detectives crea vacíos que normalmente se centran y proclaman al ser planteados como cuestiones: "¿Quién mató a Arthur Geiger?" (en *El sueño eterno*); "¿Qué ha pasado con Welma, la novia de Moose Malloy?" (en *Historia de un detective* y en la versión posterior, *Adiós, muñeca*). El espectador crea un conjunto de hipótesis exclusivas, un conjunto cerrado de sospechosos, una gama gradualmente definida de resultados. El género promueve el suspense con respecto a los cambios y giros de la investigación y juega con la curiosidad sobre el material causal que falta.

Puesto que la investigación es la base de la *Trama*, obviamente hay una revelación más o menos constante de información anterior de la *Fábula*. Las circunstancias que gobiernan la investigación quedarán explicadas típicamente de forma compacta: el General Sternwood contrata a Marlowe (en *El sueño eterno*). Pero las causas más importantes que faltan sólo emergerán gradualmente, con frecuencia cerca del final mismo de la *Trama*. En otras palabras, la exposición sobre la investigación misma tiende a concentrarse en las porciones preliminares de la *Trama*, mientras que la información sobre el motivo, agente y circunstancias del crimen se distribuirán y finalmente, se resolverán con claridad en porciones posteriores. Así, no quedará vacío alguno permanente.

#### 4. LA FÓRMULA G (DEL GUIÓN) DE ERIC BERNE

Si comparamos la concepción de Aristóteles con la que Berne tiene sobre el guión, encontramos semejanzas muy importantes.

El trabajo de un analista de guiones consiste en descubrir el Guión o Fábula de la vida del cliente, pero transformándolo para éste en una Trama que éste pueda comprender.

Resulta comprensible que en las relaciones humanas, entre ellas la terapéutica, una persona puede ocultar a otra parte que ésta quiere averiguar y por eso, las Tramas de los guiones cinematográficos han surgido de muchas experiencias en la vida real.

Si Aristóteles sostiene que la organización de los hechos es lo principal, veamos cómo Berne concibe el Guión: “Es un programa progresivo creado en la primera infancia bajo la influencia paterna, que dirige la vida del hombre en los aspectos más importantes de la vida”.

A continuación, Berne explica la definición:

Progresivo = que avanza continuamente. Esto implica irreversibilidad, una calle de una sola dirección. Cada paso aproxima más a la terminación.

Programa = un plan a seguir. Esto significa que hay un plan, que es un esquema de acción, un proyecto, un proceso: la forma en que uno se propone llevar a cabo un proceso. El armazón del plan puede encontrarse en un cuento específico.

Influencia paterna = transacciones propiamente dichas con los padres o sus equivalentes. Esto significa que la influencia fue ejercida de una manera específica y observable en un momento específico.

Dirección = la persona debe seguir directrices, pero tiene la posibilidad de elección libre en las cuestiones a las que no se aplica la directriz...

Aspectos importantes = por lo menos, matrimonio, educación de los hijos, divorcio y forma de morir, si se elige.

*La Fórmula G (del Guión): IPT—> Pr—> O—> Cl—> Desenlace.*

IPT = Influencia Paterna temprana, Pr = Programa, O = Obediencia y Cl = Conducta importante.

Los guiones de muchas películas se atienen a esta progresión que lleva a un desenlace y que presentan aspectos importantes de la vida de los personajes. Y también Berne utiliza esa fórmula para definir el “no-guión”:

Por ejemplo, la persona autónoma puede revocar sus culpas, temores, enojos, heridas e insuficiencias y volver a empezar sin prisas por llevar a término las cosas, en vez de seguir la directriz de sus padres de coleccionar cupones y usarlos con velocidad razonable para justificar su conducta en el matrimonio, la educación de los hijos, el divorcio y la muerte (Berne, 2002).

También los guiones de no pocos films presentan a personajes que se atienen al “no guión”, como comprobaremos en algunas de las tramas.

Berne indica que “lo primero que hay que decidir sobre un guión es si es de triunfador o fracasado... también hay “casi fracasados”, no-triunfadores cuyo guión les exige que se esfuercen mucho, no para triunfar, sino sólo para empatar” (Berne, 2002, p. 228). En otro lugar de su obra, afirma lo siguiente:

Como hemos dicho antes, algunas personas pueden llegar a ser autónomas mediante circunstancias externas drásticas, otras por reorganización interna, y otras, aplicando el antiguión. Cuantos más permisos tiene Jeder, menos ligado está por su guión (Berne, 2002, p. 152).

Procuraré tener presente estas afirmaciones de Berne cuando explique cada trama.

## 5. FORMAS DE LAS TRAMAS (NORMAN FRIEDMAN)

Norman Friedman tuvo una intuición genial. Se puso en el lugar del lector de obras literarias y se dio cuenta de que había dos sentimientos que predominaban durante la lectura: esperanza y miedo. Y tanto una

como otra, pueden ser a corto o a largo plazo. Seguidor de la teoría aristotélica, estableció una serie de categorías que han resistido el paso del tiempo. De manera que podemos aplicar también su concepción a las relaciones familiares y profesionales. Los padres y los hijos tienen esperanzas y miedos sobre el futuro; lo mismo les ocurre a los profesores y alumnos; a los terapeutas y a sus clientes; a los directivos y a los empleados. Y así, sucesivamente. La gran ventaja es que, si detectamos una pauta de esperanza y miedo o de miedo y esperanza en una persona, gracias a Friedman podemos encontrar ejemplos literarios —que él ofreció— o cinematográficos —que voy a ofrecer en este artículo— para mostrar a esa persona que lo que le ocurre ha tenido y sigue teniendo su reflejo en el cine.

Las tramas que Norman Friedman distingue, y que están basadas en las partes principales de la tragedia que distinguió Aristóteles son: Tramas de Acción o Fortuna, Tramas de Caracteres y Tramas de Pensamiento.

Explicaré cada una de ellas y presentaré algunas películas que la ilustran. He procurado que unas sean películas de cine clásico y otras más próximas al tiempo actual.

**5.1. Tramas de Acción o Fortuna:** Acción o fortuna se refiere al honor, status, reputación, bienes, seres queridos, salud y bienestar del protagonista. La fortuna se revela en lo que le ocurre a él —felicidad o miseria— y a sus planes —éxito o fracaso—.

– **La trama de acción:** Es la que el público pasado y actual acepta más. El primero, y frecuentemente el único interés reside en lo que ocurre a continuación. El autor presenta a los personajes y a su pensamiento mínimamente para cubrir las desnudas necesidades requeridas para hacer avanzar la acción. Raramente, si es que alguna vez, los personajes o el espectador se implican en un asunto moral o intelectual serio. El resultado no tiene conse-

cuencias a largo plazo para la fortuna, el personaje, o el pensamiento del protagonista, dejándole libre para empezar todo otra vez, quizá en una continuación. Las satisfacciones que experimenta el espectador son, casi en su totalidad, las del suspense, expectativa y sorpresa, quedando organizada la trama alrededor de un laberinto básico y de un ciclo de solución. Hay un gángster que perseguir, un asesino que descubrir y capturar, un tesoro por descubrir o un planeta que conquistar.

Películas para ilustrar esta trama: Cine de aventuras —sobre todo, las basadas en los relatos de Robert Louis Stevenson—, del Oeste, de ciencia ficción. Entre las de detectives, las mejores son las que tienen como protagonista a Sherlock Holmes. Éste tiene permiso para pensar, para hacer las cosas bien, pero no para amar ni para divertirse.

– **La trama patética:** Un/a protagonista con el que el espectador simpatiza, sufre una desgracia sin haber cometido una falta. El caso más frecuente es que la voluntad del personaje es de algún modo, débil y su pensamiento ingenuo y deficiente. El espectador tiene miedos a largo plazo por las consecuencias de lo que el/la protagonista está haciendo, miedos que apenas quedan aliviados por esperanzas a corto plazo esporádicas e intermitentes. El resultado final es que el espectador se acaba compadeciendo totalmente por sus sufrimientos. Si vemos *Tess*, que dirigió Roman Polanski basándose en la novela de Thomas Hardy (*Tess of the d'Urbervilles*), el espectador comprueba que la causa de su desafortunada carrera fueron la familia donde nació y la educación que le dieron; además de la cualidad más bien supina o sin carácter de su determinación, la irresistible marcha del embarazo como proceso fecundo de la Naturaleza, y que ella había matado a su desafortunado amante. Cuando al final la arrestan y ejecutan, el espectador sufre emocionalmente por el infortunio de Tess.

Películas para ilustrar esta trama: *Tess*, *Un tranvía llamado deseo*, *La semilla del diablo*.

Aplicando los conceptos de AT, podemos decir que predomina su Niño Rebelde, que elige caminos equivocados, porque sustituye la razón por la fantasía; es un perdedor bueno, que tiene como Saldo "Cáete muerto". La Antítesis sería "¡Piensa!" y "¡Vive!". Necesita permisos para pensar y hacer las cosas bien.

– **La trama trágica:** Si un/a protagonista que nos cae simpático tiene fuerza de voluntad y cierto grado de sofisticación o habilidad para cambiar su pensamiento, su responsabilidad por lo que realiza o hace que ocurra puede ser, en consecuencia, mayor. Cuando sufre una desgracia, es responsable de parte o de todo por algún error de su juicio; sólo más tarde, demasiado tarde, descubre que se ha equivocado. El espectador siente un miedo a largo plazo provocado por la desgracia amenazadora y, después, compasión porque es la realidad que temía acaba haciéndose realidad. Hay una relación especial entre fortuna, personaje y pensamiento. La catarsis de Aristóteles significa que al miedo y compasión que siente el espectador le suceden un sentido de la justicia y una satisfacción emocional: el héroe trágico no solo ha tenido participación en su propia caída sino que también ha llegado a reconocer esa participación. Su lucha espiritual consiguiente es, en cierta forma, merecida, aunque frecuentemente finaliza en la muerte de un buen hombre; por tanto, es el mejor fin posible para él, dado lo que él ha hecho o sufrido es incluso una expiación necesaria por su naturaleza algo imperfecta o arrogante.

Películas para ilustrar esta trama: *Edipo Rey*, *Otelo* (en sus diferentes versiones), *Hamlet* (en sus diferentes versiones), *El Rey Lear*, *Julio César*, *Rojo y Negro* (de Claude Autant-Lara en cine y, también de Jean-Daniel Verhaeghe para televisión),

*Forajidos* (de Robert Siodmak), *Código del Hampa* (de Don Siegel).

Es un perdedor bueno, con un Saldo de "¡Cáete muerto!". No tienen permiso para pensar, aunque pueden tenerlo para amar. Es víctima de la programación y de los juegos ajenos.

– **La trama punitiva:** Un protagonista atrae, al principio, la admiración y el rechazo del espectador. Admirable, porque tiene una gran fuerza de voluntad y sofisticación intelectual, que lo eleva por encima de los locos inefectivos y moralizantes que le rodean; rechazo, porque tiene unos objetivos, intenciones y esquemas inmorales. Triunfa, pero a costa de convertir en víctimas a gente verdaderamente buena y admirable. Entonces aquellas, la admiración y el rechazo son sustituidas por el sentimiento de venganza cuando cae. La compasión es hacia las víctimas, más que hacia el protagonista.

Películas para ilustrar esta trama: *Ricardo III*, *Fausto*, *Tartufo*, *Hedda Gabler*, *Avaricia*, *La loba*, *El tesoro de Sierra Madre*, *Brigada 21*, *Los ojos dejan huellas*, *Mephisto*, *Wall Street* (I y II).

Estos personajes son perdedores malos. Su posición vital es Yo estoy bien-Tú estás mal. No tienen permiso para amar. Sí, para pensar y hacer las cosas bien.

– **La trama sentimental:** Un protagonista que resulta simpático al espectador sobrevive a la amenaza de la desgracia y sale con bien al final, aunque después de haber sufrido. Las esperanzas a largo plazo acaban materializándose al final; los miedos a corto plazo son aliviados y el efecto final es el de un descanso gozoso al ver que el camino recto del protagonista está recibiendo su justo premio. Por otra parte, aunque el protagonista se mantiene firme durante toda la obra, su papel no es activo; ni su mala ni su buena fortuna dependen directamente de la calidad de su pensamiento o carácter.



Películas para ilustrar esta trama: *El sueño de una noche de verano*, *Anna Christie*, *Pygmalion*, *Pinocho*, *Dumbo*, *Recuerda (él)*, *El discurso del Rey*.

No tienen permiso para pensar ni para hacer las cosas bien. Dependen del permiso que les dan otras personas u otros seres como el Dr. Higgins, Pepito Grillo (*Pinocho*) o el ratoncito Timothy (*Dumbo*).

– **La trama de admiración:** La nobleza de carácter de un protagonista atrae la simpatía del espectador. Comienza ganando al principio honor y reputación, incluso a costa de una pérdida de alguna clase en su bienestar material. Las esperanzas a largo plazo quedan cumplidas; la respuesta final del espectador es el respeto y la admiración hacia quien se supera a sí mismo.

Películas para ilustrar esta trama: *Good bye, Lenin!*, *Hotel Rwanda*, *Invictus*.

Es un ganador bueno. Tienen permiso para pensar, amar y hacer las cosas bien. Son tramas de no-guión, tal como lo entiende Berne.

**5.2. Tramas de Caracteres:** Carácter se refiere a los motivos, propósitos, objetivos, hábitos, conducta y voluntad del protagonista; pueden ser nobles o bajos, buenos o malos, dignos de simpatía o de antipatía, completos o incompletos, maduros o inmaduros. El carácter se revela cuando el protagonista se decide voluntariamente seguir o abandonar una vía de acción y en si puede llevar a cabo su decisión.

– **La trama de la maduración:** Al principio de las películas que ilustran esta trama, el espectador ve cómo un protagonista que le cae bien, tiene unos objetivos equivocados, indeterminados y, además, una fuerza de voluntad sin timón y vacilante. Esta insuficiencia es frecuentemente el resultado de inexperiencia e ingenuidad, o de una absoluta obstinación, en sus creencias y actitudes. Si esta última es la causa, tiene que inventar algunos medios para cambiar su

pensamiento; en cualquier caso, ¿cómo va a adquirir fuerza y dirección? O bien le sobreviene una desgracia o ha de enfrentarse a una muerte segura. Norman Friedman escogió el término “maduración” porque los personajes suelen ser jóvenes que acaba probando cómo han recuperado finalmente su fuerza y el sentido de su vida. El espectador tiene esperanzas a largo plazo en que el/la protagonista escogerá el camino recto, y no se equivoca en su predicción. Por eso, siente satisfacción al ver confirmadas sus esperanzas. Lo que distingue a esta trama de otras es el elemento crucial de elección, de llegar finalmente a una decisión radical.

Películas para ilustrar esta trama: *Grandes esperanzas*, *Retrato de una Dama*, *Tom Jones*, *El caso de Thelma Jordan (ella)*, *Fiebre del sábado noche*, *Cuenta conmigo*, *Big*, *La boda de Muriel*.

Es un triunfador bueno, que no sigue al principio la llamada, según el Monomito de Joseph Campbell, autor favorito de Berne para interpretar los mitos.

– **La trama de la reforma:** Un/a protagonista sabe, desde el principio, que está haciendo el mal, pero le falta fuerza de voluntad para cambiar y escoger un buen proyecto de vida. El problema al que se enfrenta es si revela su debilidad a los demás o la oculta bajo una máscara de virtud y respetabilidad. Al principio, escoge este último camino. Con lo cual, el espectador se irrita porque no le gusta su máscara. De la ira pasa a la indignación cuando ve que continúa engañando a los demás. Finalmente, el espectador queda satisfecho cuando el protagonista elige el camino apropiado.

Películas para ilustrar esta trama: *La letra escarlata*, *Sucedió en una noche*, *Caballero sin espada* (Claude Rains), *El caso de Thelma Jordan* (Cleve).

Representa el choque entre dos rasgos de carácter, entre la Programación Mala y la Programación Buena, venciendo esta última; el contraste entre Fachada y Patio Trasero.

– **La trama de la prueba:** Un carácter simpático, fuerte y decidido recibe presiones para que llegue a un compromiso o abandone sus fines y hábitos nobles: O bien acepta el soborno o sufre las consecuencias. Fluctúa y la trama gira sobre la cuestión de si permanecerá o no permanecerá firme. Es la lucha entre un rasgo del carácter y un patrón de conducta. El/la protagonista se arriesga a caer en desgracia si persiste; si cediese a la tentación, mejoraría su bienestar material. El espectador siente que el protagonista debería abandonar y salvar su cuello; sin embargo, si lo hace, pagará el precio de perder el respeto que se tiene a sí mismo y también el que el espectador siente por él. Cuando elige el único camino apropiado, el lector siente la satisfacción de que su fe en el protagonista ha quedado justificada.

Películas para ilustrar esta trama: *El viejo y el mar*, *La leyenda del indomable*, *Fitzcarraldo*, *Esencia de mujer* (Charlie Simms), *Forrest Gump*, *El inocente* (de Brad Furman).

Este relato es de quien oye la llamada y la sigue.

– **La trama de la degeneración:** Un cambio de carácter ocurre cuando el espectador ve a un protagonista que era al mismo tiempo amable y lleno de ambición, y cómo es sometido a cierta pérdida crucial que desemboca en su desilusión total. El protagonista tiene que elegir entre recoger los hilos de su vida y empezar de nuevo; o abandonar sus objetivos y ambiciones. Si elige la primera vía, tenemos la trama de la degeneración. La obra principal es *Tío Vania*. Chéjov parece haber estado obsesionado con el problema de cómo una persona puede vivir después que sus ideales, esperanzas y objetivos se han derrumbado. Miguel de Unamuno desarrolló esta trama en *San Manuel Bueno, mártir*. Y Graham Greene le copió todo el argumento, pero lo situó en México, durante un clima de persecución de los católicos, en su novela *El poder y la gloria*. John Ford llevó esta no-

vela al cine en 1947, titulándola *El fugitivo*.

Si elige la segunda, hay una secuencia de esperanzas débiles y a corto plazo seguidas de una materialización de los miedos a largo plazo. No es seguro si el lector sentirá compasión, impaciencia o desprecio por tal debilidad. Todo depende de lo convencido que esté de que el protagonista sólo tiene de hecho una elección real que pueda hacer, de lo imposible que parezca resultar seguir estando vivo e intentarlo de nuevo.

Películas para ilustrar esta trama: *Tío Vania*, *La Gaviota*, *El fugitivo*, *Suave es la noche*.

**5.3. Tramas de Pensamiento:** El pensamiento se revela de forma omnisciente, mediante una afirmación del autor o en lo que un personaje dice cuando enuncia una proposición general, cuando defiende un punto particular, o cuando explica su punto de vista sobre una situación.

– **La trama de la educación:** El/la protagonista cambia a mejor sus concepciones, creencias y actitudes. Entonces, ¿cómo distinguir las tramas de la educación y de la maduración? En que el pensamiento del/ de la protagonista es, al principio, algo inadecuado y después se perfecciona, pero no continúa demostrando los efectos de este cambio beneficioso en su conducta. Esta inadecuación puede ser sofisticada cuando el protagonista ha atravesado una serie de experiencias desilusionantes y se ha hecho cínico o fatalista: *El político* que, en su nueva versión titularon en español como *Todos los hombres del Rey* (el título de la novela original). O ingenua, cuando él simplemente no ha sido expuesto todavía a posibilidades alternativas: *La muerte de Iván Ilich* (*La muerte fácil*, de A. Kaidanovski). El/la protagonista tiene que hacer frente a una amenaza o prueba que le sirve para cambiar sus concepciones y adquirir una visión más comprensiva. “Es la historia de alguien



que vivía en un mundo y le parecía que éste durante mucho tiempo era de una forma y después le pareció que era de otra y muy diferente". Las emociones cambian de miedos a corto plazo a esperanzas a largo plazo: Una persona amable sufre una amenaza y emerge al final más completa; el espectador experimenta finalmente sentimientos de alivio, satisfacción y placer.

Películas que ilustran esta trama: *Huckleberry Finn*, *Guerra y Paz* (las dos en sus diversas versiones), *Los comulgantes*, *Harold y Maude*, *Gracias y favores*, *Esencia de mujer* (el personaje del Teniente Coronel Frank Slade), *La boda de mi mejor amigo*, *Bailamos*, *La vida de los otros*, *An Education*, *Fish Tank*.

Tienen algunos permisos, pero dependen de otros personajes para conseguir los que les faltan

– **La trama de la revelación:** Se apoya en la ignorancia que el protagonista tiene de los hechos esenciales de su situación. No se trata de sus actitudes y creencias sino de sus conocimientos y debe descubrir la verdad antes de llegar a una decisión. El espectador comienza sintiendo que todo está bien; después, se desarrollan sus miedos a corto plazo y después son superados por las esperanzas a largo plazo; finalmente, acaba sintiendo alivio y placer.

Películas para ilustrar esta trama: *Sospecha*, *A veintitrés pasos de Baker Street*, *36 horas*, *El secreto de sus ojos*.

Son personajes que tienen permiso para pensar y para hacer las cosas bien. Hay algunos que no tienen permiso para amar ni para divertirse.

– **La trama afectiva:** El/la protagonista se enfrenta con el problema de ver a otra u otras personas bajo una luz diferente y más verdadera que la de antes, lo cual implica un cambio en el sentimiento. Este cambio dejará al protagonista feliz y espe-

ranzado o triste y resignado; todo depende de si el descubrimiento es agradable o desagradable. Las respuestas emocionales del lector variarán en consecuencia.

Películas para ilustrar esta trama: *Orgullo y Prejuicio* (en sus varias versiones en cine y televisión), *Daisy Miller*, *Un botín de 500.000 dólares*, *Deuda de sangre*, *Gran Torino*.

Suele tratarse de personajes triunfadores, pero sólo al final, después de haber superado pruebas que, o son muy duras o les cuestan la vida. Son ganadores buenos, que tienen permiso para pensar, hacer las cosas bien, pero no para amar. Su cambio consiste en que consiguen que otros le den ese permiso.

– **La trama de la desilusión:** Un/a protagonista amable comienza con una fe a plena vela en un cierto conjunto de ideales; sometido después a alguna clase de pérdida, amenaza o prueba, pierde totalmente esa fe. La trama deja finalmente al protagonista como una marioneta sin hilos o como un reloj sin manecillas. Los miedos a largo plazo del espectador logran finalmente frustrar las esperanzas a corto plazo.

Películas para ilustrar esta trama: *Macbeth*, *El Gran Gatsby*, *La Señora Parker y el círculo vicioso*.

## 6. LAS LEYES QUE CUMPLEN LAS GRANDES OBRAS

Lo que voy a acometer a continuación viene motivado al leer la entrevista que Arthur Wagner hizo a Eric Berne y que la *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista* publicó en su número 55 (2006). Reproduzco un extenso fragmento en el que Berne:

- expresa su admiración por Shakespeare
- relaciona los Guiones reales y de teatro

Una cosa que impresiona en Shakespeare que él puede hacer que fun-

cionen varios juegos a la vez. Tomemos el principio de *El Rey Lear*: el rey está envuelto en un juego con sus hijas, las hijas están jugando otro entre ellas, los duques están participando en un juego entre ellos y con el rey. Con unas pocas frases todos estos juegos quedan enmarcados y en movimiento; al público le atraen muy suave y profundamente.

#### La LITERATURA CONTEMPORÁNEA.

Yo soy un reaccionario literario, porque pienso que los escritores no saben ya hacer estas cosas. Lloriquean y vomitan sobre la gran pesadilla de vida, no son auténticos. El Gran drama es el del Adulto ocupándose de las luchas de las personas. Estas luchas pueden ser adultas, paternas, o infantiles, pero el escritor debe ser un Adulto que se enfrenta a ellos. Ahora muchas obras parecen estar escritas por niños bastante poco atractivos sobre niños desvalidos: "¿No es horrible? Ellos nos están haciendo algo". Pero en Shakespeare, "ellos" entran en el asunto, y "ellos" no están estereotipados. Las cosas pasan al rey y a los nobles menores; las figuras paternas tienen algo que decir, y la autenticidad entra en el trabajo. También hemos perdido cierto tipo de artesanía. Muchos escritores intentan conseguir que nos creamos que la obscenidad es una noción arbitraria en lugar de un fenómeno psicológico real, y estos escritores pierden su sentido estético, su cuidado por la forma. Pero Shakespeare empleaba metáforas preciosas, y los cuadros interesantes deben tener buenos marcos.

GUIONES REALES Y DE TEATRO: En *Análisis Transaccional* yo escribí, "... un Guión no se ocupa de una mera reacción de transferencia o situación de transferencia; es un esfuerzo por repetir en forma derivada un drama de transferencia total, a menudo dividido en actos, exactamente como las obras teatrales que son derivados artísticos intuitivos de estos dramas originales de niñez". Pongamos un ejemplo simple. Una mujer obtiene un divorcio. ¿Significa eso que se ha librado de su Guión y es ahora autó-

noma, o significa que su Guión requirió un divorcio y que el divorcio es meramente el fin del segundo acto?. Si el Guión realmente ha acabado, ella va a vivir autónomamente. Pero si no, ella va a pensar que está viviendo autónomamente, pero realmente está viviendo una fantasía, continuando para seguir su programación (Berne, 2006, P. 120). (La cursiva es mía).

Lo que hice a continuación fue buscar autores que nos ayudaran a comprender las obras de teatro y películas de una manera teóricamente bien fundamentada y, a la vez, de una manera fácil. Encontré una obra, nada menos que de 1901, que me pareció deslumbrante. Su autor se llamaba William H. Fleming y trataba sobre las tramas de Shakespeare. Cuando acabé de leer el libro de Fleming, me pareció que seguía manteniendo vigencia. Incluso, durante su lectura, me di cuenta de que podíamos relacionar las partes de una obra que Fleming distinguía y las etapas que Berne distingue en el Guión. Aquí sólo voy a ofrecer unas ideas sobre esas relaciones, que pienso ampliar con el tiempo.

Para captar una obra como un trabajo orgánico de Arte, para percibir la Unidad que subyace en la Variedad, debemos dividirla en sus partes constitutivas. Goethe sostenía que lo que distingue a un artista de un aficionado es la arquitectónica en el más elevado sentido; ese poder de ejecución que crea, forma y constituye. No la profundidad de los pensamientos únicos, no la riqueza de imágenes, no la abundancia de ilustración.

Hay una corriente de investigadores y críticos para quienes en una obra cinematográfica lo más importante no es la dirección ni los actores ni la fotografía, sino el guión. Personalmente, me resulta enteramente convincente esa teoría (McGilligan, 1993 y 2000; Brady, 1995; Corliss, 1985). Quien lea las entrevistas con los guionistas de las obras de McGilligan y Brady qui-

zá empiece a cuestionar la teoría dominante del director omnipotente. Además, el término *guión* es central en el Análisis Transaccional. Por tanto, aunque ahora me ocupo de las cinco partes de una obra, dejo para otra ocasión poner en correspondencia estas cinco partes con las que Berne distingue en el Guión de Vida de una persona.

*La Ley de la Unidad*, cuando se aplica al drama de Shakespeare y al moderno, implica en la misma la existencia de tres propiedades específicas:

– **Una acción Principal.** Puede haber varias acciones secundarias pero sólo una Principal. En *Doce hombres sin piedad*, la acción principal es el proceso por el que el jurado número 8 es capaz de convencer a los otros once miembros del jurado de que existen dudas razonables sobre la culpabilidad del acusado.

*12 angry men (Doce hombres airados)*, fue traducida al español, exageradamente, como *Doce hombres sin piedad*. Sidney Lumet rodó una película en blanco y negro, con el mismo título, en 1957. Gustavo Pérez Puig la rodó para televisión en 1973. William Friedkin la llevó nuevamente al cine en 1995, introduciendo cambios en el guión, utilizando el color y adaptándola al ambiente dominante en Estados Unidos de lo políticamente correcto. Finalmente, el ruso Nikita Milkhalov ha realizado una nueva versión, que aumenta en una hora la duración de la película original y resulta confusa por las explicaciones de cada uno de los personajes).

Una manera de lograr éxito a corto plazo, pero de asegurar que la obra pasará de moda en unos años, es alargar las acciones secundarias. En muchas películas actuales, la acción principal se interrumpe con escenas de sexo y de violencia que no están bien integradas en la historia.

– **Un héroe o heroína.** A veces, la acción del drama es el resultado de la con-

ducta conjunta de un héroe y una heroína. En ese caso, héroe y heroína forman una unidad dramática. Son como una estrella binaria, dos estrellas tan estrechamente situadas, dando vueltas juntas alrededor de un centro común de gravedad, que emiten una sola luz; o como dos corrientes que se juntan y forman un río: *Romeo y Julieta*, *Macbeth*.

– **Un drama debe presentar una gran pasión.** Una debe ser la dominante; las otras, secundarias. Esta pasión dominante puede ser los celos, o amor ultrajado, como en *Otelo*; ambición, como en *Macbeth*; patriotismo, aunque mal entendido, como en *Julio César*; el amor, como en *Romeo y Julieta*; o en *Doce hombres sin piedad*, el sentido de la justicia del jurado número 8.

## 7. LAS CINCO PARTES DE UNA OBRA

- Prótasis ó Introducción (Causa).
- Epítasis ó Desarrollo (Aumento).
- Peripeteia ó Clímax (Altura).
- Catábasis ó Descenso (Consecuencia).
- Catástrofe o Desenlace (Final).

Las Partes deben ser interdependientes, como los eslabones de una cadena, como las piedras de un arco, o como diferentes partes del cuerpo humano. En un drama, cada Acto, cada Escena debe también seguir necesariamente a la que precede y debe conducir inevitablemente a los que siguen. Debe haber, en todo drama, una nota de lo inevitable.

Creo oportuno traer de nuevo aquí lo que afirma Berne y que, antes, he puesto en cursiva:

”... un Guión ... es un esfuerzo por repetir en forma derivada un drama de transferencia total, a menudo dividido en actos, exactamente como las obras teatrales que son derivados artísticos intuitivos de estos dramas originales de niñez”.

**7.1. Prótasis o introducción:** Incluye toda aquella parte del drama que precede al comienzo de la acción. No es parte de la acción misma, aunque la precede y es, por tanto, su causa. Pienso que Eric Berne incluiría aquí las Influencias prenatales y Primera Infancia

A veces es una Acción. Ejemplo: en *Romeo y Julieta*, la discusión entre criados y miembros de las casas de los Montescos y de los Capuletos, con la que comienza la obra, es la Introducción y su finalidad dramática es preparar e introducir la acción del drama. La acción propiamente dicha comienza cuando Romeo, Mercutio y sus amigos se disponen a ir al baile de los Capuletos.

El dramaturgo ha de dar en la Introducción a los espectadores toda la información necesaria sobre las causas de la acción. Los sucesos que han ocurrido antes de la acción del drama y que han sido la causa del mismo, deben ser narrados en la Introducción. Si el espectador carece de esta información, no puede tener una comprensión inteligente y vívida de la acción misma que sigue después.

En *El mercader de Venecia*, la Escena I nos presenta a Bassanio dando una descripción detallada de Portia, de su amor por ella y de su deseo de cortejarla. En la II, Portia describe a sus enamorados, entre ellos Basanio.

En *Hamlet* (I, 5), el Fantasma le habla a Hamlet del asesinato, cómo, dónde y cuándo fue cometido. A veces, Shakespeare nos da esta información mediante un Prólogo. Generalmente ocurre esto en las piezas históricas.

En la Introducción, aunque no siempre, aparecen todos los caracteres principales. Si no, otros personajes hablan de ellos, describiendo rápida y brevemente sus rasgos más sobresalientes y los espectadores se familiarizan con ellos. En *El tercer hombre*, Harry Lime aparece estando ya muy avanzada la película, pero antes han hablado de él todos los personajes.

El autor debe apelar a la inteligencia y tocar los sentimientos de los espectadores. Ha de pulsar la cuerda de la emoción que va a vibrar en toda la obra, como el motivo en una sinfonía.

*El mercader de Venecia* es una comedia con un infratono trágico. Shakespeare expresa en la Introducción lo serio, lo sombrío y lo alegre. Antonio, que tiene un presentimiento de conflicto inminente, está triste. Los demás, alegres. En la Escena 2, aparece Portia, preocupada por este gran mundo.

*Hamlet* es una tragedia. Para dar a entender que el alma del héroe está perturbada emocionalmente, Shakespeare obra como un gran artista, con gran habilidad. En lugar de que sea el centinela quien dé el alto, es el visitante el que se lo da, invirtiendo el orden universalmente aceptado. Es una muestra de que la gente, y Dinamarca entera, están alteradas. Un momento después, el que ha sido centinela vuelve a tocar la cuerda emocional, al hablar del frío y de que se siente emocionalmente mal.

En *Romeo y Julieta*, Shakespeare toca las cuerdas del amor y del odio.

En *Noche de Epifanía*, el amor, expresado por el Duque.

La Introducción ha de recordar y, también, adelantar acontecimientos de una forma lúcida.

La Acción Principal de *Noche de Epifanía* es el esfuerzo de Viola por ganar a Olivia para el Duque. Al comienzo de la acción, Viola misma se enamora del Duque y finalmente, se casa con él. Esta conclusión de la acción es adelantada en la Introducción por un aparte de Viola.

Ver: *El Mercader de Venecia*: I, i, 119 y sig.; I, 2, 123 y sig.; *Otelo*: 3, 389 y sig.; *Julio César*: I, 3; *Ricardo III*, I, i, 1-41.

En *Doce hombres sin piedad*, la Prótasis abarca los siguientes hechos:

- El juez les concreta a los miembros del jurado que tienen que declarar culpable o inocente al joven acusado y que la decisión ha de ser unánime. Un

veredicto de culpabilidad significará la cámara de gas.

- El jurado se retira a deliberar y sus miembros van conociéndose. Deciden hacer una primera votación y once le declaran culpable, mientras uno es partidario de absolverle. Cuando le preguntan qué quiere que hagan, él dice que tendrán que hablar.

La Introducción es el fundamento de la obra. Como el arquitecto debe tener elaborados y perfeccionados sus planes antes de poner la primera piedra, así el dramaturgo ha de tener su Trama, que es simplemente su plan y diseño, antes de empezar a escribir. Ha de saber dónde va a acabar. Debe tener lo que Walter Pater describe como: “Esa concepción arquitectónica de un trabajo que prevé el final desde el principio, y nunca lo pierde de vista, y en cada parte es consciente de todo el resto, hasta la última sentencia pero, sin amenguar el vigor, desarrollar y justificar el principio”.

En una película, cada parte se divide en *Secuencias*; éstas, en *Escenas*; y éstas, en *Planos*. También lo podemos expresar al revés: un guionista y, después el director, comienzan con los planos, que son las células del cine; los agrupan en escenas y con éstas forman secuencias; las partes, que algunos llaman fases, se componen de varias secuencias.

Quien comprende en qué consiste una *escena*, domina el elemento cinematográfico más importante. Una *escena* se compone de planos dispuestos de tal modo que expresan un clímax dramático menor o un enunciado expositivo. Está construida juntando planos en un flujo continuo y mediante la edición o corte. Pueden estar implicados varias emociones y pensamientos dentro de una escena, pero deben relacionarse de tal forma que constituyan una idea unificada. Así, podría haber cambios de paisaje dentro de una escena cinematográfica y una alteración del tiempo por el reloj o clima y una manipulación de la acción. Las viejas unidades griegas de tiem-

po-lugar-acción han sido fragmentadas considerablemente por el cine.

Las escenas bien construidas deben contener los cinco elementos siguientes:

- a) Presentación de las fuerzas en conflicto;
- b) Propósito que lleva el personaje principal;
- c) Choque para lograr su propósito;
- d) Desenlace, normalmente con un personaje que consigue su objetivo y con otro que no lo logra;
- e) Resultados del desenlace. Pueden ser avances o retrocesos narrativos y dramáticos. Es decir, un personaje puede avanzar hacia el logro de su objetivo, pero retroceder dramáticamente, porque él u otras personas se dan cuenta de que es un miserable; o puede retroceder y no lograr el objetivo que buscaba, pero encontrarse con que los demás se dan cuenta de que es una gran persona.

El orden de las escenas va en letras mayúsculas y las escenas, en números. En *La sombra del poder*:

Secuencia A: Tres asesinatos.

A-1: Un hombre de unos treinta años corre en medio del público, cruza la calzada entre los coches y acaba refugiándose, mientras está lloviendo, detrás de unos bidones en una calle solitaria. Aparece un hombre con un maletín y le dispara. Después, un ciclista que parece repartidor de pizzas, pasa cerca del lugar donde ha ocurrido el tiroteo y, tras observar ligeramente, pedalea con fuerza. El asesino le dispara a distancia y le abate. Cuando se acerca para rematarlo, ve a gente que se acerca y huye con su maletín.

A-2: Una joven pelirroja sale de su casa y anda por la calle hasta descender al metro y, cuando llega el vagón, la cámara funde en negro.

A-3: El congresista Stephen Collins llega tarde a una reunión. Le informan de que Sonia Baker ha muerto atropellada en el metro.



Secuencia B: Primeras averiguaciones e hipótesis.

B-1: Un hombre con el pelo largo ve cantando dentro de un coche antiguo y destaralado. Llega a la escena del crimen y ofrece café a un policía. Éste le llama Cal. Logra sacar al policía la confirmación de los datos que estaba buscando. Dos víctimas y un solo autor. Una de las víctimas ha muerto; la otra está en el hospital.

B-2: El periodista que ha hablado con el policía se encuentra ahora en el *The Washington Globe*. Su redactor-jefe llama a Cal y le pide que le informe sobre el tiroteo. Cal le da la identificación del primer hombre y le dice que el segundo se encuentra en coma.

B-3: El congresista Stephen Collins preside una Comisión que va a ocuparse de Pointcorp, una empresa que es contratista privilegiada de la Secretaría de Defensa en el plan de privatización la mayoría de las actividades. Habla sobre Sonia Baker, que trabajaba en la Comisión, y se conmueve hasta las lágrimas. Le dirigen varias preguntas y termina retirándose.

B-3: Los periodistas del *The Washington Globe*, entre los que se encuentra Cal McCaffrey, están viendo la rueda de prensa con una gran concentración. Algunos bromean con que Collins tenía relaciones íntimas con Sonia Baker.

B-4: La joven periodista Della Frye pregunta a Cal sobre el congresista. Ella redacta el Blog sobre el Capitolio, en su versión online. Se esfuerza en obtener información de Cal sobre Sonia Baker, pero él se evade despectivamente.

B-5: Los presentadores de los telediarios indagan en las declaraciones del congresista Collins y plantean si éste mantenía relaciones íntimas con Sonia Baker. También, sobre PointCorp.

Secuencia C: Primeras consecuencias.

C-1: La mujer del congresista está viendo el telediario, afectada por las noticias de las que se está enterando. Su marido la llama por teléfono, pero no lo coge.

C-2: Dos representantes del Partido del congresista Stephen Collins se reúnen con él y le preguntan si mantenía relación con Sonia Baker; él les confirma que sí. Están preocupados por las repercusiones políticas del escándalo, por lo que un especialista en comunicación va a hacerse cargo de tratar la crisis. Le recomiendan que no ataque a la compañía Pointcorp, pues el público lo vería como una maniobra de distracción. También le preguntan si su mujer le habla; él les responde que no. Entonces, uno de ellos le encarga como primera tarea restablecer la comunicación con ella.

C-3: Cameron Lynne, la editora de *The Washington Globe* le pregunta a Cal sobre la relación amorosa del congresista y Sonia Baker. Después, le anima a que se lleve bien con la periodista Della Frye. Él revela que Collins y él fueron compañeros de cuarto en la Universidad.

C-4: Las televisiones siguen ocupándose de lo que ellos denominan “suicidio” de Sonia Baker y de sus relaciones con Collins.

## 7.2. Epítasis, ascenso o desarrollo:

Comienza con la Acción Principal. Exige la mayor destreza constructiva. Como diría Roget, tiene que medir muy bien los grados del movimiento: velocidad y lentitud. Si el ascenso se mueve demasiado rápido, el resultado es la sobrecarga de información, la luz cegadora, el sonido ensordecedor y el Clímax que se alcanza muy pronto. El resultado es el anticlímax. Hay que graduar la acción en el drama, como el claroscuro en los cuadros y el crescendo y disminuyendo en la música. Por otra parte, si la acción es lenta, el espectador se aburre.

Considero que en esta parte de la obra entra la segunda infancia. Berne considera que esta etapa es “locomotriz”, cuando el niño se desplaza por el vecindario para ver qué puede ver.

En *Julio César*, la Acción Principal es el asesinato de César, sus causas, consumación y consecuencias. Comienza cuando Bruto decide que hay que matar a César,



seguida de la determinación de Bruto de unirse a la conspiración.

En *Romeo y Julieta*, cuando van al baile y se produce el encuentro entre Romeo y Julieta.

En *El mercader de Venecia*, las negociaciones del préstamo entre Bassanio y Antonio por una parte, y Shylock por la otra (I, 3). La acción Principal, el cortejo de Portia por Bassanio, y sus consecuencias, no empiezan hasta que esas negociaciones quedan completadas.

Para evitar la velocidad, el dramaturgo ha de emplear Acciones Subsidiarias y Episodios. Cuando el dramaturgo emplea Acciones Subsidiarias, la Acción Principal cesa temporalmente. La función del Episodio en el drama es parar, temporalmente, el progreso de la acción. Su efecto en el drama es similar al de una presa en una corriente fluvial. La corriente es registrada y detenida, para que posteriormente pueda aumentar nuevamente con mayor rapidez y volumen y fuerza. El Episodio detiene el movimiento de la acción, con el resultado último de añadir fuerza e intensidad aumentadas al movimiento, cuando éste vuelva a retomarse.

En *Romeo y Julieta*, la descripción que Mercutio hace de la Reina Mab.

El Episodio vale para mostrar lo inquietos ó alegres ó iracundos que están los personajes: en *Julio César*, Shakespeare presenta un Pasatiempo-Episodio sobre el compás y cómo adivinar la salida del sol, para mostrar el nerviosismo de los conspiradores.

Cuando el autor quiere mostrar diversas caras de un mismo personaje escribe episodios: En *El mercader de Venecia*, el Episodio de los Tres Anillos es una conclusión ajustada a la revelación del carácter de Porcia. Al principio de la obra, era una hija obediente a la última voluntad de su padre. También, la joven deseosa de amar y de ser amada; después, cortejada por muchos pretendientes; se ríe de ellos con humor fino; se entrega sin reservas a Bassanio. En

el Juicio, es misericordiosa a ingeniosa, al igual que en el Episodio de los anillos. Finalmente, es anfitriona de sus huéspedes en Belmont. Es el espíritu dominante en la Catástrofe. Es polifacética y encantadora.

Para contrastar el estado de ánimo de la escena anterior o de la siguiente: el Episodio de la conversación entre Bruto y Porcia. Shakespeare quiere contrastar devoción generosa con violencia y muerte. Así, las emociones subsiguientes serán mucho más fuertes.

Puede haber muchos tipos de episodios, que cumplan funciones muy diversas, pero siempre al servicio de la acción principal.

En *Doce hombres sin piedad*, algunos episodios de la Epítasis son los siguientes:

– El jurado número 8, que ha votado inocente habla de la vida del muchacho, que ha recibido muchos golpes de su padre, pero varios miembros le replican diciendo que el pasado del muchacho no es causa de que haya clavado una navaja en el pecho de la víctima.

– También el número 8 afirma que sólo hay dos testigos: Un viejo que oyó las palabras “Voy a matarte” y que oyó el ruido del cuerpo al caer, y una señora que vio el crimen a través de las ventanillas de un tren que pasaba en ese momento.

– El jurado número 3 habla de la navaja y el número 4 aprovecha para contar lo que él supone que debió de hacer el muchacho antes y después del asesinato. Esos dos jurados convierten a la navaja en una pieza única de convicción, pero el número 8 saca otra navaja idéntica, con lo que demuestra que puede haber otros asesinos, distintos del acusado.

– El jurado número 8 propone una nueva votación, pero esta vez con papeletas y secreta. Él no vota y, si el resultado es unánime a favor de la culpabilidad, él se unirá a todos. Sale una papeleta a favor del acusado y la temperatura emocional va subiendo.

En *La sombra del poder*, la acción principal de esta película es la recuperación momentánea de la amistad entre Cal y Stephen y la pérdida definitiva de esa amistad. El

congresista Stephen Collins acude a casa del periodista Cal McAffrey y le dice que no tiene otro lugar al que ir. Tratan sobre lo que ha ocurrido; recuerdan que la última vez que se vieron acabaron discutiendo y Collins le pide que le perdone. Se lamenta de que no le van a recordar por las dos leyes que impulsó, sino por el escándalo. Espera que Cal le ayude en el lío en que se encuentra. Collins le enseña un mensaje de móvil en el que Sonia Baker le decía que tenía muchas ganas de verle la misma mañana en que ha muerto. Por tanto, ella no se ha suicidado. Cal le anuncia que va a dar la vuelta a la noticia, ofreciendo una versión alternativa.

Cal llama a Della en medio de la noche y le pide que consiga ver, de forma extraoficial, las imágenes que hayan podido obtener las cámaras de seguridad del metro. Ella se extraña de que ahora esté interesado en que ella participe en la investigación, cuando por la mañana ha mantenido con ella una relación tan distante. Aun así, ella decide acudir, pero no publica nada al día siguiente. Cuando habla con Cal, le dice que el metro cuenta con cincuenta y seis cámaras y que Sonia estaba en un punto ciego, por lo que no aparece ella en las grabaciones. Cal le anima a que siga investigando en los casos de psicópatas que arrojaron a la gente a las vías del metro.

Le llama Annie, la mujer de Collins. La tranquiliza y la anima para que llame a su marido y asista a una rueda de prensa, ya que peligra la carrera política de Stephen. Mientras ella llora, él le dice que la prensa dejará de acosarlos.

Cal sigue indagando en el tiroteo. Le ha prometido a su redactor jefe que lo tendrá para ese mismo día. En el depósito de cadáveres, y hablando con una forense, descubre que nadie ha retirado los efectos personales del joven asesinado. Entonces, consigue en el teléfono móvil del muerto los números a los que llamó antes de que le matasen.

Mientras está sacando una bebida de la máquina del hospital, una joven de aspec-

to descuidado le pide un refresco. Después de dárselo, él llama a los números que ha conseguido en el teléfono móvil. Así es como consigue, después de varias llamadas infructuosas, la voz de Sonia Baker.

Lanza varias preguntas a la periodista Della, para saber si ella ha averiguado algo, pero ella le responde con otra serie de preguntas y la conversación no llega a parte alguna.

Cuando Cal va a un restaurante de comida rápida y se dispone a pagar, comprueba que le han robado la bolsa. A través del cristal, divisa en la acera de enfrente a la joven que le pidió un refresco con la cartera. Le está esperando mostrándole la bolsa y le pide 500 dólares a cambio de informarle de lo último que robó el hombre asesinado al comienzo.

Mientras tanto, el congresista y su mujer se reúnen en los momentos previos a la rueda de prensa. Acuerdan cómo van a comparecer.

La joven que le ha robado la bolsa le va revelando a Cal que ella y su amigo, el joven asesinado, solían robar bolsas para, después, ofrecérselas a cada propietario a cambio de una cantidad de dinero. Sin embargo ese maletín era diferente porque contenía fotografías de Sonia Baker con el congresista, una pistola y una bolsita con unas balas muy raras. Su amigo drogadicto quedó con el propietario para recibir dinero por el maletín, pero no regresó. Ella cogió las fotografías y llamó a Sonia para avisarla de que iban a por ella, pero no le cogió el teléfono.

Annie Collins comparece en la rueda de prensa y pronuncia un breve discurso para exponer la idea de que todos cometen errores, pero que lo importante es centrarse en el trabajo, no en los asuntos de la vida privada.

Cal McAffrey llama al congresista Collins para indagar quién podría querer matar a Sonia Baker. Le explica la información que ha descubierto y Collins desecha que Sonia estuviese relacionada con las drogas.

Por la noche, en la redacción, el periodista muestra las fotos a Della, a la editora y a otro compañero para decidir qué hacen con la noticia. Sonia Baker no tenía una formación especial, pero era la principal investigadora de Collins en los asuntos de Pointcorp. Entonces, Cal plantea si la eliminación de Sonia Baker no habrá sido un aviso a Collins para que deje de investigar, puesto que si continúa, la compañía puede perder muchos millones de dólares. La editora no admite esa hipótesis. Entonces, él sigue explicando que, por las características de los casquillos de las balas, quien las haya disparado quería matar y no dejar huellas. Es decir, el autor puede haber sido un profesional, posiblemente con formación militar, y Pointcorp está formada por ex-militares. Con lo cual, queda abierta la hipótesis de que Pointcorp fuera a por Collins. Tienen dos días para publicar el reportaje de investigación. Della pregunta si la policía no tendría que ver esa prueba.

La editora quiere asignar más personas al reportaje, sobre todo para interpretar el aspecto político. Della se rebela, porque no quiere que la dejen al lado. Carl la apoya.

En el hospital, el repartidor de pizzas muere como consecuencia de unos balazos que recibe, a través de los cristales, antes de poder hablar con Della, que presencia la escena.

Cal tiene que dejar a la mujer del congresista para acudir junto a Della. Ésta insiste en que tendrían que haber avisado a la policía.

Hay una reunión tensa entre un grupo de policías, acompañados por un abogado y los periodistas en el despacho de la editora. Los policías dicen que los periodistas tienen manchadas las manos de sangre por haber retenido pruebas. La editora negocia: a cambio de pasar las pruebas a la policía, ésta les informará de cómo va el caso. La policía concede seis horas.

La editora está muy preocupada porque, a pesar de que fue Cal el primero que descubrió lo que había ocurrido, si se hace pú-

blico lo que le comunicó el policía, el *The Washington Globe* perderá la exclusiva. Esto les lleva a dividir el trabajo: Pointcorp y Sonia Baker, y cómo realizar el reportaje.

Hay una reunión en la Comisión del Congreso, con un enfrentamiento fuerte entre el congresista Collins y el representante de Pointcorp, con un cruce de acusaciones entre el uno y el otro.

En la redacción, un periodista veterano le informa a Cal que la compañía Pointcorp tiene grandes posesiones, entre ellas muchas oficinas vacías, sin actividad conocida; a pesar de eso, Pointcorp obtiene grandes beneficios. Cal y Della visitan las oficinas y comprueban que es verdad. Cal le pide a su colega que le facilite una fuente de fiar en Pointcorp.

**7.3. Clímax o peripeteia:** Es el punto de encuentro de todas las Fuerzas Complicadoras y de Resolución en el drama. Hasta el Clímax, todas las dificultades han ido aumentando y cercando al héroe. Desde el Clímax, todas tenderán a la Resolución. En el Clímax, el nudo dramático está perfectamente atado: desis. Desde el Clímax, todo empezará a desatarse: lysis. Es la clave del arco. Las aguas alcanzan una garganta estrecha y profunda, y avanzan imponentes y con gran estruendo. En el Clímax, los pensamientos y emociones del héroe están concentrados, y como resultado de ello, están ardiendo hasta sus más abismales profundidades.

Dentro de las etapas que Berne distingue en el Guión, el clímax o peripeteia correspondería a la Adolescencia. Jeder puede cambiar su papel y pasar de ser un fracaso total a ser un éxito parcial, de ser un fracasado a ser meramente un no-triunfador y por lo menos romper la uniformidad (Berne, 2002, p. 193). También Berne habla del cuarto delantero y el cuarto trasero y de Guión y antiguión, a propósito de la Adolescencia (Berne, 2002, pp. 194-196).

En el Clímax asistimos a una transformación de las emociones. En *Otelo*, éste

se convence finalmente de que Desdémona le ha sido infiel, ordena a Iago que mate a Casio y él se reserva el deber de vengarse en su mujer. Por tanto, su amor se transforma en odio, que le hace ver las cosas de forma enteramente diferente. El marido devoto se convierte en el rígido e implacable administrador de la justicia.

Las emociones profundas también revelan. Por eso, Shakespeare siempre coloca a su héroe en una grave crisis emocional, cuando está bajo estrés y la tensión de algún sentimiento poderoso y desbordante. Puede ser amor u odio; pesar, gozo, miedo, desesperación. El héroe tiene que tomar una decisión de la que depende su destino.

En *Macbeth*, la predicción de las brujas sobre Banquo llena a Macbeth de aprensión e inquietud, que se convierte en una pesadilla insoportable. Decide matar a Banquo y a su hijo Fleance. La muerte de Banquo y la huida de Fleance, es el colmo del Clímax.

En *El mercader de Venecia*, el destino de Bassanio depende la elección del cofre. Portia, que teme una elección fracasada, le ruega que lo posponga. El amor de él es tan intenso que no puede esperar más. Impulsado por su dominante emoción, elige el cofre que decide no sólo su destino sino el de Portia, Nerissa y Graciano. Aquí está el colmo del Clímax.

En una obra bien construida, el Clímax está en el centro mismo, cerca de o en la escena central del Acto III.

*Macbeth*: Acto III, Escena 3. Muerte de Banquo, huída de Fleance.

*Julio César*: Acto III, Escena 1. César ha sido asesinado. Los conspiradores se agrupan alrededor del cadáver. Un criado entra. Es enviado por Antonio y es, dramáticamente, el representante de los vengadores. Así, los conspiradores y los vengadores se reúnen alrededor de este cadáver ensangrentado.

*Hamlet*: III, 2. La representación teatral en la que se revela la culpa del Rey

*El mercader de Venecia*: Acto III, 2. La escena del cofre en la que Bassanio hace la elección acertada del cofre.

*Romeo y Julieta*: III, 5. La partida final de los amantes.

En *Doce hombres sin piedad*, el Clímax llega cuando los miembros del jurado empatan en la votación, con a decisión dividida en dos partes iguales. El número 8 quiere probar si el viejo oyó o no oyó las palabras "¡Voy a matarte!". Después de un diálogo con varios de los jurados, prueba que no pudo oírlas. Como resultado de esta prueba y de un choque con el número 10, el jurado número 5 vota inocente. Después de una nueva votación, el jurado número 10 vota inocente. A continuación, el jurado número 8 recrea los movimientos que pudo hacer el viejo para llegar en quince segundos a la puerta y ver al acusado bajar las escaleras. Concluye que pudo oír el ruido del cuerpo al caer en el piso de arriba y que fue hacia la puerta, pero que no vio al acusado, sino que se imaginó que era él. Entonces, la rabia se apodera del número 3, ante los calificativos que le dirige el número 8 y pronuncia las palabras "¡Voy a matarle!". De esta manera, el número 8 prueba que alguien puede pronunciar unas palabras sin que realmente quiera realizar lo que anuncia. El número 6 propone una nueva votación. Seis votan "culpable" y seis, "inocente".

En *La sombra del poder*, el Clímax se centra en que surge la desconfianza del periodista Cal McAffrey hacia el congresista Stephen Collins porquien éste no le ha informado sobre las deudas de Sonia Baker que pudo haber pagado Collin. Entonces, decide verificar su hipótesis con Annie, la mujer del congresista. De todas las maneras, y a pesar de que ésta quiere empezar una nueva vida con Cal, ése no se decide a reanudar la relación amorosa que ya tuvo con ella.

El Clímax comienza cuando Della desea entrevistarse con varias fuentes, pero no quieren hablar con ella, excepto una joven

que le descubre que un tal Dominic aparece siempre relacionado con Sonia Baker. También reconoce que un hombre que sale en las grabaciones del metro es el mismo con el que se cruzó en el hospital y que anteriormente había salido en una fotografía junto al congresista Collins cuando hablaba de la formación militar. En consecuencia, Cal llama a Collins para que le facilite una reunión con su informante en Pointcorp.

Cal queda con el informante en un mercado de pescado, le entrega una fotografía del asesino, pero aquél no lo conoce. Le cuenta que Pointcorp hace lo que le da la gana y que viven gracias a la explotación de la guerra externa y de la privatización de la seguridad nacional en beneficio propio.

Tras esta conversación decide encontrarse con su amigo, el congresista Collins, para contrastar lo que le ha contado su informante. Después de advertirle Collins que lo que va a declararle es en estricta confianza y que las pistas no pueden llevar a él, confirma lo que le ha revelado el informante de Pointcorp. Va a quedar una sola empresa. Cal le avisa que van a por él, porque Pointcorp no puede permitirse perder 45.000 millones de dólares. Collins le anima a que consiga pruebas que vinculen la muerte de Sonia con Pointcorp.

Della descubre que Sonia Baker tenía una deuda de 40.000 dólares, pero que el congresista Collins la canceló (Aquí está la escena central del Clímax, cuando transcurre una hora de la película que tiene una duración de dos horas). Cal le dice que ella debe decidir si lo publica o no.

Cuando llega a su casa, le espera la mujer de Collins para conversar. Cenar juntos y hablan de ellos y de las relaciones que mantuvieron en la universidad. Cal no se deja llevar por el recuerdo del amor que hubo entre los dos, sino que le pregunta si su marido podría haberse gastado cuarenta mil dólares a espaldas de ella. Ella quiere poner fin a su matrimonio, pero él le responde que ya es tarde para que se una a Cal. Annie

niega que su marido haya saldado las deudas de Sonia Baker porque sabía los gastos de los dos. Se marcha decepcionada.

Cal recibe la llamada de su informante en Pointcorp, quien le dice que el hombre de la fotografía sólo ha realizado trabajos de poca importancia. Le facilita la dirección de Summers, el hombre que le encargaba los trabajos.

Cuando Cal acude al apartamento, la puerta está abierta, pero no hay nadie, aunque inmediatamente aparece por el pasillo el hombre sospechoso de la fotografía, quien le habla en tono enigmático. Cal llama a su amigo el policía para que acuda a salvarle; se refugia en el aparcamiento subterráneo y el hombre le dispara varias veces, pero no le acierta y la presencia de la policía hace que el criminal huya.

Hablando en la redacción del periódico, Cal revela que Summers había muerto hacía varios meses y el policía le enseña la fotografía de la joven compañera del drogadicto asesinado; también ella ha sido asesinada; ella fue quien le entregó las fotografías de Sonia Baker.

La editora del periódico cada vez está más enfadada, porque *The Washington Globe* ha conseguido más información, pero no la ha publicado, mientras que los medios de la competencia se le han adelantado en la revelación de la vida íntima de Sonia Baker. Cal dice que esa noticia sólo sirve para distraer la atención del público y que la verdadera noticia es Pointcorp. Ella quiere publicar cuanto antes toda la información de que disponen, pero Cal y Della se niegan. Ella les da ocho horas.

**7.4. Catábasis o Descenso:** Es el comienzo de la Segunda Parte de la Acción. Si el Clímax ha concentrado el interés, el descenso no puede disiparlo. Por lo tanto, el progreso de la acción del Clímax al Descenso no puede ser rápido o abrupto.

En el análisis del guión de Berne, la Catábasis o Descenso correspondería a la Madurez.



La Complicación del Descenso da paso a la Resolución. La pasión cambia ahora de la tensión a la reacción. Cada palabra, cada acción en el Descenso es el resultado de lo que ha tenido lugar en el Ascenso y en el Clímax. Adelanta lo que va a ocurrir en la Catástrofe. Desde el principio del Descenso, cada detalle debe apuntar al final del drama y preparar la mente del espectador para ese final.

Para impedir que la tensión mental y emocional se haga opresiva, el Descenso del drama es siempre episódico. Durante el mismo, la acción del drama deja temporalmente de moverse. “¿Qué es lo que produce el mayor efecto en la música?”, le preguntaron a Mozart. “Que no haya música”.

En *Macbeth*: desde III, 5 hasta el final del IV. Está dedicado a la narración del segundo encuentro de Macbeth con las Brujas, a la entrevista de Macduff con Malcolm, en Inglaterra, y a la presentación del asesinato de la mujer, hijos y siervos de Macduff. Ésta es la única acción. Los otros son episodios preparatorios.

En *Doce hombres sin piedad*, los diferentes episodios se contraponen a otros tantos que han tenido lugar en el Ascenso y en el Clímax. La lluvia parece calmar un poco los ánimos, porque el bochorno era muy molesto. El número 8 suscita el asunto de la falta de memoria del acusado, que el número 4 ha atribuido, en el Ascenso, a que el chico estaba muy conmocionado por la disputa con su padre. Como el número 4 sostiene que el muchacho sí recordaba lo que había hecho, pero no lo quería reconocer porque el abogado le había podido aleccionar, el número 8 le empieza a preguntar al número 4 sobre lo que ha hecho en días anteriores. El número 4 no recuerda ni el título de una de las películas que ha visto hace sólo unos días.

El número 2 propone recrear la manera en que el asesino pudo matar a su víctima. El número 5 demuestra que el acusado no pudo originar el ángulo de la herida, de arri-

ba abajo, sino que tuvo que ser un asesino más alto. En las reyertas, las navajas automáticas se mueven de abajo arriba (el asunto de la navaja ya había salido en el Ascenso).

Hay un nuevo choque emocional porque el número 7 vota inocente, cuando antes sostenía lo contrario. Quiere irse al partido de béisbol. Tras una nueva votación, el resultado es de 9 a 3 a favor de la absolución.

En *La sombra del poder*, los episodios del Descenso van desarrollando hilos anteriores. Sobre todo, el periodista Cal McAffrey somete a una prueba a su amigo Collins porque alberga dudas sobre él. Collins sale bien de la prueba, y acusa a Cal de ser un mal amigo, que le ha utilizado para su artículo. Los periodistas se centran en Dominic, que tiene la oficina en el edificio Watgergate, donde está un lobby ligado a Pointcorp. Entonces, el plan de Cal es hablar con Dominic, grabarle y ligarle con Sonia y Pointcorp.

Cal sorprende a Dominic en una cafetería y comienza a presionarle hasta que le pone en una encrucijada: O le revela lo que sabe sobre Sonia y Pointcorp, y entonces Cal le garantiza el anonimato o va a publicar un reportaje al día siguiente, presentándole bajo un aspecto muy desfavorable. Podemos deducir que Cal reacciona demasiado y prácticamente hace chantaje a Dominic precisamente porque está muy turbado por la posibilidad de que su amigo, el congresista Collins, le esté ocultando información que él debe conocer.

El periodista lleva a Dominic a la habitación de un hotel. En la de al lado, tiene preparado un sistema de grabación en video. Cal comienza a entrevistarle, pero Dominic está muy intranquilo, al parecer por haber tomado drogas. De todas las maneras, revela que Pointcorp necesitaba a una persona para que se infiltrase en el equipo del congresista Stephen Collins y que él, como especialista en relaciones públicas, contactó con Sonia, también a propuesta de un congresista llamado Fergus. Sonia tenía deudas



y Pointcorp las saldó. A cambio, tenía que espiar a Collins Más adelante, se enamoró de él y no quiso dar más información sobre Collins. Sin embargo, Cal cree que Dominic sabe más de lo que dice. Entonces, Cal llama a Collins para que acuda al hotel.

En la habitación donde graban las declaraciones de Dominic, Collins confiesa que no conoce a Dominic. Ve la grabación y confirma lo que Dominic ha declarado pero, a la vez, pide salir un minuto y lo que hace es pasar a la habitación de al lado, para pegar a Dominic.

Después, sale del Hotel y Cal le sigue. Mantienen una conversación en la que Collins le echa en cara que ha traicionado la amistad, que le ha manejado para lograr su artículo. Es decir, quien ahora superreacciona es Collins.

Cal va a buscar al congresista Fergus, que le trata con un gran desprecio y acaba amenazándole, cuando el periodista le demuestra que miente.

**7.5. Catástrofe o desenlace:** Ha de ser orgánica, no forzada o artificial. Simplemente, el resultado natural, la consecuencia inevitable de la Acción Principal. Catástrofe significa dar la vuelta, que no tiene por qué ser trágica. Una Catástrofe en una Comedia puede ser el final feliz de una boda. Lo importante es que debe surgir del carácter y de la conducta de los actores.

En el sistema de Berne, correspondería a la Vejez y la Muerte.

Ha de ser de movimiento rápido. Los espectadores están preparados y todos los impedimentos del progreso han sido separados. La intensidad de los sentimientos sólo puede continuar hasta el final si hay una gran rapidez de movimiento. Las palabras han de ser pocas; los discursos y soliloquios, breves. La Acción y esa rapidez continua son una cualidad necesaria y un requisito primordial para la Catástrofe.

Sin embargo, el movimiento no debe ser abrupto u ofensivamente rápido. No debe haber sorpresas ni deben introducirse nue-

vos caracteres. No hay que llevar los pensamientos y emociones de los personajes a otros caminos. La rapidez no tiene que estar reñida con la gradación del efecto. Ha de ser como el ponerse el sol en el horizonte.

*Macbeth:* Remordimiento de Lady Macbeth y posterior suicidio; muerte de Macbeth a manos de Macduff.

*Julio César:* Derrotas de Casio y Bruto y consiguiente suicidio.

*El mercader de Venecia:* Los felices casamientos de Bassanio y Portia, Gratiano y Nerissa, Lorenzo y Jessica; y la vuelta, a salvo y con valiosos cargamentos, de los tres bajeles de Antonio.

*Doce hombres sin piedad:* El Desenlace es breve. Comienza con un estallido emocional del número 10 ante la marcha que llevan las cosas y todos le abandonan por lo molesta que resulta su actitud. Acaba retirándose a un rincón. El número 4 expone sus razones de por qué sigue creyendo que es culpable, sobre todo por el testimonio de la mujer. Logra que el número 12 vuelva a votar a favor de la culpabilidad. Después, pide una hora. Si no llegan a un acuerdo en ese plazo, discutirán si renuncian o no. Los demás aceptan. Cuando comienza a explicar su punto de vista, el jurado número 9, el más viejo del grupo, se da cuenta de que el número 4 se frota varias veces la nariz por las marcas que le dejan las gafas. Entonces, recuerda y logra que los demás rememoren que la mujer se frotó varias veces la nariz durante su testimonio. Si se frotaba la nariz es porque no quería que la vieran con gafas. Por tanto, no llevaría gafas cuando se despertó y corrió hacia el balcón. El número 4 se convence de que así debió de ser y está a favor de la absolución porque tiene una duda razonable. La obra finaliza con otro estallido emocional del número 3, que ha estado manteniendo una posición muy negativa hacia el acusado porque él está enfadado con su hijo, que hace años que no viene a verlo. Acaba votando inocente.

*La sombra del poder.* Cal le dice a su editora que Pointcorp y Fergus son el meollo del reportaje, pero la editora la revela que Mediacorp, la compañía que acaba de adquirir el periódico, no quiere que publiquen algo sobre esos asuntos, si no cuentan con una fuente directa que lo confirme.

El congresista Stephen Collins llega al periódico y hace una declaración oficial en la que, además de volver a confirmar la información sobre Sonia, habla sobre la amenaza que representa Pointcorp y que en el Congreso hay muchos casos de corrupción. La mujer del congresista le dice en un aparte a Cal que su marido ha caído en una trampa y que Sonia cobraba veintiséis mil dólares al mes para que mantuviese relaciones con su marido. Por eso, ella ha perdonado a Stephen.

El asesino está vistiéndose y preparando sus armas. Llama por teléfono para decir: "Señor, estoy listo para terminar lo que empezamos".

Cal y Della se reparten el trabajo para completar el reportaje y publicarlo. Sin embargo, Cal recuerda las palabras de Anne Collins sobre la cifra que pagaban mensualmente a Sonia Baker. ¿Cómo podía saber ella esa información? Después, ve una fotografía de Collins y, casi al lado de él está el asesino. Entonces, le dice a Della que retenga el artículo mientras él busca a Collins.

En medio de una disputa, Stephen Collins revela que contrató al militar que luego ha resultado un asesino porque coincidieron en el servicio militar; Collins le salvó la vida. Es una persona inestable y, en lugar de vigilar a Sonia, la mató. Cal le hace ver que él, Stephen Collins, es el responsable máximo de la muerte de cuatro personas. Acusa a Cal de ser un egoísta y de haber traicionado la amistad, pero éste le replica que él sí que ha utilizado al antiguo militar y a él mismo para sus propios fines. Le da tres minutos para huir, porque la policía va a llegar.

Mientras tanto, el asesino está apostado y, cuando va a disparar, la policía se le adelanta y lo abate.

En la redacción del *The Washington Globe*, Cal escribe el artículo, mientras la editora, Della y otros colegas le observan. En el momento de firmar el reportaje, pone el nombre de Della delante del suyo y le deja a ella que pulse la tecla para enviarlo a máquinas.

La cámara muestra las operaciones que sigue la maquinaria del periódico hasta que el diario sale a la calle. Así es como el espectador se entera de los resultados del reportaje de investigación: "Un congresista involucrado en asesinatos"; "Pointcorp es objeto de investigación por corrupción"; "El Presidente de Pointcorp afronta una acusación de soborno".

## 8. CONCLUSIONES

- 1) La categoría Guión, de Eric Berne, enlaza con la categoría Fábula, de Aristóteles, tal como la ha desarrollado David Bordwell, un excelente teórico del cine, que ha escrito extensas obras en las que analiza películas de distintas épocas.
- 2) Al fundamentar el Guión en Aristóteles, y al disponer de las aportaciones teóricas de Bordwell, los cultivadores del AT pueden encontrar un gran campo para ilustrar su quehacer profesional.
- 3) Sea cual sea el campo de actividad de un transaccionalista, puede encontrar películas en las que identifique semejanzas del Guión de una persona y de un personaje, siguiendo la evolución de la trama de la película y la de la vida de la persona.
- 4) Para comprender la evolución de una película, es útil dividirla en cinco partes, cada una de las cuales guarda semejanzas con las etapas que Berne distingue en el Guión.

## REFERENCIAS

- ARISTÓTELES (1982). *Poética*. En *Poéticas* (Aristóteles, Horacio, Boileau). Edición preparada por Aníbal González Pérez. Madrid: Editora Nacional.
- BERNE, E. (1967). *Notes on Games & Theater*. From an Interview by Arthur Wagner. *Tulane Drama Review*, XI, 89-91. Traducción española (2006) *Notas sobre Juegos y el Teatro*. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 55, pp. 118-120
- BERNE, E. (1975). *What do you say after saying Hello?* London: Gorgi Books. Traducción española (2002). *¿Qué dice usted después de decir Hola?* Barcelona: Random-House.
- BORDWELL, J. (1995). *El significado del cine*. Madrid: Paidós.
- BORDWELL, J. (1996). *La narración en el cine de ficción*. Madrid: Paidós.
- BORDWELL, J. (1997). *Cine clásico de Hollywood*. Madrid: Paidós.
- BORDWELL, J. y THOMPSON, K. (2002). *Arte cinematográfico*. Madrid: McGraw-Hill.
- BRADY, J. (1995). *El oficio de guionista*. Barcelona: Gedisa. (El original inglés trae, también, otra extensa entrevista con Paul Schrader).
- BRADY, M. (1981). Dr. Dysart in a Dance around the Drama Triangle. *Transactional Analysis Journal*, 11, 2, April 1981, 176-177.
- BUCERO, M. (2011). Los guiones de vida de las personas y su reflejo en las películas como medios para la instrucción. En ROMÁN y otros (ED.) pp. 5981-5995.
- BUCERO, M. (2008). Territorio Berne: El concepto de Guión. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 58, 13-36.
- CHENEY, W. (1968). Hamlet's Checklist. *Transactional Analysis Bulletin*, 121-123. Traducción española (2006) *Hamlet: Lista de verificación de su Guión*, 55, Pp. 121-123.
- CORLISS, R. (1985). *Talking Pictures*. Nueva York: The Overlook Press.
- FLEMING, W.H. (1901). *Shakespeare's Plots. A Study in Dramatic Construction*. Nueva York: G.P. Putnam.
- JENSEN, M.A. (1983). Peter Shaffer's Plays as Case Studies in T.A. *Transactional Analysis Journal*, 13, 55-57.
- MCBRIDE, J. (1988). *Hawks sobre Hawks*. Madrid: Akal.
- MCDONALD, K. (2010). *La sombra del poder*. Autor original: Paul Abbot (2003, miniserie para TV en Inglaterra). Guionistas de la versión norteamericana para el cine: Matthew Michael Carnahan, Tony Gilroy, Peter Morgan.
- MCGILLIGAN, P. (1993 y 2000). *Backstory*. Madrid: Editorial Plot. Tomo I y Tomo II.
- NOVELLINO, M. (2006). The Don Juan Syndrome: The Script of the Great Losing Lover. *Transactional Analysis Journal*, 36, 1, 33-43.
- PADILLA, G. (2009 a). El mundo de la Trilogía *Millenium* desde el Análisis Transaccional, la Ética, la Moral y la Política. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 61, 173-188.
- PADILLA, G. (2009 b). La mujer en el cine de Kenji Mizoguchi
- PADILLA, G. y SEMOVA, D (2009 c) Los juegos de las series favoritas de los universitarios madrileños. *CIC Cuadernos de Información y Comunicación*, 14, pp. 199-211.
- PADILLA, G. (2010 a). Los antihéroes televisivos desde el Análisis Transaccional, la Ética, la Moral y la Política. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 62, 81-101.
- PADILLA, G. (2010 b). Las series de televisión sobre médicos (1990-2010): su éxito desde el Análisis Transaccional y desde la Ética. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 61, 173-188".
- PADILLA, G. (2011). Las series de televisión sobre médicos como instrumentos para ilustrar, clasificar y aprender las reglas de los juegos comunicativos. En ROMÁN y otros (comp.) (2011), Pp. 6019-6039.
- REQUEIJO, P. (2010 a). *Mad Men* desde el Análisis Transaccional: las claves de sus protagonistas, *Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 63, Pp. 261-279.
- REQUEIJO, P. (2011 a). El Análisis Transaccional como método para investigar y sistematizar la comunicación humana. En ROMÁN y otros (2011), Pp. 5997- 6017.
- REQUEIJO, P. (2011 b). La Comunicación No Verbal en algunas series de televisión y su importancia en la instrucción". *Actas del Con-*

- greso *Investigar la Comunicación en España: proyectos, metodologías y difusión de resultados*, Madrid 13 y 14 de abril de 2011, Universidad Rey Juan Carlos y Asociación Española de Investigación de la Comunicación (AEIC), ISBN: 978-84-694-2713-2, pp. 1-15. Disponible en: <http://www.simpósio-ae-ic2011.com/Images/stories/site/pdf/Comunicaciones%20Eje%20Temático%203.pdf>
- ROMÁN, J.M. (1983). El análisis transaccional como técnica de comentario de textos. En A.P. González (Coord.). *La Celestina: estudio interdisciplinar*, pp. 131-216. Barcelona: Reproser.
- ROMÁN, J.M. (1984). Una psicografía de Santa Teresa. En J.M. Fernández (Coord.). *Cinco ensayos sobre Santa Teresa de Jesús*, pp. 47-94. Madrid: Editora Nacional. Premio Nacional de Ensayo en 1982.
- ROMÁN, J.M. (2006). El análisis transaccional como técnica para comentar textos y para redactarlos. En F. Valbuena (editor). *Eric Berne, teórico de la Comunicación*, pp. 281-294. Madrid: Edipo.
- ROMÁN, J.M., CARBONERO, M.A. Y VALDIVIESO J.D. (COMP.) (2011). *Educación, aprendizaje y desarrollo en una sociedad multicultural*, Ediciones de la Asociación Nacional de Psicología y Educación, Madrid.
- VALBUENA, F. (editor) (2006a). *Eric Berne, teórico de la Comunicación*. Madrid: Edipo.
- VALBUENA, F. (2006 b). Análisis de la película *Esencia de Mujer* desde los cuatro niveles del Análisis Transaccional. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 55, 17-21.
- VALBUENA, F. (2007 a). Análisis de la película *Hotel Rwanda*. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 56, 71-79.
- VALBUENA, F. (2007 b). Análisis de la película *La vida de los otros* (desde el Análisis Transaccional y la Teoría de la Negociación). *Cuadernos de Información y Comunicación*, 12, 119-136.
- VALBUENA, F. (2008). Los Guiones y los Proyectos de Vida en algunos cuentos de los Hermanos Grimm y de Andersen. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 58, 43-62.
- VALBUENA, F. (2009). El Guión de Vida del Dr. House. *Cuadernos de Información y Comunicación*, 14, 119-136.
- VALBUENA, F. (2011). De las películas a las series de televisión: un continuo para presentar, practicar y evaluar casos de comunicación intrapersonal e interpersonal. En ROMÁN y otros (comp.) (2011), pp. 5960-5979.
- WAGNER, A. (1967). Transactional Analysis and Acting. *Tulane Drama Review*, Vol. II, 81-82. Traducción española (2006) *El Análisis Transaccional y la Actuación*. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, nº 56, pp. 109-117.
- WEBB, E.J.; CAMPBELL, D.T.; SCHWARTZ, R.D.; y SECHREST, L. (1966). *Unobtrusive Measures: Nonreactive Research in the Social Sciences*. Chicago: Rand McNally.
- WEBB, E.J.; CAMPBELL, D.T.; SCHWARTZ, R.D.; SECHREST, L.; y GROVE, J.B (1981). *Nonreactive measures in the Social Sciences*. Boston: Houghton Mifflin.

Recibido: 15/11/2011.

Aceptado: 20/11/2011.

Evaluado: 27/11/2011.

Aprobado: 30/11/2011.

## **La educación de las emociones: Intuición emocional**

Dr. Josep Lluís Camino Roca<sup>1</sup>

### *Resumen*

El equilibrio y la armonía en la vivencia de nuestras emociones contribuyen a un buen estado de salud física y mental.

Por el contrario, se ha comprobado que los estados depresivos, de ansiedad y de melancolía se hallan con mayor frecuencia vinculados a enfermedades crónicas.

La represión de la libre expresión de las emociones lleva a un estado de insatisfacción general. De aquí la necesidad de una auténtica educación de las emociones, que, además, son el fundamento de una vida regulada por la ética y la moral.

*Palabras clave:* intuición emocional, lenguaje universal de las emociones, emociones auténticas e inauténticas o falsas emociones, emoción y personalidad, ética y sensibilidad.

### **The education of the emotions: emotional intuition**

#### *Summary*

The balance and harmony in the experience of our emotions contribute to good physical health and mental health.

On the contrary, it was found that depression, anxiety and melancholy are most often linked to chronic diseases.

The suppression of free expression of emotions leads to a state of general dissatisfaction. Therefore the need for real education of the emotions, is also the foundation of a life governed by ethics and morality.

*Key words:* emotional intuition, universal language of emotions, emotions authentic and inauthentic or false emotions, emotion and personality, ethics and sensitivity.

### **L'éducation des émotions: intuition émotionnelle**

#### *Résumé*

L'équilibre et l'harmonie dans l'expérience de nos émotions contribuent à un bon état de santé physique et mentale. Au contraire, on a vérifié que les états dépressifs, d'anxiété et de mélancolie sont, avec une plus grande fréquence, liés à des maladies chroniques.

La répression de la libre expression des émotions porte à un état de mécontentement général. C'est pourquoi on a besoin d'une éducation authentique des émotions, qui, en outre, sont le fondement d'une vie réglée par l'éthique et la morale.

*Mots clé:* Intuition émotionnelle, langage universel des émotions, émotions authentiques ou fausses émotions, émotion et personnalité, éthique et sensibilité.

---

<sup>1</sup> Doctor en Psicología y Presidente de ACAT (Associació Catalana d'Anàlisi Transaccional). Profesor titular de la Universidad de Barcelona. Catedrático de Filosofía de Enseñanzas Medias.

## I. ¿Qué entendemos por emoción? Relaciones entre conocimiento y emoción

La emoción es una reacción afectiva intensa (descarga energética) de corta duración, que proviene del área visceral-hipotalámica (instintiva y común a los mamíferos), que conlleva, por lo general, reacciones de orden vegetativo. Éstas pueden ser, entre otras: taquicardia, ahogo, “carne de gallina”, dificultades para hablar, etc.

Conviene distinguir el sentimiento de la emoción, aunque el origen es el mismo para ambos. El sentimiento se presenta “corticalizado”, es decir, más controlado por la razón, menos intenso, de larga duración y con pocas reacciones vegetativas.

Tanto el sentimiento como la emoción se consideran, para la psicología, estados que corresponden al área afectiva de la persona. En la conversación coloquial, en incluso académica (nosotros lo hacemos a lo largo de este artículo), se emplean indis-

tintamente los dos términos de sentimiento y emoción.

Sobre las emociones se ha hablado de diferentes maneras a lo largo de la historia, desde Diógenes de Sínope o el cínico, pasando por Aristóteles, hasta San Agustín, Santo Tomás de Aquino, Descartes, Spinoza, Schiller (por citar algunos de los más representativos), hasta llegar a los actuales, con Freud y la escuela psicoanalítica, la *gestáltica*, y entre los transaccionistas: Berne, Fanita English y Steiner. Nosotros seguiremos la clasificación de Darwin (1984) en cinco emociones básicas, que son: miedo, amor, tristeza, alegría y rabia; por considerar que otorgan mayor claridad didáctica.

Desde nuestro punto de vista, las emociones se pueden presentar con diferentes grados de intensidad, que provocan distintos tipos de conducta; ya que toda emoción tiende a la acción.

Cuadro progresivo de los grados afectivos y conductas consiguientes:

| Sentimiento | emoción       | pasión         | conducta            |
|-------------|---------------|----------------|---------------------|
| Miedo       | temor         | pánico         | huida, estampida    |
| Amor        | enamoramiento | locura de amor | homicidio, suicidio |
| Tristeza    | melancolía    | desconsuelo    | depresión, suicidio |
| Alegría     | júbilo        | axultación     | reír, bailar        |
| Rabia       | irritación    | enojo          | agresión            |

Según Sartre (1971): “la emoción es un estado mágico, que provoca una transformación del mundo” (p. 85).

Nos podemos preguntar la relación entre pensamiento y emoción. Por ejemplo, ¿qué es primero, lo uno o lo otro? La respuesta no es fácil.

El mismo Sartre se cuestiona (1971): “me parece odioso porque estoy furioso o estoy furioso porque es odioso?” (p. 125). Acostumbra a darse una reflexión previa ante determinada situación que provoca la emoción. Para la psicología cognitiva, primero es el pensamiento y después la reac-

ción emotiva; cambiando el pensamiento, podemos cambiar las emociones consecuentes. Según el dicho atribuido a Epicteto: “No preocupan a las personas los acontecimientos en sí mismos, sino lo que opinamos sobre ellos” (*Perturbant homines non res ipsae, sed de rebus opiniones*).

Esto es cierto, pero también lo es que las emociones, por ser instintivas, pueden presentarse antes que cualquier reflexión. Aún sin darnos cuenta, delante de una circunstancia u objeto percibido, al captarlo con una intuición emocional. Podemos hablar de una intelección afectiva intencional, según Max



Scheller (1943), que, después, provoca un pensamiento positivo o negativo, según el tipo de emoción experimentada.

Las emociones no son irracionales, como se pretendía en el racionalismo del s. XVII, con autores como Descartes o Leibniz, e incluso según la actual psicología cognitiva. La emoción capta la realidad por medio de una intuición, que ya es conocimiento, y representa un lenguaje universal, asequible a todas las personas. Una reacción emotiva espontánea y rápida ante un estímulo o situación se da antes que la intervención de un pensamiento reflexivo. Aunque, un pensamiento pueda ayudar, posteriormente, a cambiar determinada emoción.

O sea, la emoción es también inteligencia, aunque no reflexiva, pero sí intuitiva. En consecuencia, podemos hablar de interacción entre emociones y pensamientos, más que de prioridades.

## **II. Las emociones son la base de nuestra salud física y mental. Psiconeuroinmunología**

La psiconeuroinmunología es la nueva disciplina que estudia las relaciones entre los procesos psicológicos y el sistema inmunitario, considerando que la base de estas interrelaciones tienen lugar por medio de mecanismos neurohormonales.

La mayor parte de estas investigaciones se han centrado en los efectos del estrés sobre el funcionamiento inmunitario (Ader, 1981):

- Se ha comprobado que la depresión, la ansiedad y la melancolía son más frecuentes en la vida de pacientes con enfermedades graves o crónicas.
- Se reconoce la mayor susceptibilidad de los estudiantes en épocas de exá-

menes y militares en pruebas con riesgo para las infecciones (gripe, mononucleosis infecciosa, etc.).

- La tensión emocional y los estados de insatisfacción sostenida aumentan las recurrencias de herpes labiales, genitales y zoster.

Por contra, la adopción de una actitud comunicativa, optimista, alegre y esperanzadora contribuye a mejorar el pronóstico de las enfermedades (Dr. Casado, 1993).

En este mismo sentido podemos hablar de enfermedades psicósomáticas, a consecuencia de un desequilibrio emocional persistente: fibromialgia, úlcera de estómago, jaquecas reiterativas, dolores musculares o precordiales, etc. En los niños: enuresis, bruxismo, déficit de atención, estados neuróticos, depresión, celos, insomnio, "negativismo desafiante" o rebeldía, mal comportamiento, agresividad, etc.

El equilibrio y la armonía en la vivencia de nuestras emociones contribuyen a un buen estado de salud física y mental.

## **III. Las emociones pueden ser auténticas, inauténticas y contaminadas**

a) Emociones auténticas son las que surgen espontáneamente de nuestro "estado Niño"<sup>2</sup>, al inicio de la infancia. No son aprendidas; son innatas. Tal como comenta Shirley Maclaine (1992):

Había llegado el momento de que buscáramos en nosotros mismos, de que encontráramos al niño que estaba en nuestro interior y que llevaba demasiado tiempo sin alimentarse y de que le dejáramos jugar, de que le diéramos ternura, de que accediéramos a sus juegos divertidos y de que nos dejáramos

<sup>2</sup> Entendemos por "estado Niño", aquel que corresponde a un período temprano de la vida, en que el niño acostumbra a manifestarse de manera espontánea y auténtica, en sus necesidades y emociones.

mos llevar por la paz, la seguridad y el amor.

Tal vez necesitábamos percibir el mundo desde los ojos de ese niño que llevábamos dentro. Ya que, ajeno a los condicionamientos sociales, ese niño nos podía proporcionar confianza en nosotros mismos y en los demás, sin autocensura, ya que, por el contrario, sólo estaba interesado en disfrutar de la vida (p. 92).

También Nietzsche (1970) hace referencia a ese niño interior:

Ha cambiado Zaratustra; se ha hecho niño. Se ha despertado Zaratustra. ¿Qué quieres hacer entre los dormidos?

Os he indicado las tres transformaciones del espíritu: la del espíritu en camello, la del camello en león y la del león en niño (p. 344).

El camello simboliza la aceptación pasiva y gustosa de todos los deberes que se le imponen, el "tú debes"; en un lenguaje berniano podríamos hablar del "Niño sumiso". Como león, el espíritu se enfrenta al anterior estado, proclamando un "yo quiero", negando los valores de sumisión y pasividad, un "Niño rebelde", muy propio de

los adolescentes. Finalmente, el espíritu del estado niño, que representa el sujeto que ha conquistado la libertad, la expresión de sus emociones, la autenticidad y la creatividad; constructor de nuevos valores, proclamando un sí a la vida, con un espíritu inocente y prístino que juega y su mueve por sí mismo.

Estamos hablando de autenticidad, que es un tema recogido en la filosofía existencial de Heidegger, en su obra *El ser y el tiempo* de 1927, donde expone la manera de aceptar la existencia humana, con todos sus riesgos y precariedad, aunque comporta angustia existencial.

b) Las emociones inauténticas son fruto de una derivación de las anteriores, debido a carencia de expresión de las mismas o por represión. Así, podemos hablar de falsa alegría o falsa tristeza. El actor interpreta diferentes estados emocionales, pero no está ni alegre ni triste, se trata de una situación ficticia. Puede suceder en ocasiones. Se experimentan muchas emociones inauténticas.

Explicitamos algunas consecuencias sintomáticas generadas por estas falsas emociones, fruto de la observación en la praxis terapéutica:

| Emociones inauténticas                | Consecuencias                            |
|---------------------------------------|--|
| * Miedo del miedo                     | Hipocondría, agorafobia, claustrofobia   |
| * Miedo de la rabia (rabia reprimida) | Ansiedad, miedo a la libertad, depresión |
| * Miedo de la tristeza                | Depresión                                |
| * Miedo de la alegría                 | Melancolía, envidia                      |
| * Miedo del amor                      | Celos, culpa, anorexia, adicciones       |

En general, las emociones inauténticas provienen de una contaminación con el miedo, que impide la libres expresión de las emociones básicas.

c) Las emociones contaminadas son aquellas que aparecen mezcladas con

otras emociones (en cadena, pasando e una a otra). Por ejemplo, en los celos se mezcla el amor y el miedo (amor por la persona que se quiere y miedo a ser rechazado o pospuesto por otra más deseada). En el caso de la envidia, se mezcla tristeza, por carecer de algo apetecible, y rabia, al

percatarse que el otro posee aquello que tú no tienes.

Hay muy poca diferencia entre las emociones inauténticas y las contaminadas. Las corrientes psicológicas americanas de Análisis Transaccional las unifican con el nombre de *rackets* (palabra que en inglés equivale a estafa o chantaje), dando esta definición:

Sentimiento favorito "parasitario", aprendido en la infancia, a nivel arqueopsíquico, originado en un hecho doloroso, que se manifiesta en un estado de "niño adaptado". Estos sentimientos pueden ser congruentes con el acontecimiento en cuanto cualidad, pero no en intensidad o duración. No motivan a actuar para salir, sino más bien se orientan hacia la autocompasión, el *acting-out*, o la búsqueda simbiótica. (Carlo Moiso, 1986).

Este nombre de *racket* parece bastante acertado, pues no olvidemos que el recurso al miedo, a la vergüenza, a la culpa y a la compasión, suele ser el más efectivo y común mecanismo al que los humanos recurrimos para manipularnos los unos a los otros.

| Emoción  | reacción psicósomática   | demanda social  |
|----------|--------------------------|-----------------|
| Amor     | caricias, besos, abrazos | correspondencia |
| Rabia    | descargar (sin agresión) | justificación   |
| Alegría  | reír                     | correspondencia |
| Tristeza | llorar                   | consuelo        |
| Miedo    | huir o afrontar          | protección      |

Si la expresión (psicósomática y verbal) de nuestras emociones es la correcta, tanto en la intensidad como en la duración, en correspondencia al estímulo que la provocó, y, por otra parte, se experimenta más a menudo alegría y amor por encima de las otras (aunque las demás también, pues todas son buenas y su vivencia necesaria), puede decirse que se posee una buena inteligencia emocional y uno se encuentra lejos de lo que llamamos, en lenguaje de Steiner (2011), analfabetismo emocional.

Estamos planteando el tema de las emociones no como una conducta, al estilo de la psicología conductista, sino como una "posición existencial" (manera más o menos permanente de estar frente al mundo), al modo de Sartre.

La verdadera emoción (la auténtica) está ligada a las creencias de cada uno y también relacionada con el propio proyecto de vida (aquello que esperamos de nosotros mismos); desde el que se asume un modo de vivir, al que podemos designar, según Berne (1981), "Guión de vida". Donde radican creencias, y las emociones consecuentes con aquello que pensamos en relación a lo que nos sucede.

#### IV. La educación y expresión de las emociones

¿Cómo educamos las emociones para que sean auténticas?

Las emociones, como potente energía física que son, tienen una forma de expresión psicósomática y piden una reacción del entorno humano apropiada a cada emoción:

Si se trata de la educación de los niños, es muy importante dar "Permiso" para la libre expresión de sus emociones y aportar la adecuada correspondencia a su demanda social.

Según Carlo Moiso (1986):

Permiso es un estímulo transmitido con carga emotiva (puede ser un silencio), que favorece la expresión de la naturaleza espontánea de una persona, dirigiéndola, sin sofocarla, de manera que

influya positivamente en la transformación de su posición existencial ante la vida: yo estoy bien, tú estás bien.

Lo que no puede hacer un educador es reprimir a sus educandos esta necesidad de expresar las emociones, que, ciertamente, tenemos todos, pero más los niños. Si censuramos el poder llorar o enfadarse, por ejemplo, puede acontecer que el niño se reprima y no se manifieste de forma espontánea; y como consecuencia, buscará una compensación afectiva inauténtica y manipuladora.

Desde otro punto de vista, el psicoanalítico, Freud (1999) lo expone de esta manera:

La unión de los componentes eróticos transforma los instintos egoístas en ins-

tintos sociales. El sujeto aprende a amar al sentirse amado, como una ventaja, gracias a la cual puede renunciar a otras cosas (p. 104).

Freud habla, en esta misma obra, de dar “primas de amor”, en las escuelas, en vez de premios o castigos a los alumnos. No se trata de reprimir los impulsos y las emociones (a las que considera instintos), sino de reconducirlos por medio de una educación persuasiva más que autoritaria.

Veamos qué puede ocurrir a través de la correlación: pensamiento, emoción, comportamiento, según las vivencias infantiles en correspondencia a los mensajes recibidos en el entorno familiar y social:

| <b>Pensamiento</b> | <b>emoción</b> | <b>comportamiento</b>      |
|--------------------|----------------|----------------------------|
| No me quieren      | rabia          | frustración, agresión      |
| No valgo           | tristeza       | aislamiento                |
| Soy muy vulnerable | miedo          | inhibición, desorientación |
| Valgo mucho        | alegría        | relación, socialización    |
| Soy amado          | amor           | participación, felicidad   |

La agresividad en los niños tiene lugar cuando prevalecen los estados de rabia por encima de los estados de amor. El niño rabioso ha experimentado muchas frustraciones, debido a un exceso de represión y control por parte de padres y educadores; o también, a causa de una protección ansiosa. Según el criterio psicosocial clásico: “toda represión conlleva una frustración, y toda frustración lleva a una agresión”; seguramente, como descarga de tensiones acumuladas.

La Escuela Nueva ha entendido muy bien la necesidad de que los compañeros aprendan a compartir más que a competir, lo que siempre es motivo de frustración y desencanto para algunos. Para ello, fomenta las salidas al campo y las estancias en colonias. Donde los alumnos puedan relacionarse fomentando

amistades, disfrutar de la naturaleza, observar a los animales y amarlos. Los niños que aman a los animales y cuidan la naturaleza están educando su sensibilidad.

También será necesario, para una correcta educación de la sensibilidad, la contemplación y estudio del arte, en especial: música, poesía, danza y pintura; aspectos que ya están recogiendo algunos *currículos* de Colegios adelantados. La persona que ha sido educada convenientemente se hace responsable de sus estados emocionales más frecuentes. Esta responsabilidad es la señal de su mayoría de edad emotiva.

La educación afectiva y sensible de la personalidad es, además, la base de una educación en valores, es decir, de la ética; como veremos a continuación.

## V. El fundamento emocional de la educación en valores

Adam Smith (1997) afirma que de los sentimientos surgen los valores morales, que hacen posible la convivencia en una sociedad justa, pacífica, próspera y libre. Para este autor, la moral se fundamenta en la comunidad y universalidad de los sentimientos humanos. En su obra podemos leer:

Por más egoísta que se pueda suponer al hombre, existen evidentemente en su naturaleza algunos principios que le hacen interesarse por la suerte de los otros, y hacen que la felicidad de éstos le resulte necesaria, aunque no derive de ella nada más que el placer de contemplarla. Tal es el caso de lástima o compasión, la emoción que sentimos ante la desgracia ajena cuando la vemos o cuando nos la hacen concebir de forma muy vívida (p. 49)

En consecuencia, el sentir mucho por los demás y poco por nosotros mismos, el restringir nuestros impulsos egoístas y fomentar los benevolentes, constituye la perfección de la naturaleza humana (p.76).

Por medio de la sensibilidad aprendemos a captar la belleza de la naturaleza y del arte. A partir de este aprendizaje, podemos llegar a captar, más allá de los sentidos, la belleza del acto moral y su trascendencia; que nos llevará a un nuevo paradigma de cooperación social, solidaridad y compromiso, a partir de la empatía con el prójimo. Pues, tal como hemos dicho, la sensibilidad y las emociones forman parte de un lenguaje universal que une a todos los humanos.

Otros autores siguen esta misma línea del pensamiento de A. Smith, como son: Friedrich Schiller, Arthur Schopenhauer y Max Scheller.

Schiller escribe, en 1795, las *Cartas sobre la educación estética del hombre*, en las que demuestra que la educación estética es el camino que nos lleva a la moralidad y a la libertad, en una palabra, a la felicidad. Insiste en la importancia de la educación de los sentimientos, a partir de la estética, como base de la educación moral.

Para Schopenhauer, la compasión es el fundamento de la moral (compasión en sentido de empatía). Esta compasión es un sentimiento primordial y universal de la humanidad. Según afirma este autor, humanidad es sinónimo de compasión, y al que le falta llamamos inhumano.

Scheller, por su parte, sostiene que el fundamento de la moral se encuentra en la emoción universal de la simpatía. Ésta como fundamento del amor a la humanidad, en función de la igualdad esencial del género humano, a partir de la paridad de nuestras emociones básicas (desde este punto de vista, la simpatía es una prolongación del amor, se trata de una simpatía-amor). La correcta percepción de los valores universales (algunos reconocidos en la "Declaración universal de los derechos humanos", en la asamblea de la ONU, París, el 10-12-1948) contempla una educación de las emociones en el seno de la familia y a través del *currículum* oculto en la escuela, que lo define, en última instancia, el proyecto educativo del Centro (PEC). A diferencia de Schopenhauer, para Scheller, la simpatía no es directamente el fundamento de la ética, pues sería un fundamento subjetivo y dependería de las acciones buenas o malas de cada uno, sino que es el elemento indispensable para captar los valores, que son objetivos, y se hallan en las cosas y en las acciones humanas; y tan sólo tenemos que irlos descubriendo a través de la historia. Por otra parte, el ejercicio del acto moral es subjetivo.

Veamos en este cuadro la relación entre emociones y valores:

| Emociones | Valores                                     |
|-----------|---|
| Amor      | justicia, cooperación, solidaridad, empatía |
| Alegría   | libertad, respeto, responsabilidad          |
| Rabia     | competitividad, autoafirmación, defensa     |
| Tristeza  | duelo ante pérdidas, reparación, consuelo   |
| Miedo     | prudencia, protección, ayuda mutua          |

La educación sentimental es la base de la educación moral. En este sentido, hemos hablado de que los sentimientos pueden captar determinadas parcelas de la realidad social antes que la razón; y, por ello, un sistema educativo solamente cognitivo resulta inoperante en orden a la formación moral.

Si no contamos con este tipo de educación que hemos señalado, caeremos en la "moral" del pensamiento único –al que me temo ya hemos llegado- donde sólo predomina el valor utilitario y material (económico) de la vida, despreciando los valores de orden cultural, ideológico y espiritual. Esta "moral" se apoya en grandes complejos temáticos del discurso dominante: la prioridad de la técnica, la dictadura de la economía y del mercado, el dogma de los medios y el mito de la inevitabilidad de la globalización del capital.

## VI. Personalidad y emociones

Resulta evidente la correspondencia entre la personalidad y el predominio de de-

terminadas emociones en cada individuo. Entendemos por personalidad la conjunción de temperamento y carácter que refleja un modo diferencial de comportamiento. El temperamento representa la base biológica innata (carga genética), sede de los instintos y emociones. El carácter lo constituye la base cultural y adquirida a partir del ambiente y la educación. No damos prioridad a un componente sobre el otro. Aquí hemos de volver a hablar de interrelación, tal como afirman Piaget e Inhelder (1978).

Está reconocido que los tipos de personalidad predisponen a tomar determinadas actitudes y reacciones emotivas ante las situaciones conflictivas. De esta manera, en el cuadro que sigue relacionamos -simplificando y aceptando el reduccionismo consiguiente- algunas patologías de la personalidad con sus correspondientes "posiciones existenciales" (una actitud frecuente del sujeto ante los demás) y emociones predominantes, con la reacción probable ante los conflictos:

| Personalidad alterada | posición existencial        | emoción/acción                |
|-----------------------|-----------------------------|-------------------------------|
| Paranoide             | Yo estoy bien/tú estás mal  | rabia: ataque, agresión       |
| Neurosis              | Yo estoy mal/tú estás bien  | miedo: huida                  |
| Depresiva             | Yo estoy mal/tú estás mal   | tristeza: pasividad           |
| Maníaca               | Yo estoy bien/tú estás bien | falsa alegría: hiperactividad |

| Personalidad alterada | posición existencial | emoción/acción           |
|-----------------------|----------------------|--------------------------|
| Madurez               | Tú y yo estamos      | alegría y amor: creación |

Si atendemos a la clasificación de la personalidad según Berne (1985. ed. original de 1961), siguiendo los Guiones de Vida,

que son: "un programa progresivo creado en la primera infancia bajo la influencia paterna" (p. 456); y los "conductores" o *Dr-*



vers, que son la expresión conductual de los mensajes parentales recibidos en la infancia, y que llevan a la realización del

“Guión”, encontramos, a nuestro parecer, la siguiente correlación entre Guiones, *Drivers* y emociones:

| Guión de vida          | Drivers             | emoción                                       |
|------------------------|---------------------|---|
| Ganador                | sé perfecto         | tristeza al no conseguirlo                    |
| Oportunista            | sé fuerte           | rabia y control emocional                     |
| No ganador             | complace            | miedo a ser yo mismo                          |
| No ganador             | inténtalo           | rabia contenida, ansiedad                     |
| Perdedor               | date prisa          | miedo y tristeza, melancolía                  |
| Auténtico (trionfador) | equilibrio dinámico | alegría y amor (y el resto de las auténticas) |

## VII. Conclusiones

Hemos propuesto la educación de las emociones como base del equilibrio de nuestro estar bien y, al mismo tiempo, como única forma posible de comunicación auténtica con los demás.

Por otra parte, siguiendo a autores reconocidos, hemos fundamentado la ética en este lenguaje universal de las emociones, en el que coincidimos todos los seres humanos. De forma y manera que, sin una educación de la sensibilidad desde la infancia, resultará imposible asumir la dimensión moral, universal y necesaria, de los valores, y el consiguiente cumplimiento de normas y deberes, que hacen factible una convivencia pacífica y honesta, sin tener que recurrir al autoritarismo y la sanción. Esa sensibilidad ética nos hace temer la injusticia más que la propia muerte, según nos enseña Platón (c. 354 a C.), cuando dice: “no querría ni lo uno ni lo otro, pero si fuera necesario elegir entre cometer injusticia o padecerla, preferiría sufrirla antes que cometerla” (*Gorgias*, 469 c. 234 n. I).

Ciertamente, sólo a través de los sentimientos podemos captar los valores morales, lo que permite rescatar la supuesta irracionalidad de las emociones, y considerarlas como capacidades que nos hacen asequibles partes de la realidad, a las que, puede ser, no llegue la razón.

Los sentimientos y sus emociones no son ciegos, hemos hablado de su capacidad intuitiva (intelección emocional), como ya Pascal defendió la “lógica afectiva”, al señalar que el corazón también tiene sus razones.

Para M. Scheller, la emoción es anterior a cualquier conocimiento que pueda dar un raciocinio en un juicio. Lo comentó Goethe (1991), cuando dijo que sólo se aprende a conocer aquello que se ama. Y podemos añadir, que más profundo y pleno será el conocimiento cuanto más fuerte y vivo sea el amor, incluso la pasión.

## REFERENCIAS

- Ader, R. (1981). *Psychoneuroimmunology*. Nueva York: Academic Press.
- Berne, E. (1981). *Análisis Transaccional en Psicoterapia*. Buenos Aires: Ed. Psique. (Ed. original, 1961).
- Berne, E. (1985). *¿Qué dice usted después de decir “hola”*. Barcelona: Grijalbo. (Ed. original, 1973).
- Casado, Juan (1993). Ponencia presentada en el Congreso Internacional de Medicina Biológica, en el Centro Borja de Sant Cugat (Barcelona), el 6-12-93.
- Darwin, Charles (1984). *La expresión de las emociones en los animales y en el hombre*. Madrid: Alianza Ed. (Ed. original, 1873).

- Freud, S. (1999). *El malestar en la cultura*. Madrid: Alianza Ed. En *Consideraciones de actualidad sobre la guerra y la muerte* (Ed. original 1915). Obras Completas. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Goethe, J.W.(1991). *Ciclo de Guillermo Meister. Los años de aprendizaje*. Obras Completas, tomo II. México: Aguilar (Ed. original, 1796).
- Maclaine, Shirley (1992). *Baila mientras puedas*. Barcelona: Plaza y Janés. (Ed. original, 1991)
- Moiso, C. (1986). Taller sobre la pareja, dado en la sede de ATA. Zaragoza.
- Nietzsche, F. (1970). *Así habló Zaratustra*. Obras Completas, vol. III. Buenos Aires: Ed. Prestigio. (Ed. original 1885).
- Piaget, J. e Inhelder, B. (1978). *Psicología del niño*. Madrid; Ed. Morata. (Ed. original, 1945).
- Platón (circa 354, a.C.). *Gorgias*. 469 c, 234 n. I.
- Sartre, J.P. (1971). *Bosquejo de una teoría de las emociones*. Madrid: Alianza Ed. (Ed. original, 1939).
- Sartre, J.P. (1971). Id.
- Scheller, M. (1943). *Esencia y formas de la simpatía*. Buenos Aires: Losada (E. Original, 1913).
- Schiller, F. (1983). *Cartas sobre la educación estética del hombre*. Barcelona: Laia.
- Schopenhauer, A. (1965). *El fundamento de la moral*. Madrid: Aguilar. (Ed. original, 1840).
- Smith, A. (1997). *Teoría de los sentimientos morales*. Madrid: Alianza Ed. (Ed. original, 1759).
- Steiner, Cl. (2011). *Educación emocional*. Sevilla: Ed. Jeder.(Ed. original, 1997)

Recibido: 09/11/2011.

Aceptado: 15/11/2011.

Evaluado: 27/11/2011.

Aprobado: 29/11/2011.

## La Teoría y la Técnica, factores de efectividad

Dr. Juan García Moreno<sup>1</sup>

### Resumen

El autor presenta aquí los dos primeros Factores de la Efectividad de la Psicoterapia, la Teoría y la Técnica, y define y describe sus características más importantes en el contexto de los Factores de Efectividad de “la Psicoterapia” y de “cualquier otra efectividad psicológica extra-psicoterapéutica”.

*Palabras clave:* Efectividad de la Psicoterapia, la Teoría factor de efectividad psicoterapéutica; la Técnica factor de efectividad psicoterapéutica, Efectividad psicológica extra-psicoterapéutica.

### The Theory and the Technique, factors of effectiveness

#### Abstract

The author approaches in this article the two first Factors of the Effectiveness of the Psychotherapy, the Theory and the Technique and he explains and describes the most important characteristics in the context of the Factors of Effectiveness of “the Psychotherapy” and of “whatever psychological extra-psychotherapeutic effectiveness”.

*Key words:* Psychotherapy Effectiveness; the Theory, a factor of psychotherapeutic Effectiveness; the Technique, a factor of psychotherapeutic Effectiveness; psychological extra – psychotherapeutic Effectiveness.

### La Théorie et la Technique, facteurs d'efficacité

#### Resumé

Dans cet article se présentent les deux premiers Facteurs de l'Effectivité de la Psychothérapie, la Théorie et la Technique, et l'auteur définit et décrit leurs plus importantes caractéristiques dans le contexte des Facteurs d'Effectivité de «la Psychothérapie» et de «n'importe quelle autre effectivité psychologique extra-psychothérapeutique».

*Mots clé:* Effectivité de la Psychothérapie; la Théorie facteur d'effectivité psychothérapeutique; la Technique, facteur d'effectivité psychothérapeutique, Effectivité psychologique extra-psychothérapeutique.

*Urge clarificar por qué es efectiva cualquier intervención psicológica dentro o fuera de la Psicoterapia.*

Como afirmé en el artículo anterior (nº 64 de esta Revista) ha quedado suficientemente demostrado que, cuando ponemos las condi-

ciones adecuadas, las diferentes formas de psicoterapia son efectivas, y que no se ha podido demostrar hasta el presente que entre ellas mismas haya una diferencia significativa de su efectividad, excepto en casos muy específicos. Su efectividad en general, a pesar de sus radicales diferencias, es equivalente.

<sup>1</sup> Universidad Complutense de Madrid. Teléf.: 917158636, [garlla@yahoo.es](mailto:garlla@yahoo.es)

Por eso, lo que realmente interesa ahora a la Psicoterapia es saber por qué es efectiva ¿Cuáles son los factores específicos de su eficacia? ¿Qué procesos se dan para realizar el cambio terapéutico? Más todavía, si en la vida ordinaria a través de relaciones positivas (de padres, educadores, amigos, etc.) e, incluso en la curación “precientífica” (curanderismo, magia, etc.) se obtiene efectividad psicológica, nuestras preguntas deben ser: ¿por qué se ha conseguido dicha efectividad? ¿Qué factores de efectividad han estado actuando? El interés actual de la Psicoterapia está en investigar las causas de dicha efectividad psicológica, se den donde se den.

En éste y sucesivos artículos expondré, ordenadamente cada factor común de la efectividad psicoterapéutica. Pedagógicamente los clasifico en siete, aunque otros autores podrían especificar y ordenar de otra manera. Estos son: la Teoría, la Técnica, el Psicoterapeuta, el Paciente, la Interacción entre psicoterapeuta y cliente, el Contexto Inmediato y el Contexto Ecológico y Social. Estos son los factores esenciales (no pueden no estar presentes) de toda efectividad psicológica.

## 1. LA TEORÍA o el “mito”, FACTOR DE EFECTIVIDAD

### La Teoría omnipresente en la Psicoterapia

La Teoría, denominada por Frank (1971) el “mito”, es siempre un *factor esencial* de la efectividad psicoterapéutica. El marco teórico, implícito o explícito, nunca está ausente de cualquier intervención psicológica. En el artículo conjunto de Lazarus y Messer (1991), Lazarus defiende frente a Messer que:

El eclecticismo multimodal que él propugna está regido por observaciones más que por teorías, y como tal, se fundamenta en técnicas validadas dentro de cualquier marco de trabajo (116).

Messer, por el contrario, arguye que:

Tales observaciones están necesariamente cargadas de teoría, y tales técnicas importadas de otras teorías están coloreadas y asimiladas dentro del nuevo contexto clínico y teórico en que son utilizadas, y que de nuevo podrán allí ser validadas (p. 143).

De acuerdo con Messer, las observaciones de Lazarus ¿qué son sino explicaciones específicas y, por tanto, teorías? No hay nada que escape, de una u otra forma, a la Teoría, sea ésta general o específica, explícita o implícita, a través de cualquier intervención psicológica.

### Definición de la teoría

Según el Diccionario de la Lengua Española, de la R. A. E. (2001):

Teoría (del griego *zeoría*), f, es el conocimiento especulativo considerado con independencia de su aplicación.

Por tanto, la teoría como factor de efectividad terapéutica se refiere a cualquier identificación, denominación, descripción y explicación *especulativa* (“mirar con atención algo para reconocerlo y examinarlo”, según la R: A. E.) cognitiva, normalmente del psicoterapeuta (también del paciente de un modo complementario), respecto de cualquier sistema psicoterapéutico mencionado o seguido; también, de cualquier otro fenómeno o actividad existente a todo lo largo del proceso psicoterapéutico, “teóricamente” independiente de la aplicación de las técnicas, pero en interacción necesaria con éstas. La teoría es independiente sólo teóricamente de la práctica de la psicoterapia, pues ella constituye el marco teórico dentro de cual se desarrolla y se aplica cualquier intervención terapéutica y se formalizan y reformulan los demás factores de efectividad.

Escribo en este trabajo indistintamente de *teoría* o *teorías* porque la Teoría de la Psicoterapia posee muchas orientaciones específicas que condicionan sus múltiples y variadas aplicaciones y explicaciones generales; igualmente, porque esta misma teoría general de un sistema se parcializa a través de múltiples explicaciones teóricas respecto de hechos concretos.

### Clasificación de las teorías

– *Existe una gran variedad de teorías.*

Los teóricos hablan de *Polimorfismo de la Psicoterapia*, pues la historia de ésta presenta una gran variedad de enfoques diferentes por su filosofía de base, sus teorías, sus objetivos, sus técnicas y su metodología. Frank Von Gebattel y J. H. Schultz, entre 1959 y 1961, seleccionaron material psicoterapéutico de diferentes enfoques en cinco volúmenes de 800 páginas cada uno, sin poder evitar considerables lagunas en dicha selección. Desde entonces, las publicaciones sobre psicoterapia se han incrementado considerablemente (Goldfried y Wachtel, 1987). Según Parloff (1976):

Desde la aparición del psicoanálisis, más de 130 psicoterapias buscan reconocimiento de tales (...) y al menos un nuevo enfoque por año pretende ser la mejor respuesta al tratamiento, con unos autores que proclaman un éxito del 80 al 100 % (p. e. Janov, 1970; Stampfl y Lewis, 1967; Wolpe, 1958) (p. 2).

Herink (1980) estima que es posible elegir, al menos, entre 250 psicoterapias diferentes; su fundador, sus acólitos leales y sus clientes satisfechos defienden cada una con gran entusiasmo y atacan despiadadamente la contraria, aunque bastante a menudo, existe poca evidencia que apoye sus argumentos. Según Goldfried y Wachtel (1987) la primera bibliografía comprensiva en este área contiene

unos 330 libros y artículos, la mitad de los cuales aproximadamente fueron escritos desde 1980. Y Strupp (1986) decía que un conjunto diverso y creciente de profesionales practican una verdadera explosión de sistemas, enfoques y técnicas, oscilando entre psicoterapia tradicional (basada en los principios psicodinámicos) y las varias formas de terapia conductual, y sus docenas de modalidades, difíciles de ordenar.

Esta impresionante variedad de enfoques, al tiempo que indica la vitalidad psicológica para abordar los problemas de los humanos, puede expresar una desorientación radical respecto de principios y leyes paradigmáticos incuestionables dentro de la intervención psicológica. Ha llegado a ser un fenómeno escandaloso por la falta de análisis adecuado, ordenamiento, clasificación e integración de lo convergente y divergente, y por el desconocimiento de los factores y procesos de la efectividad de la psicoterapia.

Esta situación de atomización desorientadora se agrava con el denominado, por Khun (1962), “choque de los paradigmas”. Consiste en un verdadero antagonismo que lleva, a veces, a los beligerantes antagonistas a describir de forma sesgadamente negativa al “otro sistema” para poder atacarle y anularle, y a defender como sea al propio, quejándose de la falta de comprensión hacia el propio esquema teórico.

– *Clasificación de las teorías.*

A pesar de esta baraúnda de enfoques, y de sus antagonismos estériles, diferentes autores llegan a unas clasificaciones ordenadoras y que clarifican muy bien la gran riqueza teórica de la psicología al servicio del hombre polifacético.

Existen tres modelos teóricos prácticos acerca del hombre: el *biológico*, cuyo representante es el psiquiatra, el *psicológico* representado por el psicólogo, y el *social* por el sociólogo. Aquí me centraré en el

*modelo psicológico* pero dentro del contexto de lo biológico y social que conforma la realidad humana existente.

Con la siguiente clasificación, siguiendo a muchos autores, intento ordenar funcionalmente, según los objetivos de este trabajo, todo ese arsenal de teorías de la Psicoterapia:

- 1) Si consideramos el nivel de *salud y "enfermedad" o problema*, clasifico el sistema teórico en *Psicoterapéutico* (curación de las alteraciones psicopatológicas) y de *Orientación Psicológica* (desarrollo de las potencialidades de la persona), teniendo en cuenta que el hombre concreto integra esencialmente lo normal y lo problemático a todo lo largo de su existencia;
- 2) Respecto de su *enfoque sistemático* la teoría puede ser:
  - *Psicodinámica*, enfocada, sobre todo, hacia la dinámica psicológica inconsciente;
  - *Cognitiva*, preocupada, sobre todo, de las ideas positivas y negativas de la persona;
  - *Afectiva*, interesándose, sobre todo, en las emociones y sentimientos condicionantes de toda la actividad humana;
  - *Conductual*, centrada metodológicamente en el estudio de la conducta observable y cuantificable;
  - *Social*, explicando toda la realidad personal como fruto de su sociabilidad;
  - *Transaccionalista*, enfocando especialmente a las transacciones interactivas entre personas;
  - *Sistémica*, contextualizando la problemática personal en el cinturón de sistemas circundantes;
  - *Fenomenológico existencial*, considerando al ser concreto del hombre que deviene expresivamente en el aquí y ahora de la vida concreta;

- *Humanista*, huyendo de la reducción de la persona a fuerzas fisisicológicas e inconscientes del psicoanálisis que determinan la conducta humana, y a conductas periféricas que niegan metodológicamente el estudio de lo mediacional psicológico, y centrándose, sobre todo, en la dignidad de la persona como ser libre, responsable, creativo, espiritual y trascendente (psicoterapia transpersonal), y con potencialidades de desarrollo humano a todo los niveles;
- 3) Respecto de la amplitud de la teoría, existen teorías *generales, parciales, integradoras y metateóricas*. Hablo de *teorías generales* cuando nos referimos al enfoque teórico, dentro de la Psicoterapia, como p. e. psicoanalítico, conductista, cognitivo, sistémico, transaccionalista, etc. Me refiero a *teorías parciales* cuando hablamos de explicaciones, observaciones o comentarios concretos, en el contexto de una teoría general, quedando ésta, así, parcializada. Teoría *integradora* sería aquella teoría que engloba a otras teorías generales tratando de darlas una unidad superior. Y *teoría metateórica*, sería una teoría que se coloca sobre todas las teorías generales constituyendo una teoría de las teorías. Por ejemplo, la Teoría de los Factores de Efectividad de la Psicoterapia, trata de aplicarse metateóricamente a todos los sistemas teóricos, científicos o precientíficos, de efectividad psicológica.
  - 4) Respecto de su *veracidad, aceptabilidad, aplicabilidad, y resultado* la teoría puede considerarse como *verdadera filosófica y empíricamente, creíble y creída* por psicoterapeuta y paciente, *con aplicación procedente* en una situación específica respecto de la problemática de un paciente concreto, y *positiva o negativa* según sus



resultados en la conducta de una persona o grupo.

- 5) La teoría puede ser *explícita o implícita*, cuando se hace referencia a la teoría de cualquier sistema general seguido, o a una teoría subjetiva del psicoterapeuta manifestada en sus intervenciones. Actualmente, los investigadores vienen dando mucha importancia a estas teorías implícitas, ajenas a cualquier sistema teórico, porque pueden incidir con mucha frecuencia en los resultados de la psicoterapia aplicada. Najavits (1997) en su artículo "Teorías implícitas de la Terapia de los psicoterapeutas" plantea la gran importancia de las teorías implícitas, junto a las teorías explícitas de los sistemas de psicoterapia, en su proceso y resultados:

En la literatura clínica, se ha observado repetidamente que los terapeutas desarrollan teorías implícitas de la terapia, además de las teorías explícitas a las que se adscriben (Burrell, 1987; Kotler, 1986; Sandler, 1983; Shoben, 1962). Kotler afirma que "todos los terapeutas son teóricos. Nosotros escondemos nuestras propias ideas particulares acerca del mundo y de cómo debe ser llevada a cabo la terapia. No importa de qué escuela de pensamiento seamos, nosotros tenemos nuestras propias nociones individuales acerca de cómo trabajar" (p. 2). (...) Y la combinación de teoría explícita e implícita explica mayor varianza que la sola teoría explícita cuando se estudia el proceso y el resultado de la psicoterapia (p. 1).

Las teorías implícitas son creencias privadas (a veces sólo intuiciones más o menos difusas), manifestadas en las intervenciones teóricas o prácticas, sobre todo del terapeuta pero también del mismo paciente, acerca de la vida en general, de la personalidad y de su desarrollo, de la psicoterapia y de sus fundamentos, alcance, roles

a jugar, dilemas y estrategias terapéuticas, proceso evaluativo, y criterios de éxito. Son ideas, imágenes, que *complementan* privadamente las teorías explícitas del sistema particular o integrado que hemos asumido y que tienen necesariamente un gran influjo en el proceso, tanto de intervención del terapeuta como del proceso de cambio del paciente. Si no se controlan en las investigaciones, todo el resultado, positivo o negativo, será de la teoría explícita del sistema, cuando en realidad el resultado global será tanto de la explícita como de las otras implícitas.

Esta formulación encaja perfectamente con el enfoque cognitivo de la psicoterapia (Beck, Rush, Shaw, y Emery, 1979) en que las cogniciones particulares están en la base influyente de los sentimientos y conducta; lo que implica que las teorías implícitas pueden ser útiles para predecir el proceso y el resultado del tratamiento psicológico.

Najavits (1997) se plantea, además, la *investigación de las teorías implícitas* para que puedan llegar a ser operativas en la psicoterapia, marcando los pasos a seguir:

Sin embargo, *algunos pasos* son necesarios para que las teorías implícitas lleguen a ser un área productiva de trabajo. *Primero* (y quizás irónicamente), una teoría es necesaria para poder organizar el indefinido campo de creencias que los terapeutas puedan tener. Identificar las dimensiones más importantes y los constructos de sus sistemas de creencias podría sacarnos del nivel asistemático actual. Una etapa de observación en que una amplia variedad de terapeutas son entrevistados podría proveer de base para una tal teoría. *Segundo*, es necesario desarrollar instrumentos evaluativos adecuados. Algunas de las estrategias descritas anteriormente podrían ser útiles, aunque queda por ver cuántos terapeutas podrán informar adecuadamente acerca de sus teorías implícitas. Que algunos estudios iniciales ya hayan relacionado exitosa-

mente las creencias de los terapeutas con el resultado (p. e. Fiedler, 1951; McLennan, 1985) sugeriría un cierto optimismo en este punto. Ciertamente, uno de los mayores obstáculos para investigar a los terapeutas ha sido el relativo vacío de medidas apropiadas para evaluarlos (Beutler et al., 1994). *Tercero*, la relación de las teorías implícitas terapéuticas de los terapeutas con el resultado será la más importante prueba de su aplicabilidad. Mientras exista aparentemente un gran vacío, la investigación de las teorías implícitas podrá ayudar a superar dicho vacío entre la investigación y la práctica clínica, ahondando en la experiencia del psicoterapeuta. Parafraseando a Clandinin (1986), la investigación pertinente aquí es de *dos tipos*: investigar sobre lo que nosotros conocemos acerca de los terapeutas, e investigar sobre lo que conocen los mismos terapeutas" (p. 13).

**Las teorías verdaderas, o falsas pero creíbles y creídas, están relacionadas funcionalmente con los factores de efectividad siempre presentes en la historia de la curación precientífica y de la psicoterapia**

*La teoría verdadera* no es una condición inexorable para la efectividad. En principio, no importa que este marco teórico, sea "objetivamente verdadero", es suficiente que la *teoría expresada por el psicoterapeuta sea creíble y creída, aquí y ahora por el paciente en un contexto socio-cultural determinado*.

Las *teorías verdaderas, o falsas pero creíbles, siempre han estado presentes* en la historia de la curación tanto física como psicológica. Distingo dos *etapas socioculturales*, a las que doy importancia, por su relación histórica con la ciencia de la Psicoterapia, en el marco teórico práctico de los factores de efectividad que se dan necesariamente en cualquier "curación" física o psicológica:

1) *Etapa precientífica mágica.*

Esta etapa cultural, "*precientífica*", se caracteriza por creencias que son anteriores a la época de la ciencia, que tienen muy poco de científicas y mucho de magia y superstición. Las teorías curativas de esta etapa abundan en creencias y ritos mágicos con que se pretende producir, valiéndose de ciertos actos y palabras, o con la intervención de seres imaginables, resultados contrarios a las leyes naturales (R. A. E., 2001). Estos seres imaginables son esos espíritus malos que causan las enfermedades. Y esta creencia conlleva la convicción o "doctrina de quienes suponen que a través de un medium o de otros medios, se puede conseguir la curación por la intercesión del dios bueno imaginado.

Ejemplo de esta etapa pueden ser el siguiente:

- *Curaciones espiritualistas en Mesopotamia.* Se presentan en esta etapa teorías espiritualistas mágicas para la práctica de la curación fisio-psicológica que tienen en ese remoto contexto cultural una gran funcionalidad.

A través de la descripción de las *tablillas de barro* mesopotámicas, de hace casi 5.000 años, aparece todo una teoría acerca de el origen del bien y del mal, de los causantes (espíritus malignos) de las males y enfermedades que afectan a todas las partes del cuerpo, y de los procedimientos curativos de los magos curanderos por intervención del dios Ea.

*En una* de ellas el mago se presenta con ascendencia familiar muy importante en aquella sociedad: "Soy el mago nacido de Eridu, fruto de Eridu y Subari, y aparece invocando al dios Ea de Babilonia, "el que todo lo apacigua, por cuyo encantamiento todo queda en paz, todo enfermo queda aliviado y calmado"; "cuando me acerco a un enfermo, que Ea, el Rey de las Profundidades me proteja.

En otra tabla el mago curandero, en busca de reconocimiento social, hace una descripción nominada "científica" de las *partes del cuerpo*, de las enfermedades (de cabeza, de dientes, de corazón, del ojo, dolores, muchos males, etc.), de los *síntomas* (mala pestilencia, fiebre nociva, enfermedad venenosa, hechicería, brujería, encantamiento, etc.), de los espíritus y personas, causantes de las enfermedades (malos espíritus, malos demonios, malos fantasmas, malos diablos, malos dioses, fantasma de la noche, sirviente de los fantasmas, brujos malos, etc.);

En otra tabla aparecen, en el contexto de la teoría, los ritos de curación para expulsar al espíritu causante del mal, por el poder del dios Ea: "sal de la casa", "aléjate", "no entres en el hombre", "aléjate para siempre", "oración invocación al dios Ea" para que proteja al curador, que se presenta como servidor y siervo del dios curador: "Oh Ea, Rey de las profundidades, ved que soy el mago, soy tu esclavo, marcha tu en mi mano derecha, asísteme en mi izquierda, añade tu puro encantamiento al mío, concédeme palabras puras, haz afortunados los murmullos de mi boca, ordena que mis decisiones sean felices, haz que sea bendito el hombre que tocaré ahora" (Ehrenwalt, 1969, pp.28-29).

Como comprobamos, por todo el relato anterior, ya aquí en la remota antigüedad se da una descripción de *todos los factores de efectividad terapéutica*: la *teoría religiosa* (espíritus malos causantes de las enfermedades y males personales, y un dios, Ea, como fuente de toda curación) que constituye el marco teórico de los ritos y de los demás factores de efectividad curativa: el *curador* dotado de la aureola profesional y mediador ese dios y el paciente, ofreciendo (imaginamos)

una *relación humana adecuada* para facilitar la fe sugestiva del paciente, en un *marco inmediato* (que imaginamos sugestivo por los objetos, adornos, personas, y circunstancias del lugar) y un *marco ecológico* (positivo) y *socio cultural* que propicia la teoría y ritos de la curación espiritualista.

- *Actualmente* tenemos en la sociedad, como reminiscencia de esta época mágica, los curanderos que pululan cada vez más en la sociedad, ejercen una función curativa complementaria de la "científica", y que nunca desaparecerán pues está basada en la polivalente sugestión que es esencial a la condición humana. Habrá que controlarla, pero es funcional. Sus teorías mágicas, que constituyen el marco teórico de intervención condicionan la reformulación de los demás factores de efectividad "curativa": Las *actuaciones interactivas del curador*, a veces con gran gancho carismático, para despertar y acrecentar la fe y esperanza del paciente que acude en busca de la salud perdida; El *marco inmediato* muy bien cuidado a base de amuletos, signos astrales del zodiaco, cartas mágicas, la representación del sol fuente de vida, imágenes de seres espirituales, etc. Y todo esto en un *contexto ecológico* (positivo) y *socio cultural actual* que presume de científica, pero que mantiene muchas de las teorías y rituales curativos primitivos.

Estas teorías "marginales", desacreditadas por "malas" por la ciencia psicoterapéutica, son creíbles y creídas por muchos ingenuos, y cumplen una función social curativa a través de la efectividad indirecta de la sugestión. Además, pueden darse elementos teórico prácticos verdaderos y positivos de curación psicológica como los *curadores* acogedores, y comprensivos, relación interactiva intensamente humana, y *procedimientos psicológi-*

cos adecuados como la reflexión, la exploración, la interpretación, el consejo, la tranquilización y la empatía, que están relacionados directamente con la curación psicológica ordinaria. Estas prácticas curativas solo son rechazables, e incluso denunciables, cuando apartan de la medicina y psicoterapia, en casos especiales, donde la no intervención “científica” puede acarrear males físico psicológicos irremediables.

## 2) *Etapas de la ciencia*

Se caracteriza esta etapa, sobre todo, por las teorías científicas (principalmente desde el renacimiento occidental) que relacionan las enfermedades y trastornos psíquicos con causas reales investigables. Pero, estas teorías científicas conviven con teorías falsas, solo aparentemente científicas, como presento en *los dos ejemplos siguientes*:

El *magnetismo* del médico alemán Anton Mesmer es un ejemplo claro del poder de una teoría física falsa precientífica (basada en la influencia verdadera mutua de los astros y cuerpos y de los imanes, pero falsa en sus aplicaciones) que produjo multitud de curaciones debido a unas características de alta demanda de pacientes “sufrientes”, y de fuerte persuasión social y personal del curador. Éste poseía un gran carisma personal, y en las curaciones deslumbraba por su porte y por la túnica que vestía de color violeta. Los asistentes seleccionados por él, bien pagados, eran jóvenes estudiantes bien parecidos para ejecutar las curaciones aplicando el dedo o una varita metálica cargada de energía curativa del mismo Mesmer sobre las partes afectadas de los pacientes que llenaban el recinto debidamente acondicionado, mientras se oía una música sugestiva de fondo. A los dos años de estancia en París, tenía en tratamiento 70 pacientes, 600 en lista de espera y varios miles de peticiones más.

Pero la fama de Mesmer fue en aumento por el éxito de sus tratamientos. Miles de personas sufrientes acudían a él. Durante el año 1784, él y su discípulo Deslon trataron, individualmente y sobre todo en grupos, a 8.000 personas de dolores de todo tipo, quemaduras muy extendidas con una grave destrucción de la epidermis, ciáticas severas, ataques de reumatismo, parálisis variadas, cegueras, hernias, etc. Y a todos les produjeron el estado anímico positivo de estar curados (Strong y Claiborn, 1985, pp. 19-29).

Estas curaciones no son debidas a la falsa energía curativa de Mesmer, sino a la sugestión condicionada de los pacientes “sufrientes”. Además, aquí como en todos los casos de curación, actúan necesariamente todos los *factores de efectividad* que confluyen para la curación de los pacientes: La *teoría* física verdadera en sí, pero falsa en sus aplicaciones, que es creíble para los pacientes; Las *técnicas* ritualizadas que se aplican por el *curador* y sus *asistentes* carismáticos, deslumbrantes y obsequiosos; Los *pacientes* que “se agarran a un clavo ardiendo” después del fracaso de la medicina oficial científica; La *relación* íntima, amable y cordial entre curadores y pacientes; El *contexto inmediato* debidamente acondicionado, con música de fondo, para la curación ritualizada; y El *contexto “ecológico”* (positivo) y “socio cultural”, que, por una parte propicia la teoría verdadera, pero por otra permite la teoría falsa supersticiosa y mágica.

- La *famosa pulsera* comercializada mundialmente, que todos conocemos, es otro ejemplo de esta etapa histórica “científica”. La teoría de las *variadas energías físicas*, que incluso ahora se aplican algunas de ellas científicamente en el diagnóstico y tratamiento de determinadas enfermedades, en sí es verdadera, respecto:

de la “energía física” causada por una corriente de partículas como electrones,

protones, etc.; de la energía "atómica, nuclear", la obtenida por fusión o fisión de núcleos atómicos; de la energía "potencial" por la capacidad de un cuerpo para realizar trabajo en razón de su posición en un campo de fuerzas; de la energía "cinética" basada en el movimiento; de la energía de "ionización" necesaria para ionizar una molécula o átomo; de energía "radiante", existente en un medio físico causada por ondas electromagnéticas, mediante las cuales se propaga directamente sin desplazamiento de la materia (R. A. E., 2001).

Sin embargo, esta teoría en sí misma verdadera, es *falsa en su aplicación* a la famosa pulsera, pues eso exigiría, según los expertos, la creación de un sofisticado artefacto complicadísimo para canalizar una determinada energía y curar problemas fisiológicos.

De nuevo, aquí, se dan *todos los factores de la efectividad curativa*: La "teoría" verdadera por los principios científicos de la Física moderna, aunque falsa por su aplicación a la pulsera, pero creíble por muchos crédulos de todos niveles sociales; La *técnica* de la pulsera adecuadamente diseñada que hay que llevar en la muñeca; Los *curadores* que son todos aquellos que diseñan (avispados ingenieros, simples "inventores", o firmas acreditadas, "filantrópicos"), divulgan (los beneficiados agradecidos, imaginativos o reales), o comercializan la pulsera con gran entusiasmo "científico"; Los *pacientes "sufrientes"* de variados dolores artríticos, reumatoides, de cabeza, etc., de todas las clases sociales, que se "agarran a un clavo ardiendo", después del fracaso de la medicina moderna científica; El *contexto inmediato* de centros comerciales y tiendas con personas que efusivamente venden la pulsera mágica; El *contexto ecológico* (positivo), y *social* que oficializa lo científico y permite, como aquí, lo mágico.

La *curación religiosa*, de esta etapa científica, admite los factores naturales como

causas de las enfermedades y trastornos psicológicos, e introduce un factor curativo potentísimo que es el Dios verdadero, origen de toda verdad y bien, que lo puede todo y, por tanto, es capaz de hacer milagros a los que tienen fe. Jesucristo curaba a los que creían. "Vete en paz, que tu fe te ha salvado", etc., según los Evangelios.

Y esta teoría curativa acerca de la "omnipotencia" de Dios, cuando se expresa en el contexto de ritos adecuados en *santuarios* religiosos, puede alcanzar niveles sublimes de efectividad fisisicológica, que son los milagros. Estos milagros, cuya efectividad no proviene de los medios científicos que están al alcance de los enfermos (aquí están presentes los médicos, enfermeras y medicamentos) sino de la voluntad salvífica de Dios todopoderoso. En este ambiente, altamente impregnado de religiosidad, aquel que se cree curado es el que se cura. No todos los que lo procuran lo consiguen debido, quizás, a la falta de esa fe intensa, don de Dios, pero también dependiente, al mismo tiempo, de algunas características personales que frenan la fe y la sugestión. En todo caso, la no curación debe ser siempre aceptada por los enfermos religiosos como voluntad inescrutable de Dios.

Y este es un análisis de la fe y sugestión religiosa, desde la psicología, sin implicaciones filosóficas de su "transcendencia sobrenatural", que cada uno admitirá o no según sea su creencia.

También aquí, en este mismo contexto religioso, se dan todos los factores de efectividad curativa: La *teoría* altamente divinizada por el poder de Dios que es fuente de todo bien y curación, y que es creíble y creída por los fieles religiosos. Excelentes predicadores proclaman en sus sermones esta teoría, basada en la creencia, y lo expresan los ritos curativos y las personas religiosas presentes. Los *ritos curativos* están altamente enriquecidos con procesiones adecuadamente organizadas, oraciones emotivas, gestos significativos de los que



presiden la liturgia, cirios encendidos símbolos de la luz iluminadora y salvadora, el agua de la fuente milagrosa que purifica y cura, etc.; Las *personas* “curadoras”, que *interactúan* con los *enfermos sufrientes* ansiosos de curación, acogiéndoles, ayudándoles, y alentándoles con sumo cuidado y desinterés, y que establecen frecuentemente, además, una relación positiva de aceptación, empatía y autenticidad directamente relacionada con la mejora de actitudes y conductas positivas en los pacientes. También, los enfermos no curados vuelven curados psicológicamente de su inaceptación, de su impaciencia, desorientación existencial, desesperación, etc.; *El contexto inmediato* rico en signos y símbolos religiosos de salvación y curación, como exvotos, arte religioso representativo de las curaciones evangélicas, cánticos y música sacra presente en todos los ritos, etc. *El contexto ecológico*, positivo, y el *social cultural* que oficializa la ciencia y respeta los valores y ritos religiosos de los creyentes.

*La Psicoterapia*, de la que nos ocupamos a todo lo largo de este artículo: Pertenecce a esta etapa de la ciencia: Tiene sus raíces históricas en la etapa anterior precientífica y mágica; Trata de explicar científicamente los trastornos psicológicos relacionándolos causalmente con los factores naturales investigables; Posee teorías verdaderas acerca de la psicopatología y de la psicoterapia, pero que están siendo constantemente relativizadas por las reformulaciones de la misma ciencia psicológica que progresa imparable. No existen teorías verdaderas de un modo absoluto y definitivo. Y estas teorías y los procedimientos psicoterapéuticos deben someterse estrictamente a rígidas normas deontológicas supervisadas por los Colegios de Psicólogos.

Pero, no obstante esto, la Psicoterapia científica que convive socialmente con teorías y prácticas mágicas y elementos placebo precientíficos debe propiciar su línea científica ascendente. Debería buscar los mayores y mejores resultados por medio

de la investigación de *todos los factores de efectividad*, que vengo exponiendo, para poder clarificar la relación causal directa y la relación indirecta entre lo que se hace y lo que se consigue, sea en esta práctica de la psicoterapia, o en la vida ordinaria a través de la intervención de padres educadores y amigos o, incluso a través de la curación religiosa y del curanderismo.

Esta sería la forma de fundamentar la psicoterapia en una *teoría metateórica científica*, aplicable a todos los sistemas o enfoques, y en busca de las mejores teorías y las mejores técnicas adaptadas situacionalmente a los pacientes dentro de una óptima relación interactiva con ellos, en el mejor de los contextos inmediatos y en un contexto ecológico y socio cultural positivos. Este es el *ideal científico*, que siempre debemos buscar y nunca alcanzaremos del todo, consistente en hallar qué tipo efectividad se consigue y con qué medios o factores a través de cualquier actividad humana.

### **Funcionalidad de la teoría**

La funcionalidad de cualquier teoría creíble, independientemente de su veracidad o falsedad, es evidente:

- *Proporciona* terminología, explicación e interpretación a los problemas, procedimientos y procesos, facilitando respectivamente su solución, aplicación y desarrollo (Torrey, 1972a);
- *Reduce* el misterio, la incertidumbre, la inseguridad y la ansiedad ante lo desconocido;

Cualquier clínico tiene la experiencia de que con frecuencia los clientes vienen a la consulta desorientados y ansiosos respecto de sus problemas. No saben explicarse lo que les ocurre. Para ellos todo es misterioso y desconocido, produciéndoles un estado de ánimo negativo. Cuando el psicoterapeuta, desde su punto de vista, les explica lo que les sucede, y al problema



le pone un nombre, el sujeto queda más tranquilo y seguro, y se da cuenta de que su problema no es único.

- *Da orientación, sentido finalista y marco conceptual* a todo el proceso de cambio, a sus objetivos, procedimientos, y una explicación a las acciones en el contexto del proceso de intervención. Frank (1971) menciona la siguiente anécdota relacionada con la *necesidad* de una teoría orientadora de las conductas terapéuticas: Un joven terapeuta dijo en cierto momento que le era necesaria una orientación teórica; incluso aunque no ayude objetivamente al paciente es bueno para mí saber que estoy haciendo lo correcto. Y posteriormente el mismo Frank (1986) resalta la importancia del “marco conceptual significativo” aportado por el terapeuta:

El terapeuta apoya su autoestima y su sentido de dominio-control, atribuyendo significación a sus experiencias previamente inexplicables, en términos de un marco conceptual coherente, y proveyendo experiencias de éxito (p. 186).

La siguiente cita de Strong y Clairborn (1985) ofrece una descripción interesante de la estructura y dinámica de la teoría o doctrina psicoterapéutica, con implicación de psicoterapeuta y paciente, que tiene una aplicación directa al tema de la funcionalidad de la misma:

Es esencial que el terapeuta crea en una doctrina del cambio. La fe del terapeuta influye para que aumente la del paciente. (...) La doctrina debe disponer de un agente de cambio que surja durante el proceso del tratamiento, ejerza efectos inevitables, opere más allá del autocontrol del cliente para producir un cambio no controlable y produzca consecuencias duraderas. (...) La doctrina debe poder superar la falta de fe y la resistencia, quizás considerándolas como prueba de la validez de la doctrina, o co-

mo vehículo del cambio. La doctrina debe generar en el terapeuta conductas que propicien que el paciente introduzca la conducta interactiva sintomática en su intercambio con el terapeuta, y reduzcan y eliminen los síntomas (p. 40-41).

Dada esta evidente funcionalidad de la teoría, es lógico que los psicoterapeutas, los educadores, los consejeros sociales y los curadores traten de presentar “sugestivamente” sus teorías para captar la fe de sus clientes y moverles a la esperanza, adhesión y motivación.

### **Características de la mayor y mejor efectividad de la Teoría**

Aunque, como he expresado anteriormente, todas las teorías (incluso las solo aparentemente verdaderas o claramente falsas), si son creíbles por los agentes del cambio, pueden producir efectos terapéuticos positivos, es necesario advertir que una teoría podrá producir más y mejor efectividad que otras cuando conlleve determinadas características positivas:

- *Que posea una base filosófica bien estructurada, y empírica* por experimentación o, al menos, observación clínica contrastada. Las teorías pueden favorecer el proceso de cambio si son más positivas desde su mayor veracidad;
- *Que sea creída, comprendida y sentida por el psicoterapeuta.* La teoría creída por el psicoterapeuta, será creíble y creída por el paciente;
- *Que sea congruentemente “comunicada”.* El terapeuta debe atenerse en general a unas teorías verdaderas pero es real que las teorías “verdaderas” pueden resultar *no creíbles*, y que las “erróneas” pueden llegar a ser *creíbles* para los pacientes, por la fuerza de la misma *comunicación*. La comunicación positiva “verbal” (adecuada), “paraverbal” (tensión verbal, tono, vo-

lumen, modulación articularia, ritmo verbal, etc. congruentes con la misma verbalización) y “no verbal” (gestos y movimientos corporales) influyen en su credibilidad. Pero, si el paciente percibe alguna incongruencia en los elementos de dicha comunicación por parte del psicoterapeuta, el mensaje puede resultar *no creíble*. Por el contrario, si un comunicador (p. e. curandero) de una teoría “falsa”, la comunica a nivel verbal, paraverbal y no verbal de un modo congruente y hasta enfático, puede resultar *creíble* para el paciente;

- *Que responda a las necesidades del paciente, que esté adaptada “pedagógicamente” a su estado actual, y que sea comunicada por medios adecuados, acudiendo el psicoterapeuta a explicaciones, sugerencias, lecturas clarificadoras, etc. El coautor, psicólogo, del artículo centrado en una paciente tratada de anorexia y bulimia nerviosas por una psicóloga, afirma que:*

La teoría es un factor de efectividad muy potente. (...) La teoría va clarificando todo el proceso. La psicóloga que la trató, desde el principio, le va dando información y explicaciones a todo lo largo del proceso terapéutico y asocia a la paciente a la lectura de unas fotocopias con información específica, teórica y práctica, acerca de la anorexia y bulimia. La paciente reconoce, agradecida, que esta información la orientó y motivó mucho para darse cuenta del problema (...) y de los medios para controlarlo (López y García Moreno, 2010, p. 220).

- *Que sea transmitida con sencillez pero sugestivamente, por todos los medios expresivos llenos de convicción, interés y afecto hacia el paciente. A veces, también, algunos aspectos del “contexto inmediato”, como los diplomas colgados de la pared de títulos o actos académicos (licenciatura, docto-*

rado en universidades acreditadas, máster o cursos de alguna materia relacionada con el problema tratado, etc.) pueden contribuir sugestivamente a la efectividad psicoterapéutica. Pero esta efectividad contextual sugestiva solo será durable a medio y largo plazo si va acompañada de la honradez de un profesional experto.

### **La sugestión de la “autoridad” de una teoría**

El respaldo de la autoridad (divina, científica, social y profesional) siempre se ha utilizado para prestigiar, cualquier sistema teórico práctico de efectividad “terapéutica”. Ya expuse anteriormente, al tratar de las etapas culturales de la curación fisisicológicas, cómo todos los terapeutas han tratado de procurarse este apoyo de prestigio.

*La psicoterapia* también acude, de otra manera, a la *base de la autoridad* de las teorías psicológicas a través de la *ciencia* (portadora de la verdad científica), de la *sociedad* (portadora de la oficialidad) que da las titulaciones que se exhiben acreditativamente en las paredes de los consultorios, y de la *profesionalidad de los psicoterapeutas* (portadores de efectividad). Esta base de autoridad acreditada, con un ejercicio de la profesión honesta y experta, contribuye indirectamente a través de la sugestión a la mejor y más duradera efectividad que tiene relación *directa* con las intervenciones psicoterapéuticas. La efectividad científica tiene, a veces, mucho de sugestión en la comunicación y en el contexto, y la no científica mucho de efectividad directa por las intervenciones realmente eficaces.

### **La Teoría en el contexto de los otros factores de efectividad**

- *La teoría, explícita o implícita, está siempre presente en la psicoterapia e*

informa y contextualiza los demás factores de efectividad;

- La teoría aporta efectividad por sí misma y a través de las *técnicas* y de los otros factores de efectividad;
- La Teoría queda relativizada por las características personales del *psicoterapeuta* y del *paciente*, que pueden hacer creíble, o no, una teoría “verdadera”, o no creíble, o sí, una teoría “falsa”;
- La teoría condiciona la “*relación*” y “*comunicación*” *interactiva del psicoterapeuta y del paciente*, y éstas condicionan su credibilidad;
- La teoría condiciona el *contexto inmediato o encuadre* de la psicoterapia, y éste y el *contexto ecológico y social* del agente del cambio y del paciente condicionan la teoría. Unas condiciones culturales pueden hacer creíble, o no, una teoría, como p. e. el tratamiento de una crisis asmática del niño de una familia sencilla recién venida de Brasil, después de ser tratada sin éxito en una clínica famosa de Madrid, que es atribuida teóricamente a la influencia de malos espíritus, y tratada con aspersión de agua bendita por las habitaciones, con resultado satisfactorio a corto plazo.

## 2. LAS TÉCNICAS, o el “rito”, FACTOR DE EFECTIVIDAD.

Las técnicas, denominadas por Frank (1971) el “rito”, constituyen un factor esencial común de la efectividad de la psicoterapia. Ciertamente, las técnicas psicoterapéuticas como aplicación casi ritualizada, están en constante reformulación con el paso del tiempo. Técnicas que ahora están vigentes, dentro de p. e. cincuenta años, podrán sufrir cambios importantes en su conceptualización teórica y práctica y, por tanto, pueden pasar históricamente al rito, como las teorías al mito.

## Definición de las Técnicas

El Diccionario de la Lengua de la R. A. E. define la “técnica”, del griego *texné=arte*, f, como la aplicación de las ciencias y las artes.

La adecuada aplicación de la teoría psicológica, como veremos a continuación, al desarrollo o a la corrección de la conducta humana constituye un verdadero trabajo científico y “artístico”.

Las “*técnicas*”, según esto, serían toda acción específica, que realiza el psicoterapeuta dentro de la relación interactiva, y que es susceptible de ser codificado en esquemas de comportamiento, reconocidos teóricamente como eficientes por un enfoque psicoterapéutico para resolver *problemas específicos* del paciente.

## Características de las Técnicas de la Psicoterapia

### La “relación interactiva” y las “técnicas” del psicoterapeuta

- *Conexión entre “relación” y “técnicas”*

La “*relación*” comprendería toda acción manifestada por el psicoterapeuta, en el contexto de la interacción con el paciente, dentro de la cual se aplican las técnicas. La relación se centra directamente en la *persona* del paciente con su problemática general.

La “relación” sería “lo común” compartido, más o menos, y de una forma u otra, por todos los sistemas terapéuticos aunque de forma diferente, y las “técnicas” constituirían “lo específico” de un tratamiento según un enfoque terapéutico determinado.

- *Importancia de la “relación” y de las “técnicas”*

Caben tres alternativas respecto de la importancia de una u otras:

### 1) "Relación" sobre "técnicas"

Existen autores (en general, los psicodinámicos) que hacen prevalecer la "relación interactiva" sobre las técnicas en orden a la efectividad terapéutica. Algunos humanistas llegan, incluso, a minusvalorar y menospreciar las técnicas considerándolas pertenecientes al ámbito de las ciencias físicas. Quieren practicar una psicoterapia de una relación actitudinal positiva, que rebajaría o anularía la importancia de las sin técnicas. Lambert (1989) llega a decir que:

No hay evidencias a favor de la conclusión de que las mejorías de los pacientes estén fuertemente asociadas con las técnicas terapéuticas (p. 469).

Kinget, en la obra, que escribe con C. Rogers, "Psicoterapia y Relaciones Humanas", ya en su fase definitiva existencialista, afirma:

Por paradoja que sea la afirmación de que no existen técnicas rogerianas, no deja de expresar una característica primordial de esta práctica terapéutica, tal como Rogers la concibe. Según él, el terapeuta debe esforzarse por portarse totalmente como persona, no como especialista. Su papel consiste en llevar a la práctica actitudes y concepciones fundamentales relativas al ser humano y no en la aplicación de conocimientos o habilidades especiales (Rogers y Kinget, 1971, II, p. 7).

Lo que Kinget afirma sobre el papel del terapeuta requiere algún comentario. Resultará complicado, tanto para el psicoterapeuta rogeriano como para el cliente, concebir al facilitador rogeriano solo como persona, y no como especialista, porque realmente es lo uno y lo otro. Pienso, además, que el término "técnicas" es evitado por Rogers por un prejuicio referido a las técnicas de la física. Las técnicas pueden ser físicas o psicológicas, y esta terminología está admitida desde siempre por la psicología re-

ferida a las intervenciones del psicoterapeuta, pues son fruto de un sistema teórico científico, del que se enorgullece Rogers, aplicable al cambio de comportamiento.

Lo que hace el "facilitador" rogeriano es centrarse positivamente en la persona mediante la aceptación positiva incondicional, la comprensión empática y la autenticidad para que el cliente desinhibidamente se encuentre consigo mismo y con su problemática y trate de analizar y resolver todos los problemas que alteran su existencia, haciendo frente a las dificultades internas (repressiones, prejuicios, pensamientos negativos, desmotivaciones, miedos, ansiedades, minusvaloraciones o sobrevaloraciones, etc.) y a las externas (evitar o huir situaciones sociales ansiógenas, corregir relaciones inadecuadas, superar adicciones variadas, etc). De esta manera, el cliente será el psicoterapeuta de sí mismo. ¿Y a esa *estrategia* del facilitador de hacer que sea el mismo cliente quién, en interacción constante con él y con capacidad adecuada, aplique con responsabilidad los procedimientos más idóneos para crecer como persona y resolver sus propios problemas, no podemos considerarlo y denominarlo "actuación técnica", "técnicas", de un gran "especialista" de la psicoterapia?

Y por el contrario, resulta curioso, además, que mientras algunos humanistas tratan de minusvalorar o, incluso, de negar todo término relativo a ciencia, investigación, estadística, técnicas, etc., y en nombre del humanismo mismo, C. Rogers "el gran humanista", es el que por una parte niega las técnicas en su sistema y, por otra parte, defiende absolutamente su sistema psicoterapéutico como científico y avalado por una amplísima investigación empírica. Según Rogers, refiriéndose a su sistema terapéutico:

Uno de los hechos que más llaman la atención de esta terapia es el carácter científico de su desarrollo. Desde sus comienzos, no sólo ha estimulado el espíri-

tu de investigación, sino que sus progresos se han llevado a cabo paralelamente a los progresos de su metodología de la investigación y de su conceptualización teórica. Por eso, el número y variedad de las investigaciones efectuadas hasta el momento, es impresionante (Rogers y Kinget, 1971, p. 281, l).

Y el mismo Rogers añade:

Esta es una de las paradojas de la psicoterapia. El hecho de que, por una parte, el avance de nuestro conocimiento teórico exige del terapeuta que tenga voluntad y el valor de someter sus convicciones personales más apasionadas a la prueba de la investigación objetiva y pública, por otra parte, la práctica eficaz requiera de él que aplique sus conocimientos así adquiridos al desarrollo y al enriquecimiento de su yo subjetivo. Pues es con este yo subjetivo con el que debe lanzarse, con plena confianza y libertad, a su relación con el cliente (Rogers y Kinget, 1971, l, 319).

## 2) "Técnicas" sobre "relación"

La Terapia y Modificación de Conducta, siempre han tendido, a polarizarse enfáticamente en la aplicación de técnicas como relacionadas directamente con la efectividad terapéutica, y a marginar, dejar en segundo plano, a la "relación interactiva". A ésta se la considera imprescindible en la práctica, pero su estudio, preparación y ejecución se dejan al sentido común y al "ojo del buen cubero".

Ahora bien, autores conductistas como Schindler, Hohenberger-Sieber & Hahlweg (1989) han criticado esta actitud marginal teórica de la "relación" psicoterapéutica:

Fue necesario alcanzar un determinado nivel de sofisticación tecnológica antes de que creciese recientemente, dentro de la terapia conductual, un interés por la alianza terapéutica relacionada con el resultado de la terapia (p. e. Rosenthal, 1978; Sweet, 1984; Wilson & Evans,

1976). Las variables de la relación son ahora consideradas como interactivas con las variables de las técnicas para efectuar resultados significativos del tratamiento (p. e. Foa & Goldstein, 1980). Se ha indicado que se podría entorpecer un mayor desarrollo de la terapia de conducta por la falta de los terapeutas conductuales en incorporar, dentro de su punto de vista, una teoría más amplia de las relaciones humanas. (...) Las habilidades terapéuticas específicas interactúan con las técnicas del cambio conductual" (cf. DeVogel & Beck, 1978) (p. 213).

Es lo que ha venido sucediendo, a otro nivel, respecto de profesionales como el médico. Siempre se ha considerado necesaria la relación con los pacientes, pero su estudio y aplicación práctica se les ha marginado en la docencia universitaria de la medicina, dejándoles a merced de la buena voluntad profesional. Cuando la Psicología ha evolucionado profundizando en las mejores características de la relación humana, y la "libertad democrática" ha propiciado denuncias por problemas profesionales y relacionales de los médicos, esto ha provocado un interés en teorizar y profundizar en las mejores relaciones entre éstos y sus pacientes. Presento algunas *publicaciones periodísticas* que hacen referencia a esta problemática de la relación porque clarifican esta cuestión, ya resuelta teóricamente por la Psicoterapia:

- *El 20 de febrero de 1997, El Mundo* publica, en el Apartado semanal Salud, un breve artículo de Alejandra Rodríguez, titulado: "La Profesión Médica. Amabilidad y comprensión. La buena comunicación evita que los pacientes demanden a los médicos".

Este trabajo se basa en el estudio publicado en el "JAMA", la semana pasada, para analizar las habilidades que tienen los médicos para comunicar con sus pacientes y la relación entre éstas y las demandas judiciales de los enfermos.

"Los investigadores encontraron que los médicos con menos quejas de sus pacientes eran: aquellos que les dejaban hablar sin



interrupciones, los que les informaban acerca del tratamiento, los que les concedían tiempo suficiente para elaborar preguntas y, en definitiva, los que ponían en práctica la llamada *escucha activa*. (...) Se trata de crear un clima amigable y cálido que haga al paciente sentirse especialmente conectado a su médico, que le ve como a persona enferma y no como a una enfermedad”.

Y los investigadores proponen para ello “programas de formación continuada y específica que ayuden a los facultativos a mejorar sus habilidades para comunicarse con sus enfermos”.

- El 3 de marzo, del 2001, se publica, del mismo modo, otro artículo de Carlos Martínez, basado en un estudio investigación recién publicado en el “British Medical Journal”, centrado en la Medicina de Familia, y titulado “la comunicación es la clave de la atención centrada en el paciente”.

Las respuestas más frecuente de los 824 pacientes encuestados fueron: “que el médico les escuche”, “que les reciba con interés y cordialidad”, etc.

Los investigadores, a la vista de los resultados establecen las directrices básicas de una consulta de atención primaria que debe basarse, además de cuidar todo lo relativo al campo de la medicina, en la relación con los pacientes, como: *Explorar* cómo percibe el paciente la enfermedad o dolencia que sufre, así como sus ideas sobre los problemas que tiene, sus sentimientos y las expectativas que se ha hecho de la visita al médico; *Entender* a la persona globalmente, sus preocupaciones y el contexto que le rodea; e *Involucrar* al paciente en el tratamiento.

- El 1 de mayo del 2004, se publica otro artículo, del mismo modo, de Patricia Matey, basado en investigaciones sobre la relación de profesionales del Hospital Universitario Winthrop (EEUU), centrado específicamente en el buen humor del médico y titulado “El uso cuidadoso del humor fortalece la relación entre médico y paciente”. En él se afirma que: “Un nuevo estudio demuestra las ventajas de introducir la alegría en las consultas. Este talante, cuando se utiliza con respeto y precaución, refuerza la relación con el enfermo y mejora su adherencia a la terapia”.

Estas publicaciones evidencian que la adecuada relación del profesional con el paciente, facilita el ejercicio de la medicina y evita determinadas consecuencias negativas de una mala relación. La buena relación es muy importante no solo en psicoterapia sino también en la aplicación de las técnicas de diagnóstico y práctica de la medicina.

### 3) “Relación” y “técnicas”

Cada vez más, y a todos los niveles científicos (acabamos de ver en la práctica de la medicina), se viene reivindicando el papel esencial de la “relación” junto con la aplicación de técnicas. Una y otra son esenciales en la práctica de la psicoterapia. Una buena relación sin la expertez sería negativa. Y una buena expertez sin relación resultaría igualmente negativa.

Strupp (1986) defiende que:

La *destreza* del terapeuta se manifiesta significativamente por una habilidad para crear un contexto interpersonal dentro del cual se puedan dar los aprendizajes terapéuticos y consiste en desarrollar, mantener y dirigir una relación humana específica con unos objetivos terapéuticos. El objetivo es promover el aprendizaje en un contexto interpersonal favorable y constructivo. La contribución del terapeuta parece ser parcialmente actitudinal y parcialmente técnica (p. 126).

### Variedad y clasificación de las técnicas

Las técnicas, empleadas dentro del proceso de intervención psicológica, son muchas y variadas. Todos los sistemas abundan en procedimientos para obtener sus objetivos terapéuticos. No es mi propósito hacer aquí un listado exhaustivo de las técnicas. Sólo pretendo considerar las técnicas como un factor más de la efectividad de la psicoterapia, y ofrecer una sencilla clasificación de las mismas según los objetivos de este trabajo.



De un modo general, y siguiendo las clasificaciones anteriores de la teoría que las da encuadre orientador, las técnicas pueden ordenarse de la siguiente manera:

- según el *enfoque teórico*, dentro de cuyo contexto conceptual tienen su sentido y aplicabilidad, tenemos técnicas: *psicodinámicas, cognitivas, emocionales, conductuales, sociales, transaccionalistas, sistémica, fenomenológico existenciales, humanistas, integradoras*;
- según el *grado de efectividad*: técnicas de efectividad insignificante, apreciable, notable, excelente, deseable u óptima, etc.;
- según la *evaluación de su efectividad*: técnicas objetiva o subjetivamente efectivas, si se ponderan con procedimientos evaluativos objetivos o por simple apreciación subjetiva;
- según la *base de su efectividad empírica*: técnicas que han demostrado su eficacia por investigaciones experimentales, observación clínica contrastada, etc.;
- según la *amplitud*: técnicas específicas sobre problemas específicos, y globales o acumulativas aplicables a variados problemas;
- según la *importancia* dada en la resolución de un problema: principales, accesorias o secundarias, etc.;
- según la *procedencia del sistema*: propias, e integradas o importadas.
- según la *relación con la efectividad*: “directas”, cuando lo que se hace tiene una relación natural directa con lo que se consigue, e “indirectas”, si no existe relación natural entre lo que se hace y lo que se consigue, pero lo que se consigue está mediado por procesos psicológicos que tienen que ver con la sugestión que es estimulada y potenciada por dichas técnicas indirectas. Por ejemplo, el “refuerzo” de una conducta tiene relación directa con el incremento

comportamental, en cambio un “placebo” produce su efectividad no de un modo directo, ni por sí mismo, sino a través de procesos de “sugestión” que el mismo placebo despierta en el contexto de la interacción interpersonal. Incluso las técnicas “científicas” es difícil que se den de un modo aséptico, sin procesos de “sugestión” que refuerzan la relación directa y natural con su efectividad. La Psicoterapia busca técnicas “objetivas”, pero procura, también, el modo de fortalecerlas con dosis adecuadas de “sugestión”, en busca de una efectividad sobreañadida.

### **Características de las técnicas para asegurar una mayor efectividad terapéutica**

- La *efectividad probada* experimentalmente debería ser la primera cualidad de una técnica aplicanda. Pero no siempre disponemos de esta prueba empírica. La mayoría de las veces sólo contamos con la observación clínica de un procedimiento que fundamenta frecuentemente una correlación, y no una relación causal entre lo que se hace y lo que se consigue, que sería el ideal a conseguir a través de la investigación.
- La *destreza* en la aplicación de las técnicas fortalece su efectividad. Una técnica en manos de un hábil psicoterapeuta no es lo mismo que en las de un inexperto. Y la habilidad del psicoterapeuta no se refiere sólo al “*texto*” de la técnica sino, también, al “*contexto*” de la misma a través de una adecuada relación centrada en la persona como ya indicamos anteriormente. La técnica centrada en la solución de un problema específico debe referirse siempre a la persona que tiene ese problema, so pena de cosificarla o despersonalizarla.

- La aplicación de técnicas debe ser siempre *flexible y adaptada* al sujeto y al problema que ha de ser tratado. Las técnicas no adaptadas por su inflexibilidad pueden resultar infructuosas. Según Haldane, Alexander & Walker (1982):

Los roles desempeñados por el terapeuta y las técnicas son relevantes y apropiados no por sí mismos, sino porque ayudan a los objetivos y proceso de la psicoterapia; deben ser flexibles y adaptados a cada momento (p. 84);

- La *oportunidad y aceptabilidad* constituyen condiciones necesarias para su efectividad. A veces, la inoportunidad y la no aceptación de las técnicas por parte del cliente convierte en inefectivas o negativas las mejores técnicas terapéuticas (Brady, 1986).

### Efectividad terapéutica de las técnicas

- La efectividad de las técnicas es un fenómeno empírico que hay que *investigar y demostrar* sea por experimentación o por observación clínica contrastada, pues las técnicas aplicadas pueden beneficiar pero, también, perjudicar si no son adecuadas. La Psicoterapia actual está muy interesada en comprobar empíricamente la verdadera efectividad de las técnicas a través de la investigación de su resultado.
- Las técnicas *eficaces*, que han demostrada esta potencialidad, sólo llegarán a ser efectivas por su *aplicación adecuada* del psicoterapeuta experto;
- Pueden aplicarse técnicas *aparentes* sin efectividad real y pueden existir técnicas *latentes* que se aplican sin darse cuenta y que poseen el peso de la efectividad. Por ejemplo, un "conductista" puede obtener efectividad, pero no por lo que dice que hace sino por aquello que hace sin decir que lo

hace o sin ser consciente de ello (p. e., por procedimientos mediacionales "psicodinámicos") y, también, un "psicodinámico" puede conseguir efectividad por procedimientos conductistas que no entran en su marco conceptual de referencia, sin ser consciente de lo que hace o, incluso, sin querer hacer lo que hace. Una cosa es lo que decimos que hacemos y otra, muy diferente, lo que realmente hacemos.

También, como he expuesto anteriormente, podemos aplicar "*técnicas*" que no son efectivas por sí mismas o directamente, pero sí indirectamente estimulando y potenciando procesos mediacionales relacionados con la fe esperanzada y la "sugestión".

### Relativización de las técnicas

Las técnicas quedan relativizadas negativamente de muy diversas formas. Las técnicas de mayor valencia pueden quedar mermadas o anuladas por el *marco conceptual* de un sistema que las minusvalore o no las considere adecuadamente, por el *psicoterapeuta* que las maneje de una manera inadecuada, inoportuna o inexperta, por el *cliente* que no las acepte o no las ejecute debidamente, por el *contexto inmediato* que no encuadre circunstancialmente la intervención psicológica de un modo adecuado, y por los *contexto ecológico y social* que no favorezca la misma práctica de la psicoterapia aplicada. Según Strupp (1986):

La contribución técnica consiste en un amplio rango de principios que se han demostrado útiles. Estos varían según la posición teórica, la experiencia general clínica del terapeuta y las circunstancias particulares de la terapia como tipo de paciente, etapa, terapeuta, objetivos, etc. (p. 126).

Para Mahoney (1985) no son solo las técnicas ni nuestra ciencia las que ayudan a cambiar, sino acompañadas de nuestra honestidad, afecto y experiencia como testigos

excepcionales en ayudar a la gente a cambiar. La credibilidad de una técnica lo será, sobre todo, por la credibilidad del terapeuta.

Davison (1986), defiende que:

Una técnica no será más creíble que el terapeuta que sugiere el uso de la técnica (p. 170).

Para Strupp (1986), la efectividad de las técnicas depende no solo de la expertez de psicoterapeuta, sino de muy diversas variables:

El resultado no debería ser utilizado como único índice de la expertez del terapeuta, a menos que las variables del paciente y otras consideraciones sean adecuadamente controladas y estadísticamente eliminadas" (p. 125).

### Las técnicas, común acervo terapéutico

Las técnicas son del *común acervo* terapéutico. Casi todas las técnicas pueden integrarse en casi todos los sistemas terapéuticos dentro de su marco conceptual donde son "reconfiguradas". En este sentido tienen un carácter suprateórico o, más bien, tienen la cualidad de ser integradas en diferentes contextos teóricos. Y a nadie se le prohíbe utilizar técnicas procedentes de otros sistemas terapéuticos. Lazarus afirma que:

El eclecticismo multimodal que él propugna (...) se fundamenta en técnicas validadas dentro de cualquier marco de trabajo, p.116 (Lazarus y Messer, 1991).

### El humanismo y las técnicas

Según expuse anteriormente, para algún planteamiento humanista las técnicas pasan a un segundo lugar, y quedan relativizadas y casi contrapuestas a una relación humana. El humanismo se opone a todo lo que pueda lesionar la dignidad del paciente. La tecnología sería una forma de cosificar la relación humana. Esto es fruto del en-

frentamiento del humanismo al conductismo por primar éste la técnica sobre la relación, y a la psicología científica "tecnologizada".

Aparte de abusos cometidos, que aunque explicados nunca están justificados, convendría afirmar que las técnicas por sí mismas, *como afirmé anteriormente referido a C. Rogers*, no están reñidas con el respeto absoluto al paciente y no tienen por qué hacer sombra a una relación humana. Las técnicas son absolutamente necesarias, para resolver cualquier problema humano. Sin la técnica no se podría intervenir en medicina, biología, y tampoco en psicología. *La técnica no es sino la aplicación de los medios más idóneos para solucionar problemas específicos de cualquier tipo*. La técnica como procedimiento en busca de la efectividad en cualquier actividad humana es lo más racional y "humano". Lo contrario sería caer en el absurdo de intentar la resolución de los problemas por la simple buena voluntad. La aplicación de cualquier procedimiento adecuado ("técnica") para resolver un problema no tiene por qué estar reñido con el respeto a la persona, si esto se hace en el contexto de una relación "humana personal". Cuando la Terapia de Conducta aplica las técnicas que se han demostrado más efectivas para resolver determinados problemas, debería hacerlo dentro de un marco conceptual humano no restrictivo. Y esto puede hacerlo con toda humanidad refiriéndolas a la persona misma, sin caer en la alienación cosificada. Si a la técnica le falta la perspectiva de la persona, respecto de un problema puntual, eso ya no es defecto de la técnica, sino del modo defectuoso, despersonalizador y reduccionista del sistema teórico que la encuadra. La Terapia de Conducta o el Psicoanálisis han sido considerados "no humanistas" por su reduccionismo teórico práctico. Pero, el humanismo deja de ser "humanista" cuando cae en el reduccionismo de cualquier tipo negando realidades humanas positivas. Las técnicas son imprescindibles y son siempre humanas

cuando se contextualizan en sistemas “personalizados” no restrictivos.

### **Atribución realista de la efectividad a todos los procedimientos aplicados dentro de todo el proceso de recuperación del paciente**

Siguiendo una *metodología inductiva*, frente a la deductiva que seguí al principio de este capítulo de las técnicas dando una definición según la elaboración, ejecución y eficacia comprobada de las mismas de un sistema o enfoque determinado atribuyendo la efectividad a las técnicas, como suelen hacer la mayoría de los autores, pienso que se debería dar una atribución más realista a todos los procedimientos relacionados con la efectividad de un tratamiento cualquiera.

Según esto, la efectividad *en sentido amplio*, pero real, sería la atribuida a:

Todas la técnicas probadas procedentes de un sistema teórico práctico ejecutados por el psicoterapeuta, y a todos los procedimientos realizados por el mismo psicoterapeuta a nivel individual, y por el paciente o cualquier persona familiar, educador o afín al paciente, dentro del contexto de sesión clínica o fuera del mismo, que han contribuido a la superación del problema o al mejoramiento de las potencialidades del paciente.

Los psicoterapeutas hemos caído en el narcisismo profesional al pensar que la recuperación de un paciente ha sido debida solo a la labor “psicoterapéutica” intrasección clínica (sin negar que ésta sea importante decisiva), sin integrar en el proceso total de la recuperación todas las ayudas extra clínicas recibidas de personas, medios de comunicación, lectura de libros, etc. etc. Todo lo que contribuye a la efectividad psicoterapéutica se debería conceptualizar como terapéutico. La realidad es que, a veces, estos procedimientos pueden resultar más efectivos que las mismas técnicas.

### **Las técnicas en el contexto de los otros factores de efectividad**

Según lo expresado anteriormente:

- La *teoría* es la que, de una forma u otra, informa, orienta y reformula las técnicas, pero la misma teoría cuando es aplicada constituye una técnica;
- Las técnicas quedan, además, contextualizadas, y relativizadas por el *psicoterapeuta* que las aplica (expertez, oportunidad, etc.), por el *paciente* que las recibe (características personales, psicopatologías, estado anímico, prejuicios de escuela y culturales, etc.), por la *relación interactiva* entre psicoterapeuta y paciente (buena o mala relación), por el *contexto inmediato* de su aplicación (acogida, circunstancias temporales, de espacio, situacionales, honorarios, etc.), y por en *contexto ecológico* (no positivo) y *social* (acontecimientos sociales, cultura, situación social y económica de la sociedad, etc.).
- Las técnicas, así como los procedimientos terapéuticos aplicados a todo lo largo del proceso psicoterapéutico, deberían ser controlados en las investigaciones de la efectividad para que la varianza sea distribuida equitativamente entre todos factores de efectividad. La musicalidad de una orquesta es debida a todos sus factores constituyentes, personales e instrumentales, y a todos hay que atribuir la misma.

### **REFERENCIAS**

- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F. & Emery, G. (1979, 1984). *Terapia Cognitiva de la Depresión*. Bilbao: D.D.B.
- Brady, J. P. (1986). Psychotherapy by combined behavioral and dynamic approaches, *Comprehensive Psychiatry*, 9, 536-543.
- Davinson, G. C. (1986). Some views of effective principles of psychotherapy. In M. R. Goffman, *Converging themes in psychotherapy*, pp. 155-1909. New York: Springer Publishing Company.

- Ehrenwald, Jan (1969). *Psicoterapia: Mito y Método*. Barcelona: Edic. Toray.
- Frank, J. D. (1971). Therapeutic factors in psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy*, 25, 350-361.
- Frank, J. D. (1986). The present status of outcome research. In M. R., Golfried (Ed.), *Trends in psychodynamic, humanistic and behavioral practice*. New York: Springer Publishing Company.
- Golfried, M. R. & Wachtel, P. L. (1987). Clinical and conceptual issues in psychotherapy integration. *Journal of Integrative and Eclectic Psychotherapy*, 6, 131-134.
- Haldane, J. D, Alexander, D. A. & Walker, L. G. (1982). *Models for psychotherapy. A primer*. Berdeen: Univ. Press.
- Herink, R. (1980). *The Psychotherapy. Handbook*. New York: Meridian.
- Khun, T.S. (1962). *The structure of scientific revolutions*. Chicago: University of Chicago Press.
- Lambert, M. J. (1989). The individual therapist's contribution to psychotherapy process and outcome. *Clinical Psychology Review*, 9, (4), 469-485.
- Lazarus, A. A. & Messer, S. B. (1991). Does chaos prevail? An exchange on technical eclecticism and assimilative integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 2, 143-158.
- López, M. y García Moreno, J. (1910). Curación de un caso de anorexia y bulimia. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 63, 204-234.
- Mahoney, M. J. (1985). *Cognition and Psychotherapy*. New York: Plenum Press.
- Martínez, Carlos (2001). La comunicación es la clave de la atención centrada en el paciente. *Apartado semanal Salud, El Mundo*, 3 de marzo, del 2001.
- Matey, Patricia (2004). El uso cuidadoso del humor fortalece la relación entre médico y paciente. *Apartado semanal Salud, El Mundo*, 1 de mayo.
- Najavits, Lisa M. (1997). Psychotherapist's Implicit Theories of Therapy. *Journal of Psychotherapy Integration*, 7, 1, 1-16.
- Parloff, M.B. (1976). Shopping for the right therapy. *Saturday Review*, 21 Febrero, 135-142.
- Real Academia Española (2001). *Diccionario de la Lengua Española*. Madrid: Editorial Espasa Calpe.
- Rodríguez, Alejandra (1997). La Profesión Médica. Amabilidad y comprensión. La buena comunicación evita que los pacientes demanden a los médicos. *Apartado semanal Salud, El Mundo*, 20 de febrero.
- Rogers, C. y Kinget, G. M. (1971). *Psicoterapia y relaciones humanas. Teoría y práctica de la terapia no directiva*. Madrid: Alfaguara.
- Schindler, L., Hohenberger-Sieber, E. & Hahlweg, K. (1989). Observing client-therapist interaction in behavior therapy: Development and first application of an observational system. *British Journal of Clinical Psychology*, 28, 213-226.
- Strong, S. R. & Clairborn, C. D. (1982). *Change through interaction: Social Psychological Processes of Counseling and Psychotherapy*. New York: Wiley.
- Strong, S. R., y Claiborn, Ch. D. (1985). *El cambio a través de la interacción. Procesos psicossociales en Consejo y psicoterapia*. Bilbao: Edit. Desclée de Brouwer.
- Strupp, H. H. (1986). Psychotherapy: Research, practice and public policy. (How to avoid dead ends). *American Psychologist*, 41, 2, 120-130.
- Torrey, E. F. (1972a). *The mind game: With doctors and psychiatrists*. New York: Emerson Hall.

Recibido: 15/10/2011.

Aceptado: 25/10/2011.

Evaluado: 21/11/2011.

Aprobado: 26/11/2011.



## ¿En qué consiste el *Burn Out* o Síndrome del quemado?

M.<sup>a</sup> Consuelo Llinares Pellicer<sup>1</sup>

### *Resumen*

En el presente trabajo, analizamos en qué consiste el *Burn Out* o Síndrome del quemado para dar a conocer las causas y factores de riesgo que lo desencadenan, y trabajar las estrategias de afrontamiento e intervención.

*Palabras clave:* *Burn Out*; factores de riesgo; situaciones estresantes; estrategias de afrontamiento.

### **What is the *Burn Out* or burnout Syndrome?**

#### *Abstract*

In this paper we analyze what the burnout is, to raise awareness of the causes and risk factors that trigger it, and work on coping and intervention strategies.

*Key words:* *Burn Out*; risk factors; stressful situations; coping strategies.

### **En quoi consiste le *Burn Out* ou Syndrome du brûlé?**

#### *Résumé*

Dans ce travail, nous analysons ce que le *Burn Out* syndrome est, afin de sensibiliser le public sur les causes et facteurs de risque qui le déclenche, et de travailler sur l'adaptation et les stratégies d'intervention.

*Mots clé:* *Burn Out*; facteurs de risque; facteurs de stress; stratégies d'adaptation.

## **INTRODUCCIÓN**

El estilo de vida de este siglo ha gestado nuevas enfermedades relacionadas con el estrés laboral y la desocupación, una de ellas ha adquirido la denominación de *Burn Out* o síndrome del quemado. El índice de desocupación en España toca cifras históricas, pero no sólo los sin trabajo sufren las consecuencias de los cambios de la globalización; un alto porcentaje de gente con trabajo sufre enfermedades psicosomáticas causadas por la falta de adaptación a las nuevas reglas del mercado.

El *Burn Out* es un estado de agotamiento físico, emocional y mental, causado por

involucrarse en situaciones emocionalmente estresantes, durante un tiempo prolongado. La feroz competitividad e inseguridad que rigen en el ámbito laboral, las exigencias del medio, los cambios trascendentales en los enfoques de la vida y las costumbres, condicionan un ritmo vertiginoso, que genera angustia, agotamiento emocional, trastornos en los ritmos de alimentación, actividad física y descanso; con dolencias físicas, psíquicas y factores de riesgo que ponen en peligro la salud de los individuos del nuevo milenio.

El hombre, como entidad compleja, puede habituarse a circunstancias adversas. Sin embargo, al verse superados los pro-

<sup>1</sup> Psicóloga Clínica. Departamento de Salud de Gandía. E-mail: llinares\_con@gva.es



cesos de adaptación, se origina un desbordamiento que ocasiona trastornos orgánicos y psicológicos. El individuo, superado por sus circunstancias laborales, agotamiento físico y emocional, comienza a generar situaciones autodestructivas. Quienes trabajan en profesiones que se encuentran en íntima relación con el sufrimiento humano –psicoterapeutas, médicos, enfermeros, trabajadores sociales– son igualmente vulnerables al desgaste por empatía y al Burn Out, dado que la empatía es un recurso importante en el trabajo con poblaciones traumatizadas o sufrientes.

La vocación por el trabajo ofrece un doble aspecto: brinda satisfacción si el individuo crece profesionalmente, aunque también puede ocasionar desilusión y apatía si percibe la propia tarea como intrascendente. En este último caso, el estrés crónico puede producir algunos síntomas: resistencia a concurrir al trabajo, culpa y pérdida de la autoestima, miradas frecuentes al reloj, pérdida del interés e indiferencia, insomnio, dolores de cabeza, y problemas conyugales y familiares, entre otros. Cuando varias de estas señales se combinan, hay que replantearse la forma de trabajar, incluida la extensión de la jornada y la relación con pares y superiores.

Las fuertes presiones a que se ven expuestos muchos profesionales, cuyas caras más visibles son el empeoramiento de las condiciones laborales, la caída salarial, el aumento de las exigencias por parte de las instituciones y la falta de expectativas de solución, se manifiestan a través de vivencias de vacío existencial y estrés prolongado que van minando las defensas y debilitando las técnicas de respuesta.

Al personal jerárquico lo estresa tener que enfrentarse con responsabilidades que exceden lo que ellos definen como “rol profesional”. Esto se acentúa en los jefes: consideran que la jefatura implica un reconocimiento y ascenso en su carrera, que les da la posibilidad de ser creativos e introducir cambios; también reciben el embate de los

factores humanos del rol, como algo que se aparta de la verdadera función, que sería la atención del trabajo. Se genera un verdadero estado de agobio y desprotección, donde el oponerse a la estructura del sistema crea la impresión de luchar contra imposibles. Cada intento frustrante, y frustrado, va debilitando al individuo hasta que éste se resigna en su capacidad de perseverar.

Muchos profesionales en relación de dependencia, en el ámbito estatal o privado, desempeñan tareas en condiciones impropias, con horarios excesivos, inseguridad en el cargo, remuneración insuficiente y carencia de recursos materiales o humanos indispensables para una correcta labor. Ellos integran el universo de personas en riesgo de contraer el síndrome de agotamiento laboral.

Este síndrome es un cuadro polifacético y evolutivo, con un desarrollo histórico de enfermedad. Conocido por los médicos desde la década de los años 70, puede comenzar con cambios psicológicos que van incrementando su intensidad, desde el descontento y la irritabilidad hasta estallidos emocionales, afectando los sistemas físicos, y psíquicos fundamentales para la supervivencia del individuo.

## DEFINICIÓN DEL BURN OUT

El término Burn Out procede del inglés y se traduce en castellano por “estar quemado”. A mediados de los años 70, el psiquiatra Herbert J. Freudenberger describió el síndrome Burn Out, aunque no con tal nombre, como una patología psiquiátrica que experimentaban algunos profesionales, que trabajaban con personas en algún tipo de institución.

Este psiquiatra trabajaba en una clínica de Nueva York y observó cómo la gran mayoría de los voluntarios que trabajaban con toxicómanos, en un periodo determinado, normalmente tres años, sufría de forma progresiva una pérdida de energía, hasta llegar

al agotamiento, síntomas de ansiedad y depresión, desmotivación en su trabajo y actitudes de cinismo con los clientes y una tendencia a evitarlos (Buendía y Ramos, 2001; Ramos, 1999; Buendía, 1998; Mingote, 1998; Hombrados, 1997). Estos voluntarios se esforzaban en sus funciones, sacrificando su propia salud para alcanzar ideales superiores y recibiendo poco, o nada, de reforzamiento por su esfuerzo.

A partir de dichas observaciones, Freudenberg (1974) describe un perfil de las personas con riesgo de desarrollar el síndrome de *Burn Out*, el cual se caracteriza por pensamientos idealistas, optimistas e ingenuos. También, afirma que estos sujetos se entregan demasiado al trabajo para conseguir buena opinión de sí mismos y para lograr el bien común. A pesar de este esfuerzo y compromiso, los profesionales fracasan en hacer una diferencia en la vida de los usuarios. El sentido de la existencia personal está puesto en el ámbito laboral, lo cual genera excesiva implicación en el trabajo y, generalmente, termina en la deserción (Mingote, 1998).

Desde una postura individualista, el *Burn Out* sería producto de un fallo del sujeto que tiene personalidad débil, baja tolerancia al estrés, etc. Se asume el estrés como un componente interno. Mientras, las posturas ambientalistas dan una definición más sistémica, permitiendo la utilización de estrategias para intentar el cambio o eliminación de factores predisponentes. Dicha postura considera el estrés como algo externo al sujeto y enfoca al *Burn Out* como respuesta a la interacción entre el individuo y el entorno laboral. Según Moreno-Jiménez, Garrosa y González (2000), este síndrome puede ocurrir en todos los ámbitos de la acción del sujeto. Pero ha sido estudiado, en mayor medida, en el campo de los profesionales asistenciales y se ha extendido en profesiones diversas.

La investigación ha derivado en dos vertientes controvertidas, ya que muchos científicos están en desacuerdo cuando se li-

mita este síndrome a sujetos que realizan algún tipo de trabajo en contacto directo con personas, y proponen que los síntomas del *Burn Out* se pueden apreciar también en sujetos que no tienen empleo.

En un principio, entre el grupo de científicos que reservan este concepto a trabajadores en contacto con otras personas, destacaron las investigaciones de Maslach (1976). La psicóloga utilizó el término *Burn Out*, empleado hasta entonces por los abogados californianos, para describir el proceso gradual de pérdida de responsabilidad profesional y desinterés cínico entre compañeros de trabajo; así es como se refería a un conjunto de respuestas emocionales que afectaban a los profesionales de ayuda. Determinó que los afectados sufrían “sobrecarga emocional” o síndrome de *Burn Out*, y lo definió como síndrome de agotamiento emocional, despersonalización y baja realización personal, que puede ocurrir entre individuos cuyo trabajo implica atención o ayuda a personas.

A partir de estos componentes, se elaboró el Maslach *Burn out Inventory* (MBI), para medir el *Burn Out* personal de servicios humanos y educadores, evaluando dichas dimensiones por medio de tres subescalas. Extraoficialmente, este inventario se ha convertido en el más aceptado por su amplia utilización en diversos tipos de muestras. Hasta el momento, ha tenido tres revisiones y es importante subrayar que, en la última, se ha sustituido el término “despersonalización”, por “cinismo” para las profesiones no asistenciales (Maslach y Jackson, 1986; Maslach y Leiter, 1997). Por otra parte, Pines y Aronson (1988) defienden que los síntomas del *Burn Out* se pueden observar también en personas que no trabajan en el sector de asistencia social. Ellos definen este síndrome como un estado de agotamiento emocional, mental y físico, que incluye sentimientos de impotencia e inutilidad, sensaciones de sentirse atrapado, falta de entusiasmo y baja autoestima. Dicho estado estaría causado por

una implicación, durante un tiempo prolongado, en situaciones que son emocionalmente demandantes. Ellos desarrollaron una escala de carácter unidimensional, distinguiendo tres aspectos: agotamiento, desmoralización y pérdida de motivación. Entre otras definiciones del síndrome del Burn Out, Burke (1987) lo explica como un proceso de adaptación del estrés laboral, que se caracteriza por desorientación profesional, desgaste, sentimientos de culpa por falta de éxito profesional, frialdad o distanciamiento emocional y aislamiento (Buendía y Ramos, 2001).

Shirom (1989), a través de una revisión de diversos estudios, concluye que el contenido del síndrome de Burn Out tiene que ver con una pérdida de las fuentes de energía del sujeto y lo define como "una combinación de fatiga física, cansancio emocional y cansancio cognitivo" (Buendía y Ramos, 2001; Ramos, 1999). Pines (1993) entiende el Burn Out como consecuencia de la exposición del sujeto a situaciones emocionalmente exigentes, durante un tiempo prolongado. Este estado se caracteriza por agotamiento físico, emocional y mental.

El Burn Out también se ha explicado como producto de la interacción de múltiples factores culturales, ocupacionales, educacionales, individuales o de personalidad. Hombrados (1997, p. 217) propone una definición conductual, que explica la coexistencia de un conjunto de respuestas motoras, verbales-cognitivas y fisiológicas, ante una situación laboral con exigencias altas y prolongadas en el tiempo. Por lo tanto, entiende como elementos fundamentales: "los cambios emocionales y cognitivos informados, cambios negativos en la ejecución profesional y una situación de presión social y/o profesional que aparece de manera continuada".

En síntesis, este síndrome de desgaste laboral se considera como la fase avanzada del estrés profesional integrado por actitudes y sentimientos negativos hacia las

personas con las que se trabaja y hacia el propio rol, así como la sensación de encontrarse emocionalmente agotado. Actualmente, se aplica el síndrome de Burn Out a diversos grupos de profesionales que incluyen desde directivos hasta amas de casa. Se explica que éste es el resultado de un proceso continuo, donde el sujeto se ve expuesto a una situación de estrés crónico laboral y las estrategias de afrontamiento que utiliza no son eficaces. Los sujetos, en su esfuerzo por adaptarse y responder eficazmente a las demandas y presiones laborales, se esfuerzan en exceso y de manera prolongada en el tiempo. Añadiendo a esto la sobre-exigencia, la tensión y la frustración por resultados no esperados.

Maslach y Schaufeli (1993) aseguran que entre las diferentes definiciones del Burn Out, existen algunas características similares. Entre ellas, destacan las siguientes:

1. Predominan más los síntomas mentales o conductuales que los físicos. Entre los síntomas disfóricos, se señalan el cansancio mental o emocional, fatiga y depresión; siendo el principal el Cansancio Emocional.
2. Los síntomas se manifiestan en personas que no sufrían ninguna psicopatología anteriormente.
3. Se clasifica como un síndrome clínico-laboral.
4. Se desencadena por una inadecuada adaptación al trabajo, que conlleva a una disminución del rendimiento en el trabajo junto a la sensación de baja autoestima.

En la organización pueden surgir ciertos problemas cuando los trabajadores presentan estos síntomas, ya que hay un deterioro en el rendimiento profesional y por consecuencia, puede derivar en un deterioro en la calidad de servicio, absentismo laboral, alto número de rotaciones y abandono del puesto de trabajo. Por otro lado, existe controversia respecto al carácter multidimensional y unidimensional del Burn Out. Sin embargo, existe un número creciente

de investigadores que concuerda en que el *Burn Out* está compuesto por tres dimensiones: 1) cansancio emocional, 2) despersonalización y 3) baja realización personal.

## DISCRIMINACIÓN CON OTROS CONSTRUCTOS

El concepto de *Burn Out* ha dado lugar a muchas discusiones por la confusión que genera a la hora de diferenciarlo con otros conceptos, pero Shirom (1989) afirma que el *Burn Out* no se solapa con otros constructos de orden psicológico.

Centrándonos estrictamente en las diferencias del *Burn Out* con otros conceptos psicológicos y psicopatológicos, se puede demostrar que este síndrome se diferencia del: estrés general, estrés laboral, fatiga física, depresión, tedio o aburrimiento, insatisfacción laboral y acontecimientos vitales y crisis de la edad media de la vida; aunque se compartan algunos síntomas o procesos de evolución similares:

**1. Estrés general:** En el diagnóstico diferencial entre el Estrés General y el síndrome de *Burn Out*, se plantea porque el primero es un proceso psicológico que conlleva efectos positivos y negativos, mientras que el *Burn Out* sólo hace referencia a efectos negativos para el sujeto y su entorno. Así también es evidente que el estrés general se puede experimentar en todos los ámbitos posibles del ser humano a diferencia del Síndrome de *Burn Out*, que es un síndrome exclusivo del contexto laboral (Pines y Krafy, 1978).

**2. Estrés laboral:** En relación al Estrés Laboral, Buunk y Schaufeli (1993) diferencian el Síndrome de *Burn Out* en función al proceso de desarrollo; explicando que este último es la ruptura en la adaptación que va acompañado por un mal funcionamiento crónico en el trabajo. La persona va deteriorándose y acaba en un nivel estable de mal funcionamiento en el trabajo. El estrés laboral es un proceso de adaptación tem-

poral más breve, que va acompañado por síntomas mentales y físicos. El sujeto puede volver a sus niveles normales o iniciales de funcionamiento otra vez. Por lo tanto, al Síndrome de *Burn Out* se lo podría considerar como un estado de estrés laboral prolongado, que tiene la cualidad de inadaptación al estrés producido en el contexto de trabajo. Es importante señalar que el estrés laboral no necesariamente conduce al *Burn Out* (Pines, 1993). Otra diferencia importante entre las características de ambos constructos es que el Síndrome de *Burn Out* está asociado a actitudes negativas hacia los usuarios, el trabajo y la organización a diferencia del estrés laboral que no se lo asocia con actitudes negativas.

**3. Fatiga física:** Para diferenciar la Fatiga Física del síndrome de *Burn Out*, tenemos en cuenta el proceso de recuperación (Pines y Aronson, 1988), ya que el Síndrome de *Burn Out* se caracteriza por una recuperación lenta y acompañada de sentimientos profundos de fracaso, mientras que en la fatiga física la recuperación es más rápida y puede estar acompañada de sentimientos de realización personal y a veces, de éxito.

**4. Depresión:** Firth, McIntee, McKeon y Britton (1986) se plantean que es probable un solapamiento entre los términos Depresión y *Burn Out*. Por el contrario, Leiter y Durup (1994) demuestran, a partir de investigaciones empíricas, que los patrones de desarrollo y etiología son distintos, aunque estos fenómenos puedan compartir algunas sintomatologías. Se ha confirmado que la depresión tiene una correlación significativa con el Cansancio Emocional, pero no con las otras dos dimensiones del Síndrome de *Burn Out* (baja realización personal y despersonalización).

Otra característica que diferencia a éstos constructos es que el Síndrome de *Burn Out* se asocia al trabajo y situaciones específicas, al menos al inicio, y que sus síntomas suelen ser temporales. La depresión, por el contrario, puede surgir en otros

contextos (personal, social, familiar) con síntomas profundos y generales. Es decir, que la depresión se la entiende como un fenómeno más amplio.

Siguiendo la misma línea, varios autores sostienen que uno de los síntomas más destacados en la depresión es el sentimiento de culpa mientras que en el Síndrome de Burn Out, los sentimientos que predominan son la cólera o la rabia (Manassero, Vázquez, Ferrer, Fornés y Fernández, 2003; Mingote, 1998; Pines, 1993; Warr, 1990; Meier, 1984).

**5. Tedio o aburrimiento:** Diversos autores han utilizado los términos Tedio o Aburrimiento en diversas situaciones y con diferentes significados. Por lo tanto, para explicar las diferencias con el síndrome de Burn Out, es conveniente analizar lo que dice cada autor. Faber (1991) y Pines y otros (1981) limitan el Síndrome de Burn Out a las profesiones asistenciales y aplican el término de tedio o aburrimiento a los otros tipos de trabajos que no tienen características humanitarias. Pines y otros (1978) y Maslach y Jackson (1981) concuerdan en que el Síndrome de Burn Out es generado por repetidas presiones emocionales, mientras que el tedio o aburrimiento puede resultar de cualquier tipo de presión o falta de motivación o innovación, en el ámbito laboral del sujeto. Por otro lado, apoyan que ambos términos son equivalentes cuando el fenómeno es consecuencia de la insatisfacción laboral.

**6. Insatisfacción laboral:** Según Maslach y Jackson (1981), la Insatisfacción en el Trabajo no necesariamente coexiste con el Síndrome de Burn Out. Es decir, los niveles de Burn Out pueden darse con sentimientos de satisfacción en el trabajo, o viceversa. Un sujeto insatisfecho laboralmente puede no padecer Síndrome de Burn Out, puntuando bajos niveles de despersonalización y de cansancio emocional.

**7. Alienación:** Ocurre cuando un sujeto tiene poca libertad para llevar a cabo una determinada tarea, mientras que el Síndro-

me de Burn Out se desarrolla cuando una persona tiene demasiada libertad para llevar a cabo una tarea que le es imposible o muy difícil de realizar.

**8. Acontecimientos vitales y crisis en la edad media de la vida:** Los investigadores afirman que la crisis de la edad media de la vida del sujeto se diferencia del Síndrome de Burn Out porque tal crisis se puede desencadenar cuando el profesional hace un balance negativo de su posición y desarrollo laboral. Sin embargo, el Síndrome de Burn Out se da con mayor frecuencia en los jóvenes que se han incorporado recientemente a su nuevo empleo, porque estos no suelen estar preparados para afrontar los conflictos emocionales que se les presentan desde el exterior.

En la actualidad, son muchos los que defienden al Síndrome de Burn Out como un síndrome con identidad propia. Plantean que para diferenciarlo de otros constructos es imprescindible tomar en cuenta su multidimensionalidad (cansancio emocional, despersonalización y realización personal), su relación con variables antecedentes-consecuentes y su proceso de desarrollo progresivo y continuo; suponiendo éste último la interacción secuencial de variables emocionales, cognitivas y actitudinales dentro de un contexto laboral (Ramos, 1999; Gil-Monte y Peiró, 1997).

## PROCESO DE DESARROLLO DEL SÍNDROME DE BURN OUT

El Burn Out es un estado que se desarrolla secuencialmente, en lo referente a la aparición de rasgos y síntomas globales. Es un proceso de respuesta a la experiencia cotidiana de ciertos acontecimientos y todo ese proceso que engloba el Burn Out. En cierta medida, varía de una persona a otra. Puede ser que estas variaciones hayan influido en las discrepancias entre algunos autores en el momento de definir el síntoma que se presenta en primer lugar, la secuen-



cia del proceso, el protagonismo que se concede a cada síntoma, en el tiempo, en la explicación de los mecanismos explicativos, etc. Por lo tanto, hay una variedad de modelos procesuales que tratan de explicar el desarrollo del síndrome de Burn Out, aunque ninguno de ellos ha sido absolutamente aceptable y satisfactorio. Algunos de estos autores son Manzano y Ramos (2000), Gil-Monte y Peiró (1997); Leiter y Maslach (1988); y Pines (1993), entre otros.

Para Edelvich y Brodsky (1980), el desarrollo del síndrome de Burn Out tiene cuatro etapas en profesiones de ayuda: la primera es el entusiasmo ante el nuevo puesto de trabajo acompañado de altas expectativas; en la segunda, aparece el estancamiento como consecuencia del incumplimiento de las expectativas; la tercera etapa es la de frustración; y por último, la cuarta es la apatía como consecuencias de la falta de recursos personales del sujeto para afrontar la frustración. La apatía implica sentimientos de distanciamiento, no implicación laboral, y conductas de evitación e inhibición de la actividad profesional.

Cherniss (1993) postula que el Burn Out se da en un proceso de adaptación psicológica entre el sujeto estresado y un trabajo estresante, en el cual el principal precursor es la pérdida de compromiso. El proceso lo describe en tres fases: 1) fase de estrés, 2) fase de agotamiento y 3) fase de afrontamiento defensivo.

**1 - Fase de estrés:** Esta fase consiste en un desequilibrio entre las demandas del trabajo y los recursos de los que dispone el individuo para hacer frente a esos acontecimientos.

**2 - Fase de agotamiento:** Se refiere a la respuesta emocional inmediata del sujeto ante dicho desequilibrio, es decir, que el trabajador presentará sentimientos de preocupación, tensión, ansiedad, fatiga y agotamiento.

**3 - Fase de afrontamiento defensivo:** Esta fase implica cambios en la conducta y en la actitud del trabajador, caracterizándose

se por un trato impersonal, frío y cínico a los clientes.

El Modelo Procesual de Leiter (1988) surge a partir del modelo secuencial de Leiter y Maslach (1988), y plantea que la aparición del Burn Out se da a través de un proceso que empieza por un desequilibrio entre las demandas organizacionales y los recursos personales. Esto provocaría Cansancio Emocional en el trabajador, para luego experimentar la Despersonalización como una estrategia de afrontamiento. El proceso concluye con baja Realización Personal, como resultado de la ineficacia al afrontar los diferentes estresores laborales, es decir, que las estrategias de afrontamiento no son afines con el compromiso exigible en el trabajo asistencial.

Como se puede observar, son tres las dimensiones que explican la evolución del síndrome. De éstas, el *agotamiento emocional* es el aspecto clave en este modelo y se refiere a la fatiga, pérdida progresiva de energía, etc. La *despersonalización experimentada por el trabajador* se refiere a una forma de afrontamiento que protege al trabajador de la desilusión y agotamiento. Ésta implica actitudes y sentimientos cínicos, negativos sobre los propios clientes, que se manifiestan por irritabilidad y respuestas impersonales hacia las personas que prestan sus servicios. Por último, la *dificultad para la realización personal en el trabajo* son respuestas negativas hacia sí mismo y el trabajo. Es el deterioro del autoconcepto, acompañado de sensaciones de inadecuación, de insuficiencia y de desconfianza en sus habilidades para hacer la diferencia.

Otros modelos a destacar, de carácter integrador, son los de Gil-Monte y Peiró (1997) y Manzano (2008). El primero postula que las cogniciones de los sujetos influyen en sus percepciones y conductas y a su vez, estas cogniciones se ven modificadas por los efectos de sus conductas y por la acumulación de consecuencias observadas. Por lo tanto, el autoconcepto de



las capacidades del sujeto determinará el esfuerzo y empeño para conseguir sus objetivos y sus reacciones emocionales. A partir de estos planteamientos, Gil-Monte y otros (1997) apoyan la tridimensionalidad del Burn Out, pero sugieren otra relación entre los mismos. Estos autores proponen que los profesionales experimentan una falta de "realización personal" y el incremento del "cansancio emocional". De ambos se deriva el manejo de estrategia denominada "despersonalización". Concluyendo, este síndrome sería una respuesta, como efecto de una valoración secundaria a la ineficacia del afrontamiento, al estrés laboral.

Manzano (2008) también apoya la tridimensionalidad del Burn Out, pero plantea otra secuencia, donde primero aparece la baja realización personal para evolucionar acompañada del cansancio emocional. Ante la cronicidad de estas dos dimensiones, el sujeto desarrolla actitudes de despersonalización. Es importante señalar que en este modelo, siguiendo un continuo temporal, la segunda fase del proceso está muy cercana a la tercera y, por lo tanto, pueden presentarse juntas o alternativamente (Buendía y Ramos, 2001).

Hatinen, Kinnunen, Pekonen y Aro (2004) proponen, a partir de estudios empíricos sobre los patrones del Síndrome de Burn Out, una secuencia de desarrollo de sus síntomas. Explican que los sentimientos de baja eficacia profesional representan las tempranas fases del Síndrome, mientras que el cansancio emocional y el cinismo representan las fases más avanzadas.

## TIPOS DE BURN OUT

Gillespie (1987) diferenció dos tipos de Burn Out, que surgen precisamente por la ambigüedad en la conceptualización del síndrome.

1. Burn Out activo: Se caracteriza por el mantenimiento de una conducta asertiva. Se relaciona con los factores or-

ganizaciones o elementos externos a la profesión.

2. Burn Out pasivo: Predominan los sentimientos de retirada y apatía. Tiene que ver con factores internos psicosociales.

Posteriormente, otros autores, como Maslach y Jackson (1982), entienden que está configurado como un síndrome tridimensional caracterizado por agotamiento emocional y físico, despersonalización y reducida realización personal.

- El agotamiento emocional y físico se caracteriza por una ausencia o falta de energía, entusiasmo y un sentimiento de escasez de recursos. A estos sentimientos pueden sumarse los de frustración y tensión en los trabajadores que se dan cuenta que ya no tienen condiciones de gastar más energía.
- La despersonalización, deshumanización se caracteriza por tratar a los clientes, compañeros y la organización como objetos. Los trabajadores pueden demostrar insensibilidad emocional, un estado psíquico en que prevalece el cinismo o la disimulación afectiva, la crítica exacerbada de todo su ambiente y de todos los demás.
- La disminución de la realización personal en el trabajo que se caracteriza como una tendencia del trabajador a autoevaluarse de forma negativa. Las personas se sienten infelices consigo mismas, insatisfechas con su desarrollo profesional, experimentan una declinación en el sentimiento de competencia, y de éxito en su trabajo y en su capacidad de interactuar con las personas.

## FASES DEL BURN OUT

Edelwich y Brodsky (1980) definen el Burn Out como una pérdida progresiva del idealismo, energía y motivos vividos por la gente en las profesiones de ayuda, como

resultado de las condiciones de trabajo. Proponen 5 fases por las cuales pasa todo individuo con *Burn Out*

**1. Etapa de idealismo y entusiasmo:**

El individuo posee un alto nivel de energía para el trabajo, expectativas poco realistas sobre él y aún no sabe lo que puede alcanzar con éste. La persona se involucra demasiado y existe una sobrecarga de trabajo voluntario. Al comienzo de su carrera, existen bastantes motivaciones intrínsecas. Hay una hipervalorización de su capacidad profesional que le lleva a no reconocer los límites internos y externos, algo que puede repercutir en sus tareas profesionales. El incumplimiento de expectativas le provoca en esta etapa, un sentimiento de desilusión que hace que el trabajador pase a la siguiente etapa.

**2. Etapa de estancamiento:** Supone una disminución de las actividades desarrolladas cuando el individuo constata la irrealidad de sus expectativas, ocurriendo la pérdida del idealismo y del entusiasmo. La persona empieza a reconocer que su vida necesita algunos cambios, que incluyen necesariamente el ámbito profesional.

**3. Etapa de apatía:** Es la fase central del síndrome de *Burn Out*. La frustración de las expectativas lleva al individuo a paralizar sus actividades, desarrollando apatía y falta de interés. Empiezan a surgir los problemas emocionales, conductuales y físicos. Una de las respuestas comunes en esta fase es la tentativa de retirada de la situación frustrante. Evita el contacto con los compañeros, hay faltas al trabajo y en muchas ocasiones se da el abandono de éste y en los casos más extremos de profesión. Estos comportamientos empiezan a volverse constantes abriendo el camino para la última etapa de *burn out*, la del distanciamiento

**4. Etapa de distanciamiento:** La persona está crónicamente frustrada en su trabajo, ocasionando sentimientos de vacío total que pueden manifestarse en la forma de distanciamiento emocional y de desvalorización profesional. Hay una inversión del tiempo dedicado al trabajo con relación a la primera etapa. En el lugar del entusiasmo e idealismo profesional, la persona pasa a evitar desafíos y clientes de forma bastante frecuente, y trata sobre todo de no arriesgar la seguridad del puesto de trabajo, pues cree que a pesar de inadecuado, posee compensaciones (el sueldo, por ejemplo) que justifican la pérdida de satisfacción.

**5. Etapa de Quemado:** La persona toca fondo y se produce un colapso emocional y cognitivo con importantes consecuencias para la salud física y psicológica. Esta situación puede empujar al individuo a dejar el empleo y arrastrarse a una vida profesional de frustración e insatisfacción. El punto negativo que tiene esta evolución por todas estas fases o etapas, es que el síndrome de *Burn Out* tiene carácter cíclico, de forma que se puede repetir en el mismo trabajo o en otros.

## CAUSAS DEL BURN OUT

El *Burn Out* surge como consecuencia de situaciones estresantes que provocan que el individuo esté más predispuesto a padecerlo. El estrés suele tener carácter laboral, primordialmente, ya que la interacción que el individuo mantiene con los diversos condicionantes del trabajo son la clave para la aparición del *Burn Out*. Las actuaciones que desencadenan la aparición de este síndrome suele ser intensas y/o duraderas, porque el *Burn Out* se conceptualiza co-

mo un proceso continuo que se manifiesta de una manera paulatina y que va interiorizando el individuo hasta provocar en éste los sentimientos propios del síndrome.

Existen determinados factores que propician el Burn Out:

- La naturaleza de la tarea.
- La variable organizacional e institucional.

- La variable interpersonal (colegas, familia, amigos, redes de apoyo social).
- La variable individual (características del profesional como edad, sexo, experiencia, rasgos de personalidad).

A continuación, incluimos una tabla con estadísticas de estudios realizados por diversos especialistas que ofrecen información sobre la influencia del síndrome del Burn Out según la profesión:

*Tabla 1: Incidencia del Burn Out por profesiones.*

| ESTUDIO                         | PROFESIÓN                     | BURN OUT |
|---------------------------------|-------------------------------|----------|
| Kyriacou (1980)                 | Profesores                    | 25%      |
| Pines, Arason y Kafry (1981)    | Diversas profesiones          | 45%      |
| Maslachm y Jackson (1982)       | Enfermeros/as                 | 20-35%   |
| Henderson (1984)                | Médicos                       | 30-40%   |
| Smih, Birch y Marchant (1984)   | Bibliotecarios                | 12-40%   |
| Rosse, Jonson y Crow (1991)     | Policías y personal sanitario | 20%      |
| Jorgesen (1992)                 | Estudiantes de enfermería     | 39%      |
| Price y Spence (1994)           | Policías y personal sanitario | 20%      |
| Deckard, Meterko y Field (1994) | Médicos                       | 50%      |

## FACTORES DE RIESGO

**1. Variables individuales:** Según Edelmich y Brodsky (1980), el Burn Out aparece cuando el deseo del sujeto de marcar una diferencia en la vida del otro se ve frustrado, ya que las razones por la que las personas se dedican a ayudar a los demás son para confirmar su sentido de poder. También señalan que el tener muy alto entusiasmo inicial, baja remuneración económica, independientemente del nivel jerárquico y educación, no tener apoyo ni refuerzo en la institución, el uso inadecuado de los recursos, y ser empleado joven, son variables que aumentan la probabilidad de desarrollar este síndrome. En concreto, en el personal de enfermería es donde se ha centrado la mayor parte de las investigaciones, y se encuentra que el desfase que existe entre el espíritu altruista, la formación recibida y la realidad laboral, es uno de los factores de riesgo para desarrollarlo.

Entre la variable «edad» y Burn Out hay una relación negativa, que se explica cuando se toma en cuenta que los trabajadores más jóvenes empiezan la carrera laboral con altas expectativas e ilusiones y, a la vez, tienen menos años de experiencia en el trabajo, a diferencia de los trabajadores veteranos. Parece que los mayores años de ejercicio profesional no se asocian como precipitante del Burn Out. Pero Manzano ha observado que hay una relación entre éste y el cansancio emocional y despersonalización. Y a la vez, ha demostrado que el ser fijo en un trabajo aumenta el grado de satisfacción personal (Manzano, 2008).

La misma ambigüedad en los resultados ocurre cuando se evalúa la relación entre nivel de educación, estado civil y Burn Out. Según Manzano (2008), el nivel de educación se asocia con mayor frecuencia e intensidad al cansancio emocional y del estado civil; argumenta que los casados o las

personas con pareja estable muestran menos *Burn Out* que los solteros, viudos y divorciados.

Así, también las personas que tienen hijos parecen ser más resistentes ante el *Burn Out* debido a que la implicación del sujeto con la familia le hace que tenga mayor capacidad para afrontar los problemas y conflictos emocionales, pero también a ser más realistas con la ayuda del apoyo familiar. Ante estas afirmaciones hay mucha polémica, Manzano (2008) argumenta que más bien a mayor número de hijos, mayor nivel de estrés ocupacional.

En relación al sexo, se menciona que las mujeres son más vulnerables al desgaste profesional que los hombres. No obstante, hemos de advertir que el análisis de la relación de estas variables se complica por varios factores distorsionantes. Por ejemplo, las mujeres pueden estar contratadas en trabajos con baja libertad de decisión a diferencia de los hombres, las demandas familiares, la educación e ingresos. También parece importante incluir el nivel de implicación del sujeto entre las variables relacionadas con el *Burn Out*, por la relación que hay entre las actitudes laborales sobre el síndrome. Específicamente, la implicación aparece como predictor significativo de desgaste profesional junto con estrategias de afrontamiento y balance de afectos.

Respecto a las características de personalidad se habla de "Personalidad resistente al estrés", ya que aunque el origen del desgaste profesional se relaciona con el tipo de trabajo y sus condiciones, las variables individuales ejercen una fuerte influencia en las respuestas y, por lo tanto, en las consecuencias.

**2. El modelo salutogénico de salud:** Considera a la salud como un continuo dinámico entre enfermedad y bienestar personal. Enfatiza la relevancia de las variables personales identificando un estilo de conducta ante el estrés. Los dos modelos más aceptados son los de Kobassa (1982) "personalidad resistente", y Antonovsky (1987), "sentido de co-

herencia". Entre estos dos, el modelo de personalidad de Kobassa (1982), denominado *hardy personality* o *hardiness*, ha tenido mayor repercusión académica e investigadora.

Éste último plantea que las dimensiones que constituyen a dicha personalidad son como formas de acción y compromiso a partir de las situaciones reales. Las dimensiones que constituyen la personalidad resistente son: el compromiso, el control y el reto. El compromiso hace referencia a la implicación e identificación personal con lo que se hace, reconociendo los propios valores, las metas que guían a la conducta y la confianza interpersonal con los otros. El control se refiere a la convicción que tiene el sujeto de poder intervenir provocando un impacto en el curso de los acontecimientos para su propio beneficio, aunque sea parcialmente. Por último, el reto implica que el sujeto percibe el cambio como una oportunidad para mejorar la situación actual y/o las propias competencias; es decir que incluye flexibilidad cognitiva y tolerancia a la ambigüedad.

Estos tipos de personalidad utilizan estrategias de afrontamiento eficaces ante el estrés. Éstas son estrategias de carácter activo, como son: la modificación perceptiva de los estresores concibiéndolos como oportunidades, la búsqueda de apoyo social, el desarrollo de estilos de vida saludables, entre otros.

El otro modelo, Sentido de Coherencia, concibe los tipos de conducta de la salud y enfermedad como opuestas y diferentes, ya que plantea que si no se hacen las conductas que llevan a la enfermedad, por ejemplo fumar, no necesariamente conduce a la salud. La línea de este enfoque gira en torno a los aspectos activos de la conducta que llevan al desarrollo de la salud. El concepto de "recursos de resistencia generalizado" (RGG) es la clave del modelo e implica todos aquellos medios que facilitan la conducta activa y llevan al sujeto a desarrollar acciones adaptativas y positivas frente a los factores de estrés: apoyo social, formación, medios económicos, fami-

lia, creencias, etc. Entonces, el “sentido de coherencia” es el componente personal que facilita el uso de los RGG, y cada persona tendrá diferentes tipos de RGG dependiendo de la historia personal, cultura, estatus social, económico, etc.

Dicho componente está compuesto por tres dimensiones: comprensibilidad (componente cognitivo), manejabilidad (componente instrumental) y la significatividad (componente motivacional). Según Antonovsky (1997), el sentido de coherencia no es un rasgo de la personalidad ni estilo de afrontamiento, son un conjunto de “competencias básicamente cognitivas que proporcionan una orientación disposicional generalizada” (Buendía y Ramos, 2001, p. 71). Otras variables de personalidad que tienen relación con los niveles de Burn Out son: el patrón de conducta tipo A, alto neuroticismo y locus de control externo. Una última variable que se ha estudiado y que tiene influencia en el grado de estrés, la fatiga y el Burn Out es la relación entre la orientación profesional y el puesto de trabajo.

**3. Variables sociales:** Las relaciones sociales dentro y fuera del lugar de trabajo pueden amortiguar el efecto de los estresores o pueden ser fuentes potenciales de estrés. Cuando se habla de los efectos positivos de las relaciones sociales en el trabajador, se hace referencia al apoyo social; que puede ser emocional, evaluador, informativo y/o instrumental.

Se plantea que el apoyo social, tanto el recibido como el percibido, es un grupo de variable importante moderadora del estrés, del estrés laboral y del Burn Out, ya que cumple funciones sociales como las de integración social, la percepción de la disponibilidad de otros para informar o comprender y la prestación de ayuda y asistencia material (Manassero y otros, 2003; Hombrados, 1997). Estos autores han clasificado varias fuentes de apoyo social: pareja, familiares, vecinos, amigos, compañeros, superiores o supervisores, grupos de autoayuda, profesionales de servicio y cuidadores.

Para aclarar la influencia y las características de las variables sociales en el desarrollo del burn out se diferencian aquellas relaciones extralaborales y las relaciones del lugar de trabajo:

**a) Variables sociales extra-laborales:**

Estas variables se refieren a las relaciones familiares y/o amigos. Los estudios del Burn Out hacen hincapié en la importancia del apoyo de estas fuentes, ya que le permiten al sujeto sentirse querido, valorado y cuidado. Según Buendía (1998), el apoyo familiar, en el hogar, mitiga los efectos estresores menores de la vida diaria. Pero hay que tomar en cuenta los casos particulares, donde las demandas del trabajo afectan negativamente al cónyuge; sobretodo en los casos de viajes de periodos considerables, entre otros. También se ha estudiado que un bajo apoyo social junto con altas demandas laborales y bajo control da lugar a problemas en la salud del trabajador. En general, el apoyo no sólo amortigua, sino que puede proteger de la aparición de trastornos físicos y mentales; ya que éste fomenta la salud independientemente del nivel de estrés del trabajador y protege a las personas de los estresores del ciclo vital.

**b) Variables sociolaborales:**

Las relaciones interpersonales en el trabajo, que son percibidas negativamente, pueden desencadenar niveles considerables de estrés. Entre los elementos estudiados en este ámbito, destacan la densidad social en el lugar de trabajo y la calidad de las relaciones de trabajo. Se explica que cuando la densidad de personas en el área de trabajo es excesiva, puede contribuir a la insatisfacción laboral y a la disminución de la comunicación. También cuando las relaciones están deterioradas por falta de confianza y apoyo, cuando abundan los conflictos, dispu-



tas y competitividad entre compañeros de trabajo, el efecto estresor de otros estímulos laborales son mucho más poderosos; ya que el apoyo social del grupo de trabajo, que es uno de los más importantes para reducir o prevenir el estrés, está deteriorado.

Otros tipos de relaciones bilaterales que pueden ser fuente potencial de estrés son cuando el individuo tiene subordinados y, sobre todo, si intenta combinar un liderazgo participativo con altas exigencias de producción; cuando se delega autoridad y la responsabilidad es compartida; y cuando se mezcla el mantenimiento de autoridad y el miedo a perderla. Algunas relaciones con clientes, pacientes o proveedores pueden ser estresantes por sus características generales; pero también las malas relaciones o mala comunicación en casos específicos.

Dentro de los grupos, los autores mencionan varias características en el clima social de la organización que colaboran al desarrollo del *Burn Out*; por ejemplo, poca colaboración entre compañeros, falta de cohesión grupal, presiones de grupo, conflictos en el seno del grupo que pueden estresar a los que no están implicados, coaliciones, etc. Estas situaciones dificultan la cooperación y el apoyo social en el grupo y, por lo tanto, la adaptación del profesional en el lugar de trabajo.

En general, la falta de apoyo social puede ser un factor de estrés e incluso puede acentuar otros estresores; ya que la presencia de éste rebaja o elimina los estímulos estresantes, modifica la percepción de los estresores, influye sobre las estrategias de afrontamiento y mejora el estado de ánimo, la motivación y la autoestima de las personas.

**4. Variables organizacionales:** Entre los factores de riesgo organizacionales se distinguen estresores relacionados con la demanda laboral, el control laboral, el entorno físico laboral, los contenidos del puesto, los aspectos temporales de la organización, la inseguridad laboral, el desem-

peño del rol, las relaciones interpersonales laborales, el desarrollo de la carrera, las políticas y clima de la organización. Las características de las demandas laborales y el estrés laboral han sido muy estudiadas. Se distinguen dos tipos: las cuantitativas y cualitativas. El primero se refiere a la carga laboral, y el segundo al tipo y contenido de las tareas laborales (naturaleza y complejidad de las demandas laborales).

Analizando dichas variables, algunos autores han concluido que tanto el exceso de trabajo, como la carga laboral excesivamente baja, tienden a ser desfavorables a diferencia de los niveles moderados. Los niveles altos de sobrecarga laboral objetiva y presión horaria disminuyen el rendimiento cognitivo, aumentan el malestar afectivo y aumentan la reactividad fisiológica.

De las demandas cualitativas, los investigadores han estudiado los efectos estresantes de los trabajos de riesgo y peligros muy superiores a otros (bomberos, policías, etc.) y los efectos adversos de la monotonía y simplicidad del trabajo. También en han asociado el trabajo de tareas fragmentadas y repetitivas (operarios industriales) con insatisfacción, ansiedad, problemas somáticos. También han concluido que el control industrial y las tareas de control demandan continua atención y son potencialmente estresantes.

Dicho control se relaciona con los niveles de responsabilidad, es decir, que los excesos de responsabilidad son fuentes de estrés; por ejemplo, si los errores de control incluyen la calidad o coste del producto, o incluso la muerte de los trabajadores. Otras formas de responsabilidad pueden ser requerimientos de viajes constantes, demandas que implican relacionarse fuera de horas de trabajo, responsabilizarse personalmente de otras personas, responder a las necesidades interpersonales y emocionales de otros, etc. En síntesis, el grado de peligro ambiental, la presión y la excesiva responsabilidad son estresores potenciales.



Los niveles bajos de control laboral, autonomía, libertad de decisión o juicio en la organización pueden ser factores de estrés e insatisfacción laboral para el trabajador. El grado de control percibido tiene una relación positiva con la satisfacción laboral, la autoestima, la competencia, el compromiso e implicación, rendimiento y motivación; mientras que su ausencia se ha correlacionado con diversos efectos negativos como síntomas somáticos, distrés emocional, depresión, ansiedad, nervios, estrés de rol, absentismo, movilidad. Es importante distinguir que el grado de control en las incidencias intrínsecas (planificación, temporalización, elección de métodos, etc.) en el trabajo son más importantes en los efectos de estrés que los extrínsecos (salario, política de la organización, mejoras sociales), aunque no quiere decir que ambas no se relacionen con la satisfacción laboral.

A esto hay que añadir que las características de la tarea y preferencias personales de trabajo influyen en qué grado es positivo el control personal sobre el ritmo de trabajo, ya que si un trabajador no tiene las habilidades para manejar el control, esta variable puede tener efectos estresantes en el sujeto.

La posibilidad de uso y desarrollo de habilidades y capacidades en el trabajo, sin llegar al exceso, promueven la satisfacción laboral. Por lo tanto, diversos autores concluyen que en general un trabajo activo con alta demanda y alto control promueve nuevas habilidades y conductas de afrontamiento; sin embargo, recomiendan analizar las preferencias personales y recursos personales en relación con las demandas del puesto de trabajo cuando se trata de prevenir el estrés laboral.

Entre las características contextuales de la organización que los autores han estudiado en el ámbito del estrés laboral, destacan: la cultura organizacional y ética, estilo de la dirección, estructura jerárquica, implicación de los sindicatos, seguridad en el trabajo, perspectivas de la trayectoria laboral, salario, ambiente físico, aspectos tem-

porales del trabajo e interferencia entre actividades de trabajo y no trabajo.

Del análisis de estas variables podemos deducir algunas conclusiones. Respecto al entorno físico laboral, los principales estresores están relacionados con el nivel de ruido y vibraciones, la iluminación, el clima físico (temperatura ambiente, humedad, viento y radiación), la higiene (limpieza, sanitarios, ventilación), hacinamiento, aislamiento, espacio disponible para el trabajo, hasta la toxicidad, condiciones climatológicas y todas las variables relacionadas con el análisis ergonómico. Por otra parte, los trabajadores con cargas pesadas se concentran más en su trabajo y el ambiente laboral pobre les afecta menos. Tanto la personalidad tipo A, como el grado de control percibido, también pueden influir en las reacciones conductuales y emocionales ante este tipo de ambiente. Es decir, que los factores físicos pueden actuar modulados por las diferencias individuales, tipo de tarea e incluso condiciones físicas restantes (por ejemplo, el espacio disponible puede percibirse diferente en función del nivel de ruido, el calor se puede atenuar con la velocidad del aire, etc.).

Otro elemento importante como desencadenante de Burn Out son las condiciones horarias de la profesión: trabajos a turnos, altas rotaciones, nocturnidad, largas jornadas o gran cantidad de horas extraordinarias, jornadas de horas indeterminadas. La duración de los turnos y la rotación se relacionan positivamente con calidad de sueño, ajuste cardiaco, quejas de salud, satisfacción laboral, atención, rendimiento cognitivo y accidentes. A grandes rasgos, en la implantación de un sistema de horario y rotaciones en particular, es necesario considerar los factores sociales, ambientales y características laborales, junto con factores demográficos y características individuales cuando se analizan las respuestas al trabajo.

Uno de los temas laborales que los autores más han abordado es la definición de roles laborales como el resultado de la interacción social del trabajador en el ambiente labo-

ral. Estas interacciones pueden llevar a una ambigüedad (por falta de información) y conflicto del rol (demandas contradictorias entre sí), que desemboca en estrés del rol. Dicho estrés causa tensión, ansiedad, insatisfacción y la tendencia a abandonar el trabajo. Existen determinados tipos de trabajo que son más vulnerables al estrés de rol como aquellos los de roles limítrofes, de niveles jerárquicos intermedios y los puestos poco definidos.

La preocupación por el desarrollo profesional puede ser fuente de estrés, ya que las personas aspiran a progresar y a alcanzar ciertas metas y expectativas. Uno de los factores más estresantes es la falta de promoción. Cuando las expectativas de carrera son altas, la falta de oportunidades de promoción en la organización agrava la situación del trabajador. También hay que considerar que si la promoción llega cuando aún no se la espera puede generar estrés. Ante estas cuestiones distinguimos una serie de fases en la carrera junto a estresores específicos: la fase inicial, la de consolidación, la de mantenimiento y la de preparación a la jubilación.

La fase inicial se caracteriza por la sorpresa y el choque de las expectativas y la realidad; la siguiente fase tiene como estresores los esfuerzos por la consolidación y por el equilibrio entre las demandas laborales y la familia; en la fase de mantenimiento, estresan al trabajador las posibilidades de estancamiento de la carrera, la reducción en el ritmo de progreso y el fracaso a nivel personal; por último, la fase de preparación a la jubilación se caracteriza por el temor y la incertidumbre respecto a la jubilación, el descenso de las facultades físicas y mentales, las dificultades para mantenerse actualizado o las preocupaciones del nivel de desempeño.

Entre otros estresores laborales, también se destaca la "inseguridad laboral": la falta de estabilidad en el trabajo, el miedo a ser despedido. En estas situaciones el trabajador está más expuesto a otras fuentes de estrés, ya que puede aceptar sobrecargas

en el trabajo con el objetivo de aumentar la seguridad en el mismo. La inseguridad laboral tiene impacto negativo en la satisfacción laboral, la salud, las relaciones conyugales, las relaciones familiares y la autoestima. Y las variables mediadoras de dicho impacto serían el grado de dificultad financiera, el apoyo social, las diferencias individuales y condiciones del mercado laboral.

Las políticas de personal de la empresa como las recompensas, la posibilidad de aumentar los ingresos, el respeto y consideraciones hacia las destrezas del trabajador, la participación de éstos en la toma de decisiones, la política de contratación, el grado de formalización y burocratización de la organización y el tipo de supervisión son factores a tomar en cuenta para prevenir el *Burn Out*; ya que un mal manejo de estos pueden dificultar el funcionamiento de la empresa y ocasionar niveles de estrés considerables en los trabajadores.

Entre otros estresores, podemos citar la crisis económica, la escasez en la empresa, la caída de ventas, la reestructuración organizacional, el cambio de propietarios, la aparición de nuevas tecnologías, situaciones de guerra comercial, etc. son situaciones amenazadoras para el trabajador y normalmente van acompañadas de falta de información fiable y de numerosos rumores.

De un modo general, hay que subrayar la importancia de analizar el estrés como un proceso interactivo, ya que las características individuales, sociales y organizacionales median la salud del trabajador. No hay situaciones estresantes por sí mismas, sino que el valorar a un estímulo como estresor depende también de cómo el sujeto interprete la experiencia. Pero no hay que restar importancia al impacto de ciertos trabajos y organizaciones, en los que la incidencia de estrés es mayor que en otros; por lo tanto, ciertas situaciones laborales presentan estresores potenciales que tienen un componente objetivo (Manassero y otros, 2003; Buendía y Ramos, 2001; Ramos, 1999; Buendía, 1998; Hombrados, 1997).

## CONSECUENCIAS DEL SÍNDROME DE BURN OUT

Existe un problema en la diferenciación entre los síntomas del Burn Out y las consecuencias como resultado de la confusión propia de la delimitación y definición del constructo. El concepto más importante es que el Burn Out es un proceso (más que un estado) y es progresivo. El proceso incluye: 1) Exposición gradual al desgaste laboral, 2) desgaste del idealismo, 3) falta de logros. La mayoría de las consecuencias del Burn Out son de carácter emocional. Esto se explica porque los estudios realizados se han basado en la definición operativa de Maslach: 12 de los 22 *items* de su escala apuntan al factor emocional, como son los relacionados con la depresión, sentimientos de fracaso, pérdida de autoestima, irritabilidad, disgusto, agresividad.

Los síntomas cognitivos han sido menos estudiados, aunque son de gran importancia por varias razones: en el comienzo del desarrollo del síndrome, hay una incoherencia entre las expectativas laborales y lo real, lo que lleva a una frustración y depresión cognitiva, y que es por lo que se caracteriza este síndrome. Las consecuencias giran en torno a las dificultades para concentrarse o para tomar decisiones. La segunda dimensión que atribuyen Maslach y Leiter (1996) al Burn Out, el cinismo, se refiere a la autocrítica, desvalorización, autosabotaje, desconfianza y desconsideración hacia el propio trabajo.

El área conductual, que ha sido poco estudiada hace referencia a la despersonalización.

Las consecuencias del síndrome en este aspecto son la pérdida de acción preactiva y las manifestaciones engloban el consumo aumentado de estimulantes, abusos de sustancias y, en general, hábitos dañinos para la salud.

Las consecuencias sociales apuntan sobre la organización donde el sujeto trabaja, ya que el Síndrome de Burn Out puede llevar a que la persona quiera aislarse y evite la interacción social. La persona sufre y la empresa también paga un alto costo pues trae como consecuencia el cinismo, retrasos, disminución de productividad, el absentismo, la rotación o fluctuación del personal, disminución del rendimiento físico y psicológico, disminución con el compromiso, afectaciones en la calidad del trabajo realizado, accidentes, las intenciones de abandonar el trabajo, indemnizaciones por conceptos de reclamación o certificados médicos, etc.

Las manifestaciones fisiológicas pueden cubrir síntomas como cefaleas, dolores musculares, sobre todo, dorsal, dolores de muelas, náuseas, hipertensión, úlceras, pérdida de la voz, pérdida de apetito, disfunciones sexuales y problemas de sueño. En general, pueden aparecer y/o aumentar los trastornos psicósomáticos y la fatiga crónica.

También los estudiosos han observado que las personas con altos niveles de Burn Out tienen menos satisfacción con la pareja y las conductas en el hogar son de irritación, disgusto y tensión. Esta situación incide especialmente en el deterioro de las interacciones personales.

Tabla 2: Factores causantes del estrés laboral.

| Causas                 | Factores influyentes  | Consecuencias posibles  |
|------------------------|---|---|
| Condiciones de trabajo | Sobrecarga cuantitativa de trabajo<br>Sobrecarga cualitativa de trabajo<br>Decisiones comunes<br>Peligro físico | Fatiga física o mental<br>Agotamiento del sistema nervioso<br>Irritabilidad<br>Tensión nerviosa |
| Papel desempeñado      | Ambigüedad de los papeles   |   |



| Causas                   | Factores influyentes   | Consecuencias posibles   |
|--------------------------|--|--|
| Factores interpersonales | Sexismo<br>Hostigamiento sexual<br>Mal sistema de trabajo y falta de apoyo social<br>Rivalidades Políticas<br>Celos profesionales<br>Falta de atención a los trabajadores por parte de la organización | Ansiedad y tensión nerviosa<br>Disminución del rendimiento<br>Insatisfacción profesional<br>Tensión nerviosa<br>Hipertensión                   |
| Progresión profesional   | Avance demasiado lento<br>Avance demasiado rápido<br>Seguridad del empleo<br>Ambiciones frustradas   | Baja de la productividad<br>Pérdida de la confianza en sí mismo  |
| Estructura orgánica      | Estructura rígida e impersonal<br>Discusiones políticas<br>Una supervisión o formación inadecuadas<br>Imposibilidad de participar en la toma de decisiones   | Irritabilidad e ira<br>Insatisfacción profesional<br>Pérdida de motivación<br>Baja productividad   |
| Relación hogar-trabajo   | Repercusiones de la vida laboral en la familia<br>Falta de apoyo del cónyuge<br>Peleas domésticas<br>Estrés provocado por una doble carrera  | Conflictos psicológicos y fatiga mental<br>Falta de motivación<br>disminución de la productividad<br>Recrudescimiento de las peleas domésticas |

Tabla 3: Consecuencias del estrés laboral que se asocian al Síndrome de Burn Out.

| Emocionales  | Cognitivos   | Conductuales   | Sociales  | Psicosomáticas  |
|--|--|--|---|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Depresión.</li> <li>• Indefensión.</li> <li>• Desesperanza.</li> <li>• Irritación.</li> <li>• Apatía.</li> <li>• Desilusión.</li> <li>• Pesimismo.</li> <li>• Hostilidad.</li> <li>• Falta de tolerancia.</li> <li>• Acusaciones a los clientes.</li> <li>• Supresión de sentimientos.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Perdida de significado.</li> <li>• Pérdida de valores.</li> <li>• Desaparición de expectativas.</li> <li>• Modificación autoconcepto.</li> <li>• Desorientación cognitiva.</li> <li>• Pérdida de la creatividad.</li> <li>• Distracción.</li> <li>• Cinismo.</li> <li>• Criticismo Generalizado.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitación de responsabilidades.</li> <li>• Absentismo.</li> <li>• Conductas inadaptadas.</li> <li>• Desorganización.</li> <li>• Sobreimplicación.</li> <li>• Evitación de decisiones.</li> <li>• Aumento del uso de cafeína, alcohol, tabaco y drogas.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitación de contactos.</li> <li>• Conflictos interpersonales.</li> <li>• Malhumor familiar.</li> <li>• Aislamiento.</li> <li>• Formación de grupos críticos.</li> <li>• Evitación profesional.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dolor precordial y palpitaciones.</li> <li>• Hipertensión.</li> <li>• Crisis asmáticas.</li> <li>• Catarros frecuentes.</li> <li>• Mayor frecuencia de infecciones.</li> <li>• Aparición de alergias.</li> <li>• Dolores cervicales y de espalda.</li> <li>• Fatiga.</li> <li>• Alteraciones menstruales.</li> <li>• Úlcera gastroduodenal.</li> <li>• Diarrea.</li> <li>• Jaquecas.</li> <li>• Insomnio.</li> </ul> |

*Tabla 4:* Clasificación de las dimensiones y consecuencias del Síndrome de Burn Out.

**Dimensiones:**

- Cansancio físico y psíquico. Agotamiento desgaste profesional.
- Despersonalización (robotización).
- Baja realización personal.

**Consecuencias:**

- Desmotivación.
- Negativismo.
- Pasividad.
- Pasotismo.
- Indiferencia.
- Muchos errores, indecisión.
- Consumo abusivo de alcohol, fármacos, drogas.
- Absentismo.
- Accidentes.
- Descenso del rendimiento.
- Baja productividad.
- Trabajo de poca calidad.
- Insatisfacción laboral.

Observamos que las consecuencias del Síndrome de Burn Out afectan al individuo y a la organización; ya que es un síndrome que se da en un contexto laboral. Por lo tanto, se pueden analizar sus implicaciones desde un punto de vista individual y organizacional.

**EVALUACIÓN DEL SÍNDROME DE BURN OUT**

Respecto a la evaluación del estrés laboral, existe una amplia variedad de medidas:

- a) *Evaluación de los Aspectos Situacionales (individuales y organizacionales):* Pueden evaluar el Perfil de Características Organizacionales y su interpretación desde la perspectiva del Clima Organizacional, Escala de Acontecimientos Vitales, Escala de Estímulos Estresantes, Sucesos Estresantes Cotidianos, Situaciones de tensión crónica mantenida, Auto-re-

gistros, Observación y Entrevistas, que evalúan los aspectos organizacionales e individuales,

- b) *Evaluación de Variables Moduladoras del Estrés:* Entre ellas, las de Apoyo Social, Patrón A de Conducta, Personalidad Resistente al Estrés y Redes de apoyo.
- c) *Evaluación de los Aspectos Cognitivos:* Sobresalen la Evaluación Automática Inicial y la Evaluación del Procesamiento Central Controlado,
- d) *Evaluación de los Aspectos Motores:* Son conductas generales de afrontamiento y conductas específicas.
- e) *Evaluación de los Aspectos Fisiológicos:* Se refiere a la Evaluación en el Laboratorio.
- f) *Evaluación de las Consecuencias:* Destacan el Cuestionario de Salud General, la Evaluación de Satisfacción Laboral, el Hopkins Symptoms Checklist (HSCL) y la Evaluación de las Consecuencias.



Específicamente, es posible utilizar diversas técnicas para evaluar el síndrome de *Burn Out*. Al principio, utilizaban las observaciones sistemáticas, entrevistas estructuradas y tests proyectivos, pero posteriormente pusieron más el acento en la evaluación mediante cuestionarios o autoinformes. Ante un proceso de evaluación con autoinformes, es importante tener presente que sus medidas son débiles por sí solas. Es aconsejable recabar datos objetivos de otras fuentes para confirmar y ampliar los resultados. Cuando hablan de otras fuentes, se refieren a la observación directa de la conducta del trabajador, a la información que pueden dar terceras personas cercanas sobre el profesional o a la presencia de ciertos indicadores laborales.

A pesar de estas limitaciones, los autoinformes son los instrumentos más utilizados para la evaluación del *Burn Out*, y de éstos los investigadores prefieren el *Maslach Burn Out Inventory* (MBI; Maslach y Jackson, 1981 y 1986) y el *Burn Out Measure* (BM; Pines y Aronson, 1988).

**Maslach Burnout Inventory (MBI):** Los estudios de Maslach y Jackson (1986) se dividen en dos etapas. En la primera, definen el *Burn Out* para profesionales que trabajan en el área de servicios humanos y lo miden con el *Maslach Burn out Inventory* –MBI– (1981, 1986). Este instrumento se ha traducido al castellano y lo ha validado Gil Monte (2002). El MBI es un cuestionario autoadministrado y consta de 22 ítems que recogen respuestas del sujeto con relación a su trabajo sobre sus sentimientos, emociones, pensamientos y conductas. Maslach y Jackson (1986) consideran al *Burn Out* un constructo tridimensional y por ello, la escala está dividida en tres subescalas: cansancio emocional (9), despersonalización (5) y baja realización personal (8). De cada uno de estos factores se obtienen resultados bajo-medio-alto, lo cual permite evaluar los niveles de *Burn Out* que tiene cada trabajador. También con esta escala es posible analizar los resultados

en relación con la profesión del sujeto, es decir, que hay puntuaciones de corte para distintos grupos: profesores, asistentes sociales, médicos, profesionales de salud mental y otros profesionales. El MBI ha sido aplicado a estas poblaciones obteniendo alta fiabilidad y alta validez de los tres factores mencionados.

Las tres subescalas, en la revisión del año 1986, alcanzaron valores de fiabilidad de Cronbach aceptables, una consistencia interna de 0.80 y la validez convergente y la discriminante han sido adecuadas. En general, el cuestionario más utilizado internacionalmente ha sido el MBI y las dimensiones que plantean sus autores también han sido las más empleadas para definir el constructo de *burn out*. En España, Seisdedos (TEA, 1987) ha traducido esta escala. Las investigaciones de Maslach y Jackson continuaron para ampliar sus previos estudios sobre el tema. En 1996, junto con Leiter y Schaufeli, se publicó una nueva versión del MBI. Sus postulaciones marcan una segunda etapa, pues destacan que el *Burn Out* también existe fuera del ámbito de los servicios humanos. Como resultado, contamos con una nueva versión más genérica del MBI, llamado *MBI General Survey* (MBI-GS) (Schaufeli, Leiter, Maslach y Jackson, 1996). El MBI también tiene una versión específica para profesores. En España se ha traducido el MBI-GS al castellano y Gil Monte (2002) lo ha validado mediante un estudio. Dicho estudio pretendía explorar la estructura factorial de esta versión de la escala con una muestra de 149 policías de la ciudad de Tenerife (España). Los resultados constatan su validez y fiabilidad.

Los investigadores utilizan el MBI-GS para todo tipo de profesionales y parte de las tres dimensiones iniciales, aunque modificando algunos aspectos. Esta escala, a diferencia de la anterior, consta de 16 ítems y éstos recaban más información sobre las relaciones con el trabajo que sobre los sentimientos en el trabajo. Otra diferencia, a pesar de mantener la estructura factorial

original, es que se ha relacionado el agotamiento emocional con la fatiga y no se hace referencia directa a otras personas como la fuente de dicho estado. La despersonalización aparece como cinismo, indiferencia o actitud distante hacia el trabajo en general y no necesariamente con otras personas. Por último, la competencia profesional incluye aspectos sociales y no sociales de los logros profesionales.

**Burnout Measure (BM), de Pines y Aronson (1988):** Es el segundo instrumento de evaluación más utilizado en los estudios empíricos. Consta de 21 ítems, en tres subescalas, con formato tipo Likert, de siete puntos con rango de «nunca» a «siempre». Éste expresa estados de agotamiento físico, emocional y mental. En resumen, han utilizado herramientas específicas para la medición del Síndrome de Burn Out a nivel individual, pero también utilizan instrumentos de autoinforme que miden la calidad de vida, satisfacción laboral, estrategias de afrontamiento, clima laboral, entre otros, para valorar las fuentes potenciales de estrés (Gil Monte, 2002; Manassero, 2003; Ramos, 1999; Tórres y otros, 1996).

## ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO DEL BURN OUT

Los estudiosos han definido las funciones del afrontamiento desde diferentes perspectivas: marco psicológico del yo, lo socio-psicológico y también con relación a contextos específicos: funciones de afrontamiento en salud/enfermedad, en exámenes, etc. (Cohen y Cohen, 1983). Lazarus y Folkman hacen hincapié en la importancia de diferenciar el afrontamiento en dos, según sus funciones: el dirigido a alterar el problema objetivo y el dirigido a regular la respuesta emocional:

a) *Modos de Afrontamiento dirigidos al Problema:* Engloban un conjunto de estrategias que podemos diferenciar en dos grupos: 1) las que se refieren al entorno y 2)

las que se refieren al sujeto. El primero está dirigido a la demanda, a la tarea, trata de solucionar el problema definiéndolo, buscando soluciones alternativas teniendo en cuenta los pros y contra, seleccionando y aplicando la alternativa elegida; es decir que incluye las estrategias dirigidas a modificar el entorno (resolución del problema), como pueden ser los obstáculos, los recursos, los procedimientos, etc. Las estrategias que se refieren al sujeto incluyen los cambios motivacionales o cognitivos, la variación del nivel de aspiración del sujeto o el nivel de participación del yo, desarrollo de nuevas pautas de conductas, etc.

b) *Modos de Afrontamiento dirigidos a la emoción:* Modifican el modo de vivir la situación, incluso cuando no se pueda hacer nada para cambiar lo externo. En este tipo de afrontamiento entran una amplia gama de estrategias. Un grupo de ellas está constituido por procesos cognitivos que se encargan de disminuir el grado de trastorno emocional. Entre estos destacan la evitación, minimización, distanciamiento, atención selectiva, comparaciones positivas y extracción de valores positivos a los acontecimientos negativos. También existen las estrategias de afrontamiento dirigidas a la emoción que no cambian el significado de la situación; por ejemplo, la atención selectiva. Similares son las estrategias conductuales, que no son reevaluaciones pero pueden originarlas, por ejemplo, el deporte o tomar bebidas alcohólicas para olvidar el problema, buscar apoyo emocional, etc. Los procesos dirigidos a la emoción pueden cambiar el significado de la situación estresante sin distorsionarla, a excepción del fenómeno de la autodecepción.

En síntesis, las estrategias de afrontamiento dirigidas a las emociones tienen mayor probabilidad de aparecer cuando, según la evaluación del sujeto, no se puede modificar las condiciones amenazantes del ambiente; y cuando el sujeto evalúa que sí se pueden cambiar, entonces, hay más probabilidad que aparezcan las dirigidas al pro-

blema. Algunos argumentan que el empleo de estrategias centradas en el problema previene el desarrollo del síndrome de *Burn Out*, mientras que las otras lo facilitan. Esto no pretende afirmar que una persona que maneje el problema lo esté afrontando de forma efectiva, ya que puede ocasionarle un alto coste emocional. Por otro lado, no se es efectivo cuando una persona maneja sus emociones, pero no se dirige al problema; o cuando se dirige al problema y controla sus emociones, pero a largo plazo desarrolla trastornos emocionales.

Por lo tanto, el individuo consigue la efectividad del afrontamiento adaptando los esfuerzos de afrontamiento y los demás aspectos (valores, objetivos, compromisos, creencias, estilos de afrontamiento). No es posible afrontar con la misma efectividad todas las situaciones y, por consiguiente, si el sujeto falla en el intento en alguna situación no significa que sea inefectivo en su forma de afrontar. Muchas veces, los fallos de afrontamiento de un individuo están representando el fallo de los sistemas sociales en los que se encuentra inmerso; por ejemplo, en el ámbito laboral puede necesitar intervenciones colectivas.

A partir de este marco, se expone a continuación el planteamiento de Wylie (1979), donde postula que las variables de personalidad son como recursos internos de afrontamiento que influyen en las estrategias de éste. Los tipos de personalidad más relevantes en los estudios del estrés laboral son: neuroticismo, locus de control, patrón de conducta tipo A y resistencia al estrés. De éstos el patrón de conducta tipo A es particularmente vulnerable al estrés en contraste con los factores de personalidad como el de resistencia al estrés (hardiness), locus control, autoestima y sentido de coherencia (Zeidner y Endler, 1996; Lazarus y Folkman, 1986).

El neuroticismo es considerado como inestabilidad emocional y como un factor considerable distorsionador. También puede actuar como un mediador de las rela-

ciones entre estrés laboral y resultados afectivos. Los sujetos con este tipo de personalidad son vulnerables al estrés, perciben las situaciones como amenazantes y ansiógenas, es decir, que las conductas de afrontamiento no son eficaces. Esto queda avalado por la relación encontrada entre neuroticismo y ansiedad. Tomando en cuenta que determinadas características de personalidad están asociadas a la forma de afrontamiento, el impacto de las variables de personalidad sobre los procesos de estrés también se ve influido por las conductas de afrontamiento.

Es importante considerar que las características disposicionales tienen una interacción más específica con las características peculiares del ambiente, y por lo tanto, los resultados afectivos varían también en función a éstas. Entre las características disposicionales se pueden nombrar: la capacidad de rastreo, la atención autofocalizada, la tolerancia al estrés, el locus control, las capacidades cognitivas, etc. Teóricamente estos constructos se superponen entre sí y no se puede identificar hasta qué punto representan rasgos diferentes.

*El locus de control* se refiere a la atribución que hace el individuo de los resultados. Un extremo de ésta dimensión es "externo" y el otro "interno". Según Rotter (1966), los sujetos que atribuyen sus resultados a circunstancias externas son más vulnerables al estrés laboral, presentando insatisfacción, desamparo, síntomas de *burn out*, etc. Los internos tienden a percibir menos amenazas, a orientarse hacia metas en la actividad laboral y a ser más activos por la percepción de control de la situación, es decir que suelen utilizar el afrontamiento dirigido al problema.

Según Marino y White (1985), citados por Buendía (1998), los sujetos con *locus de control* externo en un ambiente estructurado y fijo de trabajo mostraban niveles más bajos de distrés que los internos. Estos últimos tenían mejores respuestas a mayor autonomía. Por lo tanto, el modo en

que el locus de control influye sobre la situación laboral es por el tipo de afrontamiento que el sujeto maneja. Y por otro lado, la eficacia del tipo de locus de control "externo- interno" está más respaldada por el modelo de la congruencia de la interacción persona-ambiente.

*Patrón de conducta tipo A:* Este patrón de conducta engloba la acción- emoción y se manifiesta en un ambiente de demandas desafiantes. Y se atribuyen a estos sujetos conductas de impaciencia, apresuradas, agresivas, hostiles, competitivas y de urgencia. Se caracteriza, también por la irritabilidad, implicación y compromiso excesivo en el trabajo, gran necesidad y deseo de logro y estatus social, y lucha por el éxito. Son sujetos que se disgustan cuando su trabajo es interrumpido por otra persona, prefieren trabajar solos cuando están bajo estrés y se impacientan rápidamente cuando se retrasan. En general, se los asocia con conductas que no favorecen a la resistencia de estrés (Manassero y otros, 2003; Buendía, 1998; Kirmeyer, 1988).

De los distintos estudios entre Estresores –Tipo A– los investigadores han obtenido resultados ambiguos. Los autores, sin embargo, sugieren que los efectos moderadores del patrón de conducta tipo A son consistentes con los modelos de congruencia persona-ambiente.

Burke (1987) identifica, mediante entrevistas abiertas con personal directivo, cinco grupos de conductas de afrontamiento ante situaciones de estrés: 1) hablar con otros; 2) trabajar más duro y durante más tiempo; 3) cambiar a una actividad de tiempo libre; 4) adoptar una aproximación de solución de problemas; y 5) alejarse de la situación estresante.

También (Parasuraman y Cleek, 1984) han clasificado las respuestas de afrontamiento de los trabajadores como adaptativas y no adaptativas. Las adaptativas se refieren a planificar, organizar, priorizar tareas y conseguir apoyo de otros. Y las no adaptativas tienen relación con las varia-

bles: trabajar más duro pero realizando más errores, hacer promesas poco realistas y evitar la supervisión.

Todas las tipologías expuestas, plantean el afrontamiento desde la perspectiva individual. Las estrategias de afrontamiento individuales más estudiadas consisten en modificar los procesos cognitivos de la experiencia de estrés y en el control de los efectos negativos de la situación (a nivel fisiológico o cognitivo o comportamental). Podemos observar que los estudios centrados en variables organizacionales son muy pocos; lo que implica que se achaca el problema al individuo y se sitúa la responsabilidad del cambio en el trabajador. Cabe destacar que, en las empresas, el control de los estresores laborales está pocas veces en mano de los trabajadores. Por lo tanto, es de vital importancia afrontar el estrés a nivel individual, grupal y organizacional. Actualmente las organizaciones comienzan a responsabilizarse respecto al estrés y empiezan a surgir programas de prevención e intervención para el estrés laboral.

## **ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN EL BURN OUT**

Actualmente, la intervención en el Síndrome de Burn Out se basa en un grupo de técnicas y conocimientos para afrontar y manejar el estrés. Por lo general, la mayoría de los programas se centran en el entrenamiento en aspectos específicos (proceso de estrés, afrontamiento, reestructuración cognitiva, organización del tiempo, estilos de vida) y otros, en concienciar a los trabajadores de la importancia de prevenir los factores de riesgo. Según Paine (1982), los pasos a seguir en un proceso de intervención deben ser: 1) Identificar el Síndrome de Burn Out, su prevalencia y efectos en los diferentes niveles de intervención; 2) Prevenir el Síndrome de Burn Out, informar y preparar para su afrontamiento; 3) Me-

diar: reducir o invertir el proceso que lleva al desarrollo de éste síndrome; 4) Restablecer: aplicar un tratamiento a los trabajadores con diagnóstico de Síndrome de Burn Out.

Ramos (1999, p. 53) plantea una serie de estrategias de intervención en personas con diagnóstico de Síndrome de Burn Out:

1. Modificar los procesos cognitivos de autoevaluación de los profesionales (entrenamiento en técnicas de afrontamiento, principalmente, las orientadas a la tarea/solución de problemas).
2. Desarrollar estrategias cognitivas-conductuales que eliminen o neutralicen las consecuencias del Síndrome de Burn Out (entrenamiento en técnicas de solución de problemas, inoculación de estrés, organización personal)
3. Desarrollar habilidades de comunicación interpersonal, habilidades sociales y asertividad.
4. Fortalecer las redes de apoyo social.
5. Disminuir y, si es posible, eliminar los estresores organizacionales.

Por otro lado, para el desarrollo y aplicación de un programa conviene establecer el nivel en el que se intervendrá:

- a. Individual: Integra el fortalecimiento de la persona para el afrontamiento del estrés laboral.
- b. Interpersonal: Se relaciona con la formación en habilidades sociales y desarrollo del apoyo social en el contexto laboral.
- c. Organizacional: Se refiere a eliminar o disminuir estresores en el trabajo.

Esta diferencia es la más utilizada, aunque también es importante mencionar que Paine (1982) diferenciaba los niveles en cuatro. La diferencia radica en que el nivel organizacional lo atribuía a cambios generales en la estructura y procedimientos de la institución, la política, etc. Y por lo tanto, mencionaba otro nivel: lugar de trabajo, que hace referencia a modificar el entorno

laboral inmediato para reducir o eliminar los estresores. Es aconsejable que la intervención no se restrinja a un solo nivel, sino que consideren todos los que afectan a la persona de manera directa o indirecta; intentando lograr un ajuste persona-ambiente, bajando los niveles del Burn Out y previniéndolos para un futuro.

Peiró, Ramos y González-Romá (1994), citados por Hombrados (1997), clasifican los programas de intervención para el control del estrés en tres niveles: individual, organizacional e interfaz individuo-organización, y también los clasifican por el objeto de cambio: control de estresores (nivel organizacional), procesos de apreciación (nivel social) o estrategias de afrontamiento (nivel organizacional). Las estrategias de cada uno las desarrollamos a continuación:

### **1. Estrategias orientadas al individuo:**

Las estrategias individuales se centran en adquirir y mejorar las formas de afrontamiento. Estas estrategias se pueden dividir formando dos tipos de programas de intervención orientados al individuo:

- Programas dirigidos a las estrategias instrumentales: Se centran en la solución de problemas, por ejemplo, entrenamiento en adquirir habilidades para solucionar los problemas, asertividad, organización y manejo del tiempo, optimización de la comunicación, relaciones sociales, estilo de vida.
- Programas dirigidos a estrategias paliativas: Tienen como objetivo adquirir y desarrollar habilidades para manejar las emociones asociadas; por ejemplo, entrenamiento en relajación, expresión de la ira, de la hostilidad, manejo de sentimientos de culpa (Matteson e Ivancevich, 1987).

Por lo tanto, las estrategias recomendadas desde esta perspectiva son: aumentar la competencia profesional (formación continuada), rediseñar la ejecución, organización personal, planificar ocio y tiempo libre (distracción extra-laboral: ejercicios, rela-



jación, deportes, hobby), tomar descansos-pausas en el trabajo, usar eficazmente el tiempo, plantear objetivos reales y alcanzables, habilidades de comunicación.

Como último recurso, (Grau y Chacón, 1998) aconsejan cambiar de puesto de trabajo dentro o fuera de la institución para que el individuo no llegue a abandonar la profesión. También hay que tener presente la posibilidad de tratamiento psicoterapéutico o farmacológico en caso necesario. Peiró y otros (1994) denominan a los programas a nivel individual como "programas de control de estrés centrado en el afrontamiento de las consecuencias negativas". Señalan la importancia de las técnicas de relajación y disminución de activación (meditación, yoga), el ejercicio y mejora de la condición física, técnicas de *bio-feedback* o técnicas cognitivas conductuales como la inoculación del estrés, detención del pensamiento, entrenamiento autógeno o la solución de problemas. Estas técnicas son útiles en las situaciones de estrés para la generalidad de las personas, y su aplicación puede ser colectiva o individual:

- Ejercicio Físico: Puede ser de ritmo moderado (con una duración de 5 a 30 minutos) o más intenso y rutinario (3-4 veces semanales en sesiones de 1 hora). Ambos ritmos de ejercicios disminuyen los niveles de estrés por su efecto tranquilizante, en el primer caso, y por su efecto ansiolítico, en el segundo.
- Técnicas de Relajación: Son las más aplicadas y conocidas para los clientes. El objetivo de este entrenamiento es que el individuo pueda utilizar las técnicas tanto en el trabajo como en sus casas o donde lo necesiten.
- *Bio-feedback*: Consiste en técnicas de entrenamiento para el autocontrol voluntario de ciertas funciones corporales (ritmo cardíaco, ondas cerebrales, presión sanguínea y tensión muscular), con el fin de reducir la tensión y los síntomas somáticos relacionados con el estrés.
- Técnicas Cognitivas: El objetivo de estas técnicas es que el sujeto reevalúe y reestructure las situaciones estresantes o problemáticas de manera que pueda afrontarlas con mayor eficacia, controlando su reacción frente a los factores estresantes. Actúa sobre la percepción de diversos elementos (estresores, recursos, etc.), el procesamiento de información, la selección de respuestas y conductas. Entre las técnicas cognitivas también destaca la "técnica de solución de problemas", que es útil para facilitar la toma de decisiones frente a las situaciones de estrés. Ésta integra identificar el problema, analizar posibilidades, buscar alternativas y tomar la decisión adecuada. Otra técnica es la de "detención del pensamiento", adecuada para frenar los pensamientos obsesivos o irracionales mediante estímulos sencillos o inofensivos.
- Terapia racional-emotiva: Ésta plantea que la capacidad estresora de una situación radica en la interpretación que hace el sujeto. Por lo tanto, actúa sobre las creencias y patrones inadecuados de pensamientos para dirigirlos a otros más adecuados. Utiliza técnicas verbales, imaginarias, conductuales, sugerencias e intercambio de ideas.
- Inoculación del estrés: Esta técnica prepara a la persona, mediante un ejercicio simulado y progresivo, para soportar las situaciones de estrés.
- Desensibilización sistemática: Su objetivo es que la persona supere la ansiedad ante situaciones concretas, por medio de una aproximación gradual al estímulo estresante hasta eliminar la ansiedad. A la vez se entrena a la per-



sona con ejercicios de relajación. Esta técnica se ha aplicado en la clínica y en grupos.

Los profesionales plantean la importancia de desarrollar estrategias de afrontamiento al estrés que ayuden a reducir y controlar las demandas internas y externas de una situación. Las más aplicadas son aquellas que modifican los procesos de evaluación y control de los efectos negativos de la situación estresante. Es posible manejar la estrategia de afrontamiento a nivel fisiológico (técnicas de relajación o biofeedback) o cognitivo (técnicas cognitivo-conductuales: reestructuración cognitiva, inoculación del estrés, solución de problemas). Como hemos mencionado anteriormente, el uso de estrategias centradas en el problema previenen el desarrollo del Síndrome de *Burn Out* a diferencia de aquellas centradas en la emoción, evitación y escape.

**2. Estrategias sociales:** Son muy pocos los estudios que se centran en el desarrollo de habilidades sociales como prevención o tratamiento del Síndrome de *Burn Out* (Grau y Chacón, 1998). A veces, combinan técnicas individuales y sociales en formato de talleres. El apoyo social es un factor muy importante como estrategia para prevenir o tratar este síndrome, ya que éste disminuye el impacto de los estresores crónicos relacionados con el trabajo, aumenta los niveles de realización personal, disminuye el cansancio emocional, las actitudes y conductas negativas hacia otros (Gil-Monte, 2002; Leiter, 1988). Por lo tanto, Matteson e Ivancevich (1997) recomiendan fomentar el apoyo social de compañeros, supervisores, directivos, amigos y familiares, de manera que el trabajador reciba apoyo personal, información sobre su rendimiento laboral y sobre cómo puede mejorarlo de forma realista (Ramos, 1999).

Los programas dirigidos a los procesos de apreciación de la situación, denominados así por Peiró, Ramos y González-Romá, 1994, intervienen en las relaciones in-

terpersonales y el apoyo social como variables moderadoras del estrés. Estos programas están compuestos por estrategias individuales (cognitivas relacionadas con el locus de control, autoeficacia, ansiedad, neuroticismo, tolerancia a la ambigüedad o estilos cognitivos) y supra-individuales.

En el nivel del interfaz individuo-organización se rescatan intervenciones sobre el grado de participación y/o autonomía de los trabajadores. A nivel grupal-organizacional, destacan las estrategias centradas en la formación de equipos, los comités de seguridad y salud laboral, intervenciones sobre el sistema de valores, el clima y la cultura de la organización.

Es importante mencionar que las estrategias de intervención social, por lo general, forman parte de programas de intervención individual y organizacional; ya que sus variables se superponen y se complementan.

**3. Estrategias organizacionales:** Para intervenir en el estrés laboral conviene actuar sobre los elementos de la organización ya que éste, muchas veces, tiene sus fuentes fuera del individuo. Las técnicas individuales pueden llegar a ser simplemente paliativas y periféricas si no se las complementa con cambios en la organización, con el rediseño de los elementos que contribuyen al estrés, para eliminarlo o reducirlo (Manassero y otros, 2003). Hay que poner mucho cuidado para que la intervención no empeore la situación, ya que todo cambio es fuente potencial de estrés. Los programas deben ser implantados con cuidado, precisión y rigor.

Debemos hacer hincapié en evaluar qué factores son los que mejoran y los que empeoran la situación de estrés para poder intervenir adecuadamente. El profesional debe elegir el programa de intervención organizacional teniendo en cuenta "los objetivos que se pretenden conseguir, las disponibilidades de la organización y sus relaciones con los puestos de trabajo de las personas afectadas" (Ramos, 1999, p. 59). Otras va-

riables al aplicar un programa son: nivel de estrés, urgencia en la intervención, número de personas a quienes puede afectar la intervención, estímulos relacionados con el Síndrome de Burn Out, costes económicos y temporales, efectos no pretendidos explícitamente, recursos disponibles, implicación de la dirección, etc.

Los programas a nivel organizacional se denominan "programas de control de estrés o de gestión de estrés". Este tipo de programas tienen variados objetivos, y se pueden centrar en prevenir (evitar la aparición del estrés) o en tratar el estrés laboral (limitar sus efectos y la recuperación de sus consecuencias).

Desde el punto de vista organizacional es posible clasificar los programas en tres tipos de intervenciones: preventivos primarios, preventivos secundarios y terciarios.

- La prevención primaria-programas de prevención: Suprimen los factores desfavorables (de riesgo) antes de que generen enfermedad.
- La prevención secundaria –programas de tratamiento: Abordan la enfermedad en sus primeras fases mediante una intervención rápida.
- La prevención terciaria –programas de tratamiento: Intentan reducir la discapacidad o secuelas asociadas al trastorno.

Peiró, Ramos y González-Romá (1994), citados por Hombrados (1997), explican las estrategias de los "programas de control de estresores" como estrategias a nivel organizacional, e indican que tienen tres vertientes: reducir las demandas ambientales, incrementar los recursos personales, buscar el ajuste entre dichas demandas ambientales y los recursos personales:

1. Reducir demandas ambientales: Aquí se plantean intervenciones organizacionales: rediseño de puestos de trabajo, mejora de condiciones laborales, intervenciones sobre la estructura organizacional. No se incluye el desarrollo organizacional, ya que más que una estrategia implica un progra-

ma específico con actuación en distintos niveles.

2. Incrementar recursos del individuo: Sugiere una intervención individual centrada en la formación y entrenamiento en aspectos técnicos del puesto de trabajo, en habilidades sociales (relaciones interpersonales o liderazgo), en solución de problemas, negociación, entrenamiento en gestión del tiempo, entre otros).
3. Ajuste entre demandas y recursos: Intenta lograr la adaptación entre la persona y su entorno de trabajo por medio de actividades de la Gestión de Recursos Humanos. Tener en cuenta la política organizacional, ya que refuerza la adaptación (selección, formación, desarrollo de carrera, planes de motivación, incentivos).

Otro tipo de programas de intervención son *los programas de asistencia a los empleados*. En realidad, son programas centrados en el individuo, pero por su carácter integral de sus estrategias tienen un componente organizacional. La finalidad de estos programas es de rehabilitación, y consisten en programas de ayuda al trabajador que presentan diferentes tipos de problemas (adicción, económico, familiar, personal, laboral, etc.).

Estos programas intentan dar apoyo a los trabajadores para que consigan los cambios que necesitan, ofrecer consultas a los directivos para mejorar las dificultades provocadas por los empleados y dar una respuesta rápida a las consultas. En caso de necesitar un tratamiento psicoterapéutico, remitir al individuo a servicios especializados.

También hay otro tipo de programa integrador para el control del estrés. Estos programas se diseñan para una organización concreta en una situación determinada para cubrir las necesidades a nivel individual y organizacional. Tanto en la evaluación como en el tratamiento, se toman en cuenta todos los factores de la organización y los tres niveles de actuación.

En síntesis, la intervención organizacional tendría que ser estudiada como un sistema integral. Los factores más mencionados en la literatura han sido los siguientes:

- Mejorar las condiciones ambientales.
- Rediseñar el puesto de trabajo. Esto implica el diseño ergonómico de la tarea y puesto de trabajo en relación a complejidad, carga mental, etc.
- Enriquecer el puesto de trabajo: incorporar autonomía, retroalimentación, variedad en la tarea y habilidades demandadas, identidad de la tarea, significatividad de la misma.
- Redefinir roles.
- Reorganizar los horarios, en cuanto a la organización de la jornada, turno partido, horarios flexibles, etc.
- Diseñar planes de carrera.
- Desarrollar equipos de trabajo.
- Utilizar técnicas y estilos de dirección participativa
- Mejorar la comunicación (interna y externa).
- Clima laboral.
- Asignar tareas para una determinada unidad de tiempo, sobrecarga y plazos asignados a las tareas.
- Procesos y tácticas de socialización y formación existentes en la organización.
- Programas participativos en el diseño, implantación y gestión de las nuevas tecnologías.

## CONCLUSIONES

Si bien los estudios del estrés laboral y del síndrome de *Burn Out* han obtenido una destacada importancia en los últimos años, es necesario trasladar a la práctica los descubrimientos teóricos realizados. Después de identificar los desencadenantes del síndrome en los ámbitos laborales, conviene introducir en los mismos los cambios pertinentes para reducir los riesgos de aparición del síndrome.

Resulta de fundamental importancia implementar estrategias respecto a las relaciones personales, apoyo social en el trabajo y demás medidas organizacionales, como rediseñar la realización de tareas, redefinir los roles con claridad, mejorar las redes de comunicación, aumentar la participación en la toma de decisiones, que deben partir necesariamente desde la organización. Aunque en muchas organizaciones aún se traslade erróneamente y sólo al trabajador, la responsabilidad de encontrar una solución al problema instalado, ya sea por medio de un tratamiento psicológico o indefinidas consultas a distintos profesionales médicos.

Teniendo siempre en cuenta la interacción de factores personales y sociales presentes en el síndrome de *Burn Out*, el desarrollo de estrategias e intervenciones tendientes a promover procesos dinámicos de adaptación exitosa en contextos adversos, como puede ser en algunos casos el ámbito laboral, diseñadas teniendo en cuenta las particularidades de cada cultura y grupo social, entre otras, contribuiría a posibilitar una mejor adaptación del trabajador a su contexto, redundando así en una mejor calidad de vida.

## REFERENCIAS

- ANTONOVSKY, A. (1997). *Health, stress and coping*. San Francisco: Jossey Bass.
- BUENDÍA, J. (1998). *Estrés Laboral y Salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- BUENDÍA, J. y RAMOS, F. (2001). *Empleo, Estrés y Salud*. Madrid: Pirámide.
- COOPER, C.L.; HARIS, P. y HINGLEY, P. (1988). *The Nurse Stress Index*. Harrogate: RAD.
- BOND, F.W. y BUNCE, D. (2001). Job Control Mediates Change in a Work Reorganization Intervention for Stress Reduction. *Journal of Occupational Health Psychology*, vol 6(4), 290-302.
- BURISCH, M. (1993). In search of theory: some ruminations on the nature and etiology of burnout. En W.B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds). *Professional Burnout. Recent developments in theory and Research*. London: Taylor and Francis.

- BURKE, R.J. (1987). Burnout in police work: An examination of the Cherniss model. *Group and Organization Studies*, 12, 174-188.
- BUUNK, A.P. y SCHAUFELI, W.B. (1993). Burnout: a perspective from social comparison theory. En W.B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.). *Professional Burnout Recent developments in theory and research*. London: Taylor & Francis.
- CANO-VINDEL, MIGUEL-TOBAL, PÉREZ-NIETO, CAMUÑAS, SAYALERO y BLANCO (2001). La ansiedad, la ira y el estrés asistencial en el ámbito hospitalario: un estudio sobre sus relaciones y la eficacia del tratamiento. *Ansiedad y Estrés*, 7, 247-257.
- CHERNISS, C. (1993). The role of professional self-efficacy in the etiology of burnout. En W.B. Schaufeli, C. Maslach y T. Marek (Eds.). *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. UK: Taylor & Francis.
- COHEN, J. y COHEN, P. (1983). *Applied multiple regression/ correlation analysis for the Behavioural sciences*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- COX, T.; KUK, G.; y LEITER, M. (1993). Burnout. Health, work stress, and organizational healthiness. En W.B. Schaufeli; C. Maslach; C. Marek (Eds.) *Professional burnout: Recent developments in Theory and research*, pp. 177-193. London: Taylor & Francis.
- DE RIVERA, J. (1992.). Emotional climate: Social structure and emotional dynamics. *International Review of Studies on Emotion*, 2, 197-218.
- EDELWICH, J. y BRODSKY, A. (1980). *Burn out: Stages of Disillusionment in the Helping Professions*. Nueva York: Human Sciences Press.
- EDWARDS, J.R. y O'NEILL, R.M. (1998). The construct validity of the scores of the ways of coping questionnaire: Confirmatory analysis of alternative factor structures. *Educational and Psychological Measurements*, 58, 955-983.
- FIRTH, H.; MCINTEE, J.; MCKEON, P. y BRITTON, P. (1986). Professional depression, burnout and personality in longstay nursing. *International Journal of Nursing Studies*, 24(3), 227-237.
- FREUDENBERGER, H.J. (1974). The staff burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- GARCÉS DE LOS FAYOS RUIZ, E.J. (2003). El Burnout. Asociación Colombiana para el desarrollo de las ciencias del comportamiento: Biblioteca Virtual, 18 de febrero.
- GIL MONTE, P. (2002). Validez Factorial de la adaptación al español del Maslach Burnout Inventory-General Survey. *Salud Pública de México*, 44, nº 1, enero-febrero.
- GIL MONTE, P. y PEIRÓ, J.M. (1997). *Desgaste Psíquico en el Trabajo: El Síndrome de Quemarse*. Madrid: Síntesis.
- GILLESPIES, D.F. (1987). *Burnout among Social Workers*. Haworth: Taylor & Francis.
- GOLEMBIEWSKI, R.T.; MUNZENRIDER, R. y CARTER, D. (1983). Phases of progressive burnout and their work site covariants. Critical issues in OD research and praxis. *Journal of Applied Behavioral Science*, 19(4), 461-481.
- GRAU, J. y CHACÓN, M. (1998). Burnout: una amenaza a los equipos de salud. Conferencia presentada en la II jornada de actualización en psicología de la salud. *Asociación Colombiana de psicología de la salud*. Instituto Nacional de oncología y radiología: La Habana.
- HARRISON, W.D. (1985). A social competence model of burnout. En B.A. Farber (Ed.). *Stress and burnout in the human services professions*, pp. 29-39. New York: Pergamon Press.
- HÄTINEN, M.; KINNUNEN, U.; PEKKONEN, M.; y ARO, A. (2004). Burnout Patterns in Rehabilitation: Short-Term Changes in Job Conditions, Personal Resources and Health. *Journal of Occupational Health Psychology*, 9(3), 220-237.
- HOBFOLL, S.E. y FREEDY, J. (1993). Conservation of resources: A general stress theory applied to burnout. En W.B Schaufeli; Maslach, C, y Marek, T (Eds). *Professional burnout: Recent developments in theory and research*, pp. 115-129. London: Taylor & Francis.
- HOMBRADOS, M.I. (1997). *Estrés y Salud*. Promolibro: Valencia.
- KIRMEYER, S.L. (1988). Coping with competing demands: Interruption and the Type A pattern. *Journal of Applied Psychology*, 73, 621-629.
- KOBASA, S.C. (1982). The hardy personality: toward a social psychology of stress and health. En Sanders, G.S.; Suls, J. (Comp.). *Social psychology of health and illness*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- LAZARUS, R.S. y FOLKMAN, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona: Martínez Roca.

- LEITER, M.P. (1988). Burnout as a function of communication patterns. A study of multidisciplinary mental health team. *Group & Organization studies*, 13, 111-128.
- LEITER, M.P. y MASLACH, C. (1988). The impact of interpersonal environment on burnout and organizational commitment. *Journal of occupational behaviour*, 9, 297-308.
- LEITER, M.P. y DURUP, J. (1994). The discriminant validity of burnout and depression: a confirmatory factor analytic study. *Anxiety, stress and coping*, 7, 297-308.
- LÓPEZ, L.; MARTÍN, M.; FUENTES, G., GARCÍA, G.; ORTEGA, T.; CORTÉS, P.; y GARCÍA, P. (2000). El síndrome de burnout en el personal sanitario. *Instrumentos de medida. Medicina paliativa*, 7, nº 3, 94-100.
- MANASSERO, M.; VÁZQUEZ, A.; FERRER, V.; FORNÉS, J.; y FERNÁNDEZ, M. (2003). *Estrés y burnout en la enseñanza*. Palma: UIB.
- MANZANO, G. (2008). Síndrome de burnout y riesgos psicosociales en personal de enfermería: prevalencia e intervención. *Intervención Psicológica*, vol. 91-92, 23-31.
- MARINO, K.E. y WHITE, S.E. (1985). Departmental structure locus of control and job stress. The effect of a moderator. *Journal of Applied Psychology*, 70, 782-784.
- MASLACH, C. (1976). Burn-out. *Human behavior*, 5(9), 16-22.
- MASLACH, C. (1982). *Burnout: The cost of caring*. Englewood Cliffs, NY: Prentice Hall.
- MASLACH, C. (1982). *MBI. Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- MASLACH, C. y JACKSON, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of occupational Behaviour*, 2, 99-113.
- MASLACH, C. y JACKSON, S.E. (1982). Burnout in health professions: A social psychological analysis. En G. Sanders y J. Suls (Eds.). *Social psychology of health and illness*. Hillsdale, NJ: Erlbaum
- MASLACH, C. y JACKSON, S.E. (1986). *The Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- MASLACH, C. y SCHAUFELI, W.B. (1993). Historical and conceptual development of burnout. En W.B. Schaufeli, C.; Maslach, C. y T. Marek (Eds.). *Professional burnout: recent developments in theory and research*. London: Taylor & Francis.
- MASLACH, C. y LEITER, M.P. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco, CA: Jossey Bass.
- MATTESON, M.T. e IVANCEVICH, J.M. (1987). *Controlling Work Stress: Effective resource and Management Strategies*. San Francisco: Jossey-Bass.
- MEIER S. (1984). Toward a theory of burnout. En McReynolds J. (Comp.). *Advances in psychology assessment*. San Francisco: Jossey-Bass.
- MIKKELSEN, A. y GUNDERSEN, M. (2003). The Effect of a Participatory Organizational Intervention on Work Environment, Job Stress, and Subjective Health Complaints. *International Journal of Stress Management*, 10(2), 91-101.
- MINGOTE, J.C. (1998). Síndrome Burnout o Síndrome de Desgaste Profesional. *Formación médica continuada (Versión electrónica)*, 5(8), 493.
- MORÁN, C. (2006). El cansancio emocional en servicios Humanos: Asociación con acoso psicológico, personalidad y afrontamiento. *Revista de Psicología del Trabajo y de las Organizaciones*, 22(2), 227-239.
- MORENO-JIMÉNEZ, B.; GARROSA, E. y GONZÁLEZ, J.L. (2000). Personalidad resistente, burnout y salud. *Escritos de Psicología*, 4, 64-77.
- MORENO-JIMENEZ, B.; GARROSA, E. y GONZÁLEZ, J.L. (2001). Desgaste profesional (burnout), personalidad y salud percibida. En Buendía, J. y Ramos, F. (Comp). *Empleo, estrés y salud*, pp. 59-85. Madrid: Pirámide.
- PAINE, W.S. (1982). Overview: Burnout stress syndromes and the 1980s. In W.S. Paine (Ed.). *Job stress and burnout: research theory and intervention perspectives*, pp. 11-29. Beverly Hills, CA: Sage.
- PARASURAMAN, S y CLEEK, M.A. (1984). Coping behaviours and managers affective reactions to role stressors. *Journal of Vocational Behavior*, 24, 179-193.
- PEIRÓ, J.M. y SALVADOR, A. (1993). *Control del Estrés Laboral*. Madrid: Eudema.
- PEIRÓ, J.M.; RAMOS, J. y GONZÁLEZ-ROMÁ, V. (1994). Intervención organizacional para el control del estrés laboral. En J.M Peiró y J Ramos (Eds.). *Intervención psicosocial en las organizaciones*. Barcelona: PPU.
- PÉREZ JÁUREGUI, M.I. (2001). El síndrome de burnout en los profesionales de la salud. *Psi-*



- cología y pedagogía. Publicación virtual de la facultad de psicología y pedagogía de la USAL*, 5, año II.
- PINES, A. (1993). Burnout: An Existential Perspective. In W.B. Schaufeli, C. Maslach, y T. Marek (Eds.). *Professional burnout: recent developments in theory and research*, pp. 35-51. London: Taylor & Francis.
- PINES, A. y ARONSON, E. (1988). *Career burnout: causes and cures*. New York: The Free Press.
- PINES, A y KRAFY, D. (1978). Doping with burnout. Ponencia presentada en la convención anual de la American Psychology Association (Toronto).
- PINES, A.; ARONSON, E. y KAFRY, D. (1981). Burnout: From tedium to personal growth. En C. Cherniss (Ed.). *Staff Burnout: Job Stress in the human services*. New York: The Free Press.
- RAMOS, F. (1999). *El Síndrome de Burnout*. Madrid: Klinik.
- ROQUE, Y. y MOLERIO, O. (2003). Estrés Laboral, consideraciones sobre sus características y formas de afrontamiento. *Revista Internacional de Psicología*, Vol. 33.
- ROTTER, J. (1966). Sources of stress, burnout and intention to terminate among rugby union referees. *Journal of Sports Sciences*, 17, 797-806.
- SCHAUFELI, W.B. y BUUNK, B.P. (1996). Professional burnout. En M.J. Schabracq; J.A.M. Winnubst y C.L. Cooper (Eds.). *Handbook of work and health psychology*. New York: Wiley.
- SHIROM, A. (1989). Burnout in work organization. En C.L. Cooper y I. Robertson (eds.). *International review of industrial and organizational psychology*. Nueva York: John Wiley and Sons.
- SILVA, VEGA y PÉREZ (1999). Estudio del Síndrome de Desgaste Profesional Sanitario de un Hospital General. *Actas Españolas de Psiquiatría*, 5(27), 310-320.
- THOMPSON, M.S.; PAGE, S.L.; y COOPER, C.I. (1993). A test of Caver and Scheier's self-control model of stress in exploring burnout among mental health nurses. *Stress Medicine*, 9, 221-235.
- TORRES G.B.; ACHÚCARO, C.; HERCE, C.; y RIVERO, A.M. (1996). *Principales razones y consecuencias del burnout en los profesionales de los servicios de bienestar social de la CAV: posibles vías de solución*. Gasteiz: Victoria
- VAN DIERENDONCK, D.; SCHAUFELI, W.; y BUUNK, B. (1998). The Evaluation of an Individual Burnout Intervention Program: The Role of Inequity and Social Support. *Journal of Applied Psychology*, 83(3), 392-407.
- WARR, P.B. (1990). The measurement of well-being and others aspects of mental health. *Journal of occupational psychology*, 63, 193-210.
- WINNUBST, J.A. (1993). Organizational structure, social support, and burnout. En W.B Schaufeli; Maslach, C, y Marek, T. (Eds). *Professional burnout: Recent developments in theory and research*, pp. 115-129. London: Taylor & Francis.
- WYLIE, R.C. (1979). *The self concept: Theory and research on select topics*. Lincoln: University of Nebraska Press.
- ZEIDNER, M. y ENDLER, N.S. (1996). *Handbook of coping*. New York: John Wiley & Sons.

Recibido: 23/10/2011.

Aceptado: 30/10/2011.

Evaluado: 10/11/2011.

Aprobado: 20/11/2011.



## ARTÍCULOS CLÁSICOS

**"Edad media" y dirección**Theodore B. Novoy<sup>1</sup>*Resumen*

Este artículo constituye la base de un programa destinado a reactivar el poder del Niño en los terrenos problemáticos, en la época de la "edad media", para mandos intermedios y directivos. Un programa tal permite, tanto a ellos mismos como a la organización, obtener mejor satisfacción de sus necesidades.

*Palabras clave:* Edad media; guiones de realizadores; atizador incandescente; cuarenta años; peso muerto; renovación; motivación; existencia; crecimiento.

**Middle-escence and management***Abstract*

This article forms the basis of a program aimed at reviving the power of the Child on the problematic aspects, in the era of the "middle-escence" for managers and staff. That program allows, both to themselves and the organization, get better meeting their needs.

*Keywords:* Middle-escence; scripts; achievers scripts; red hot poker effect; forty years; deadwood; renewal; motivation; existence; growth.

**"Moyen age" et gérance***Résumé*

*Cet article constitue la base d'un programme visant à relancer le pouvoir de l'Enfant sur le problème foncier dans l'ère du "Moyen-age" pour les cadres, directeurs et personnel. Ce programme permet à eux-mêmes et à l'organisation, obtenir une meilleure réponse à leur besoins.*

*Mots clé:* Moyen-age; les scripts des accomplisseurs; red effet de tisonnier brûlant; quarante ans; gens inutiles; le renouvellement; la motivation; l'existence; la croissance.

Un fenómeno penoso e invasor se repite regularmente en las organizaciones en expansión: constatamos en el nivel de mandos intermedios, la presencia de un número creciente de personas antes muy

apreciadas por su aporte brillante a la firma y que, en el presente, constituyen un "problema". No es posible ignorar por mucho tiempo ese problema, ni esperar que desaparezca por sí mismo, pues este nivel ab-

<sup>1</sup> NOVEY, Theodore B. (1975). Traducción de Middle-escence and Management. *Transactional Analysis Journal*, V, 4, octubre, 366-371. Traducción: Milagros Casto y Antonio Martín. Revisión: Paula Requeijo Rey.

sorbe una gran parte de la inversión de la empresa en sus directivos, tanto en coste financiero como en recursos humanos.

En apariencia, el fenómeno reviste muchos aspectos: la motivación de estos directivos baja, disminuye su interés y su empeño en resolver los problemas de la firma y en buscar objetivos renovados, así como en aportar al servicio de los objetivos establecidos.

A menudo se trata a los directivos con despego, como "pesos muertos". Su presencia obliga a la dirección a encontrar un compromiso satisfactorio entre la preocupación por el rendimiento y por el bienestar de las personas. Antiguamente, estos hombres y estas mujeres estaban entre los jóvenes reclutados como los más eficaces y dinámicos del organismo. ¿Qué ha pasado? ¿Qué se puede hacer?

## LA PERSPECTIVA DEL AT

Según su guión, cada persona tiende a ser ganador, perdedor o no ganador (Berne, 2002, pp. 227-229). Los ganadores parecerán quizás presidentes o, en todo caso, sea cual sea el nivel que alcancen, se sentirán ganadores y obtendrán caricias abundantes y gozarán en el trabajo. En un organismo donde las promociones se basan en el mérito personal, los perdedores no alcanzarán sin duda el nivel de mandos intermedios. No hablaré de ellos aquí.

En cuanto a los no-ganadores, se reparten en dos categorías. El guión de los "casi ganadores" (Berne, 2002) es del tipo *Sísifo*: recomienzan indefinidamente a empujar su roca hacia la cumbre, para dejarla rodar en el momento mismo en que iban a conseguirlo. Los "casi perdedores" han rodeado sin cesar el precipicio y periódicamente casi están a punto de caerse, pero se las arreglan para retirarse a tiempo del borde.

Los directivos de los que trato aquí son, la mayoría de las veces "casi ganadores"

con un guión de "realizadores". Añado "casi perdedores", como el directivo, de cuya eficacia no hay duda, pero cuya adicción a la bebida ha estado a punto de motivar el despido.

En la escuela y durante sus estudios, los casi ganadores se han mostrado altamente motivados. En su compañía tenían un estilo duro de dirigir, y ellos mismos eran impulsados duramente por sus mandatos de guión. Llega un momento en su vida, de ordinario hacia los cuarenta años, en el que se produce un declive, a partir del cual se instala otro estilo de comportamiento. Podríamos definir éste como un guión del tipo "Después", con su eslogan característico "Puedes divertirse un rato; poco después empezarán los problemas (Berne, 2002). Otra posibilidad: el guión del realizador concluye de una forma particular que se llama "el efecto del atizador incandescente".

## EL EFECTO DEL ATIZADOR INCANDESCENTE

El guión de los "realizadores" se basa en las caricias condicionales. De niños, han recibido caricias por lo que hacían más bien que por lo que eran. Así es como Hill recibió caricias porque leía a los tres años y porque obtenía resultados escolares brillantes; apenas los obtuvo por expresar sus sentimientos, por pedir besos o por manifestar su placer. Jack los recibió por las metas conseguidas en el equipo de su clase, por el formidable edificio construido con sus herramientas nuevas y por los elogios de sus profesores; si por el contrario, expresaba sus sentimientos, jugaba a papás y a mamás, o lloraba cuando se hacía daño, apenas si los obtenía.

No es que hubieran estado carentes de caricias en su familia; recibieron más que otros, pero han llegado a la convicción de que las realizaciones son antes que las relaciones. Su Pequeño Profesor ha asimilado mandatos y mensajes apremiantes o im-

pulsos y los ha convertido en atizadores incandescentes de los impulsores internos. Éstos los mantienen motivados y les suministran caricias internas durante bastante tiempo hasta que progresan hacia el “éxito”, lo que les permite sentirse razonable-

mente bien. Los han entrenado para que nutrir su motivación se nutre ante todo con caricias internas por lo que ellos realizan. No esperan casi caricias externas, aunque aceptan algunas después de cada uno de sus éxitos.

Tabla 1. Atizadores incandescentes (KAHLER y CAPERS, 1974).

| Mandatos de Guión                         | Mensajes apremiantes del contraguión |
|---|--------------------------------------|
| “No goces”                                | “Trabaja duro”.                      |
| “No estés satisfecho”                     | “Trabaja más”. “Esfuézate más”.      |
| “No seas tú mismo”                        | “Sé célebre”. “Sé el mejor”.         |
| “Antes son las necesidades de los padres” | “Presta servicio”. “Da placer”       |
| “No pidas nada para ti”                   | “Ayuda a los demás”. “Sálvalos”      |
| “No expreses tus sentimientos”            | “Sé fuerte”                          |
| “No seas libre”                           | “Date prisa”. “Complace”.            |

A la pregunta: “¿Qué es lo que le hace correr tanto?”, la respuesta es “el atizador incandescente”. En el pasado, una persona probablemente ha obtenido brillantes resultados escolares y ha sido el primero de su promoción. Ha destacado en las competiciones deportivas; era capitán en el equipo, etc. En las actividades programadas fuera del colegio y de la universidad estaba entre los dirigentes. En el palmarés, tiene una mención “premio de excelencia”. Desgraciadamente, no ha conocido tanto éxito en sus relaciones íntimas y amorosas. Frecuentemente estos hombres y mujeres se sienten solos.

Los epiguiones (English, 1969) y los antiguiones (Berne, 2002) pueden conducir también a esta vía. Una “patata caliente” de este tipo puede pasarse de generación en generación. Tradicionalmente “los niños de esta familia conocen el éxito y ocupan puestos de dirección en el negocio o la profesión familiar”. Es, pues, un mensaje apremiante de gran fuerza. Por el contrario, un niño que decide tomar lo contrario de sus padres depresivos, locos, alcohólicos u otros perdedores, es llevado a adoptar también un contraguión orientado hacia el éxi-

to. En tanto en cuanto se queda subiendo escalones hacia el éxito, el guión doloroso permanece escondido.

El “atizador” hace avanzar a la persona hasta alrededor de los cuarenta años: escuela profesional, formación especializada, ascenso en los organismos y en la vida profesional, también matrimonio, nacimiento de los niños, construcción de la casa e hipotecas, y finalmente ascendido y promovido a cuadro intermedio. Después, a menudo entre los cuarenta y cuarenta y cinco años, comienza otra fase. En la medida en que se elevan las barreras a franquear para un avance suplementario, el arranque inicial hacia el éxito, que había movilizad o un tiempo y una energía considerables, comienza a atascarse. Después de todo, no puede ser cada uno presidente ni director. Es en este momento donde se enfría un poco el “atizador”. Poco a poco, las necesidades de la persona son percibidas de forma diferente. Su éxito financiero esta asegurado. Posee una buena parte de lo que el mundo moderno puede ofrecer en aras a una vida confortable. La educación de los niños está en buena vía, a pesar quizás de algunas preocupaciones

por el pago de los estudios universitarios. Sus mensajes apremiantes internos se apaciguan, considera su situación en la vida y toma conciencia de que si quiere continuar recibiendo tantas caricias, está consagrado hasta el fin de su vida a un trabajo bastante duro, pues no puede esperar de su organismo suficientes caricias incondicionales.

De este modo, un mando intermedio se pregunta de golpe por la forma en que llegó allí y si en realidad no podría hacer otra cosa. Puede ser que tenga una depresión, que pierda la mayor parte de su motivación en el trabajo y se identifique con mucha menos intensidad con los objetivos del organismo. Éste, en revancha, le considera cada vez más como un "mando problemático". Su enfermedad crece hasta la locura. Todo está preparado para el gran reciclaje de la edad media.

## LA VIDA COMIENZA A LOS CUARENTA AÑOS

En *Infancia y Sociedad* (1950, 1985), Erikson describe el desarrollo del niño: estadio oral, estadio anal, estadio genital, período de latencia o adolescencia. A continuación, situamos estos estadios de forma paralela con la actuación y el uso crecientes de los estados del yo de primer y segundo orden en los esquemas estructurales.

Citemos primeramente los trabajos de los Schiff y del Instituto Catexis (Schiff y otros, 1975), que presentaron y ampliaron Falzett y Maxwell en *Ok Childing and Parenting* (1974). Podemos ver los resúmenes de las investigaciones de Pam Levin y del Group House en *Becoming the Way We Are* (1974). Uno y otro centro organizan talleres sobre este tema. Podemos describir el desarrollo normal de la forma siguiente: de 0 a 6 meses, estadio oral primario, C1, Niño Natural, orientado hacia la nutrición y las caricias. De 6 a 18 meses, estadio oral

secundario, A1 o Pequeño Profesor, con sus actividades exploratorias. De 18 meses a 3 años, el estadio anal, el A2 o Adulto, la separación. De 3 a 6 años, el estadio genital, P1 o Niño Adaptado, con 1o imaginario y la fijación del guión. De 7 a 10 años, el período de latencia, P2, o Padre, actividad creativa y argumentación. Bien entendido que las edades indicadas no son más que medias; por otra parte, un parentaje inadecuado u otros problemas externos o genéticos pueden perturbar seriamente esta evolución.

Nos interesa muy particularmente la concepción de Pam Levin, a propósito de la adolescencia (1974). Según ella se produce entonces un primer reciclaje de los diferentes estadios del desarrollo donde las tareas que han quedado en suspenso desde los primeros años van a ser reasumidas. A los 13 años, el joven adolescente "tiene de nuevo un año": si sus necesidades en nutrición y en caricias no se han colmado suficientemente aumenta todavía más su necesidad de ser nutrido y tocado. A los, 14 años "tiene dos años": es posible que vuelva a sentir la necesidad de consumir la ruptura de la antigua simbiosis y que sus relaciones queden expuestas a crisis de rabia y a explosiones de cólera. A los 15 años "tiene por segunda vez de 3 a 6 años": reevalúa los primeros bocetos de su guión; puede cambiar antiguas decisiones y llegar a ser más independiente. De 16 a 18 años "vuelve a pasar por el estadio de 7 a 10 años"; pueden ocurrir muchas discusiones sobre los valores según el adolescente reevalúa lo que él ha incorporado en su Padre.

La "edad media" parece constituir un segundo reciclaje. Para los "realizadores" convertidos hoy en mandos desmoralizados, este proceso se resume en el eslogan: "la vida comienza a los 40 años".

La adolescencia comienza hacia los 13 años o quizá con dos o tres años de margen. El reciclaje de la "edad media" empieza hacia los 40 años. La mayoría de las ve-

ces entre 35 y 45 años, que son de cambio, de reevaluación y de nuevos puntos de partida. Los "atizadores incandescentes de la juventud" se han enfriado. Las necesidades de caricias se apartan cada vez más de las caricias internas para volverse hacia las caricias externas. Al mismo tiempo las personas vuelven a enfrentarse con los problemas de relación que no han sido resueltos más que de forma incompleta o insatisfactoria durante la infancia y la adolescencia.

El proceso, pues, recomienza. Hacia los 40 años se "vuelve a pasar por la edad de un año": las necesidades corporales ocupan un lugar nuevo e importante. La persona explora de nuevo sus necesidades de nutrición y caricias: busca nuevos restaurantes, degusta vinos y quesos, aprende alta cocina, hace ejercicio, se hace mecer, aprende a jugar al tenis y nuevos ritmos sexuales.

A los 45 años, cada uno se debate en las relaciones simbióticas que ha establecido en su matrimonio y en su profesión que, después de diez o quince años, trabajo y lazos de colaboración, han absorbido una parte cada vez mayor de su vida. Se siente como paralizado; las presiones le enfurecen; cólera y frustración explotan cuando quiere explorar nuevas formas de ser autónomo, de pensar y de elegir por sí mismo, sin por otra parte verse abandonado por aquellos que le nutren de caricias.

A los 50, "vuelve a pasar por la edad de 3 a 6 años". La escritura del guión y las tempranas decisiones sobre el mismo vuelven a aparecer en primer plano. La persona ha explorado y aprobado nuevos recursos de caricias y de nutrición. Ha pasado por el miedo unido a la ruptura, al menos de forma inicial, de lazos simbióticos. En el presente, se pone a reevaluar su estilo de vida en su interioridad. Vuelven a la terapia, rehacen su guión, vuelven a re-decidir y reemplazan los mensajes apremiantes ligados a sus mandatos por permisos internos en lugar de prohibiciones y mensajes

("Haz...", "Sé...", en lugar de "No hagas" y "Deberías"). Para cambiar su guión banal, algunas mujeres pueden participar en un grupo de terapia o de concienciación femenina. Algunas veces, unos y otras se curan de sus tendencias al alcoholismo o al suicidio y su guión *hamártico* cede el sitio a un guión de triunfador. Es un período de cambios en la posición de vida, en la estructuración del tiempo, en las formas habituales de obtener caricias y en todos los terrenos anexos al guión.

Por fin, a los 55 años se "vuelve a pasar por el período de 7 a 10 años". A menudo, consideran una vez más su sistema de valores y se plantean a este nivel elecciones importantes: "¿Cuál es la postura de mi Padre hoy?", "¿Qué necesidades puedo dejar de lado en provecho de nuevos valores, más apropiados a mi situación aquí y ahora?". A menudo reconsideran los valores religiosos y, a veces, los reactivan. Las cuestiones filosóficas cobran una gran importancia: "¿Por qué estamos aquí?" "¿Cuál es el último sentido de la existencia?" "¿Cuál ha sido el objetivo de mi vida?" "¿Cuál es la relación del sistema de provecho y de la calidad de la vida terrestre?".

De los primeros estadios del desarrollo, como del primer reciclaje de la adolescencia, llega entonces a la conclusión de que algunos no obtienen lo que desean. Es entonces también el caso de "la edad media": se sienten dados de lado más o menos brutalmente y son etiquetados de pesos muertos. Los ganadores de antaño pueden así terminar como perdedores.

## LOS "PESOS MUERTOS"

"Los viejos soldados nunca mueren" afirma el himno militar americano. Los viejos realizadores tampoco. Se vuelven "pesos muertos": por este motivo, se les designa como mandos intermedios faltos de motivación, de confianza, de caricias y cuya productividad ha disminuido mucho mien-



tras que, anteriormente, se les conocía y reconocía por sus cualidades opuestas. La estructuración de un “peso muerto” en la si-

tuación de trabajo, comparada a la que tenía como “fuerza viva” se acerca probablemente a la de la figura 1:

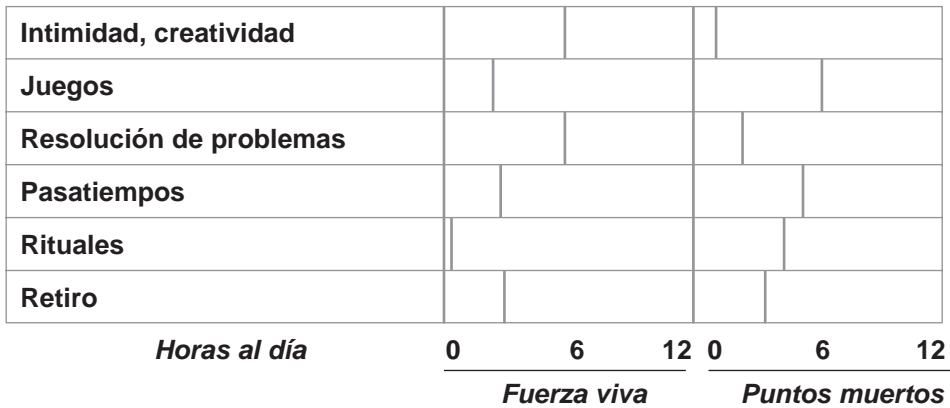


Figura 1: Estructuración del tiempo de “puntos muertos” en comparación con la de “fuerzas vivas”.

Después de que la estructuración del tiempo de un directivo se desvíe en el sentido descrito por la figura 1, tradicionalmente se comienza a vigilar cada vez más de cerca. Enseguida, “se le desocupa” de una manera u otra: se le margina o se le promete un puesto honorífico, o se le orienta sobre una vía muerta, o se le jubila anticipadamente. En general, los “realizadores” que sostienen su motivación de manera interna no consideran ninguna otra opción en un organismo que ellos dominan. Después de todo, estuvieron siempre “en el horno y en el molino”. ¿Por qué George “no ha llegado más arriba”? Si está en la casa desde hace mucho tiempo como para despedirle, “nombrémosle director de algún servicio: estará fuera del camino y podremos inyectar sangre nueva”.

El coste de estas soluciones, aparentemente buenas, puede llegar a ser exorbitante. La organización pierde, en primer lugar, enormes inversiones en tiempo y en experiencias necesarias para la formación de un mando. Después, es necesario contabilizar los años costosos de eficacia

y de productividad, donde se contenta con observar lo que pasa antes de que la situación empeore suficientemente como para decidir una acción determinada. Finalmente, no hay que descuidar el factor moral: “Después de tantos años de trabajo fructífero, la compañía elimina a Pauline, se le hace esta afrenta; ¿Deseo yo trabajar verdaderamente para una cosa parecida?”.

El enfoque del AT suministra una alternativa importante para resolver el problema humano de una forma “Yo estoy bien – Tú estas bien – Vayamos por delante con la situación”. El objetivo del tratamiento supone suministrar una estructura en la que cada uno pueda re-decidir ser triunfador en lugar de casi-ganador o casi-perdedor. A los antiguos realizadores que quieren recrear su motivación y su existencia les conviene desligarse de su guión. Pueden aprender y tomar conciencia de sus necesidades y de cómo obtener satisfacción, ya se trate de cambiar de empleo, de jubilarse o de continuar su trabajo en su empresa de forma que se sientan bien.

## RENOVACIÓN DE LA MOTIVACIÓN, DE LA EXISTENCIA, DEL CRECIMIENTO

Muy a menudo, para resolver un problema, lo más difícil es exponerlo de forma conveniente; de esta forma es más fácil encontrar posibles soluciones. En los talleres reservados a personas de la "edad media", tal solución recibe aprobación. Muchos participantes están prestos a concluir contratos de cambio según las líneas de fuerzas que ellos contemplarán en función de su problema personal.

Trabajando con grupos de directivos u otros grupos provenientes de empresas, la mayor dificultad consiste en situar una estructura en la que la Protección sea suficiente y en la que el grado de confrontación, más que de eficacia, sea bastante bajo para que el cambio sea posible y los problemas puedan resolverse. Normalmente, los participantes no concluyen contrato terapéutico: una estructura tal debe permitirle asumir una redecisión sin enfrentarse a una ansiedad demasiado grande. Sin ella, temen y abandonan.

Para hacer esto, comprobamos que, habitualmente, es suficiente un procedimiento por otra parte bien conocido. Consiste en reunir los datos a partir del grupo, sea sobre grandes hojas de papel que se colocan alrededor de la sala para estimular la reflexión y el trabajo ulterior, sea invitando a que cada uno lo haga en privado, mentalmente o por escrito, antes de repartirlos y discutirlos en el grupo, en el que el animador puede clarificar y negociar contratos claros y precisos. A veces, podemos servirnos de pequeños subgrupos de dos a seis personas.

De la misma manera que en los grupos terapéuticos, la gestión general del cambio comporta la toma de consciencia de los mandatos de guión, de las viejas decisiones y de comportamientos sobre-adaptados que desfilan, la resolución de los *impasses* bloqueando la redecisión y la puesta a punto y el reforzamiento de esquemas

de comportamientos nuevos y más satisfactorios.

El problema de la homeostasis, es decir, la presión para mantener el statu-quo, es una dificultad bien conocida en las familias: los miembros intentan impedirse mutuamente el perturbar la situación adquirida, aunque sea penosa para todos. Este fenómeno puede ser todavía más terrible en una empresa, vista la presión financiera que ejerce sobre sus miembros. Es por lo que, en el trabajo en empresa, una gran parte del esfuerzo debe aplicarse a cambiar el entorno organizacional. Un punto neurálgico es la forma en que se distribuyen las caricias.

En la división en pequeño y gran grupo, en la discusión y en el trabajo de redecisión, la serie de preguntas y de llamadas a la imaginación que aquí puede servir de esquema es:

- 1) ¿En que estado de tu reciclaje de "edad media" estás tú?
- 2) Escribe los mandatos y mensajes apremiantes que componen el "atizador incandescente" del que tú te sirves para avanzar en tu vida.
- 3) Imagina una conversación entre tu Niño Adaptado y tu Niño Natural a propósito de tus conflictos concernientes a lo que deseas, a lo que necesitas y a lo que debes hacer.
- 4) Haz una lista de las diferencias entre tus necesidades durante estos últimos años y las que tenías cuando tenías entre 20 y 30 años.
- 5) Establece tu estructuración del tiempo en el trabajo actual y la que tenías entre tus 20 y 30 años.
- 6) Establece la estructuración del tiempo de un directivo "peso muerto" que tú conozcas, con el que trabajes o al que debas supervisar.
- 7) En tu empresa, ¿cuáles son los niveles y las fuentes de caricias?
- 8) ¿Cuál es tu plan de vida? Examina los grandes sectores de tu vida; en estos sectores, ¿dónde estás tú ac-

tualmente? ¿Dónde quieres estar?  
¿Qué necesitas para realizar estos  
cambios? ¿Cómo los vas a planifi-  
car?

- 9) ¿Qué cambios serán necesarios en la organización de tu empresa para permitirle renovar la motivación, la existencia y el crecimiento de sus mandos de "edad media"?

En la crisis de la "edad media", los directivos se enfrentan a cambios organizacionales profundos. La solución exige una inversión considerable en tiempo -muchos años- y en dinero. Las caricias son gratuitas, pero no hay tiempo para cambiarlas. Una empresa que confía en conseguir beneficios para existir necesitará pruebas de tal inversión, que demuestre su carácter rentable. Por ejemplo, mostrar que reduce las tasas de rotación de sus mandos intermedios y de sus directivos.

Como, a largo plazo, es el Niño el que dirige la barca, un programa tal de cambio comportará y favorecerá caricias positivas, estimulará el interés y suscitará ocasiones de juego creativo para los mandos. Los contratos de cambio concluidos por la persona y la organización pueden incluir un re-

ciclaje, un cambio de puesto, la puesta a punto de nuevos programas o la reconversión fuera de la organización de una manera que al directivo le haga sentirse bien.

## REFERENCIAS

- BERNE, E. (1972). *What Do You Say After You Say Hello?* New York: Grove Press. Traducción española (2002). *¿Qué dice usted después de decir "Hola"?* Barcelona: Random House-Mondadori.
- ENGLISH, F. (1969). Episcrypt and the "Hot Potato" Game. *Transactional Analysis Bulletin*, VIII, 32, 77-82.
- ERIKSON, E. (1963). *Childhood and Society*. New York: Norton&Co. Traducción española (1984). *El niño y la sociedad*. Buenos Aires: Paidós.
- KAHLER, T. y CAPERS, H. (1974). The Miniscrypt. *Transactional Analysis Journal*, IV, 1, 26-42.
- LEVIN, P. (1974). *Becoming the Way We Are*. Berkeley: Group House.
- MAXWELL, J. y FALZETT, B. (1974). *OK Childing and Parenting*. El Paso: TA Institute of El Paso.
- SCHIFF, J. y otros (1975). *Cathexis Reader*. New York: Harper&Row.

## El regateo para la protección

Vago, Marta y Knapp, Barton W.<sup>1</sup>

### Resumen

Los autores parten del juego “Si no fuera por ti” que, para Eric Berne, constituía el juego en que con más frecuencia participaban las parejas. Se centran en la dinámica de este juego y ofrecen un protocolo escrito para que cada miembro de la pareja descubra por qué actúa como lo hace. Ofrecen también estrategias útiles para que cada uno establezca un contrato que haga estar bien a la pareja. Finalmente, afirman que su protocolo puede servir para otras relaciones distintas de las de pareja.

*Palabras clave:* Juego; Si no fuera por ti; dinámica del juego; protocolo escrito; contrato.

### Bartering for Protection

#### Abstract

The authors start from the game “If it weren’t for you” that, according to Eric Berne, was the game that couples most often engaged in. They focus on the dynamics of this game and present a written protocol for each partner to discover why he (she) acts like he does. They also offer useful strategies for each partner to make a contract and the couple is OK. Finally, they claim that their protocol can be used for other relationships other than those of the couple’s ones.

*Key words:* Game; If it weren’t for you; game dynamic; written protocol; contract.

### Marchandage pour la Protection

#### Résumé

Les auteurs partent du jeu “Si ce n’était pas pour toi” lequel, pour Eric Berne était le jeu où les couples plus fréquemment participaient. Ils mettent l’accent sur la dynamique de ce jeu et présentent un protocole écrit pour que chaque partenaire puisse découvrir pourquoi il agit comme il le fait. Ils offrent aussi des stratégies utiles pour que chacun établisse un contrat avec lequel le couple se sente à son aise. Pour en finir, ils affirment que leur protocole pourra être utilisé par d’autres relations différentes du couple.

*Mots clé:* Jeu ; Si ce n’était pas pour toi; la dynamique du jeu; un protocole écrit; un contrat.

En *Juegos en que participamos* (2004), Berne afirma que en las parejas, el juego más frecuente es “Si no fuera por ti”. Nuestra hipótesis es que la dinámica subyacente en este juego se advierte en todos los juegos de parejas sin excepción: su resorte consiste en suministrar a cada partici-

pante una protección nefasta que le impido romper el contrato simbiótico (Schiff, 1975).

Podemos analizar la dinámica de “Si no fuera por ti” como sigue:

1. Los miembros de la pareja se prestan mutuamente un servicio importante para ambos: por su acción o inacción

<sup>1</sup> VAGO, Marta y KNAPP, Barton W. (1978). Bartering for Protection. *Transactional Analysis Journal*, VIII, 2, abril, pp. 129-131. Traducción: Milagros Casto y Antonio Martín. Revisión: Paula Requeijo Rey.

cada uno refuerza los mandatos, las decisiones y las conclusiones que el otro ha interiorizado en su primera infancia.

2. Se protegen mutuamente contra toda infracción a estos mandatos, decisiones y conclusiones.
3. Esta protección del guión, comprendida de este modo, siempre es una operación de Salvador, sea cual sea el papel que cada participante tienda a ocupar en el triángulo dramático (Karpman, 1968).
4. Los participantes obtienen las ventajas psicológicas interna y externa del juego, incluso sus ventajas existenciales, por diversos medios: a) el equilibrio psíquico por el reforzamiento de los mandatos, de las decisiones y de las conclusiones de guión; b) evitan situaciones que se encuentran amenazadas o puestas en entredicho; o) confirman la posición de vida de cada participante.
5. La dinámica de juego se asocia al *racket* de resentimiento/cólera, que es también el índice de su presencia. Nosotros lo consideramos como un sustituto de otro sentimiento que la persona teme volver a sentir, ya sea en función de un aprendizaje o de un acontecimiento traumático de su infancia.

## EJEMPLO

Juan es un esclavo del trabajo. En los contactos sociales se siente mal con los demás. En su familia, trabajan duro y reprimen los sentimientos.

He aquí el reparto de su tiempo por semana: sesenta horas de trabajo, y tres veces a la semana unos cursos nocturnos; además, hace chapuzas en su garaje. María es alcohólica, carece de caricias, se siente igualmente mal frente a los demás, y no tiene ningún contacto profundo fuera

de los miembros más próximos de su familia. Las mujeres de su familia son fatigadas amas de casa y carecen de caricias; los hombres están ausentes y no suministran ningún apoyo. Juan debe sentir que María beba, y ella siente el tiempo que él pasa en el trabajo y en los cursos nocturnos. Sin embargo, cada uno refuerza estos comportamientos en el otro, por la acción o la inacción. El convenio es el siguiente: María ayuda a Juan a ser un esclavo del trabajo y le hace la vida desagradable en casa por el hecho de beber. Por su parte, Juan la ayuda a llevar una vida aislada y separada al frenar toda socialización por su malestar evidente cuando se encuentra con los demás.

## UN MÉTODO DE IDENTIFICACIÓN

Para identificar rápidamente la dinámica de "Si no fuera por ti", hemos puesto a punto una suerte de enunciados para completar. Este método da acceso a lo esencial de la información sobre la estructura simbiótica de la pareja y sobre la interconexión de los guiones. En un primer momento, invitamos a cada participante a responder por escrito a los puntos siguientes:

1. ¿Qué le reprochas interiormente con más frecuencia a tu pareja por no hacer algo contigo o para ti? Ejemplo: "No me da caricias cuando tengo éxito en algo".
2. Indica, al menos, una manera en la que tú provoques o en que tú refuerces esta comportamiento. Ejemplos: "No le digo en lo que he obtenido éxito y rechazo las caricias que recibo".
3. Si tu pareja hiciera lo que le reprochas no hacer, ¿cómo te sentirías? Ejemplo: "Me sentiría competente y reconocido".
4. ¿Qué hay en esta última respuesta que no te hace sentirte bien o que te está prohibido? Esta pregunta conduce al aprendizaje o al suceso traumá-



tico durante la infancia. Ejemplo: “Mamá se sentiría amenazada por no tener nada que hacer”.

Seguidamente invitamos a cada cónyuge a rellenar los espacios en blanco en los enunciados siguientes, con las respuestas de las cuatro preguntas precedentes. El número insertado en cada espacio en blanco designa la respuesta a la pregunta correspondiente:

“Si yo te dejo \_ (1) \_ yo sentiría \_ (/) \_ , y esto me da miedo porque \_ (4) \_ Por eso yo te impido \_ (1) \_ al hacer \_ (2) \_ porque esto me lleva finalmente a sentir cólera o resentimiento, pues estos sentimientos me dan menos miedo que sentir \_ (3) \_”.

En el ejemplo anterior, la frase que María completaría puede ser: “Si te dejo acariciarme por mis éxitos, me sentiría competente y reconocida, y esto me da miedo porque mamá se sentiría amenazada de no tener nada que hacer. Por ello te impido acariciarme por mis éxitos al no decirte en qué he obtenido éxito o al rechazar las caricias que recibo; esto me lleva a fin de cuentas a sentir cólera o resentimiento, porque estos sentimientos me dan menos miedo que sentirme competente y reconocida”. Son necesarios algunos ajustes gramaticales, pero se reducen a muy pocas cosas si las respuestas a las cuatro primeras preguntas son precisas y breves.

La frase completada de este modo actualiza rápidamente los grandes intereses de cada cónyuge en la relación, incluso cuando el otro está ausente o si éste no participa. Muy rápidamente percibimos cómo y por qué cada uno tiende a mantener el statu quo. Ya elija dejar correr las cosas o cambiarlas, su responsabilidad aparece en términos concretos y operacionales.

## ESTRATEGIAS DE CAMBIO

He aquí algunas estrategias útiles si los dos participantes quieren cambiar. En un primer tiempo, la pareja puede concluir el

contrato de acabar con todos los “rechazos-golpes bajos”. Nos inspiramos aquí en el concepto de caricias blancas de Muriel James (1975). Los “rechazos-golpes bajos” son palabras o actos que golpean “por debajo de la cintura”: insultos, violencia física, tratamiento por el silencio, burlas viciosas y, en general, todo lo que el Niño siente como destructor a nivel vital, o como un atentado a su valor o a su dignidad. La mayoría de las personas son conscientes de, al menos, un “rechazo-golpe bajo” y, con más frecuencia, apenas vacilan en rechazarlo. Es necesario que cada cónyuge se anime a dejar todo comportamiento de esta especie del que es consciente. Ello le confiere al Niño del otro una condición de seguridad mínima. Toda resistencia a aceptar este contrato disminuye muy fuertemente las posibilidades de que se tome algún otro contrato en serio. Las consecuencias por conseguir el tratamiento son evidentes.

Después de concluir este contrato, por el contrario, la pareja está dispuesta a pasar a unos contratos que invitan a cada uno de los comportamientos autónomos y liberadores del guión; entonces, el participante sabe lo que hace y le apoya. En esta fase del tratamiento introducimos los «rituales de intimidad», que refuerzan de nuevo la seguridad y el bienestar de cada Niño en presencia del otro. Designamos para ello unas actividades programadas a partir del Niño, que han comenzado generalmente de forma espontánea, y que ambos participantes aprecian y desean: por ejemplo, tomar un baño juntos todos los domingos por la noche o cenar fuera una vez por semana. Estos son los rituales que, muy a menudo, se desintegran en primer lugar cuando las relaciones en la pareja se relajan. Sin embargo, tanto para el Niño de uno como para el del otro hay allí una fuente importante de caricias positivas e incondicionales que provienen del compañero. El carácter incondicional de estas caricias hace que sea importante no interrumpirlas sobre

todo, cuando las cosas se ponen duras. Para muchas parejas los rituales de intimidad incondicional son el primer paso para curar viejas heridas emocionales y renovar una economía de caricias deficitaria (Steiner, 1975).

## OBSERVACIÓN

Numerosos clientes, terapeutas en formación con nosotros y colegas nos han señalado que el material presentado aquí puede utilizarse para mejorar cualquier relación donde se presenten problemas y donde los participantes deseen ir hacia delante: padre-hijo, estudiante-profesor y supervisor-supervisado, etc. Fuera de nuestro trabajo clínico, hemos hecho la prueba con vistas a clarificar una relación de supervisión; seguidamente hemos concluido el contrato de cambiar nuestros comporta-

mientos y de acariciarnos mutuamente por estos cambios. Los resultados han sido excelentes y nos han aportado mucho placer.

## REFERENCIAS

- BERNE, E. (1964). *Games People Play*. New York: Grove Press. Traducción española (2006). *Juegos en que participamos*. Barcelona: Integral.
- JAMES, M. (1975). *The Ok Boss*. Reading: Addison-Wesley.
- KARPMAN, S. (1968). Fairy Tales and Script Drama Analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, VII, 26, 39-43. *Selected Articles of the TAB*, pp. 51-56.
- SCHIFF, J. y otros (1975). *The Cathexis Reader*. New York: Harper&Row.
- STEINER, C. (1975). *Scripts people live*. New York: Grove Press. Traducción española: (1991): *Los guiones que vivimos*. Barcelona: Kairós.

## INFORMACIÓN DE LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA -AESPAT-

### SUGERENCIAS PARA ESCRIBIR EN LA REVISTA

#### 1. Quien escribe en la *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista* quiere:

- Formar una opinión donde no hay ninguna.
- Cambiar una opinión donde la hay.
- Ajustar una opinión.
- Reforzar una opinión.

#### 2. Lo que hace persuasivo a un escrito son:

- su carácter directo: La energía avanza con lógica en la mente del lector.
- *los verbos potentes*: son la base del poder del lenguaje.
- *las palabras tienen cierta masa o volumen o peso* y la mente del lector tiene que empujarlas o atraerlas, elevarlas o descenderlas.
- *los verbos son las fuerzas motrices del lenguaje*.

Ratio fuerza motriz/peso: En los textos bien escritos es de 1/10. Un verbo cada diez palabras. Un efecto muy llamativo es el siguiente: Cuanto más potentes son nuestros verbos, automáticamente nuestros escritos se hacen más breves y ligeros.

#### 3. La fuerza de los verbos: cuatro normas de oro:

##### 1. *Un verbo tiene más fuerza expresiva que un no-verbo que expresa la misma idea.*

"Vigilar" tiene más fuerza que "vigilancia".

"Visitar", más que "visita".

"Reparar", más que "reparación".

##### 2. *Un verbo "impacta" más en el lector si éste puede concretar con alguno de los cinco sentidos la acción que aquél representa.*

"Escarar" impacta más que "mejorar"; "avanzar", más que "perfeccionar".

El gran inconveniente de los verbos "ser" y "estar" y sus sucedáneos (permanecer, quedar, hallarse...) es que no los podemos visualizar. Por eso, son los más débiles de todos.

##### 3. *Entre los verbos "visualizables", el verbo específico tiene más fuerza que el genérico.*

"Bailar", "tropezar", "caerse", "levantarse"... son más fuertes que el genérico "moverse".

##### 4. *El verbo en voz activa tiene más fuerza que en voz pasiva.*

Entre los problemas con los que se enfrenta quien escribe un artículo son:

- la voz pasiva y
- la engañosa voz activa, o el problema de los verbos diluidos.

#### 4. El problema de la voz pasiva y los giros impersonales:

¿Por qué tienen tanto éxito la voz pasiva y los giros impersonales en muchos escritos? Si tan potente y útil, si tanta persuasión encierra la voz activa, ¿por qué los escritores se empeñan en emplear la voz pasiva?

Quienes se han sentido intrigados por este asunto y lo han investigado, lo explican así:

La voz pasiva sirve para:

- quitar importancia al sujeto: "Se procedió a administrar un cuestionario"
- no hablar del sujeto: "Se habló con los elementos más representativos...".
- expresar lo que no conocemos: "Se recibieron amenazas por teléfono".
- para esconder al sujeto: "El terapeuta fue reprendido por el Director por su posición en el conflicto".

#### ¿Cómo convertir la pasiva en activa?:

Consideremos este párrafo:

**Si los planes de expansión de las compañías eléctricas en Europa son paralizados por los grupos ecologistas y si se temen acontecimientos muy conflictivos partiendo de los acontecimientos narrados por la prensa, la necesidad de mejorar la imagen pública de las compañías eléctricas será resaltada.**

1. Cambiar el sujeto: Si los grupos ecologistas paralizan los planes de expansión de las compañías eléctricas...
2. Cambiar el verbo e, incluso, el sujeto: ... y las compañías eléctricas predicen acontecimientos muy conflictivos partiendo de los acontecimientos que la prensa ha narrado, ...
3. Buscar una expresión más breve: ... éstas necesitarán imperiosamente mejorar su imagen".

**El párrafo quedará así:**

**Si los grupos ecologistas paralizan los planes de expansión de las compañías eléctricas, y las compañías eléctricas predicen acontecimientos muy conflictivos partiendo de los acontecimientos que la prensa ha narrado, éstas necesitarán imperiosamente mejorar su imagen.**

Hemos ahorrado nueve palabras y el párrafo ha ganado fuerza.

#### **La engañosa voz activa o el asunto de los verbos diluidos:**

Quien escribe un artículo también puede mermar la persuasión de sus escritos por no caer en la cuenta de que hay verbos cuya fuerza queda diluida en el complemento directo.

"Dar una opinión" es más débil que "opinar", porque la palabra más importante es "opinión", no "dar"; "Hacer una visita" es más débil que "visitar".

*El remedio contra los verbos diluidos es convertir el complemento directo en verbo.*

#### 5. La costumbre de escribir oraciones largas:

¿Por qué persiste el hábito de las oraciones largas?

Hay una explicación simple, pero de la que muchas personas no se dan cuenta: Cuando hablamos, las oraciones son más cortas, porque necesitamos respirar. El término medio de las pa-

labras que empleamos en una oración está en torno a las 20 por oración. Cuando escribimos, podemos respirar y pensar. El resultado es que las oraciones pueden ser muy largas.

La diferencia entre nuestro cerebro rápido y nuestra mano lenta produce las oraciones-emparedados u oraciones-sandwich. ¿Qué ocurre entonces? Que podemos añadir todos los pensamientos y brillantes ideas que se nos ocurran, soldándolos con comas, por así decirlo.

El cerebro humano está recibiendo continuamente información nueva: ideas, sucesos, datos numéricos, caras, movimientos durante una conversación. Como tenemos que contestar a otra u otras personas en una conversación, empleamos dos tipos de palabras:

- *las palabras de contenido vehiculan simples hechos.*
- *las palabras de relleno* proporcionan una corriente para empaquetar las palabras de contenido junto con otros "objetos flotantes" en el flujo continuo de la conversación.

¿Qué importancia tiene esta distinción cuando hablamos y escribimos?

*Al hablar*, necesitamos un porcentaje relativamente elevado de relleno y relativamente bajo de contenido.

*Al escribir*, el proceso es inverso: porcentaje relativamente alto de contenido y bajo de relleno. Las palabras de relleno cumplen funciones de defensa y cortesía.

De defensa: Quien habla, está ganando tiempo para pensar y encuentra que las palabras de relleno le resultan útiles para mantener ocupada la mente del interlocutor. "Respecto de lo que me has preguntado, creo que no te conformas con una pregunta general, para salir del paso, sino que tu interés fundamental es saber qué pienso sobre este asunto tan importante".

De cortesía: "¿Tendría usted la amabilidad de indicarme dónde vive el propietario de la finca X?"

### **Soluciones para las oraciones largas:**

1. Cortar o eliminar todas las palabras sobrantes en las oraciones.
2. Sustituir varias palabras por otra que tenga más fuerza: "A fin de que" o "En aras a" = Para. "En el caso de que" = Si...".
3. Inyectar oraciones cortas o muy cortas –de una a diez palabras– que añadirán impulso y vitalidad a nuestros escritos.
4. Si es necesario, descomponer las oraciones largas en una sucesión ordenada de frases cortas.
5. Formar mentalmente la oración, haciendo que contenga un solo pensamiento.
6. Repetirla mentalmente. Si lo podemos hacer, tenemos una oración que podemos manejar, puesto que no nos obliga a varias respiraciones.
7. Si no podemos repetirla, es mejor que construyamos otra. Persistir en la oración que no podemos controlar equivale a perder al lector al que va dirigida.

## **Todos los artículos del Transactional Analysis Journal desde Enero de 1971 a Enero de 2008, en un CD**

No queremos que se nos pase por alto en este Editorial un auténtico tesoro bibliográfico con que cuenta el AT. Las ideas creativas surgen, en la mayoría de los casos, de mentes individuales. Un inglés, Graemme Summers, ha escaneado e incluido en un CD todos los artículos del Transactional Analysis Journal desde Enero de 1971 a Enero de 2008. ¿Hay alguna otra Escuela que pueda enorgullecerse de tener a su disposición ese arsenal para estudiar e investigar? Para quien desee más información, y precisamente por su gran importancia, ponemos aquí la dirección de la Página Web: [www.tajdisk.co.uk](http://www.tajdisk.co.uk). Este CD encierra muchas claves para tener éxito dentro del nuevo marco de Enseñanza Superior que ha establecido Bolonia. (Editorial del nº 61, Segundo Semestre de 2009)

TAJdisk v4 está ahora disponible para quien desee adquirirlo.

Contiene los artículos que han aparecido en el *Transactional Analysis Journal* desde Enero de 1971 a Abril de 2009. ¡1.700 artículos completos!

La nueva versión online - ver [www.tajdisk-online.co.uk](http://www.tajdisk-online.co.uk) con una opción de Instalación Rápida (Quick Installation). También es posible una Instalación Total si prefieres almacenar todos los artículos del TAJ en tu ordenador.

Si ya tienes la última versión, Graemme Summer te hará llegar muy pronto una nota explicativa que te ayudará en cualquier proyecto escrito. Esa nota es una ayuda extraordinaria que te conducirá al software necesario para tus búsquedas, consultas a investigaciones.

Puedes ver [www.endnote.com](http://www.endnote.com) para más información.

Si ya tienes la última versión y quieres actualizarla, solo tienes que pagar un precio muy reducido. Sólo tienes que introducir tu número de serie en [www.tajdisk.co.uk/buy.php](http://www.tajdisk.co.uk/buy.php)

Envía esta información a los otros que pudieran estar interesados y también puedes contactar con el creador de este TasjDisk4, [graeme@123web.co.uk](mailto:graeme@123web.co.uk) si quieres plantearle cualquier asunto, duda o pregunta.



## **PUBLICACIÓN DE CURSOS Y CONGRESOS**

Los profesores Felicísimo Valbuena, Graciela Padilla, miembros de la Junta Directiva de AESPAT, y Paula Requeijo, invitan a personas interesadas en el Análisis Transaccional a que asistan a las clases que, sobre AT, van a impartir en dos grupos de la asignatura Teoría de la Información en la Facultad de Ciencias de la Información de la Universidad Complutense de Madrid.

Las fechas serán los días 8, 9, 15, 16, 22 y 23 de Marzo de 2012, de 16:00 a 20:00.

Los interesados pueden llamar al teléfono 91.741.29.23; también pueden escribir a [gracielapadilla@ccinf.ucm.es](mailto:gracielapadilla@ccinf.ucm.es) o a [paulitareq@hotmail.com](mailto:paulitareq@hotmail.com).

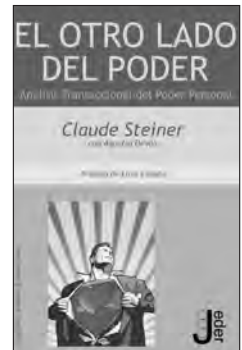
## NOVEDADES BIBLIOGRÁFICAS

**EL OTRO LADO DEL PODER**  
**Análisis Transaccional del Poder Personal**

**Autor:** Claude Steiner  
**Título:** El otro lado del poder  
**Prólogo:** Lluís Casado Esquius  
**Tamaño:** 21 x 14 cm.  
**Plaza de edición:** Sevilla  
**Fecha de publicación:** 16 de marzo de 2009

**Editorial:** JEDER  
**Colección:** Análisis Transaccional  
**Páginas:** 268  
**Encuadernación:** Rústica con solapas  
**Precio:** 18 euros  
**ISBN:** 9788493703202

Los juegos de poder son transacciones conscientes que tienen el propósito de manipular a las personas para que hagan o dejen de hacer algo que en principio no tenían pensado. En la primera parte nos da una aproximación al poder y sus mitos, a la obediencia y a los sentimientos generados. Acotados por familias, en la segunda parte Steiner desglosa los juegos de poder. "Todo o Nada", de "Intimidación", "Mentiras", "Conversacionales" y "Pasivos", nos muestra sus antítesis, y también nos propone la Solución Cooperativa. Por último, en la tercera parte el autor aporta su visión y opinión personal. Frente la analogía habitual Poder=Control, ofrece otras seis fuentes de poder: Equilibrio, Pasión, Amor, Comunicación, Sabiduría y Trascendencia, que se pueden desarrollar como alternativa y complemento al Control.



**El Otro Lado del Poder** de Claude Steiner, es obra fundamental del Análisis Transaccional, que por fin está disponible en Español. Obra muy interesante, reveladora e inmediata que siguiendo la mejor tradición del AT, hará reflexionar al lector.

*“La lectura de **El Otro Lado del Poder** puede resultar provechosa para muchas personas. La gente que se siente débil y que habitualmente es manejada y avasallada puede que quiera aprender cómo se lo hacen y cómo lo puede evitar. Aquellas personas que se sienten fuertes y tienen por hábito controlar a los demás se pueden sentir inquietas o francamente incómodas al respecto. Pueden aprender cómo dejar de abusar del poder sin transformarse en impotentes. Todos pueden aprender los muchos caminos al poder de que disponen, aparte del Control y la manipulación de los demás”.*

**Claude Steiner**

---

**LA FILOSOFÍA: MEDICINA DEL ALMA (12 REFLEXIONES)**

**Autor:** J. L. Camino Roca

**Publicado por:** La Busca edicions

Después de conocerle y tratarle desde hace cinco años, tengo la impresión de que el autor de este libro, J. L. Camino, se siente “muy bien” cuando lee, habla o escribe sobre Filosofía. Como terapeuta o, antes, como profesor de Universidad, se lo podía pasar “bien”, pero donde se auto-realiza es en la Filosofía.

Para mí, esto constituye un gran mérito, porque está luchando contra la corriente dominante en los políticos: quitar importancia a esta disciplina. Entonces, ¿quién se está haciendo cargo de la Filosofía?. Como la naturaleza aborrece el vacío, unos autores han visto una gran oportunidad para escribir libros de divulgación de las ideas filosóficas. El éxito les ha acompañado a algunos de ellos.

Me atrevo a afirmar que el título del libro de Camino se queda corto. Es decir, que esta obra abarca mucho más de lo que el título afirma. Y esto me lleva a enlazar con el filósofo español al que considero más grande en varios siglos: Gustavo Bueno. Ya se ocupó de Berne en las Jornadas que organicé en 2005 para conmemorar los 35 años de la muerte de Berne. Después, hemos re-publicado en esta Revista un artículo suyo sobre Psicoanalistas y Epicúreos. Sin embargo, no traigo aquí a Bueno para referirme a Berne, sino para comprender mejor el libro de Camino.

En estos momentos leemos todos los días noticias sobre la enfermedad de la economía mundial y de las economías de diversos países. Cuando muchas declaraciones hablan de “burbujas”, en realidad están hablando como si la economía fuera el organismo humano en el que un grupo de células dañinas comienza a acelerar su crecimiento. Es decir, en estas declaraciones, subyace la metáfora de enfermedad/salud.

Platón ha insistido en la analogía entre el político y el médico, lo que implica la consideración de la sociedad como un organismo susceptible de enfermar. La política sería algo así, según Platón, como la “medicina” de la República. (La República, IX, 588c). (Bueno, G. (1991). *Primer ensayo sobre las categorías políticas*, p. 224. Logroño: Cultural Rioja).

Desde luego, hay consultores a los que las empresas e instituciones llaman únicamente cuando las cosas van mal. Algunos de ellos, por tanto, son “médicos” de los políticos. Y no es casualidad que los Departamentos de Informativos tengan “doctores” de las noticias, para prescribir qué hay que hacer cuando el telediario no consigue levantar el vuelo en los índices de audiencia.

Manfred KETS DE VRIES y Danny MILLER hablan de organizaciones dramáticas, suspicaces, deprimidas e impulsivas; Herb SCHMERTZ explica cómo hay empresas e instituciones que tratan de ocultar su personalidad; hay instituciones y empresas que son modestas, tímidas, deprimidas, esquizofrénicas. Es decir, consideran las instituciones y empresas como si fueran individuos.

La Comunicación Empresarial también tiene una versión aristotélica, aunque quizá sus profesionales estudiaron al filósofo griego por última vez en el Bachillerato.

La concepción aristotélica de la sociedad política difiere en su enfoque de la concepción platónica... En el fondo, habría que hablar de una convergencia armónica de las partes en el todo, convergencia que no excluye la posibilidad de enfermedades eventuales ni menos aún la necesidad de un gobierno racional (prudente) del organismo social, un gobierno que se considerará tan natural como el “nous” pueda serlo para la dirección del organismo humano. (Bueno, G. (1991). *Primer ensayo sobre las categorías políticas*, p. 224-225. Logroño: Cultural Rioja).

Después de esta introducción aclaratoria, me agrada resaltar la estructura del libro de Camino. Es una Historia de la Filosofía, pero planteada en forma de grandes preguntas. Y es que la categoría intelectual de una persona se mide por la de las preguntas que hace, no por las res-



puestas que da. En este caso, hay excelencia en las preguntas y calidad en las respuestas. Y tiene una gran habilidad, porque su primera Reflexión parte de los Sofistas. Es como un “gancho” para que leamos, porque a primera vista nos podemos llevar las manos a la cabeza: “¿Cómo se le ocurre a este autor comenzar la Historia de la Filosofía por los sofistas? Sin embargo, inmediatamente se pregunta por quiénes fueron sus antecedentes. Y ahí es donde nos introduce en los presocráticos, a los que él llama “primeros filósofos griegos”.

Sintetiza a Platón y a Aristóteles en poco más de treinta páginas, para después, dedicar casi el mismo número de páginas a la filosofía cristiana, pero relacionándola también con Platón y Aristóteles.

Intrigante es el planteamiento que Camino hace de su Reflexión 4ª: ¿Renovaron el conocimiento los renacentistas? Es de esos títulos que te invitan a leer para saber la respuesta que el autor ofrece.

También considero un acierto el título de la Reflexión 5ª: Racionalismo y Empirismo en el Barroco. Y lo considero acertado, porque no hay muchos historiadores de la Filosofía que relacionen Filosofía y Arte. Incluso, creo que hubiera sido un gran acierto incluir el pensamiento de los españoles Calderón y Baltasar Gracián, porque ejercieron una gran influencia sobre algunos filósofos alemanes posteriores.

Y así sucesivamente, hasta llegar a la Reflexión 12ª: ¿Adónde va el pensamiento filosófico en la actualidad?. Esta pregunta me recuerda la anécdota que contó en su día el gran director de cine Von Sternberg, que estaba sentado junto al pintor Matisse. Una señora le preguntó al pintor: “¿Qué opina del arte, señor Matisse?” Y éste, que estaba comiendo pescado y tenía que tener sumo cuidado con las espinas, le contestó: “Señora, ¿no tiene usted preguntas pequeñas?”.

Desde luego, las preguntas que Camino se plantea y nos plantea no son pequeñas.

Creo que debería haberse ocupado más de algunos filósofos españoles. Es el único reparo que le pongo. Y espero que, en cualquier conversación personal, hablemos sobre este asunto.

Quiero terminar esta reseña diciendo que este libro me recuerda, por su interés, el que escribió Harold Raley, Decano de Humanidades de la Houston Baptist University, sobre la Filosofía de Julián Marías: *La visión responsable*. Para comprender el pensamiento de este filósofo español, es mucho mejor leer primero el libro de Raley, admirablemente escrito. Lo mismo me ha ocurrido con algún libro sobre Piaget y otros autores. Pues bien, el libro de Camino es una gran síntesis, fácil de leer, que ayuda a vencer el cansancio que muchos estudiantes y profesionales tienen cuando se enfrentan con libros de filosofía. Los transaccionalistas pueden encontrar en el libro de Camino una mina de sugerencias para su trabajo.

**Felicísimo Valbuena de la Fuente**

---

### FICHA TÉCNICA

**Autor:** Claude Steiner

**Colección:** Análisis Transaccional

**Páginas:** 256

**Encuadernación:** Rústica con solapas.

**Precio:** 18 euros

**ISBN:** 9788493703219

**Blog:** [www.elotroladodelpoder.blogspot.com](http://www.elotroladodelpoder.blogspot.com)

**Distribución a Librerías para España:** [www.paradox.es](http://www.paradox.es)

**Título:** EL CORAZÓN DEL ASUNTO

**Prólogo:** Terry Berne

**Tamaño:** 21 x 14 cm

**Plaza de edición:** Sevilla

**Fecha de publicación:** 6 de enero de 2010

**Más info:** [www.jederlibros.com](http://www.jederlibros.com)

**Autor:** [www.claudesteiner.com](http://www.claudesteiner.com)

El amor es la respuesta. ¿Cuál es la pregunta?

Cincuenta años de práctica terapéutica y una vida plena de experiencias, reflexiones y aprendizajes otorgan a Claude Steiner la potestad para atreverse a hacer algunas preguntas fundamentales y sugerir algunas respuestas que se resumen en una: El amor.

La humanidad se enfrenta con algunos problemas monumentales. El poder y su abuso, el amor a veces inalcanzable, la información frecuentemente repleta de mentiras, la política usualmente corrupta, las difíciles relaciones entre las personas. En la Era de la Información, el autor propone que el Análisis Transaccional enfocado en el amor, la psicología de la comunicación cooperativa entre los seres humanos, es un atinado método para descubrir las respuestas a preguntas trascendentes.

Con **EL CORAZÓN DEL ASUNTO** el autor no se limita a hacer un compendio de su obra y pensamiento. Elabora y relaciona todas sus ideas, sí, pero además con la perspectiva de la madurez y la osadía de la juventud propone nuevas vías para usar remedios ancestrales y modernos: la Naturaleza y su tendencia curadora (*vis medicatrix naturae*), el Análisis Transaccional, la democracia, la cooperación, la informática y el amor, nos darán pistas para descubrir los remedios necesarios. Está repleto de aclaraciones y nuevos detalles sobre otros temas ya tratados, e incluye muchas ideas nuevas y anécdotas personales. Sin duda, quien piense que es un simple compendio de la obra del autor se equivoca. En definitiva, este libro es un resumen de su pensamiento, una visión del AT, pero sobre todo una proyección a nuevas propuestas para las soluciones de un nuevo siglo.

Por nuestra parte, es una satisfacción seguir editando libros que nos ayuden a las personas a comprendernos mejor mutuamente mediante la mejor herramienta que conozco: el Análisis Transaccional. En esta ocasión quiero destacar la ayuda recibida, que ha sido mucha y decisiva. Nuevamente la confianza y el apoyo del autor ha sido fundamental, gracias Claude. Terry Berne ha realizado un prólogo sugerente y además nos ayudó en la revisión de la traducción del mismo para que fuera reflejo fiel del original. Impagable ha sido la ayuda de Susana Arjona, Jesús Laguna, Francisco Navarro, Enrique Sánchez y Salvador Sedeño que nos han ayudado en la traducción. ¡¡Gracias a todos!!

*“Siempre poderoso en las cuestiones humanas, el amor solo no ha estado a la altura de la ocasión en esta tarea redentora. Asociado con la información, el amor, creo, es aún la Solución”.*  
Claude Steiner.

**LA INTUICIÓN Y EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL** de **Eric Berne**, integra un interesante prólogo de Felicísimo Valbuena. Hemos incluido varios anexos, como el prólogo original de Paul McCormick, quien realizó la edición original, o la bibliografía completa en español de Eric Berne que realizó Robert M. Cranmer para *Beyond games and scripts*.

Es la primera edición que se realiza de este título en español.

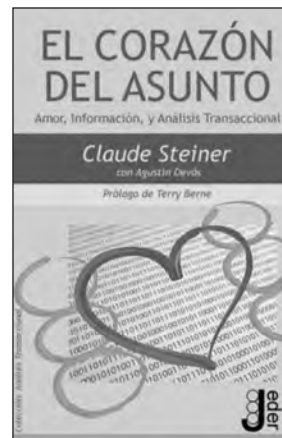
Adjunto más abajo la ficha técnica.

A finales de 1945, el psiquiatra y Oficial Médico Eric Berne dispone de unos 45 segundos para dirimir si un soldado es apto para ser licenciado. Tiene tiempo para dos preguntas. Con las respuestas además intenta averiguar su profesión civil. Unos 25.000 soldados pasaron por el proceso.

Esta experiencia, junto a su sólida formación psicoanalítica y a la necesidad urgente de «curar» le llevan a desarrollar un sistema completo: el Análisis Transaccional.

Ocho ensayos escritos en un periodo de trece años desvelan los mecanismos de la intuición y de la comunicación latente entre las personas.

*«Hay un momento para el método científico y un momento para la intuición —uno trae consigo más certeza, la otra ofrece más posibilidades; las dos juntas son la única base del pensamiento creativo»*



**Eric Berne**

## FICHA TÉCNICA

**Autor:** Eric Berne  
**Colección:** Análisis Transaccional  
**Páginas:** 204  
**Encuadernación:** Rústica con solapas.  
**Precio:** 18 euros  
**ISBN:** 9788493703233

**Título:** LA INTUICIÓN Y EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL  
**Prólogo:** Felicísimo Valbuena  
**Tamaño:** 21 x 14 cm  
**Plaza de edición:** Sevilla  
**Fecha de publicación:** 10 de mayo de 2010

**Más info:** [www.jederlibros.com](http://www.jederlibros.com)

**Blog:** [www.elotroladodelpoder.blogspot.com](http://www.elotroladodelpoder.blogspot.com)

[www.elotroladodelpoder.blogspot.com](http://www.elotroladodelpoder.blogspot.com)

**Autor:** [www.ericberne.com](http://www.ericberne.com)

Distribución a Librerías para España: [www.paradox.es](http://www.paradox.es)

Si te interesa, puedes entrar en nuestra web: [www.jederlibros.com](http://www.jederlibros.com) (sección "Librería"), regístrate y solicita tu ejemplar.

También, si lo prefieres, puedes enviar el cupón que te adjunto, por correo o fax. En unos días estará disponible en las librerías.



## VIDEOS

Nada, ni Avatar; ni el templario con pijama de rayas y un bidón de gasolina; ni la enésima precuela después (¿o puede que antes?) de la secuela de Star Wars. ¡¡El lanzamiento más esperado es éste!!

He metido demasiada gente en la coctelera y sólo espero no tener que necesitar un abogado. Las únicas bendiciones (y sonrisas) oficiales con las que cuento son las de Claude Steiner y Terry Berne.

Están calentitos y recién subidos.

Al final lo he hecho en dos partes. El máximo en YouTube son 10 minutos, y como me pasaba de ese tiempo los he dividido en dos. Además son partes claramente diferenciadas.

Espero que te gusten, y ya me dirás qué te pareció, o si lo prefieres coméntalo en la misma página.

Eric Berne Centennial 1ª Parte: <http://www.youtube.com/watch?v=sC8hOljwZYY>

Eric Berne Centennial 2ª Parte: <http://www.youtube.com/watch?v=BzxfvFsBdVg>

Agustín Devós

**EDITORIAL JEDER** (Gisper Andalucía, S.L.)

C/ Fernando IV, 7 local – 41011 Sevilla

Tf: 95 427 54 07 - Fax: 95 428 29 88

Web: [www.jederlibros.com](http://www.jederlibros.com) - mail: [info@jederlibros.com](mailto:info@jederlibros.com)

## RELACIÓN PROFESOR-ALUMNO. CAMINOS PARA SU MEJORA DESDE EL AT.

**Autor:** José Antonio San Martín

**Publicado:** Madrid, 2010

Este libro se integra en la cada vez más importante publicación de libros sobre AT en España. Tiene una característica distintiva: Se dirige, fundamentalmente, a los profesores de Educación Primaria y Secundaria en España y el autor facilita un CD con una presentación en Powerpoint (129 transparencias).



Por tanto, este libro viene a ser como un Curso “llave en mano” sobre el AT. En cada Capítulo, el autor incluye un Comentario a las diapositivas y una serie de actividades.

Por tanto, en esta época en la que las disposiciones legales en Educación prácticamente obligan a los profesores a que estén en continuo reciclaje mediante cursos, el libro de San Martín puede ser un buen instrumento. Sobre todo, porque recorre todos los niveles del AT. De esta manera, los profesores que quieran seguir progresando su conocimiento y práctica del AT pueden encontrar aquí una buena pista para despegar.

Después de estos aspectos muy positivos del libro, también he de resaltar algunas zonas que pueden mejorar. A pesar de su excelente edición, el libro tiene cierto aspecto antiguo, por la bibliografía que cita. Cualquier lector que lea detenidamente el libro puede sacar la impresión de que el AT es un asunto de hace bastantes años. El autor puede remediar esta impresión citando las ediciones más recientes de los libros de Berne, por ejemplo; o integrando en el texto, y no sólo en la bibliografía final, autores y obras que la editorial CCS, que él dirige, ya ha publicado.

También podría ampliar las actividades, abriéndose al mundo del cine y al de las series de televisión. El libro adquiriría, así, un mayor dinamismo y podría resultar apasionante para muchas personas.

Finalmente, y como va dirigido a un público tan amplio como el de los profesores, vendría muy bien aludir a la *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, tanto en papel como en todos los números, desde su fundación, que figuran en la Página Web de AESPAT. Así podrían irse elevando, cada vez más, desde la plataforma que constituye este libro.



**Felicitísimo Valbuena de la Fuente**

---

## A MONTREAL CHILDHOOD

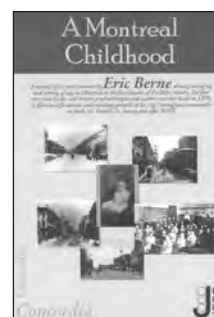
**Autor:** Eric Berne (2010)

**Editorial:** Jeder, 176 páginas

Quiero comenzar esta reseña agradeciendo a Terry Berne que no se haya limitado a sentir amor filial hacia su padre, pues en ese caso, se habría quedado para sí mismo la autobiografía que él descubrió entre los muchos papeles que dejó su padre. Ha tenido el acierto de saber lo muy importante que esta autobiografía puede resultar para entender aspectos centrales del Análisis Transaccional. Y a fuerza de constancia, en medio de sus muchos compromisos profesionales, ha logrado un texto que podemos leer muy bien y del que un guionista inteligente podría extraer bastantes escenas para lograr una buena película.

Sí, ya va siendo el momento en que, además de lograr que el público español conozca las obras fundamentales de Eric Berne, también pueda verlo en la pantalla. Y si no basta con una sola película, habrá que rodar varias. El personaje Berne es mucho más interesante que otros muchos. Hace unos años leí la gruesa autobiografía de Richard Wagner- 735 págs-, uno de los libros más aburridos que he leído en mi vida y del que dudo que pudiera extraerse una película de calidad media.

En este trabajo de edición, Terry no ha estado solo. Ha contado con la ayuda del intrépido Agustín Devós. Si los escolásticos definían el miedo como la trepidación de la mente ante un mal que probablemente es inminente, Agustín desconoce el miedo y está logrando resultados que



editores de otros países, comenzando por los norteamericanos, ni siquiera se plantean. Entre otros, ir logrando editar, poco a poco, las obras más importantes de Eric Berne y de otros discípulos de éste.

Lo primero que me pregunto es si nos encontramos ante una autobiografía en sentido estricto o también ante una biografía de los padres de Eric. Porque el impulso inicial, lo que llevó a Eric a escribir estas páginas fue la gran admiración y agradecimiento que sentía hacia sus padres. O dicho de otra manera, este libro es un homenaje. Con lo cual, Berne también se adelantó, como en muchas otras cosas, a su tiempo. Desde hace unos años, se están poniendo de moda «el libro del abuelo». Es decir, ante el hecho comprobado de que los biznietos no se acuerdan ya del padre de su abuelo, los padres encargan a alguna persona —en algunos casos, a un periodista de investigación—, que grabe largas entrevistas con el abuelo, en las que éste pueda dar suelta a su vanidad y contar su vida a su manera. Después, esa persona selecciona pasajes de esas entrevistas, los da forma y acaba ofreciendo un manuscrito a la familia a cambio de una buena remuneración. La familia intercala fotografías, se lo regala al abuelo, pero la finalidad fundamental es que los nietos tengan un recuerdo claro de quién era su abuelo. Si Berne no entregó a sus hijos el libro, es porque vivió menos de lo que probablemente él esperaba.

Lo primero que narra Berne es cómo acompañaba a su padre en las visitas a sus pacientes. Y ya al comienzo se nos muestra en una de sus reacciones típicas. «Él (su padre) tocaba el timbre, alguien abría la puerta, él entraba, la puerta se cerraba y ya no había más Padre. Yo miraba a la puerta y la puerta no me decía nada de lo que pasaba detrás de ella». Y el niño Berne, que se quedaba en el taxi, esperando a su padre, no tenía más actividad que pensar, porque la comunicación entre el taxista y él era imposible, ya que el taxista sólo hablaba en francés y Berne desconocía ese idioma.

Al llegar a casa, el Doctor David Bernstein seguía atendiendo más y más pacientes. ¿No fue viendo, día a día, el estilo de vida el que luego Berne empleó siempre? ¡Trabajo, trabajo!. La mayor preocupación del padre era que Eric y su hermana Grace fortaleciesen sus defensas frente a las enfermedades que hacían morir a miles de niños. Les daba tónico con estrocnina y así es como logró que sus dos hijos no contrajesen enfermedad alguna.

Cuando habla de 1910, año en que nació, Berne resume algunos acontecimientos llamativos, pero enseguida se eleva a hilos que van a formar la trama de su vida. Y con cierto aire de suspense, habla de Viena, «donde un traficante de pinturas de veintidós años se sentaba en los cafés leyendo periódicos políticos, mientras que no muy lejos en la misma calle un doctor con barba estaba organizando una asociación internacional interesada en curar enfermedades mentales. ¿Se cruzaron alguna vez el joven fracaso y el éxito barbudo en la calle durante esos días» (Pág. 21). Así es como la inconfundible prosa berniana presenta a Hitler y a Freud.

Berne retrata a su padre como un médico científico, que fue corrigiendo sus hipótesis sobre el factor fundamental que causaba la elevada mortalidad infantil. Primero, pensó que era el aire polucionado. Por eso, los médicos recomendaban que los niños pasasen temporadas en el campo, respirando aire puro. Después, David Bernstein se dio cuenta de que era la mala calidad de la leche la que desencadenaba esa especie de Peste Negra. Finalmente, se dio cuenta de que era el contagio humano el factor decisivo. Por tanto, había que traer a los niños a la ciudad para recibir un tratamiento que les fortaleciese contra las amenazas constantes de la muerte. Le llevó 15 años alcanzar la hipótesis definitiva. Y sentimos una gran pena cuando nos damos cuenta de que ese médico murió poco después de alcanzar la luz científica, pero como le ocurriría a su hijo Berne años después, no les dio tiempo a ver la Tierra Prometida de su vocación enteramente realizada en el trato con los demás.

Cuando describe la calle de la Santa Familia, donde vivió durante veinte años, Berne se convierte en un auténtico virtuoso de la Sociología. Muestra claramente los tres tipos de habitantes que allí convivían sin gran armonía: Católicos, Protestantes y Judíos. Estudia con trazos certeros cómo era cada comunidad, a qué trabajos se dedicaban y cuáles eran las relaciones de unos con otros. Seguro que a los lectores españoles de la autobiografía de Berne, las páginas 39-42 les van a recordar la convivencia de cristianos, moros y judíos en Córdoba o en Toledo, por citar sólo dos ciudades.

Y sorprende también que Berne dedique nada menos que veinte páginas –43-63– a presentar dinámicamente su casa y cada rincón de ella. Con lo cual, la casa se convierte en un personaje principal de la autobiografía. Como hizo Daphne du Maurier en *Rebeca*. Otra buena idea para una película.

En medio de esas páginas, concretamente en la 54, Berne explica cómo su madre le inició en la afición a la buena Literatura: Dickens, Shakespeare, Lamb, Hamsun, Heine, Balzac, Jokai, Bacon, Montaigne y Swift. El resultado de esta influencia nos lo cuenta Berne más adelante. Éste debía de ser tan inteligente que era capaz de aprenderse todo el contenido de los libros escolares en dos días y luego se dedicaba, durante el año, a su pasión preferida: leer. De la lectura de muchos libros, debió de extraer Berne su teoría del guión. Y sobre todo, de todo lo que su madre le enseñó sobre los cuentos de hadas.

Después de morir el padre David, su madre Sarah fue capaz de guardar un duelo digno y, después, se dedicó a ayudar a Eric y a Grace para que no sólo sobreviviesen físicamente, sino para que fueran lo que querían ser. He llegado a convencerme de que Sarah se dedicó a su hijo y a su hija como el padre de Mozart a él y a su hermana.

En lugar de seguir comentando esta apasionante biografía, invito a leerla teniendo presentes las obras de Berne. Sobre todo, el *Hola*. Es muy fácil reconstruir el Guión de Berne partiendo de las anécdotas que cuenta en este breve libro. Desde su relación con las mujeres a su determinación de superar todos los obstáculos, que no fueron pocos. Hay optimismo y no resentimiento, creatividad para distinguir las diferencias entre las personas, no maniqueísmo; confianza en sí mismo y no ganas de revancha. Una auténtica obra de arte. Y en cuanto a la sonoridad del inglés, hace recordar el virtuosismo de un Raymond Chandler o de un Truman Capote, dos Paganinis de una prosa que a la vez es enteramente clásica y actual.

**Felícísimo Valbuena de la Fuente**

---

### FICHA TÉCNICA

**Título:** EDUCACION EMOCIONAL

**Editorial:** Jeder

**Prólogo:** José Luis Pérez Huertas

**Páginas:** 316

**Encuadernación:** Rústica con solapas

**Precio:** 19 euros

**ISBN:** 9788493703264

**Autor:** Claude Steiner

**Colección:** Análisis Transaccional

**Idioma:** Español

**Tamaño:** 21 X 14 cm.

**Plaza de edición:** Sevilla

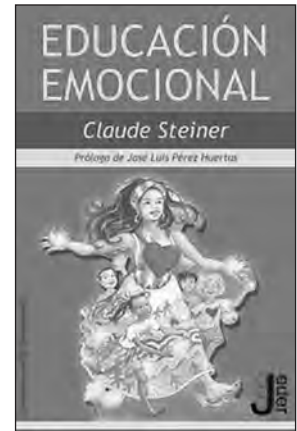
**Fecha de publicación:** 15 de mayo de 2011

**Educación Emocional.** En los setenta Steiner acuñó el término "Educación Emocional", fruto de sus investigaciones y trabajo. En esta edición, actualizada a fecha de 2011, nos expone su método paso a paso para desarrollarla.

"La educación emocional es inteligencia emocional centrada en el corazón". Con esta declaración, el autor quiere huir del uso utilitario y mercantilista que se está haciendo de la inteligencia emocional. Propone que el poder de las emociones ha de usarse con ética, con corazón, con amor.

"El libro que tiene en sus manos gira en torno a cómo hacer que las emociones trabajen para nosotros y no en contra nuestra. Es un objetivo ambicioso, un logro que nos ayudaría a mejorar nuestras relaciones, a crear oportunidades de empatía entre las personas, a posibilitar el trabajo cooperativo y a facilitar el sentido de comunidad. Educarnos emocionalmente nos ayuda a gestionar nuestras emociones en una dirección que mejore nuestro poder personal, nuestra calidad de vida y la de las personas que nos rodean".

**José Luis Pérez Huertas**



"Veo señales de que muchos de los que comparten que la inteligencia emocional es una cualidad importante han perdido de vista las dimensiones éticas de su uso. Lo que nosotros perseguimos con la educación emocional son esas habilidades emocionales que mejoran la vida, no sólo la nuestra, la de una persona o la de un grupo, sino la de todo el mundo. Y las únicas habilidades emocionales que mejoran la vida de las personas a largo plazo son las centradas en el corazón".

**Claude Steiner**

**HARRIS, Thomas A. (011).** *Yo estoy bien-Tú estás bien.* Málaga: Editorial Sirio.

Cuando el autor publicó este libro en Estados Unidos, en 1969, lo presentó como una exposición del Análisis Transaccional. Berne llegó a leerlo, aunque falleció un año más tarde, en 1970. Y en 1972, ocurrió con este libro lo mismo que, menos de diez años antes, había ocurrido con *Juegos en que participamos*, de Berne: estuvo dos años en la lista de los libros más vendidos en el *The New York Times Best Seller List*. Más adelante, cuando al muy exigente Truman Capote le entrevistaron, una de las preguntas fue sobre qué le parecía que muchos universitarios norteamericanos pusieran en primer lugar su novela *A sangre fría* como libro preferido y, en segundo lugar, el libro de Harris. Capote respondió que le parecía muy bien. Él el implacable Capote, sólo comparable a Borges en su crítica demolente.

El libro de Harris replantea diversas cuestiones y situaciones en un lenguaje que, si lo entendemos en el sentido que le da el autor, puede servir como un método eficaz para unas relaciones interhumanas saludables. Harris, en una nota preliminar, advierte que es importante leer linealmente el libro. Si el lector impaciente lee los capítulos posteriores antes que los primeros, que definen el método y vocabulario del Análisis Transaccional, no sólo perderá completamente qué significan los últimos capítulos; además, extraerá conclusiones erróneas.

Harris es psiquiatra y el libro es el producto de buscar respuestas para la gente que está buscando hechos firmes. Para sus preguntas sobre cómo opera la mente, por qué hacemos lo que hacemos y cómo podemos dejar de hacer lo que hacemos si lo deseamos. La respuesta se en-



cuentra en to que el autor piensa que es uno de los descubrimientos más importantes de la psiquiatría en muchos años: El Análisis Transaccional, que ha dado esperanza a la gente desencantada con la vaguedad de muchos de los tipos tradicionales de psicoterapia. Ha respondido de manera original a las personas que quieren cambiar más que ajustarse, a quienes desean la transformación más que la conformidad. Es realista porque enfrenta al paciente con el hecho de que él es responsable de lo que ocurra en el futuro, sin que importe to que ha ocurrido en el pasado. Más aún, hace que las personas cambien, establezcan autocontrol y autodirección y descubran la realidad de una libertad de elección.

Para desarrollar tal método, Harris es deudor del doctor Eric Berne, que al crear el AT, ha ofrecido un sistema de psiquiatría individual y social que es comprensible teóricamente y efectivo en la práctica. Gracias al AT, son posibles programas de entrenamiento de miles de personas que trabajan en salud mental y en los que los responsables emplean un lenguaje que el público entiende, descontaminado del argot técnico y adaptado para discutir problemas universales en nuestra sociedad. Como mejor funciona es en grupos. Es un invento para enseñar y aprender más que para explorar los sótanos psíquicos utilizando el confesionario o la arqueología.

El autor ha podido tratar cuatro veces más pacientes que antes de emplear el AT. Los pacientes mismos pueden emplear este instrumento; incluso, puede aplicarlo cualquiera que no esté o haya estado enfermo. Harris piensa que los problemas del mundo son esencialmente los problemas de los individuos. Si los individuos pueden cambiar, el curso de los acontecimientos puede cambiar.

¿Cuál es la relación del Análisis Transaccional con Freud? El autor reconoce la gran valía de Freud, pero piensa que muchas de las expresiones de los psicoanalistas son difíciles de entender. Harris piensa demostrar que su libro es una nueva forma de enunciar problemas antiguos y una clara forma de presentar los nuevos.

Las experiencias del Dr. Wilder Penfield sobre el cerebro humano demuestran que: 1. Las funciones; cerebrales son como un magnetófono de alta fidelidad. 2. Los sentimientos que estaban asociados con experiencias pasadas también están registrados e inextricablemente unidos a esas experiencias. 3. Las personas pueden existir en dos estados al mismo tiempo. El hombre es dual: puede estar at mismo tiempo en la experiencia y fuera de ella, observándola. 4. Estas experiencias grabadas y los acontecimientos asociados con ellas están disponibles para volver a recordarlas hoy tan vívidamente como cuando ocurrieron y proporcionan muchos de los datos que determinan la naturaleza de las transacciones de hoy. Estas experiencias no sólo pueden recordarse sino sentirse do la misma forma en el presente.

Eric Berne, el creador del Análisis Transaccional, ha aislado y definido la unidad científica básica: la Transacción. Si dos o más personas se encuentran, más pronto o más tarde una de ellas hablará o dará alguna otra indicación o conocimiento de la presencia de los otros. A esto lo llama estímulo transaccional. Otra persona dirá o hará después algo que de alguna forma se relaciona con el estímulo y a esto lo denomina respuesta transaccional. El Análisis Transaccional es el método de examinar esta transacción dondequiera que yo te hago algo y tú respondes haciendo algo y determinar qué parte del individuo de múltiple naturaleza está en acción. También es el método de sistematizar la información derivada de analizar estas transacciones; en términos que tienen el mismo significado, por definición, para cualquiera que los emplea. Este lenguaje es claramente uno de los más importantes desarrollos del sistema.

El Análisis Transaccional observa cómo las personas cambian de un estado a otro en apariencia, palabras y gestos. La observación continua ha proporcionado apoyo para afirmar que en todas las personas existen tres estados: Padre, Adulto y Niño. Ahora bien, no son conceptos como Superyo, Yo y Ello, sino realidades fenomenológicas.

El Padre es una enorme colección de grabaciones en el cerebro de acontecimientos externos impuestos o no cuestionados, percibidos por una persona en sus primeros cinco años. Es el pe-



riodo anterior al nacimiento social del individuo, antes de abandonar la casa para acudir a la escuela. Todo lo que el niño vio hacer a sus padres y lo que les oyó decir está registrado en el Padre. En éste quedan grabadas todas las admoniciones, reglas y leyes que el niño oyó de sus padres y vio en sus vidas, las formas no verbales y las prohibiciones, las ilusiones de los padres, etc. El punto significativo es que, independientemente de que estas reglas sean buenas o malas desde el punto de vista de una ética razonable, están grabadas como verdad desde la fuente de toda seguridad. No pueden borrarse. El recuerdo es una poderosa influencia a través de la vida. Otra característica del Padre es la fidelidad de las grabaciones de inconsistencia. Los padres dicen una cosa y hacen otra. Como un sonido estereofónico, las relaciones entre los padres pudieron estar acopladas en dos bandas o carecer de armonía. Al igual que en Álgebra, un más por menos era menos. No importa cuán grande era el más o cuán pequeño el menos.

El Niño es un gran banco de datos donde están registrados los sucesos internos, las respuestas del pequeño a lo que ve y oye. El sujeto siente de nuevo la emoción que la situación le produjo originalmente y es consciente de las mismas interpretaciones, verdaderas o falsas, que él mismo dio a la experiencia en primer lugar. Así, el recuerdo evocado no es la exacta reproducción fotográfica o fonográfica de pasadas escenas o sucesos. Es la reproducción de lo que vio, oyó, sintió y entendió. El Niño registra durante los

cinco primeros años de la vida, al mismo tiempo que el Padre. Durante ese tiempo, el Niño se ve sometido al proceso civilizador, que le resulta frustrante en muchas ocasiones. El Niño piensa: "Yo no estoy bien". Esta conclusión y la continua experiencia de sentimientos infelices que le llevaron a ello y lo confirman

están registrados permanentemente en el cerebro y no pueden ser borrados. La grabación permanente es el residuo de haber sido un niño. Es la situación de infancia y no la intención de los padres, que pueden ser muy buenos, la que produce el problema. Como en el caso del Padre, el Niño es un estado al que puede ser transferida una persona en casi cualquier tiempo en sus transacciones corrientes. Hay muchas cosas que pueden ocurrirnos hoy que recrean la situación de la niñez y traen los mismos sentimientos que experimentamos entonces. Frecuentemente nos encontramos en situaciones en las que nos enfrentamos a alternativas imposibles, donde nos encontramos en una esquina, ya realmente, ya en la forma en que lo vemos. Sentimientos de frustración, rechazo, abandono, cólera dominando a la razón revelan al Niño. También existe un lado brillante. En el Niño hay también un vasto almacén de datos positivos. En el Niño residen la creatividad, curiosidad, el deseo de explorar y conocer, las urgencias por tocar y sentir y experimentar, y las grabaciones de los sentimientos gloriosos, prístinos, de los primeros descubrimientos. Un gran número de experiencias positivas, que constituyen el "Yo estoy bien" del Niño. Ahora bien, los estudios de Harris le han convencido de que el no estar bien supera al estar bien.

Berne utiliza la expresión norteamericana OK. El origen de estas dos letras es "O killed", con el que los militares, durante la Guerra Civil, daban la novedad de que no había bajas.

Si salimos de la infancia con un conjunto de experiencias, que están registradas en un imborrable Padre y Niño, ¿cuál es nuestra esperanza de cambio? ¿Cómo podemos desprendernos de las ataduras del pasado? Alrededor de los diez meses, el niño ha encontrado que puede hacer algo que se desarrolla desde su propia conciencia y pensamiento original. Empieza a experimentar el poder de locomoción. Puede manipular objetos y comienza a moverse fuera, librándose de la prisión de la inmovilidad. Es verdad que antes, a los ocho meses, el niño puede gritar frecuentemente y necesitar ayuda para salir de una posición embarazosa, pero no puede hacerlo por sí mismo. Los datos que el Adulto acumula como resultado de la habilidad del Niño para averiguar por sí mismo en que se diferencia el concepto enseñado de la vida con su Padre y el concepto sentido de la vida en su Niño. El Adulto desarrolla un concepto pensado de la vida basado



en la recogida y proceso de datos. La movilidad que da nacimiento al Adulto se convierte en reaseguradora más tarde en la vida cuando una persona está en apuros. El Adulto está principalmente interesado en transformar los estímulos en piezas de información, y en procesar y clasificar esa información sobre la base de experiencias previas. El Adulto pone al día los datos del Padre para determinar qué es y qué no es válido y los datos del Niño para determinar qué sentimientos pueden expresarse con seguridad. El Adulto mantiene apropiada la expresión emocional. Otra de las funciones del Adulto es estimar las probabilidades de un suceso y obrar en consecuencia. Las respuestas no realistas, irracionales, no-Adultas, son vistas como una condición a la que se llama neurosis traumática. Para Harris, las cuatro posiciones en la vida son: 1. Yo no estoy Bien-Tú estás Bien. 2. Yo no estoy Bien-Tú no estás Bien. 3. Yo estoy Bien- Tú no estás Bien. 4. Yo estoy Bien-Tú estás Bien.

Según el autor, hacia el final del segundo año de vida, el niño ha decidido sobre una de las tres posiciones. Su decisión permanece durante el resto de su vida, a menos que más adelante cambie conscientemente a la cuarta posición. La primera posición está en la línea de pensamiento de Alfred Adler y Harry Stack Sullivan. La persona se siente a merced de los otros. Siente una gran necesidad de cariño o reconocimiento, que es la versión psicológica de la caricia física. Hay dos formas en las que la gente puede intentar vivir en esa posición. La primera puede llamar a una vida de apartamiento, puesto que es demasiado penoso estar alrededor de gente que está bien. Una forma más común es la de personas que están dispuestas a ser obedientes a las exigencias de los demás.

La segunda posición surge cuando el niño sabe andar y ya no necesita que le lleven de un sitio a otro. Puede que disminuyan tanto las caricias y aumenten los castigos y, por supuesto, aumentan los tropiezos, etc. Si se da un estado de abandono que dura durante el segundo año de la vida, la persona se fijará en esta posición. Aunque es difícil encontrar una madre no cariñosa a nadie que no se cuide del niño. Sin embargo, si la persona ha decidido que ésta es su posición, terminará por seleccionar toda la información que reciba para reafirmar esta posición. Es difícil, pues, que el individuo, en esta posición, deje de usar su Adulto en sus relaciones con los demás, incluso en el tratamiento, puesto que el terapeuta ocupa la categoría de no-Bien. Hay una condición en la que puede que ésta sea la posición inicial, más que la segunda respecto de la primera. Es el niño autista que permanece psicológicamente sin nacer.

En la tercera posición, el niño ha sido pegado tanto por sus padres que acabará siendo un criminal. La persona siempre sentirá y pensará que la culpa es de los demás, no la suya. Muchos de los psicópatas criminales ocupan esta posición.

Para Harris, en la cuarta posición está la esperanza. Las tres anteriores son inconscientes, se han hecho en los primeros años de la vida, se basan en sentimientos. La cuarta se apoya en pensamiento, fe y la apuesta de acción. Las tres primeras tienen que ver con “¿por qué?”. La cuarta, con “¿por qué no?”. No es que cambiemos a una nueva posición. Es una decisión que hacemos. El intento del libro es establecer que la única forma de que la gente se encuentre bien o esté Bien es exponer la situación difícil de la niñez que subyace en las tres primeras posiciones y probar cómo la conducta corriente perpetúa las posiciones.

El autor piensa que la gente puede cambiar. Lo que hace que las personas quieran cambiar puede ser: que están ya hartas de tanto sufrir y quieren cambiar porque están autodestruyéndose; que están aburridas; o el súbito descubrimiento de que pueden realmente cambiar. En este punto, el autor cita a Ortega en el sentido de que el hombre consiste no tanto en lo que es sino en lo que va a ser.

Al analizar la transacción, Harris examina las siguientes posibilidades: Padre-Padre; Adulto-Adulto; Niño-Niño; Niño-Padre; Padre-Niño, Niño-Adulto; Adulto- Padre. Estas transacciones reciben el nombre de complementarias. No complementarias son las transacciones que causan problemas. Por ejemplo, Paciente-Enfermera; Madre-Hija; Terapeuta-Paciente; Hijo-Padre; Hom-

bre-Asistente; Niña-Pequeña Madre; Niño Pequeño-Niña Pequeña; Chica, Adolescente-Amigo; Chico Pequeño-Chica Pequeña; Marido-Mujer.

Un Adulto consistente es construido de las siguientes formas: 1. Aprende a reconocer a tu Niño, sus vulnerabilidades, sus miedos, sus principales métodos de expresar estos sentimientos. 2. Aprende a reconocer a tu Padre, sus consejos, mandatos, Posiciones fijas y formas principales de expresar estas admoniciones, mandatos y posiciones. 3. Es sensitivo al Niño en los otros, habla a ese Niño, abraza a ese Niño, protege a ese Niño, y aprecia su necesidad de expresión creadora, así como su peso de no-Bien que lleva. 4. Cuenta hasta diez, si es necesario, para dar al Adulto tiempo para procesar los datos que llegan al computador, para separar al Padre y al Niño de la realidad. 5. Estando en duda, pasa por alto Tú no puedes ser atacado por lo que no dijiste. 6. Construye un sistema de valores. No puedes tomar decisiones sin un tramazón ético.

Las personas difieren en el contenido del Padre, Adulto y Niño, que es único para cada persona, siendo las grabaciones de esas experiencias únicas para cada uno; y en la disposición del trabajo o funcionamiento de Padre, Adulto y Niño. Existen dos clases de problemas funcionales: Contaminación y Exclusión. Se llama Contaminación del Adulto cuando P-A-N no están separados. Si la contaminación del Adulto se debe a datos no examinados del Padre, estamos ante un prejuicio. Ilusiones y alucinaciones son los síntomas más comunes de la contaminación del Adulto por el Niño en la forma de sentimientos o experiencias arcaicas que son externalizadas inapropiadamente en el presente. La ilusión está fundada en el miedo. La alucinación es un fenómeno producido por un stress extremo, dondequiera que lo que una vez se experimentó externamente –desprecio, rechazo, crítica– es experimentado de nuevo externamente aun cuando nadie esté ahí. La Exclusión es otro de los desórdenes que explican cómo nos diferenciamos unos de otros. Se manifiesta por una actitud estereotipada y predecible que es mantenida constantemente tanto como es posible a la vista de cualquier situación amenazante. El constante Padre, el constante Adulto y el constante Niño resultan primariamente de la exclusión de los aspectos complementarios en cada caso. Ésta es una situación en la que un Padre Excluyente puede bloquear al Niño o un Niño excluyente puede bloquear al Padre. Típico del Adulto contaminado por un Padre con un Niño bloqueado es el hombre dominado por el sentido del deber, que siempre está trabajando y se impacienta con los miembros de su familia que quieren dedicar tiempo al ocio. Será una persona conformista, que ahogaría los impulsos infantiles que en él surjan.

Una dificultad más seria, particularmente para la sociedad, la presenta el Adulto contaminado por un Niño con un Padre bloqueado. Suele darse en personas cuyos padres reales o adoptivos eran tan brutales y aterradores o, en el otro extremo, tan bobaliconamente indulgentes que la única forma de preservar la vida era cerrarlos o bloquearlos. Estas personas excluyen psicológicamente a los demás y tienden a utilizarlos para sus propios fines. Una forma de determinar si una persona tiene o no un Padre es ver si tiene sentimientos de vergüenza, remordimiento o culpa. El autor piensa que la estructura cerebral del hombre permite la rehabilitación de tales personas, porque cualquiera puede construir respuestas incluso cuando no se hayan grabado ninguna anteriormente. El Adulto puede fortalecerse y aquí han de basarse los esfuerzos rehabilitadores.

La persona que tiene un Adulto bloqueado es psicótica. Su Adulto no está funcionando, y por lo tanto está fuera de contacto con la realidad. Su Padre y Niño continúan frecuentemente en una revuelta mezcla de datos arcaicos, un confuso revivir de experiencias primerizas que no tienen sentido ahora porque no tuvieron sentido cuando fueron grabadas. El primer paso para tratar a un paciente psicótico es reducir los sentimientos de terror. Después de tranquilizarle con diversos métodos, hay que dejar que comience a funcionar el Adulto, que aprenda el P-A-N, para que entienda de dónde vienen los sentimientos arcaicos y cómo él mismo puede cambiarlos.

Si una persona tiene un Padre constante, un Niño constante, o un Adulto constante, que excluye a las otras dos partes de la personalidad, respondería a los sucesos que le rodean de una forma

bastante fija y predecible. Su talante permanece también constante. La mayoría de los individuos tienen cambios de humor cuando cada parte del P-A-N contribuye a su pensamiento y conducta. Normalmente, si la persona trata de descubrir por qué unas veces está arriba y otras abajo, encontrará la explicación. Sin embargo, el maníaco-depresivo se diferencia de los otros en que los cambios de humor parecen ser inexplicables. También los cambios de ánimo son periódicos y recurrentes. Al analizar los sentimientos de esta personalidad, encontramos frecuentemente un fuerte Padre, que contiene mandatos y permisos contradictorios, grabados muy pronto, probablemente en los dos primeros años de la vida, cuando el Adulto en la pequeña persona está primero comprometido en la construcción de un sistema de causa-efecto. Como en el tratamiento de todos los problemas emocionales es necesario comprometer al Adulto en el examen de los sentimientos y animar al Adulto a que se pregunte por qué. La mayor dificultad al tratar a maníaco-depresivos es que, muy pronto, el Niño dejó de preguntar por qué y decidió de hecho no preguntar de nuevo nunca. Los maníaco-depresivos tienen una falta de habilidad para las observaciones correctas, una falta de interés, de entrenamiento anterior, y talento para una observación introspectiva y comprensión. El tratamiento consiste en volver al Adulto a su posición ejecutiva sobre la causalidad, de la que una vez abdicó.

El autor dedica un capítulo a cómo empleamos el tiempo. Al observar las transacciones entre las personas, Berne ha podido establecer seis tipos de experiencias, que incluyen todas las transacciones: Aislamiento, rituales, actividades, pasatiempos, juegos e intimidad. La concepción de los juegos está basada en el libro *Games People Play (Juegos en que participamos)*, de Eric Berne.

Respecto del matrimonio, Harris piensa que, antes de casarse, debe haber un período de estudio en el que los futuros contrayentes estudien cuáles son sus respectivos Padres, Adultos y Niños. Es posible evitar matrimonios precipitados, basados en el romanticismo del Niño, pero que llevan al divorcio, que suele traer toda una serie de consecuencias desagradables. Cuando el matrimonio está en crisis, marido y mujer deben aprender a hablar el mismo lenguaje y esforzarse por lograr el estar Bien. Dentro del matrimonio, juega un papel importante establecer objetivos, para lo cual se han de tener en cuenta los valores morales.

Respecto de la solución de los problemas de todos los niños, cualquiera que sea su situación, es la misma solución que se aplica a los problemas de los desarrollados. Debemos empezar dándonos cuenta de que no podemos cambiar el pasado. Debemos empezar donde estamos. Sólo podemos separar el pasado del presente utilizando el Adulto, que puede aprender a identificar las grabaciones del Padre con el turbador revivir de una realidad pasada. Los padres que han aprendido a hacerlo así comprendiendo y aplicando el P-A-N, se encontrarán a sí mismos capaces de ayudar a que sus niños diferencien entre la vida según se la enseñaron ellos (Padre), la vida como ellos la sintieron (Niño), la vida como realmente es y como puede ser (Adulto). Ellos encontrarán que este mismo procedimiento ser del mayor valor en el período de cambio que está más adelante, en los años de la adolescencia.

El contenido de las transacciones en un grupo de personas que quieren descubrirse a sí mismas, está referido en su mayor parte a los problemas diarios de los miembros. Qué ocurrió ayer o la semana pasada es mucho más frecuentemente el punto de búsqueda que lo que ocurrió hace mucho tiempo. Los miembros aprenden a identificar y conocer su P-A-N por su apariencia en las transacciones del presente, particularmente la transacción en el grupo mismo. Esto es muy diferente de las clases de datos en los que pensamos como proviniendo de la investigación psicológica. Según Abraham Maslow, los psicólogos están generalmente demasiado interesados en amasar hechos triviales, bajo la bandera de investigación. Pero el último valor de la investigación, cualquiera que sea su forma, se basa en producir información que permite que la gente cambie. El cambio producido en los individuos cuando su Adulto comienza a hacerse cargo aparece prontamente en el grupo y también lo ven otros miembros de la familia, aunque sucede que, en ocasiones, esto presenta ciertos riesgos para el individuo.

El autor examina también cuándo es necesario el tratamiento, se ocupa de los valores morales, comparando su pensamiento con la Terapia de la Realidad, de William Glasser, y finaliza estudiando las implicaciones sociales: de P-A-N, preguntándose cuán irracionales somos capaces de ser si la generación más joven es diferente y analizando las transacciones internacionales.

### Felicísimo Valbuena de la Fuente

– Escribió esta reseña cuando el libro de Harris estaba en auge en Estados Unidos y la publicó en el *Boletín de Documentación del Fondo para la Investigación Económica y Social*, de la Confederación Española de las Cajas de Ahorro. Gracias a esta y a otras reseñas, pudo costearse sus viajes trimestrales Estados Unidos-España.

**Fernández Tresguerres, Alfonso (2008). *Las máscaras de Don Juan. Un ensayo sobre el donjuanismo y el amor*. Oviedo: Editorial Eikasía, 285 páginas.**



Aunque este libro apareció hace tres años, me ha llamado mucho la atención por varias razones:

- 1) La gran potencia intelectual del autor, que se mueve con gran tranquilidad y estilo en medio de asuntos tan controvertidos como el amor y el donjuanismo.
- 2) El dominio del estilo, que me recuerda mucho a Eric Berne, a pesar de que no creo que el autor del estudio sobre Don Juan conozca al fundador del Análisis Transaccional. Es un libro lleno de ideas y que, a la vez, puede llegar a muchos públicos.
- 3) El autor se muestra como un virtuoso del debate filosófico. No teme enfrentarse con autores muy diversos confrontándolos con las categorías que él emplea. Ya lo veremos más adelante. Finaliza el libro, además, dedicando el Apéndice a “Una polémica sobre el amor”. En las últimas sesenta páginas, Fernández Tresguerres, profesor de la Facultad de Filosofía de la Universidad de Oviedo, polemiza con la profesora de Instituto Atilana Guerrero. Esa polémica fue posible gracias a que los dos colaboran habitualmente en la revista filosófica digital *El Catoblepas*, posiblemente la publicación mensual más prestigiosa de todo el mundo hispánico. Es una de las pruebas de todo lo que desarrolla la Fundación Gustavo Bueno. *El Catoblepas* recibe 12.000 visitas diarias de todo el mundo. Fernández Tresguerres mantiene una sesión fija, titulada “Guía de perplejos”, que tiene un gran seguimiento.

En los “Preliminares”, el autor traza un plano de todo el libro –páginas 8-15–. Es una de las grandes ventajas que he observado en quienes han adquirido su formación filosófica dentro del Materialismo filosófico de Gustavo Bueno: saben categorizar muy bien.

En la figura de Don Juan se confunden y esconden diversos *personajes*. Fernández Tresguerres construye una tabla manejando tres variables y establece los tipos resultantes en función de que presentes en su conducta amorosa todas, alguna o ninguna de estas tres variables.

¿Cuáles son estas tres variables?

La primera, que el hombre o la mujer –el autor considera que sus reflexiones valen igualmente para las mujeres–, sea un donjuán o una doñajuana: alguien que se muestra incapaz de vincu-

larse de una forma permanente a una mujer (no necesariamente toda una vida, pero sí algo más que por unos días o unos meses).

La segunda es que nos hallemos ante un seductor (que enamora frecuente y repetidamente a múltiples mujeres).

Por último, que en su actitud ante la mujer se comporte o no como un burlador (no meramente que la abandone, sino que aspire, además, a vejarla, humillarla y, hasta en algún sentido, a destruirla).

De los ocho posibles tipos posibles, sólo se queda con seis. Luego veremos por qué.

El Tipo I reúne las tres características: el *donjuán*, *seductor* y *burlador*. Ésta es la máscara de Don Juan que acabado eclipsando a las demás en la Literatura.

El Tipo II, el *seductor* sin más, es el que atrae acaso sin intención de burlar y tampoco de abandonar a la mujer conquistada, pero que finalmente no puede hacerlo, porque consumado el deseo, desaparece el interés que da paso al hastío y a la indiferencia, excepto en sus deseos sexuales, que siempre ansían novedades. Casanova puede ejemplificar muy bien esta modalidad de Don Juan.

El tipo III resulta imposible para Tresguerres porque considera que no se puede ser burlador sin ser seductor, con independencia de que sean donjuanes.

El tipo IV es el *donjuán*, sin más. Lo que le caracteriza no es que tenga muchas mujeres, sino el que no puede tener sólo una. Es una figura que hemos de presuponer en cualquiera de los otros tipos anteriores. Ningún impulso malévol o dañino le mueve en relación con las mujeres. Como personificaciones, tenemos a Don Quijote, como *donjuán resignado* (vive por y para las mujeres, a las que idealiza) y el que asume su condición sin desesperarse, aunque tampoco sin resignarse a ella (Amiel, que se aparta de las mujeres).

El tipo V es el seductor y burlador sin ser un donjuán. La seducción y la burla están al servicio de objetivos que no tienen que ver con el amor o con el sexo; intereses económicos, por ejemplo. Landrú sería un ejemplar que encaja en este tipo.

El tipo VI es un simple seductor, que ni es un donjuán ni un burlador. Como motivación principal tiene el sexo. Tresguerres pone como ejemplo al novelista George Simenon, quien declaró que había estado con 10.000 mujeres, aunque a Tresguerres no le salen las cuentas.

El tipo VII es imposible por parecidas a las razones que lo era el III: no se puede ser burlador sin ser seductor, con independencia de que no sean donjuanes.

Finalmente, el tipo VIII está constituido por algunos individuos que no son ni donjuanes, ni seductores ni burladores. Es lo que nuestra sociedad considera un tipo normal en el amor.

Hasta aquí, los Preliminares. En la Primera Parte –Don Juan ante los críticos–, Tresguerres demuestra que, partiendo de unos fundamentos filosóficos seguros, puede enfrentarse con autores célebres, que han tenido éxito porque sus teorías han sido aceptados durante años.

En el Capítulo 1, Tresguerres muestra la inconsistencia de la teoría de D. Gregorio Marañón, que consideraba a Don Juan como un sujeto con tendencias homosexuales, puesto que era incapaz de centrar su libido en una sola mujer.

En el segundo, rebate la concepción freudiana sobre Don Juan, según la cual, se halla condenado a buscar a la madre en cada mujer para, una vez conseguida, está forzado a abandonarla, porque lo contrario supondría violar la prohibición del incesto.

Gonzalo Lafora, que concibe a Don Juan como un sátiro, es el tercer autor cuya teoría Tresguerres desmonta. El problema de Don Juan- o de Doña Juana- no es de sexo, sino de seso. El fin primordial que Don Juan persigue no es la cópula, sino la conquista. No siempre le resulta imprescindible ni necesario poseer físicamente a la mujer: en no pocas ocasiones, le basta con la posesión afectiva o psicológica y con la seducción. La personalidad donjuanesca es, sin duda, mucho más compleja de lo que podría sugerir una mera satiriasis o ninformanía.



En el cuarto capítulo –Don Juan o el galanteador– Tresguerres aplica su bisturí crítico a R. D. Dawkins y Helen Fisher. Rechaza el donjuanismo genético. Lo verdaderamente característico de Don Juan no es tanto la promiscuidad sexual como la imposibilidad de establecer un vínculo monógamo, pasando del enamoramiento al apego a una pareja. Que dado a la promiscuidad aumente su tasa reproductiva, es un asunto secundario.

En la Segunda Parte –con cuatro capítulos y 150 páginas–, Tresguerres despliega todo el territorio cuyo plano había trazado en los Preliminares. Esta parte resulta filosóficamente muy sólida y, a la vez, su lectura es muy interesante.

Donde Tresguerres alcanza la cima de su libro es cuando en la Tercera Parte, expone su teoría sobre el amor. Ahí es donde demuestra que no es un doxógrafo, que se limita a exponer opiniones de otros, en un cortar y pegar, sino un auténtico filósofo. No quiero resumirla, porque a veces un compendio es dispendio. Puede resultar muy esclarecedora para los psicólogos y para quienes deseen dedicarse a escribir, creando personajes convincentes.

Desde la perspectiva del Análisis Transaccional, podemos hacer un trabajo en una doble dirección: interpretar *Sex in Human Loving*, de Eric Berne, desde las ideas de Tresguerres, y el libro de Tresguerres desde las ideas de Berne. De esa doble interpretación sólo pueden salir ideas creativas que ayuden a los transaccionalistas en su trabajo terapéutico y educativo.

**Felicísimo Valbuena de la Fuente**

**Camino Roca, J. L. (2010) *Las mujeres que amaron a Rilke*. Barcelona, La Busca ediciones.**

El autor demuestra que el paso de los años va aumentando su pasión filosófica, su interés por el AT y, como ahora comprobamos, por la poesía.

Lo que más me llama la atención de este libro es su estilo. Me recuerda al de las sinopsis de novelas y películas, que tan difíciles resultan de redactar. Cuando la pedantería, la hinchazón y la vacuidad han vuelto con tanta fuerza a los ambientes académicos, favorecidas por las Agencias de calificación de la “calidad”, es cuando más agradecemos un estilo como el de Camino. Desde luego, ni Nietzsche ni otros grandes filósofos hubieran recibido la aprobación de los anónimos evaluadores de estas Agencias. No saben éstos lo que nos habiéramos perdido.

Entre las mujeres que se enamoraron de Rilke, están Lou Andreas-Salomé, Clara Westhoff, Marie von Thurn und Taxis, Magda von Hattingberg, Lou Albert-Lasard y Bladine Klossovska.

También, su madre, Sophia Rilke, que no sale bien parada. Camino nos entrega una interpretación sólida, pero telegráfica, sobre esta mujer. Creo que podemos ampliarla con la que ofrece Alfonso Fernández Tresguerres sobre la infancia de Don Juan en general (Ver reseña de su libro en este mismo volumen de la Revista).

Y ya que he mencionado a Tresguerres, pienso que Rilke encaja dentro del personaje de donjuán, que se enamora de las mujeres, pero que no puede amar a una en particular. Camino nos da la explicación fundamental de por qué Rilke no podía ligarse indefinidamente a una mujer. La enlaza con el pintor Cézanne, quien durante los últimos treinta años de su vida, se alejaba de todo lo que le pudiera «venir a echar la zarpa», es decir, a apartarle de su vocación, que para Rilke fue la poesía.

Antes me he referido a Nietzsche. Varios directores han llevado su vida al cine. Entre ellas destaca *El día que Nietzsche lloró* (1997), de Pinchas Perry, basado en la novela de Irvin D. Yalom. Pues





bien, ahí juega un papel fundamental Lou-Andreas Salomé, que luego fue amante y musa de Rilke. Entonces, para lograr que Rilke llegue al público, necesitamos una novela sobre su vida, sentimentalmente más complicada que la del filósofo alemán, porque hubo más mujeres en su vida.

## Felicísimo Valbuena de la Fuente

**Mattson, David (2010). *Las reglas Sandler*. Beverly Hills, Pegasus, Mediawordl, 200 páginas.**

Uno de los aspectos más positivos de este libro es que el prematuramente desaparecido Sandler y el sistematizador de sus ideas, David Mattson, han reconocido expresamente que su sistema de estrategia y tácticas de ventas está basado en el Análisis Transaccional. No podemos decir lo mismo de otros autores, que han saqueado a fondo las ideas de Eric Berne y no lo citan. Apropiarse de las ideas de Berne y no reconocer que las obras de éste son las fuentes originarias constituye un espectáculo de deshonestidad intelectual que no tiene parangón en nuestros días.

David Sandler aprendió muy bien qué funcionaba y qué no en la forma tradicional de venta. También, aprendió mucho sobre sí mismo, lo que le gustaba de las ventas, lo que no y cómo motivarse (o desmotivarse) para hacer cosas que no le gustaban.

Sandler se propuso luego aprender lo más que pudiera sobre el comportamiento humano para entender mejor por qué los clientes potenciales actuaban como actuaban, así como qué les motivaba a comprar. Esta etapa de su carrera sentó las bases del sistema de capacitación que lleva su nombre y produjo la observación “reveladora” más citada: “*Las personas toman decisiones de compra de forma emocional... y justifican esas decisiones de forma intelectual*”.

¿Qué significa esto? ¿Qué se supone que uno ha de hacer para provocar las emociones?

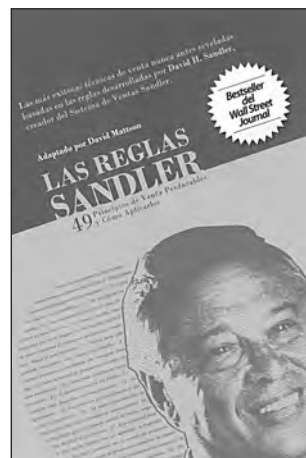
David Sandler encontró las respuestas a éstas y otras preguntas en el Análisis Transaccional, de Eric Berne.

### *Las Reglas Sandler, basadas en el Análisis Transaccional*

En el estado del *Niño* es donde se originan gran parte de las decisiones que tomamos, no sólo las decisiones de compra sino toda clase de decisiones.

Las reglas Sandler fueron revolucionarias para el mundo de ventas porque reconocieron que era el *Niño* quien comenzaba el proceso. No había *Padre* que juzgara si la compra era apropiada o no, o *Adulto* que sopesara los pros y los contras de una venta. Tenía que existir alguna emoción que guiara el proceso. Sandler observó que el *Padre* y el *Niño* no se involucraban hasta que el *Niño* dijera, “lo quiero”.

¿Por qué el *Niño* del cliente potencial dice “lo quiero”? Quizás porque el vendedor le ayuda a descubrir algo que no sabía antes de conocerlo. Tal vez le ayudó a ver la situación en particular desde una perspectiva diferente, y sembró alguna duda sobre una estrategia existente. Quizás le ayudó a enfocarse en la raíz de la causa del problema. Tal vez el *Niño* del cliente potencial está diciendo “Quiero saber lo que esta persona sabe” o “Quiero lo que esta persona tiene que ofrecer”. Cualquiera que sea la emoción, no podrá cerrar la venta a menos que el componente emocional de la identidad del cliente potencial, el *Niño*, aparezca en la negociación.



Sandler también reconoció que sólo “enganchar” al *Niño* del cliente potencial no era la respuesta. Esto lleva a la segunda parte de su observación: “Las personas toman decisiones de compra de forma emocional... *y justifican esas decisiones de forma intelectual*”.

En algún momento, el *Padre* del cliente potencial va a hacer preguntas como, “¿de verdad necesito esto?” y “¿estoy seguro de que no estoy actuando de forma muy impulsiva?”.

El *Adulto* del cliente potencial hará incluso preguntas como, “¿puedo pagar esto” y “¿son éstas las mejores alternativas que tengo?”.

Como resultado de estas preguntas, el cliente potencial puede dudar: “si no jugamos las cartas de forma correcta, una venta que está “asegurada” se puede detener”.

Por esto, el Sistema de Ventas Sandler tiene los pasos de *Presupuesto y Decisión* para satisfacer el aspecto intelectual de la decisión. Desde la perspectiva del vendedor, estos son los pasos de calificación. Desde la perspectiva del cliente potencial, sin embargo, estos pasos brindan una oportunidad para que el Padre y el Adulto se involucren en el proceso. Éstos llegan para especificar bajo qué condiciones apropiadas y lógicas el Niño considerará la decisión de compra.

Fue el ingenio de David Sandler quien le llevó a descubrir estos principios básicos y a decodificarlos. Con esta información de que nos dirigimos no sólo a un cliente potencial sino a tres -el Niño, el Padre y el Adulto- podemos hacer la planificación correspondiente. Podemos presentar nuestros productos y servicios de tal forma que el Padre diga “está bien, parece que esto es lo que hay que hacer. Tiene mi autorización para proseguir.” Podemos presentar la información de tal forma que el Adulto diga, “después de considerar toda la información, esto tiene sentido. Prosigue.” Y podemos presentar nuestro producto o servicio de tal forma que el Niño diga, “sí, lo quiero.” Realmente, se trata de venderle a tres personas, cuando parece que sólo se le vende a una. Sandler sistematizó *cuarenta y nueve reglas de venta* que han probado su efectividad durante más de tres décadas. Resumen todo de lo que David Sandler descubrió, mediante el Análisis Transaccional y experiencia propia, sobre la condición humana.

El aspecto más desfavorable de este libro es que no parece suficientemente bien traducido. Personalmente, voy a escribir a la Editorial para decirles que, si es posible, mejoren la traducción en próximas ediciones.

**Paula Requeijo Rey**

**Massó, Francisco (2011). *Ensueño y terapia*. Madrid: Editorial CCS.**

### PREFACIO

Este trabajo se apoya en una experiencia de cerca de treinta años, de utilización de la técnica de ensoñación. Y, si bien es cierto que el hábito no hace al monje, la práctica habitual, mensual, semanal y siempre constante de esta técnica con-creta me deja una sabiduría creativa, si vale la antinomia, un saber práctico que arranca del que-hacer cotidiano.

Por tanto, mi pretensión ni siquiera tiene aspiraciones de aparecer como una conclusión empírica ni mucho menos científica.

Me he limitado a arropar mis apreciaciones con los conceptos teóricos necesarios y la presentación del aparato técnico, tal como lo diseñó



Desoille, con las variaciones posteriores que otros han introducido posteriormente. Yo tampoco he sido un ortodoxo ejerciente de la técnica y me he permitido las licencias que el lector podrá apreciar.

He añadido un capítulo sobre estados del yo y otros conceptos básicos, en gracia a los lectores que desconozcan Análisis Transaccional y que necesitan esos conocimientos para comprender los capítulos siguientes.

Esta versión sobre los estados del yo obedece a un enfoque constructivista, que resalta el protagonismo de cada persona en la labranza de su identidad, de su modo peculiar de adaptación frente al mundo y del sistema de convivencia que genera.

Prescindo del análisis funcional de Karpman, por ser, a mi juicio, insuficiente e incorrecto, según he defendido en otra publicación anterior.

La pretensión general es transmitir el aprendizaje, construido día a día, que durante estos largos años no ha agotado mi capacidad de sorpresa. Cuanto comparto en estas páginas ha sido pacientemente acumulado. Hoy lo siembro con la seguridad que, sin duda, redundará en cosechas fértiles.

En este sentido es particularmente valiosa la experiencia de la escuela de música, donde el ensueño ha sido empleado con eficacia, como instrumento educador y didáctico; y la imaginación ha logrado fecundar los sonidos con la plasticidad y el color de las imágenes. Sinceramente, creo que puede ser una experiencia germinal que puede enriquecer no solo la enseñanza de la música, sino la didáctica en general.

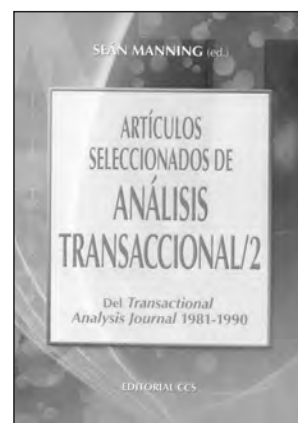
Al hablar de la imaginación, me ha resultado preciso introducir el tema de los cuentos, en relación al argumento de vida. Naturalmente, entiendo el argumento con un sentido narrativo, que se reconstruye cada vez que se produce un nuevo relato, sea parcial, sea global. Desde esta hipótesis, cuando a la persona se le da oportunidad de construir un cuento inventado, libre, se utiliza a sí misma como fuente de inspiración. Los autores improvisados hacen el esfuerzo de emplear el lenguaje analógico, «como si se dirigiesen a otros niños; pero, solo logran camuflar su biografía personal.

---

**Manning, Seán (editor) (2011). *Artículos seleccionados de Análisis Transaccional/2. Del Transactional Analysis Journal, 1981-1990*. Madrid: Editorial CCS.**

Lo que más me agrada de *Artículos Seleccionados de Análisis Transaccional/2* (Del Transactional Analysis Journal 1981-1990) es que Seán Manning tuvo la idea de coordinar ese volumen. Las ideas creativas salen de mentes individuales. Ahí estaba la plana mayor de la ITAA y fue precisamente Manning el que, en Maastricht, se lo propuso a Susan Sevilla, entonces directora ejecutiva de ITAA, quien le respondió que se encargara él mismo de hacerlo. Y Manning lo consiguió con muy pocos medios. Mediante el correo electrónico formó un comité —Landy Gobes, Richard Erskine, Tony White, Carlo Moiso y Margery Friedlander—.

Iniciativas como las de Manning o como la de Margery Friedlander en el Tomo I son las que hacen mucho para que el AT adquiera consistencia en los ámbitos académicos. Y el que ha alcanzado una verdadera cumbre ha sido el inglés Graeme Summers que, con su creatividad, empuje y constancia, ha logrado lo que poquísimas, si es que alguna, escuela de Psicología o Comunicación ha conseguido: Ha escaneado todos los artículos del *Transactional Analysis Journal* desde enero de 1971 a enero de 2008 y los ofrece en un CD, que ahora está por su tercera versión (véase la página 113 del nº 64 de nuestra Revista).



Aun contando con esas iniciativas individuales, el panorama de habla española resultaría muy incompleto si no contásemos con dos editoriales que están llamadas a jugar un papel muy importante en la consolidación del AT: CCS, en Madrid, y la Editorial Jeder, en Sevilla. Sin José Antonio San Martín y sin Agustín Devós, estaríamos pisando verdín.

La Introducción que escribe Manning le deja a él un sabor agridulce. Por una parte, intenta explicar la evolución del AT durante los diez años que cubre el Volumen 2. Resalta los nombres más fundamentales y deja entrever los avatares que ha seguido la historia interna del AT. Y también, los aspectos visibles y cuantificables, que ofrecen un panorama que a él le parece no muy venturoso. Se lamenta de que los autores que acudieron a su llamada (aparte del comité editorial) estaban interesados, sobre todo, en recomendar sus propios trabajos.

Has ahí, pase.

Lo que ya no tiene recibo es el párrafo siguiente:

Frecuentemente me ha preocupado el hecho de que, a veces, el AT me parecía una organización de venta piramidal, con el beneficio personal como motivo. Sigo estando seguro de que esta es una tendencia destructiva. Al ir entrando en el nuevo milenio, con el AT perdiendo popularidad en Estados Unidos, me parece que la razón tiene mucho que ver con una cultura de best-seller y la cura rápida. En regiones donde el AT está creciendo, parece haber una cultura profesional más allá de la comercial. Esta dicotomía en los motivos, puede ser parte del legado de guión de Eric Berne, quien dejó tras de sí una compleja senda personal y literaria. Muchos autores, durante los ochenta y más tarde, han seguido las contradicciones y revisiones de su trabajo. Lo que surge no es un paseo, pero la riqueza del paisaje y la sinceridad del peregrinaje son inspiradoras. Fueron los propios trabajos publicados los que finalmente terminaron renovando mi fe en el AT.

Me parece que éste es un fragmento muy poco serio, muy poco riguroso y demasiado injusto con la figura de Eric Berne. Como publico un artículo en este mismo nº de la Revista, no puedo cansar a los lectores con otro artículo en el que dejaría reducida a sus modestos límites la Introducción de Manning. Seguro que ha tenido momentos más afortunados en su vida. Y eso del paseo, del paisaje y del peregrinaje suena decididamente cursi.

Creo reprochable alabar a una persona y, después, criticarla. En este caso, sin embargo, no tengo más remedio: Se trata de un ataque, sí, de un ataque a Eric Berne. Y lo peor es que no se puede defender. Hacer recaer en un genio que sólo vivió sesenta años los avatares de la escuela psicológica que fundó es un disparate. Sobre todo, cuando la pseudohipótesis está tan mal fundamentada. Berne se enfadaba al enterarse de que alguien no había querido hablar sobre el AT porque lo le pagaban. ¿Dónde, dónde en la obra de Berne están las semillas de una estructura piramidal como la de Holiday Magic, aquella empresa célebre de cosmética de los años setenta? Serán otros los responsables de que determinadas estructuras del AT demuestren tanto sentido del tacto. Del tacto para el dinero, quiero decir. Ya respondí extensamente a un artículo de mi apreciada Gloria Noriega Gayol a propósito de una tendencia de algunos cultivadores del AT, que quieren pasar la patata caliente a Berne sobre el desarrollo que ha seguido el AT. A ese artículo me remito (*Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, nº 63, Págs. 288-295).

Lo que revela esa pseudohipótesis es algo que me parece mucho más importante: La falta de base filosófica y la ignorancia sobre lo que es una filosofía de la ciencia que demuestran algunos autores que escriben en el TAJ, y que tienen cierto cartel. Por eso, no voy a tener más remedio que ocuparme, en el próximo número de la Revista, del AT desde una Teoría de la Ciencia externa y que ofrezca garantías.

Ah, y también me ocuparé, solo o en compañía de otras personas, de algunos aspectos de la traducción de este libro.

**Felicísimo Valbuena de la Fuente**

## ANÁLISIS TRANSACCIONAL EN VIVO

**Dr. Roberto Kertész: 1.<sup>ra</sup> ed. 1985, 2.<sup>da</sup> ed. 1993, 3.<sup>ra</sup> ed. 2004, Buenos Aires: Editorial de la Universidad de Flores. Obtenible online en Lulu y Amazon.**

Introducción completa al Análisis Transaccional (AT), como *curso de iniciación "101"*. Presenta los 10 Instrumentos del AT, según fueron sistematizados por el autor de la obra.

### ¿Qué es el Análisis Transaccional (AT)?

Una nueva teoría y técnica de la Psicología individual y social, creada por el Dr. Eric Berne en 1958 en los E.E.U.U. Introducido a partir de 1973 en Latinoamérica y España por el autor del libro y su equipo de colaboradores.

En España, el AT ha logrado un gran desarrollo con numerosos grupos afiliados a la Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT), que edita su revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista. El Dr. Roberto Kertész es miembro del Comité Editorial y publica habitualmente trabajos científicos.

### Organización de la obra:

Definición del AT y sus características... desarrolla los 10 "Instrumentos" del mismo: El Capítulo 12 describe sus aplicaciones, seguido por la bibliografía especializada.

Todos los capítulos de los distintos Instrumentos incluyen **37 Ejercicios** para ser aplicados a sí mismo o a otras personas. Esto permite una práctica vivencial, pensando, imaginando y sintiendo, superando la mera información teórica.



## ANÁLISIS TRANSACCIONAL INTEGRADO

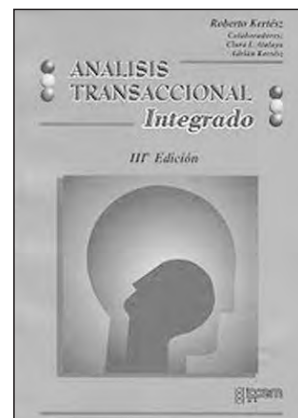
**Dr. Roberto Kertész, Lic. Clara I. Atalaya y Dr. Adrián Kertész. 1.<sup>ra</sup> ed. 1985, 4.<sup>ta</sup> ed. 2010. Obtenible online en Lulu y Amazon.**

¿Qué es el Análisis Transaccional (AT)? Una nueva ciencia de la conducta individual y social 3.410.000 referencias en la web, de las cuales 936.000 están en castellano, señalando su creciente difusión. Su éxito se debe en gran parte a su lenguaje sencillo y cotidiano, si bien con rigor científico, su modelo es de aprendizaje social, no de enfermedad mental, clasificable como Cognitivo-Conductual.

Y es combinable con técnicas de otras escuelas, lo cual dio lugar al modelo del Análisis Transaccional Integrado que da su título a este libro.

### Organización de la obra:

Luego de la definición del AT y su reseña histórica, desarrolla los 10 "Instrumentos" del mismo, desde el Esquema de la Personalidad, con los famosos estados del Yo: Padre, Adulto y Niño, el Análisis de las Transacciones, las "Caricias" o estímulos sociales, las Posiciones Exis-





tenciales, la Estructuración del Tiempo, las Emociones Auténticas y Sustitutivas, los Juegos Psicológicos, el Argumento y Metas de Vida, el Mini Argumento, la Dinámica de Grupos. (Capítulos 3 a 12)

El Capítulo 13 describe sus aplicaciones y el 14 su integración con otras escuelas, seguido por bibliografía especializada.

## EL PLACER DE APRENDER

**Dr. Roberto Kertész- 2010- Editorial de la Universidad de Flores, Buenos Aires**  
**Obtenible online en Lulu y Amazon**

Destinado a estudiantes, familiares y profesionales afines.

¿Por qué *“el placer de aprender?”* Porque habitualmente el estudio resulta una obligación aburrida, que puede ser reemplazada por curiosidad, disfrute y desafío.

El autor detectó en su práctica profesional con centenares de alumnos en el Instituto Privado de Psicología Médica y como profesor en 8 universidades, incluyendo las Nacionales de Buenos Aires, de La Plata y la Universidad privada de Flores, los 10 Pasos Básicos del aprendizaje: Autovaloración, Motivación, Utilización, Concentración,

Comprensión, Memorización, Planificación, Examinación, Integración con pares y Adecuación social.

Cada uno es descrito en forma sencilla y amena, apta para todos los niveles de estudio, con 64 ejercicios de autoaplicación, basados en las técnicas efectivas de las nuevas ciencias de la conducta: Análisis Transaccional, Programación Neurolingüística, Gestalt y el Manejo del stress.

Para conocer el propio Estado Actual y fijar el Estado Deseado para cada aspecto, la obra incluye el CEPA (Cuestionario de Autoevaluación de mis Pasos Básicos), que puede implementarse antes del estudio del libro y al final, evaluando los avances logrados.

Todos los capítulos de los distintos Pasos Básicos incluyen Ejercicios para ser aplicados a sí mismo o a otras personas, para un total de 64. Esto permite una práctica vivencial, pensando, imaginando y sintiendo, superando la mera información teórica.





## NORMAS DE LA REVISTA DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y PSICOLOGÍA HUMANISTA

### ÍNDICE DE LAS NORMAS DE PUBLICACIÓN [www.aespat.com](http://www.aespat.com) Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista –ISSN: 0212-9876–

1. INFORMACIÓN GENERAL DE LA REVISTA.
2. TIPOS DE ARTÍCULOS.
3. PREPARACIÓN DEL ARTÍCULO.
  - 3.1. Extensión y mecanografiado.
  - 3.2. Estructura de la “Portada” o “Primera Página”:
    - 3.2.1. Título del artículo.
    - 3.2.2. Autor/es.
    - 3.2.3. Resumen.
    - 3.2.4. Palabras clave.
    - 3.2.5. Formas de presentar la primera página (español, inglés, francés).
  - 3.3. Estructura del “cuerpo del artículo”.
    - 3.3.1. Esquema estructural general del cuerpo del artículo.
    - 3.3.2. Estructura específica según el nivel temático.
    - 3.3.3. Citas de autores y de textos.
      - 3.3.3.1. Formas de citar.
        - 3.3.3.1.1. *Citas de autores y de texto no literales.*
        - 3.3.3.1.2. *Citas de autores y de texto literales.*
        - 3.3.3.1.3. *Citas de citas.*
        - 3.3.3.1.4. *Citas de INTERNET.*
        - 3.3.3.1.5. *Citas de diccionarios, instituciones, manuales famosos, textos bíblicos y antiguos.*
    - 3.3.4. Figuras y tablas.
    - 3.3.5. Pies de página.
    - 3.3.6. Referencias bibliográficas.
    - 3.3.7. Distribución estructural de los apartados del artículo.
  - 3.4. Modos de preparar el artículo, ya redactado, para su evaluación: 1) Con datos personales, 2) Sin datos personales (anónimo).
  - 3.5. Preparación de los “archivos electrónicos” del artículo: 1) Con los datos personales; 2) Sin los datos personales.
4. PREPARACIÓN DE LA CARTA DE PRESENTACIÓN Y DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR, “COPYRIGHT”.
5. ENVÍO, POR CORREO ELECTRÓNICO, A LA EDITORIAL DE LA REVISTA, DEL ARTÍCULO Y DE LA CARTA DE PRESENTACIÓN.
6. PROCESO EDITORIAL.
  - 6.1. Artículo “recibido” y “Aceptado”.
  - 6.2. Artículo “Evaluado” y “aprobado” para su publicación.
  - 6.3. Pruebas de imprenta y publicación editorial.
  - 6.4. Otros aspectos.
7. ANEXOS: **Anexo 1:** Carta de presentación y cesión de derechos de autor (“copyright”). **Anexo 2:** Revisión previa al envío del artículo a la Editorial. **Anexo 3:** Plantilla para la evaluación anónima de los artículos. **Anexo 4:** Normas de la Revista.

## CARTAS AL DIRECTOR

Según las NORMAS, en el apartado "Normas editoriales de la Revista":

*La Revista abrirá una Sección de Correspondencia ("Cartas al Director") en la que los lectores puedan libremente criticar, clarificar o discutir trabajos ya publicados, u opinar acerca de la Asociación de Análisis Transaccional (AESPAT) y de esta Revista en general, enviando sus escritos al Apartado de Correos: 60144 - 28080 Madrid, o sus mensajes a E-mail: [garlla@yahoo.es](mailto:garlla@yahoo.es) Estos mensajes ("Cartas al Director") serán esmeradamente publicados y contestados en la Revista.*

Las cartas no excederán de 20 líneas mecanografiadas. No se devolverán originales ni se mantendrá comunicación con el remitente. Las cartas deberán incluir el N° del DNI, el teléfono, el Correo electrónico y la dirección de quien las envía. La Revista podrá contestar a las cartas dentro de la misma sección.

Sr. Director:

**Comentario al artículo:** Novey, Theodore B. (2011). Medición de la efectividad del Análisis Transaccional: Un estudio internacional. *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 64, 83-104.

- 1º) Surge la duda sobre la imparcialidad de una investigación de la efectividad del AT., cuando el propio autor se reconoce como terapeuta certificado en AT., porque podría incurrir en el error llamado "lecho de Procusto" (adaptar los datos recogidos a la hipótesis esperada).
- 2º) En este artículo se pretende demostrar la efectividad del AT en las terapias efectuadas por especialistas certificados. ¿Certificados por quién? ¿No se comparan los resultados con los terapeutas no certificados?
- 3º) El método de evaluación es el mismo que se utiliza para evaluar: "*automóviles, refrigeradores y otros artículos de consumo*" (pág. 86) ¿Dónde quedan los paradigmas científicos? ¿Un automóvil como objeto de estudio o rendimiento efectivo para el usuario, puede compararse a la efectividad de una praxis clínica con seres humanos?
- 4ª) Si los propios terapeutas escogieron a sus clientes para realizar los cuestionarios, se supone que escogerían a los de mejor resultado. Con lo cual el muestreo aleatorio no parece asegurado.
- 5º) El autor vincula la efectividad del AT no a los métodos, ya que: "*el aumento de la experiencia, la habilidad, y la educación no aseguran una mejor terapia*" (pág. 98), "*sino más bien a los activos humanos de calidez, interés y comprensión*" del terapeuta, aparte de "*acumular una gran variedad de enfoques terapéuticos*" (pág. 102) y "*otras modalidades de tratamiento*" (pág. 99). En este caso, ¿para qué se exige tantos años de formación para acreditarse? ¿Con qué método se investiga la propia praxis?

Josep Lluís Camino. DNI. 36.642.784.N. Tel.: 93.232.93.57. e-mail: [jllcamino@hotmail.com](mailto:jllcamino@hotmail.com)  
Gran Vía 671, 1º, 1ª. 08013. Barcelona.

## RESPUESTA EDITORIAL A LA CARTA ANTERIOR

Estimado Josep Lluís: Le respondemos punto por punto a su atenta carta.

- 1º) Surge la duda sobre la imparcialidad de una investigación de la efectividad del AT., cuando el propio autor se reconoce como terapeuta certificado en AT., porque podría incurrir en el error llamado "lecho de Procasto" (adaptar los datos recogidos a la hipótesis esperada).
  - Estamos de acuerdo: En este caso podría darse un sesgo en la investigación, que parece que no fué controlado, partiendo de los datos aportados por el autor.
  
- 2º) En este artículo se pretende demostrar la efectividad del AT. en las terapias efectuadas por especialistas certificados. ¿Certificados por quién? ¿No se comparan los resultados con los terapeutas no certificados?
  - Se ofrece una efectividad de las Terapias Transaccionalistas, pero sin especificar el tipo de Certificado, ya que los Certificados que se conceden son de varias procedencias. Se debería haber especificado este aspecto. Parece que las Asociaciones que los dan han procurado cierta homogeneidad (no mucha y en algún caso muchísima) en las exigencias para dar los Certificados, y esto podría relativizar la generalización total de la efectividad general de las Psicoterapias Transaccionalistas investigadas.
  - Otra cosa es la comparación con terapeutas no certificados, pero esto no compromete los resultados de la efectividad conseguida por los psicoterapeutas certificados. Esto exigiría un diseño adecuado para la investigación comparativa entre los que tienen certificado y los que no lo poseen, sean transaccionalistas o no. Constituiría un diseño diferente.
  
- 3º) El método de evaluación es el mismo que se utiliza para evaluar: *"automóviles, refrigeradores y otros artículos de consumo"* (pág. 86) ¿Dónde quedan los paradigmas científicos? ¿Un automóvil como objeto de estudio o rendimiento efectivo para el usuario, puede compararse a la efectividad de una praxis clínica con seres humanos?
  - La presentación comparativa es ciertamente desafortunada. La evaluación psicoterapéutica nada tiene que ver con la evaluación de coches, etc., aunque las dos sean en general evaluaciones.
  
- 4ª) Si los propios terapeutas escogieron a sus clientes para realizar los cuestionarios, se supone que escogerían a los de mejor resultado. Con lo cual el muestreo aleatorio no parece asegurado.
  - La elección directa o indirecta de los pacientes para una investigación contamina sesgadamente la misma investigación. El muestreo aleatorio es esencial.
  
- 5º) El autor vincula la efectividad del AT. no a los métodos, ya que: *"el aumento de la experiencia, la habilidad, y la educación no aseguran una mejor terapia"* (pág. 98); *"sino más bien a los activos humanos de calidez, interés y comprensión"* del terapeuta, aparte de *"acumular una gran variedad de enfoques terapéuticos"* (pág. 102) y *"otras modalidades de tratamiento"* (pág. 99). En este caso, ¿para qué se exige tantos años de formación para acreditarse? ¿Con qué método se investiga la propia praxis?
  - Aunque no existen empíricamente por investigación experimental resultados evidentes (para casi nada hay), sí están de acuerdo la mayoría de los investigadores fundados en observaciones clínicas y en muchas investigaciones empíricas, y además parece lógico, que la formación acreditada, la experiencia, la expertez, y las habilidades adquiridas contribuyen general y directamente, junto con otras variables independientes, a la efec-

tividad psicoterapéutica. Para más información, remitimos al autor de la carta y a los lectores de la Revista a consultar el extenso artículo publicado sobre este tema en esta misma Revista, en el nº 32, del año 1994, pp. 27- 41.

- El artículo objeto de discusión es un clásico. Su autor es bien conocido en medios transaccionalistas, su contenido está centrado en una temática de la actualidad, pero también está sometido, como todos los demás autores, a la crítica de los lectores, como hace muy bien usted en esta carta. En todo caso, según se observa en las NORMAS ([www.aespat.com](http://www.aespat.com)): “La Revista puede no identificarse ni responsabilizarse sobre determinados contenidos del artículo” (Apartado 6.4.).

Afmo., El Equipo Editorial 06/12/2011.



## Boletín de Solicitud Conjunta de Asociación a AESPAT y Suscripción a la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista

AESPAT Deseo pertenecer a la Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT) y recibir su publicación "Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista", para lo cual me comprometo a abonar 45 €, *cuantía de la cuota* del año 2012 para España.

Nombre y apellidos .....  
 Actividad profesional .....  
 Domicilio ..... Código Postal .....  
 Localidad ..... País ..... N.I.F. ....  
 Teléfono ..... Fax ..... E-mail ..... Web .....  
 Fecha de Nacimiento ..... Nacionalidad ..... Estudios .....

### Forma de pago:

- Transferencia bancaria** a AESPAT: Caja de Madrid - Conde de Peñalver, 6 - 28006 Madrid - c/c/c/ 2038-1006-63-6001231467  
 **Domiciliación bancaria:** Rellenar los datos adjuntos y la autorización, de pie de página, a su Banco o Caja, para que haga efectivo dicho pago.

Entidad Bancaria ..... Código cuenta/cliente ..... / ..... / ..... / .....  
 Domicilio ..... o Postal ..... Localidad .....  
 Fecha ..... de ..... de .....  
 Firma



## Boletín de Solicitud de Suscripción a la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista

AESPAT  Deseo suscribirme a la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista por el período de un año, renovable sucesivamente hasta nuevo aviso, para lo cual me comprometo a abonar 30 €, *cuantía de la suscripción* del año 2012 para España  
 Deseo recibir el nº ..... de la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista para lo cual me comprometo a abonar 17 €, *precio de un número suelto durante el 2012 para España*.

Nombre y apellidos .....  
 Actividad profesional .....  
 Domicilio ..... Código Postal .....  
 Localidad ..... País ..... N.I.F. ....  
 Teléfono ..... Fax ..... E-mail ..... Web .....

### Forma de pago:

- Transferencia bancaria** a AESPAT: Caja de Madrid - Conde de Peñalver, 6 - 28006 Madrid - c/c/c/ 2038-1006-63-6001231467  
 **Domiciliación bancaria:** Rellenar los datos adjuntos y la autorización, de pie de página, a su Banco o Caja, para que haga efectivo dicho pago.

Entidad Bancaria ..... Código cuenta/cliente ..... / ..... / ..... / .....  
 Domicilio ..... o Postal ..... Localidad .....  
 Fecha ..... de ..... de .....  
 Firma



## Boletín de Domiciliación Bancaria (a enviar por usted a su Banco o Caja)

Señores: les solicito que atiendan, con cargo a mi cuenta/libreta, y hasta nueva orden, el recibo que anualmente les presentará la Asociación Española de Análisis Transaccional (AESPAT) para el pago de mi cuota como asociado a la misma y de la suscripción a la Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista.

Nombre y apellidos ..... N.I.F. ....  
 Entidad Bancaria ..... Código cuenta/cliente ..... / ..... / ..... / .....  
 Domicilio ..... o Postal ..... Localidad .....  
 Fecha ..... de ..... de .....  
 Firma



