

RAFAEL SÁEZ ALONSO

**LOS JUEGOS
PSICOLÓGICOS
SEGÚN EL ANÁLISIS
TRANSACCIONAL**

Dos no juegan, si uno no quiere

<http://psikolibro.blogspot.com>

Rafael SÁEZ ALONSO

LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS SEGÚN EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

Dos no juegan, si uno no quiere

<http://psikolibro.blogspot.com>

Editorial CCS

Página web de EDITORIAL CCS: www.editorialccs.com

© Rafael Sáez Alonso

© 2001. EDITORIAL CCS, Alcalá 166 / 28028 MADRID

Queda prohibida, salvo excepción prevista en la ley, cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública y transformación de esta obra sin contar con autorización de los titulares de la propiedad intelectual. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (arts. 270 y ss. del Código Penal). El Centro Español de Derechos Reprográficos (www.cedro.org) vela por el respeto de los citados derechos.

Diagramación editorial: Concepción Hernanz

ISBN: 978-84-8316-401-3

Depósito legal: M-14146-2001

Fotocomposición: M&A, Becerril de la Sierra (Madrid)

Imprime: Print House, marca registrada de Coplar, S.A.

*A las personas que me han enseñado a conocer
los juegos psicológicos.*

*A las que me han potenciado
para no engancharme con ellos.*

*A Carmen, **en proceso constante
de saber, de sentir y de ser.***

*A Irene y Alberto,
para que siendo Niños,
lleguen con éxito a ser Adultos,
y se conviertan también en buenos Padres.*

Índice

<i>Prólogo</i>	15
<i>Introducción</i>	21
1. EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL	25
1. Los orígenes del Análisis Transaccional en Eric Berne.....	27
2. Definición del Análisis Transaccional	28
3. Instrumentos del Análisis Transaccional	29
4. Análisis Transaccional y Educación	32
2. LOS ESTADOS DEL YO	35
1. Definición de los Estados del Yo	37
2. Análisis estructural de los Estados del Yo	39
2.1. Estado del Yo PADRE	39
2.2. Estado del Yo ADULTO	40
2.3. Estado del Yo NIÑO	41
3. Análisis estructural de segundo orden de los Estados del Yo ...	43
3.1. Análisis de Segundo Orden del Estado Padre	43
3.2. Análisis de Segundo Orden del Estado Niño	44
3.3. Análisis de Segundo Orden del Estado Adulto	46
4. Análisis funcional de los Estados del Yo	48
4.1. Análisis funcional del Estado Padre	48
4.2. Análisis funcional del Estado Adulto	51
4.3. Análisis funcional del Estado Niño	51
5. Patología estructural	53
5.1. La Exclusión Doble	53
5.2. La Exclusión Simple	54
5.3. La Contaminación	55

3. LAS TRANSACCIONES	59
1. Concepto de Transacción	61
1.1. Las Transacciones se realizan entre los Estados del Yo	63
1.2. Los estímulos y las respuestas son verbales y no-verbales ...	63
1.3. La dinámica de las Transacciones es la búsqueda de las Caricias	64
1.4. Representación de las transacciones	64
2. Clasificación de las Transacciones	65
2.1. Transacción Complementaria	66
2.2. Transacción cCruzada	67
2.2.1. Transacción Transferencial	68
2.2.2. Transacción Contratransferencial	69
2.2.3. Transacción Deshumanizada	70
2.2.4. Transacción Insolente	71
2.2.5. Transacción del Infinito	72
2.2.6. Transacción de Quejas o Lamentos Mutuos	73
2.3. Transacción Ulterior	73
2.3.1. Transacción Angular	74
2.3.2. Transacción Doble	75
4. LAS CARICIAS	79
1. Importancia de las caricias	81
1.1. Necesidad de caricias físicas	81
2. Concepto de caricia en el Análisis Transaccional	83
3. La diversidad de caricias	83
3.1. Caricias positivas y negativas	84
3.2. Caricias incondicionales y condicionales	85
3.3. Caricias de expresión personal u objetal	86
3.4. Por la intención con que se dan	86
3.5. Caricias para el Padre, para el Adulto y para el Niño	86
3.6. Heterocaricias y autocaricias	87
5. LAS POSICIONES EXISTENCIALES	89
1. Naturaleza de las posiciones existenciales	91
2. Génesis de la posición existencial	92
3. Importancia práctica de las posiciones existenciales	94
4. Descripción de las posiciones existenciales	96

4.1. Yo estoy bien - Tú estás bien	98
4.2. Yo estoy bien - Tú estás mal	99
4.3. Yo estoy mal - Tú estás bien	100
4.4. Yo estoy mal - Tú estás mal	101
5. Yo estoy más o menos (\pm)bien-Tú estás más o menos (\pm) bien .	102
6. Posiciones existenciales desde el enfoque tripartito	103
6. LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO	105
1. La estructuración del tiempo	106
2. Análisis de las seis formas de estructuración del tiempo	109
2.1. Aislamiento	109
2.2. Rituales	110
2.3. Pasatiempos	110
2.4. Actividades	111
2.5. Juegos Psicológicos	111
2.6. Intimidad	112
3. Aspectos positivos y aspectos negativos de las seis formas de estructuración del tiempo	113
4. Los Juegos Psicológicos: una forma de estructurar el tiempo .	117
4.1. Definición de los juegos psicológicos	117
4.2. La fórmula de los juegos psicológicos	118
4.3. Un ejemplo de juego psicológico	119
4.4. Ejemplo de secuencia del juego: «¿Por qué no...? Sí, pero» .	124
4.5. ¿Cómo identificar un juego psicológico?	124
4.5.1. Los Juegos como Transacciones repetidas	125
4.5.2. Los Juegos como Transacciones Ulteriores	127
4.6. Los Juegos y las pseudoventajas de los mismos	132
4.6.1. Pseudoventaja biológica	133
4.6.2. Pseudoventaja existencial	133
4.6.3. Pseudoventaja argumental	134
4.6.4. Pseudoventaja emocional	134
4.6.5. Pseudoventaja psicológica interna	134
4.6.6. Pseudoventaja psicológica externa	135
4.6.7. Pseudoventaja social interna	135
4.6.8. Pseudoventaja social externa	135
5. Análisis formal de los juegos psicológicos	136
5.1. Título y tesis del juego	136
5.2. Antítesis del juego	136
5.3. Propósito del juego	137

5.4. Roles del juego	137
5.5. Dinámica en el juego	137
5.6. Paradigma transaccional del juego	138
5.7. Los jugadores y los movimientos del juego	138
5.8. Pseudoventajas del juego	138
6. Origen de los juegos psicológicos	138
7. Clasificación de los juegos psicológicos	140
7.1. Por el número de los jugadores	140
7.2. Por los símbolos involucrados	140
7.3. Por el tipo clínico y las zonas psicoanalíticas	140
7.4. Por el ámbito social en que se dan	140
7.5. Por la intensidad emocional	142
7.6. Por la Posición Existencial	142
7.7. Por el rRol del Triángulo Dramático	143
8. Los juegos psicológicos y el Triángulo Dramático de Karpman ...	146
8.1. El rol de Perseguidor	150
8.2. El rol de Salvador	150
8.3. El rol de Víctima	150
9. Evitar los juegos psicológicos	152
9.1. Actuar en sistema positivo	155
9.1.1. Conocer los juegos psicológicos	155
9.1.2. Reconocer los juegos psicológicos	155
9.1.3. «Positivar» las caricias	156
9.1.4. «Positivar» los demás beneficios de los juegos	157
9.2. Poner al descubierto los juegos psicológicos	158
9.2.1. Desenmascarar los juegos psicológicos	158
9.2.2. Cortar los juegos psicológicos	159
9.2.3. Seguir los juegos psicológicos	159
9.2.4. Desgravar los juegos psicológicos	159
7. CARACTERÍSTICAS DEL CONSTRUCTO DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS DENTRO DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL	163
8. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS SIETE JUEGOS PSICOLÓGICOS	169
1. Juego psicológico 1: ¿POR QUÉ SIEMPRE ME PASA A MÍ?	172
1.1. El juego «¿Por qué siempre me pasa a mí?» en el aula	174

2. Juego psicológico 2: EL MÍO ES MEJOR QUE EL TUYO	175
2.1. El juego «El mío es mejor que el tuyo» en el aula	177
3. Juego psicológico 3: ESTÚPIDO	178
3.1. El juego «Estúpido» en el aula	181
4. Juego psicológico 4: ¿POR QUÉ NO...? SÍ, PERO...	182
4.1. El juego «¿Por qué no...? Sí, pero...» en el aula	185
5. Juego psicológico 5: PATA DE PALO	186
5.1. El juego «Pata de palo» en el aula	189
6. Juego psicológico 6: ALBOROTO	189
6.1. El juego «Alboroto» en el aula	193
7. Juego psicológico 7: RAPO O VIOLACIÓN	194
7.1. El juego «Rapo o violación» en el aula	197
9. A MODO DE CONSEJO ORIENTADOR FINAL	199
<i>Bibliografía</i>	206

Índice de figuras y cuadros

<http://psikolibro.blogspot.com>

Cuadro	1.1. Los diez instrumentos del Análisis Transaccional	31
Figura	2.1. Los tres Estados del Yo	38
Figura	2.2. Los tres Estados del Yo escritos de forma abreviada	38
Cuadro	2.3. Funciones, expresiones verbales y expresiones gestuales de los tres Estados del Yo	42
Figura	2.4. Los tres estados de los padres reales se hallan representados en la grabación Padre	44
Figura	2.5. Análisis de Segundo Orden del Estado Niño	45
Figura	2.6. Análisis de Segundo Orden del Estado Adulto	46
Figura	2.7. Registro y efecto del estímulo en los diversos Estados del Yo	47
Figura	2.8. Análisis Estructural y Funcional de la Personalidad	48
Cuadro	2.9. Decálogo del Padre Crítico Protector	49
Cuadro	2.10. Decálogo del Padre Nutritivo	50
Cuadro	2.11. Estados del Yo y manifestaciones conductuales	52
Figura	2.12. Exclusión Doble	53
Figura	2.13. Exclusión Simple	54
Figura	2.14. La Contaminación de los Estados del Yo	55
Figura	3.1. Transacción con Diagrama Estructural	65
Figura	3.2. Transacción Complementaria Simple	67
Figura	3.3. Transacción Cruzada	68
Figura	3.4. Transacción Transferencial	69
Figura	3.5. Transacción Contratransferencial	70
Figura	3.6. Transacción Deshumanizada	71
Figura	3.7. Transacción Insolente	71
Figura	3.8. Transacción del Infinito	72
Figura	3.9. Transacción de Quejas Mutuas	73
Figura	3.10. Transacción Angular	73

Figura 3.11.	Transacción doble	76
Cuadro 4.1.	Clases de caricias	84
Cuadro 5.1.	Generación de la Posición Existencial	94
Cuadro 5.2.	Rol - Posición Existencial - Estado del Yo	96
Cuadro 5.3.	Posiciones Existenciales	97
Cuadro 5.4.	Posición maníaca	98
Cuadro 5.5.	Posición paranoide	99
Cuadro 5.6.	Posición depresiva	100
Cuadro 5.7.	Posición desesperada	101
Cuadro 5.8.	Posición realista	102
Cuadro 5.9.	Posiciones Existenciales tripartitas	103
Cuadro 6.1.	..Aspectos positivos de las seis formas de Estructuración del Tiempo y sus relaciones con las Caricias, Posición Existencial y Estados del Yo	115
Cuadro 6.2.	Aspectos negativos de las seis formas de Estructuración del Tiempo y sus relaciones con las Caricias, Posición Existencial y Estados del Yo	116
Figura 6.3.	Fórmula del juego psicológico: Cebo	120
Figura 6.4.	Fórmula del juego psicológico: Flaqueza	120
Figura 6.5.	Fórmula del juego psicológico: Jugadores y jugadas	122
Figura 6.6.	Fórmula del juego psicológico: Cambio	122
Figura 6.7.	Fórmula del juego psicológico: «Beneficios»	123
Cuadro 6.8.	Ejemplo del secuencia. Título del juego: «¿Por qué no...? Sí, pero»	124
Cuadro 6.9.	Inventario de juegos psicológicos	144
Cuadro 6.10.	Diferenciación de roles auténticos y falsos	147
Figura 6.11.	El Triángulo Dramático de Karpman	148
Cuadro 6.12.	Roles en los juegos. Características y Estados del Yo asociados	149
Figura 6.13.	Roles, Estados del Yo y Caricias	151

Prólogo

El Análisis Transaccional sigue un curso parecido al de nuestro río Guadiana. Cuando parece que algunos aspectos se han ocultado definitivamente, de nuevo surgen con fuerza. Podemos decir que su curso es irregular. Y la pregunta inmediata es si hay alguna ciencia que siga un curso armónico. La respuesta es que el discurrir de cada ciencia es anómalo. Aunque parezcan poco científicos, los intereses gremiales, económicos, industriales, bélicos, influyen mucho en el desarrollo de cada ciencia. Poco a poco, y de modo muchas veces imprevisible, van desarrollándose unos aspectos mucho más que otros. Siempre queda la posibilidad de ver qué terrenos quedan por explorar o por explotar y orientar los esfuerzos.

Durante años, algunos cultivadores del Análisis Transaccional han desarrollado sólo dos aspectos: el Análisis Estructural (sobre los Estados del Ego) y el Análisis Transaccional propiamente dicho (sobre las relaciones interpersonales o transacciones). A mi entender, la razón ha estribado en que eran conceptos accesibles para grandes públicos, que podían estructurar muy bien las relaciones con los clientes y las Empresas pagaban muy bien a quienes enseñaban estos dos aspectos. Al célebre novelista Truman Capote le mostraron una vez los resultados de una encuesta sobre los diez libros más leídos durante varios años por los universitarios norteamericanos. A la cabeza estaban *A sangre fría*, su célebre best-seller, y *Yó estoy bien-Tú estás bien*, de Thomas Harris, libro que expone de manera muy sencilla los dos primeros niveles del Análisis Transaccional, los Estados y las Transacciones.

Sería muy interesante estudiar también si las rencillas y luchas que ha habido dentro de los cultivadores del Análisis Transaccional se han debido, en el fondo, a intereses económicos. Ocurriría, entonces, como en muchos otros campos de la actividad humana.

El estudio de los Juegos y de los Guiones había recibido, hasta ahora, un impulso insuficiente. ¿Por qué no ha calado en las organizaciones la importancia de descubrir y dar con la antítesis de los juegos que muchas veces las dominan? ¿Por qué suponemos que el tratamiento de los Guiones es mucho más individualizado y, por tanto, menos rentable?

Las cosas siguen igual hasta que dejan de serlo. Últimamente, algunos investigadores perspicaces han demostrado que es posible tratar también el asunto de los Guiones con grandes públicos y que muchas veces los asistentes a un gran grupo aprenden mucho sobre su Guión observando lo que los otros descubren en público sobre sí mismos. ¿Quién había previsto este fenómeno hace unos años? Por eso, lo que está ocurriendo con el Análisis Transaccional es como quien encauza las aguas para que fertilicen terrenos antes secos e improductivos, en lugar de que acaben en el mar.

El libro de Rafael Sáez sale con un propósito decidido de influir en el cambio que millones de personas están exigiendo del mundo educativo. Muchos piensan que, cambiando los programas, sobrevendrá una mejora. Nos preguntamos hasta dónde llegará esa mejora. Porque las mejoras admiten muchos grados. Eric Berne ironizaba sobre la frase «el paciente está progresando», puesto que esto no garantizaba que el paciente se curase.

El «factor humano» es el decisivo en cualquier campo. También en la educación. No sólo los profesores; también los alumnos han de cambiar su conducta si queremos que los centros educativos estén llenos de aventuras apasionantes en el futuro. El libro de Rafael Sáez es un mapa de carreteras que indica claramente cómo lograr que cada protagonista del mundo educativo —es decir, todos los que participan en el mismo— tenga la oportunidad de hacerse cargo de ese destino, de su propio Guión.

La gran ventaja del Análisis Transaccional sobre otras escuelas de la Psicología y de la Comunicación es su carácter narrativo. Eric Berne descubría las historias de las personas que se acercaban a él, el argumento que había trazado con su vida y qué finales podía tener ese argumento. Como esas personas estaban inmersas en un mundo lleno de novelas, de obras de teatro y de cine, Eric Berne conectaba muy bien con el ambiente en que se movían. Las novelas, las películas se convertían en algo más que en objetos de placer estético o de reflexión sobre lo que les ocurría a otros. Quizá era muy difícil encontrar una obra literaria o cinematográfica cuyo argumento fuera un espejo fiel de lo que le ocurría a un lector o espectador interesado, pero sí ofrecían fragmentos con los que poder reconstruir con bastante exactitud el sentido de la propia vida.

Los Juegos son también una herramienta muy potente para encontrar el funcionamiento de muchas narraciones. Berne sistematizó muchos de esos juegos y su libro *Los juegos en que participamos* ha alcanzado millones de ejemplares en diversos países. Mi hipótesis es que conectaba muy bien con las experiencias de sus lectores. Pienso que debía haber escrito un libro más amplio, con más detalles. Cada capítulo habría sido mucho más apasionante que los de muchas novelas. En ocasiones, da la impresión de que emplea un lenguaje telegráfico, para que nosotros completemos con nuestras vivencias el esbozo que él traza. De todos modos, nos dejó un panorama tan completo que nos permite ilustrar cada juego con fragmentos de novelas, cuentos, obras de teatro, biografías y películas.

Rafael Sáez, «Rafa» para los amigos, ha escogido el criterio que siempre ha sido la clave de las personas efectivas: «Disponer de la menor cantidad de información no importante». Si se hubiera propuesto «disponer de la mayor cantidad

de información importante», es decir, explicar e ilustrar sobre todos los juegos, se hubiera visto anegado por la sobrecarga de información y su trabajo hubiera sido inmanejable. Por eso, ha acertado enteramente al concretar en siete los juegos que predominan entre los estudiantes. Y ha acertado porque nos deja entre las manos los secretos de lo que ocurre dentro y fuera del aula. La verdad es que nos deja mucho, porque entonces los estudiantes adquieren unos perfiles muy precisos. Descubrir los juegos en que profesores y alumnos participan y hacérselos ver se convierte en algo que nos implica personalmente mucho más que cuando leemos o vemos una obra apasionante.

Si el profesor ayuda a dar con la antítesis del juego, puede tener una influencia decisiva en la vida de esa persona, ayudarle a cambiar su argumento para que el sentido de su vida sea constructivo en lugar de destructivo. Coloquialmente, podríamos preguntarnos «¿Hay quien dé más?».

Una cuestión que pueden preguntarse muchos profesores es si un asunto como éste no pertenecerá, más bien, al Departamento de Orientación o a los psicólogos. Pienso que lo importante es que al profesor le guste ese indagar y descubrir cuáles son los juegos de los estudiantes que tiene en las aulas. Quizá en una clase predominen unos juegos y en la de al lado, otros. Y lo que es una afición se convierte en vocación cuando comunica a los alumnos los mecanismos que él ha visto en los juegos y la forma de romper esos mecanismos destructores. Así el Profesor tiene unas vivencias todavía más gratas y profundas que la competencia que demuestra cuando transmite los conocimientos de su especialidad. El Departamento de Orientación y los psicólogos externos no disponen de una observación tan directa como la de los profesores que están tratando continuamente a los alumnos.

Una comparación puede ilustrar lo que acabo de señalar. Sabemos que, en el cine, toda la fama se la llevan el director y los intérpretes. Ahora bien, ¿quién ha visto una buena película partiendo de un mal guión, por muy excelente que sea el director? Y es que el guionista es enteramente central en el cine. Si un director mediocre recibe un guión excelente, es muy difícil que le salga una mala película. Por eso, ha habido grandes guionistas que han decidido pasarse a la dirección. Estaban hartos de, como dice Billy Wilder, calentar la cama para que luego llegasen otros a dormir.

Algo muy parecido ocurre con los profesores. Si leen el libro de Sáez, dispondrán de herramientas de alta calidad para detectar y ayudar a curar conductas destructivas. Los orientadores y psicólogos pueden ayudar, pero es cada profesor el que se encuentra en la encrucijada. Es una encrucijada muy sencilla: «¿Me gusta la gente o no?». Si al profesor le agrada su vocación, el libro que tiene entre las manos puede servirle de mucha ayuda. Me pongo en el lugar de los profesores de Filosofía, Literatura, Historia, Arte, Religión, entre otros. Pueden convertir su asignatura en una aventura muy atractiva si insertan los juegos en el material mismo de la disciplina. Juegos como «¿Por qué siempre me pasa a mí?», «Pata de Palo» y «¿Por qué no hacemos esto? Sí, pero...» contribuyen a profundizar en obras filosóficas, literarias o artísticas. La invalidez psicológica, la indefensión aprendida, el desprecio del trabajo manual... pueden especificar mucho

más un concepto tan magmático como el de «decadencia». Los mismos juegos pueden tener protagonistas individuales y colectivos.

Si un profesor está en la enseñanza como podría estar en otra parte, desempeñando simplemente un trabajo a cambio de dinero, ni veinte libros como el de Sáez pueden lograr que tenga vocación.

Aunque estoy enseñando en la Universidad, comencé como Catedrático de Instituto. Mi mujer también lo es. Trato con muchos profesores de los diversos niveles. Antiguos alumnos míos de Ciencias de la Información están al frente de Suplementos de Educación. Todos me señalan uno de los asuntos más preocupantes: la desmotivación de los profesores. Muchos padres han protegido tanto a sus hijos, han participado en sus juegos, los han fomentado tanto, que han llegado a crear lo que Hughes ha llamado «la cultura de la queja». Muchas asociaciones de Padres de Alumnos se han transformado en portavoces de quejas. Demasiadas madres y padres van a hablar con los profesores exigiendo y como si fueran enemigos. Los políticos han fomentado también esas quejas, porque el número de los padres como votantes excede con mucho al de los profesores. Esto ha acorralado a muchos docentes hasta tal punto de que las bajas por depresiones son alarmantes. Incluso, los profesores también juegan a quejarse por la incompreensión que sufren.

Hay varias maneras de romper esta espiral. Ángel Bueno, Inspector jubilado y amigo, muy observador de la realidad, explica a muchos auditorios que la enseñanza es una actividad sin inspección directa de sus procesos. Dicho con otras palabras, cuando la puerta se cierra, el profesor es día tras día el protagonista de una actividad tan central en la actividad como es la educación, pero sin que le pidan cuenta con frecuencia, como en otras profesiones. Es muy fácil hacerles comprender a los padres esta verdad de Perogrullo. Si no dejan de quejarse, van a lograr que muchos profesores desarrollen en la clase sólo la actividad imprescindible. Les van a pagar lo mismo si trabajan muchísimo como si trabajan poco con los alumnos. ¿No es mejor colaborar unos con otros y desmontar los juegos destructivos? Lo mismo pueden hacer los profesores con los alumnos, explicándoles de dónde procede cada juego, cómo se desarrolla, cómo culmina y qué hay que hacer para desmontarlo, dejando abierto el paso a las conductas creativas.

Donde es imprescindible la inspección de la calidad de la enseñanza es con aquellos profesores que juegan al «¿Por qué no hacemos esto? Sí, pero...», es decir, aquellos profesores que, sin vocación, están dedicados a cargarse las iniciativas que ayudan a mejorar y construir un ambiente mucho mejor. El precio de una crítica es construir una alternativa. Si unos profesores descubren los juegos y ayudan a desmontarlos, es decir, si hacen inexcusables a padres y alumnos, también deben contribuir a hacerse inacusables. No pueden tapar conductas improductivas y destructivas de otros profesores. También a ellos hay que enseñarles en qué juegos están inmersos y cómo desmontarlos. En ocasiones, el mejor remedio es que abandonasen la enseñanza, pero ¿cómo hacerlo, si entonces se quedan sin fuente fija de ingresos, si no saben hacer otra cosa? Por eso, lamentable es decirlo, hay problemas que sólo se solucionan, de momento, con la jubila-

ción. Hay sistemas educativos donde a los malos profesores, a los que fomentan juegos destructivos, les obligan a abandonar. En España, todavía no ha llegado ese momento, pero puede llegar en el futuro.

Si animo a los lectores a que se sumerjan en las apasionantes y muy claras páginas de este libro, también animo al autor a que se atreva con el cuarto nivel del Análisis Transaccional, el de los Guiones. Puede contar con profesores de distintas asignaturas para conformar una obra sólida y, sobre todo, clara, muy alejada de la jerga técnica que tanto se prodiga en las no siempre verdes praderas de la Academia.

FELICÍSIMO VALBUENA DE LA FUENTE

Catedrático. Facultad de Ciencias de la Información.
Universidad Complutense (Madrid)

Introducción

El interés por este tema, *Análisis Transaccional y Educación. Estudio de los Juegos Psicológicos en el aula*, es variado. El mismo título lo apunta. En primer lugar, está nuestro interés por el Análisis Transaccional. A través de estos últimos años hemos dedicado tiempo y energías a su conocimiento mediante el estudio teórico y la observación clínica. Esta teoría psicológica que es el Análisis Transaccional estudia el comportamiento de la Personalidad (Estados del Yo) y de las relaciones sociales (Transacciones). Pero además de teoría, se aplica a la Psicoterapia. Los primeros escritos de Berne acreditan que es en el contexto de las sesiones clínicas de terapia donde tuvo la intuición de los Estados del Yo y donde diagramó las transacciones como base de las relaciones sociales.

El Análisis Transaccional no se agota en estos dos puntales, los Estados del Yo y las Transacciones. Basándose, eso sí, en ambas unidades, desarrolla estos otros instrumentos: análisis de la Estructuración del Tiempo o su programación, con especial atención a la forma de emplearlo a través de los Juegos Psicológicos y el análisis del Guión o Argumento de vida, que cada persona lleva impreso desde su infancia y que es la base para entender determinados comportamientos. Y todo ello a través de un lenguaje profundo para analizar y sencillo y objetivo en su terminología para entender y explicar la comunicación intra e interpersonal.

El concepto de Educación es otro polo de interés en nuestro estudio. El Análisis Transaccional se incluye dentro de la corriente psicológica denominada humanista. La psicología humanista desarrolla la doctrina de que el individuo tiene dentro de sí mismo recursos suficientes que pueden ser movilizados para su autorrealización. La teoría psicológica transaccional también insiste en esta invitación humanista a que cada hombre es valioso en sí mismo, distinto de los demás y asimila cada experiencia de una manera típica y personal que le hace único e irrepetible.

De esta preocupación por relacionar el Análisis Transaccional y la Educación nació este trabajo. Si de modo permanente la educación se ha nutrido de los aportes provenientes de la psicología y de otras ciencias humanas, aquí y ahora,

en esta investigación se tiene el interés de ofrecer los aportes de una corriente psicológica moderna a la educación.

Fue el libro *Juegos en que participamos* quien dio a conocer fundamentalmente a Eric Berne y al Análisis Transaccional. Los juegos transaccionales o juegos psicológicos implican relaciones humanas, cercanas, repetidas una y otra vez y que terminan en una ganancia precisa, espúrea, también llamada pseudoventaja: recibir caricias aparentemente positivas. Sin duda alguna, la intuición y posterior diagramación de los juegos psicológicos fue el gran hallazgo del fundador de la teoría transaccional. A su descripción le dedicaremos varios capítulos.

Todo ello debe estudiarse dentro del aula. Es el lugar donde los alumnos se relacionan la mayor parte de su tiempo. Aquí se puede observar el tipo y la calidad de las relaciones «transaccionalmente». Permite conocer lo que está sucediendo en la interacción de los Estados del Yo, en el momento en que sucede, cómo responde un Padre cuando se le solicita ayuda, o un Adulto cuando se le demanda información o cómo se moviliza el Niño para aumentar la creatividad dentro del aula con otros alumnos.

Además pensamos que el alumno llega a la escuela con sus juegos psicológicos preferidos y hasta cierto punto ya estructurados.

En conclusión, la corriente psicológica del Análisis Transaccional nos puede ayudar a transferir sus conceptos e instrumentos aplicándolos a situaciones de la vida del aula. Esto nos permite analizar paso a paso, unidad por unidad, las transacciones que tienen lugar entre los Estados del Yo de los alumnos y que se manifiestan en conductas de juegos psicológicos. Como la comunicación de los alumnos a través de los juegos psicológicos se traduce en conductas negativas, su estudio e interpretación pueden proporcionar nuevas alternativas, positivas, en el campo educativo. El estudio de los juegos psicológicos según el Análisis Transaccional nos ofrece la posibilidad de analizar la comunicación de los alumnos en el aula, mantenerla si es buena, restablecerla si es negativa y perfeccionarla en todo momento.

Nuestra intención inicial ha sido la de examinar y comprender la teoría del Análisis Transaccional en sus principales instrumentos, los Estados del Yo, las Transacciones, las Caricias, la Posición Existencial y la Estructuración del Tiempo. Con los resultados de este estudio se cumplía la finalidad de aportar conceptos para comprender el constructo de los juegos psicológicos.

Creemos acertar si afirmamos que sobre la base de las transacciones surgen los juegos psicológicos. Nos resultan familiares ciertos fenómenos típicos en la vida escolar: hay situaciones, diálogos, conductas que se repiten, siempre empiezan de un modo determinado, siempre siguen un curso conocido y terminan siempre con un resultado previsible. Son juegos psicológicos. Nos referimos a estos modos de circular por los Estados de Niño y de Padre en sus funciones negativas, con la ausencia participativa del Adulto o bien, rotar por los ángulos del Triángulo Dramático como Perseguidor, Salvador o Víctima, para terminar en una emoción que nos hace sentirnos mal.

Una experiencia reiterativa de esta índole que desemboca en una emoción no auténtica o rebusque, aprendida en la infancia, «allí y entonces», como un

modo de resolver un problema o concluir una situación, nos parece que *no es obviamente una experiencia de valor educativo*. Si conseguimos detectar y evaluar esas conductas, su intensidad y constancia, podremos ofrecer alternativas y orientaciones educativas para sanearlas.

La forma de analizar con rigor y fiabilidad las diferentes clases de interacción entre los alumnos en el aula, propias de los juegos psicológicos, puede ser diferente según la metodología empleada y la naturaleza del medio a través del cual se observan y clasifican los mensajes y las conductas.

Se puede emplear una grabación sonora como método para analizar los juegos psicológicos a través de las palabras habladas, del tono de voz, ruidos, etc. También es posible servirse de vídeos o filmación donde el mensaje de la palabra viene arropado por los ademanes y el acompañamiento gestual, la postura corporal, la proximidad física y los desplazamientos topográficos.

Es necesario indicar que la selección de los temas de Análisis Transaccional, incluidos en este trabajo, ha dependido de la necesidad de su conocimiento para entender lo que en esta teoría psicológica se denominan Juegos Psicológicos.

El capítulo I es un capítulo dedicado a los orígenes del Análisis Transaccional. No pretendemos tratarlos en profundidad, pero sí como marco conceptual que dé sentido al resto. Iniciamos en el capítulo II el desarrollo del instrumento de los Estados del Yo: Padre, Adulto y Niño. Presentamos el análisis estructural de primer y segundo orden y el análisis funcional. También exponemos en este capítulo algunas patologías estructurales como la exclusión doble, la exclusión simple y la contaminación.

El capítulo III está dedicado a las Transacciones, su definición, dinámica, representación y clasificación. Las Caricias ocupan el capítulo IV. Se describen su importancia y necesidad, así como la diversidad de las mismas. El capítulo V presenta las Posiciones Existenciales básicas.

El capítulo VI, «La Estructuración del Tiempo», es un gran bloque, con mayor extensión que los anteriores, pues es nuclear para comprender todo el libro. Son seis formas de estructurar el tiempo que resume el Análisis Transaccional: Aislamiento, Rituales, Pasatiempos, Actividades, Juegos Psicológicos e Intimidación. Todas ellas, exceptuando las dos últimas, poseen aspectos positivos y negativos.

Como se puede observar, los Juegos Psicológicos son una forma de estructurar el tiempo, que a través de transacciones repetidas y ulteriores se consiguen unas pseudoventajas. Nos detenemos en el análisis formal de los mismos, su origen y clasificación. Los juegos psicológicos pueden ser estudiados en relación con el Triángulo Dramático de Karpman, donde los ángulos de triángulo son ocupados, rotando sobre ellos, por el rol de Perseguidor, el rol de Salvador y el rol de Víctima.

En las últimas páginas del capítulo se ofrece el modo de romper los juegos psicológicos dentro del Análisis Transaccional. El capítulo VIII ofrece una descripción detallada de cada uno de los siete juegos psicológicos: título, tesis, propósito, roles, dinámica, paradigma, movimientos y pseudoventajas de cada jue-

go psicológico. Además se enumeran posibles situaciones que se dan en el aula referidas a cada juego.

El último capítulo lleva por título «A modo de consejo orientador final». Una vez que tenemos en nuestras manos las conclusiones teóricas y las conclusiones empíricas deseamos que todo ello sirva de orientación a los educadores para que ellos mismos y los alumnos tomen conciencia de la comunicación en el aula, logren «la espontaneidad creadora», aprendan a «vivir la intimidad» y «alcanzen la autonomía» para la realización de sus personas.

Deseamos finalmente expresar nuestro agradecimiento a las personas e instituciones que con su Padre Crítico y Nutritivo, ambos positivos, su Adulto bien informado y su Niño creativo han contribuido a la realización de esta investigación: a José Luis, José Manuel, Carmen, Enrique, Loli, Concha y Paco, cuyas Cariñas Positivas han alimentado abundantemente a nuestro Niño Natural durante estos años de esfuerzo.

NOTA: El estudio de los juegos psicológicos no termina con la publicación de este libro. La investigación y la profundización en los mismos siguen abiertas. Por eso, cualquier comentario, aclaración o crítica que puedan llegar de los lectores, serán muy bien recibidas. El punto de contacto es:

Departamento de Teoría e Historia de la Educación
Edificio de la Almudena, Rector Hoyo Villanova, s/n
28040 Madrid

CAPÍTULO

1

EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

<http://psikolibro.blogspot.com>

1. LOS ORÍGENES DEL ANÁLISIS
TRANSACCIONAL EN ERIC BERNE
2. DEFINICIÓN DEL ANÁLISIS
TRANSACCIONAL
3. INSTRUMENTOS DEL ANÁLISIS
TRANSACCIONAL
4. ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y EDUCACIÓN

LOS ORÍGENES DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL EN ERIC BERNE 1.

Eric, cuyo nombre completo era Eric Leonard Bernstein, nació en Montreal, Canadá, en 1910. Su padre era médico, como su abuelo, y su madre escritora, judíos y emigrantes de Polonia y Rusia. Se graduó como médico en 1935, emigrando posteriormente a EE.UU. donde cambia su original apellido de Bernstein, por el más abreviado de Berne.

Comienza a trabajar en psicoanálisis con Paul Federn en 1941 y más adelante en 1947, con Erick Erickson. Poco a poco se va produciendo en él «un amistoso divorcio del psicoanálisis».

Su trabajo inicial, sobre Análisis Transaccional, lo publica en el 1957c con el título: *Intuición V: la imagen del Yo*. A este trabajo se suman: *Estados del Yo en psicoterapia* y *Análisis Transaccional: un método nuevo y efectivo en terapia grupal*. En el primer trabajo se esbozan los Estados del Yo con su división tripartita y en los siguientes se clasifica e incorpora el nombre de Análisis Transaccional: «Análisis» por tratar de separar las conductas del comportamiento en unidades fácilmente observables y «Transaccional» por su énfasis en las transacciones. Para Berne la transacción es la unidad básica del comportamiento, el elemento irreductible generador del mismo. La transacción es no sólo el fundamento de la comunicación humana, sino también de la conducta en general.

El propio Berne nos lo cuenta en su libro *Análisis Transaccional en Psicoterapia* (1981): el Señor Segundo, que fue el primero que estimuló la Evolución del Análisis Estructural, relató la siguiente historia: «Un niño de ocho años, que tomaba vacaciones en una hacienda y vestía ropas de vaquero, ayudaba al peón a desensillar un caballo. Cuando terminaron, el peón le dijo: “Gracias Vaquero”, a lo cual respondió su ayudante ocasional: “En realidad no soy un vaquero, sino un muchacho pequeño”. El paciente comentó entonces: “Así es como me siento. En realidad no soy un abogado, sino un muchachito pequeño”. El Señor Segundo era un conocido abogado... en ocasiones, varias veces en el transcurso de una hora, solía preguntar: “¿Le está usted hablando al abogado o al muchachito?”» (p. 31).

Tanto Berne como el propio paciente se sintieron intrigados por esas dos personas reales que percibían, y en la terapia trataron de separarlas para actuar. Así intuyó Berne que hay dos Estados, Adulto (abogado) y Niño (muchachito); luego completó esta intuición añadiendo el Estado Padre, quedando completa la Estructura de los Estados del Yo.

El Análisis Transaccional se fue configurando y decantando en los Seminarios de Psiquiatría Social de San Francisco que se realizaron bajo la dirección de Berne, en los años 1958 a 1970. La mayor parte de las ideas y términos clásicos se elaboraron allí. En 1964 Berne publicó su libro sobre *Los Juegos en que participamos*, dedicado a sus pacientes y discípulos, que le enseñaron acerca de los juegos y del significado de la vida, según sus propias palabras introductorias.

El Doctor Eric Berne murió en julio de 1970, recién terminada de escribir su segunda obra más conocida: *¿Qué dice Ud. después de decir Hola?* Sus seguidores continúan agrupados en la Sociedad Internacional de Análisis Transaccional creada por él en Berkeley, California.

2. DEFINICIÓN DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

Son varias las definiciones que se ofrecen sobre el Análisis Transaccional. La definición más simple nos la presentan CHANDEZON y LANCESTRE (1984): «El Análisis Transaccional es un nuevo método de tratamiento de los trastornos afectivos» (p. 24). En efecto, este método de tratamiento de los trastornos afectivos se fundamenta racionalmente sobre bases teóricas. Citemos a Eric BERNE (1981): «El Análisis Estructural y el Análisis Transaccional ofrecen una teoría sistemática y coherente de la personalidad y de la dinámica social construida a partir de una experiencia clínica, y una forma de terapia activa y relacional que se adapta a la gran mayoría de los enfermos que dependen de la psiquiatría, que éstos pueden comprender fácilmente y que se presta sin dificultad a su caso» (p. 21).

Podemos afirmar que Eric Berne no nos ha suministrado una definición que cubra todo su sistema. Pero fijándonos en sus obras y su posterior desarrollo, hallamos unos elementos a destacar.

En primer lugar, el Análisis Transaccional es una teoría y una psicoterapia, y además, originales. En Psicoterapia trabajaba Berne cuando tuvo la intuición de los Estados del Yo con el Señor Segundo. Este célebre abogado, le hemos citado anteriormente, se sentía muy a menudo, «como un niño pequeño»; se le ocurría a veces robar chicles y otras cosas por el estilo. Así dirá BERNE (1981): «Si se empleaba el término de Niño a propósito de la persona que robaba los chicles, no era ni por facilidad ni porque a menudo los niños efectúen pequeños ladrocinios, sino debido a que él mismo hurtaba chicles durante su infancia, haciendo uso de la misma técnica» (p. 32). Este actuar como un niño pequeño interfería, alocadamente, con la personalidad del abogado Señor Segundo, que por lo demás era un ser lógico, frío y muy hábil para ganar dinero. Destaca Berne: «El Adulto no era llamado así porque Segundo representara el papel de un adulto, imitando la conducta de las personas mayores, sino debido a que, en su actividad de hombre de leyes y en sus operaciones financieras, daba pruebas fehacientes de esta realidad» (p. 32).

Otra parte del Señor Segundo, por el contrario, soñaba con regalar sus ganancias, ser pródigo para el bien de la comunidad. Su opinión, al respecto, era

que así imitaba en tal actuación el sentimentalismo de su padre, persona devota y filantrópica. «El término de Padre no ha sido elegido en virtud de la actitud tradicionalmente personal o maternal de los filántropos, sino porque el paciente imitaba en efecto la forma de ser de su padre consecuente con sus actividades bienhechoras», comentará Berne (p. 33).

En Psicoterapia trabajaba igualmente Berne cuando intuyó las transacciones como base de las relaciones sociales. Así pues, es una nueva teoría construida a partir de una experiencia clínica.

El Análisis Transaccional se basa, en segundo lugar, en los Estados del Yo y las Transacciones. Hemos descrito antes cuál fue la original intuición que Berne tuvo al respecto. Ya en Psicología se había observado que en cada sujeto hay varios aspectos o personalidades o personajes, pero fue Berne el que los llamó Estados y definió con exactitud. Los redujo a tres principales: Padre, Adulto y Niño. El nombre de los Estados se forma con las iniciales de Padre (P), Adulto (A) y Niño (N). Es decir, PAN. Tales Estados van siempre con letras mayúsculas para diferenciarlos de los padres reales, de los niños y de las personas adultas.

También en Psicología muchos han descrito las relaciones sociales. pero lo peculiar de Berne es haber hablado de transacción, definirla como el mínimo intercambio social y haber representado sus múltiples formas. Una transacción es el mínimo intercambio entre un estímulo y una respuesta desde específicos estados del Yo.

Finalmente hay que decir que el Análisis Transaccional va más allá de los Estados del Yo y de las Transacciones, pero en todo momento referido a ellos. Basándose en estos elementos, se desarrollan las transacciones a corto plazo con el estudio del empleo del tiempo, los juegos, etc., y las transacciones a largo plazo, analizando el guión o argumento de vida que cada cual lleva consigo desde su infancia y que le empuja a determinados comportamientos básicos.

En resumen, y después de este recorrido, nos atrevemos a escribir una definición: *el Análisis Transaccional es un sistema original de Psicología y Psicoterapia basado en los Estados del Yo y las Transacciones entre los Estados del Yo de varias personas.* Es también una teoría de acción social basada en el análisis riguroso de las transacciones y aplicable a la mejora de la Salud Mental individual y de las relaciones humanas. (En las traducciones de la Editorial Grijalbo se emplea la palabra «conciliación». Preferimos el término transacción, traducción más directa de Eric Berne.)

INSTRUMENTOS DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL 3.

Berne estudió fundamentalmente cuatro áreas: Estados del Yo, Transacciones, Juegos Psicológicos y Argumento. Es decir, analizó al individuo intrasíquicamente, a través de los estados Padre, Adulto y Niño, con los instrumentos siguientes: estructura de los Estados del Yo de primer y segundo orden, su estructura Funcional y las psicopatologías correspondientes.


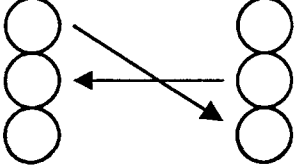
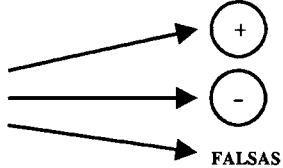
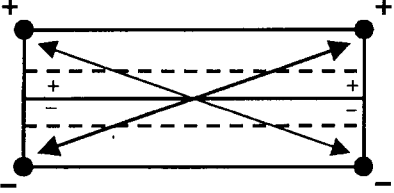
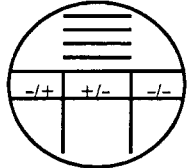
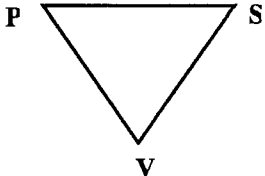
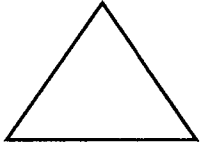
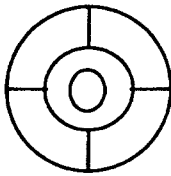


También analizó al individuo en el ámbito de las relaciones sociales a través de las Transacciones, cuyo instrumento son las Caricias; de los Juegos Psicológicos, cuyo instrumento es el Triángulo Dramático; del Argumento, que tiene como instrumentos el Miniargumento y el Miniguion. Lo escrito no excluye intercambios e influencias entre estos instrumentos y otros más que se emplean en el Análisis Transaccional.

KERTÉSZ (1985) ofrece la agrupación de los elementos del Análisis Transaccional en 10 categorías o 10 «instrumentos» (p. 33). Presentamos un cuadro-síntesis basándonos en los transaccionalistas más importantes que los han estudiado y damos una idea general de lo que significa cada uno de ellos.

1. *Análisis Estructural y Funcional*. Es el esquema de la Personalidad, basado en el Padre, el Adulto y el Niño. Funcionalmente son: Padre Crítico, Padre Nutritivo, Adulto, Niño Natural y Niño Adaptado, son realidades psicológicas desde donde nos comunicamos con los demás. Es la fase intrasíquica del Análisis Transaccional.
2. *Análisis de las transacciones, simbiosis, descalificaciones*. Es el análisis de los intercambios sociales con sus aspectos positivos y negativos. Esta comunicación puede ser verbal o no verbal. Comienza la fase interpersonal del Análisis Transaccional.
3. *Caricias (estímulos)*. Estímulos, incentivos y satisfacciones de nuestras necesidades que nos damos o damos a los demás. Pueden ser caricias físicas o psíquicas. El hambre de caricias determina muchas de nuestras actividades y qué hacemos con nuestro tiempo.
4. *Posiciones Existenciales*. Son el juicio que adopta el Niño acerca de cómo se siente y se percibe a sí mismo y a los demás en los primeros años de la vida. La decisión tomada, aunque sea inconscientemente, va a cristalizar en un guion o programa a seguir.
5. *Emociones auténticas y «rebusques»*. Componentes emocionales repetidos de nuestra conducta. Las emociones auténticas para el Análisis Transaccional son: Alegría, Amor, Tristeza, Miedo y Rabia. El rebusque es una emoción inadecuada que reemplaza una emoción auténtica, no permitida. Se llama «rebusque» porque uno se la «rebusca» para volver a sentirla.
6. *Análisis de los Juegos Psicológicos*. Implican las relaciones humanas a través de secuencias de transacciones ulteriores. La gente «juega» para satisfacer necesidades básicas y vitales de su Niño Adaptado. Estos proveen de caricias negativas, confirman la posición existencial y los mandatos parentales. También ayudan a mantener y reforzar los «rebusques» aprendidos en la infancia.
7. *Estructuración del Tiempo*. Es el análisis de las seis formas de estructurar el tiempo. Más allá de las simples transacciones, y buscando caricias, el individuo tiene hambre de programar el tiempo. Para Berne son: Aislamiento (sin contacto con los demás), Actividades, Rituales, Pasatiempos (con contactos programados socialmente), Juegos e Intimidad (con contactos programados individualmente).

CUADRO 1.1.

LOS DIEZ INSTRUMENTOS DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

<p>1. ANÁLISIS ESTRUCTURAL Y FUNCIONAL</p> 	<p>2. ANÁLISIS DE LAS TRANSACCIONES, SIMBIOSIS, DESCALIFICACIÓN</p> 
<p>3. CARICIAS (ESTÍMULOS)</p> 	<p>4. POSICIONES EXISTENCIALES</p> 
<p>5. EMOCIONES AUTÉNTICAS Y REBUSQUES</p> 	<p>6. ANÁLISIS DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS</p> 
<p>7. ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO</p> 	<p>8. ANÁLISIS DEL ARGUMENTO Y METAS DE VIDA</p> 
<p>9. ANÁLISIS DEL MINIARGUMENTO</p> 	<p>10. DINÁMICA DE GRUPOS</p> 

8. *Argumento y metas de vida*. Se refiere al conocimiento de la formación del especial guión de vida adquirido en la infancia y de su fuerza para alcanzar o no las metas de vida.
9. *Análisis del Miniargumento*. Es el estudio de una secuencia repetitiva de sentimientos y comportamientos observables, y que parte de los mandatos parentales. Avanza en el sistema negativo de conductas. Es un instrumento desarrollado por Kahler.
10. *Dinámica de grupos*. Se describen las organizaciones sociales y dinámica de grupo desde el Análisis Transaccional. Se interviene con este instrumento en la organización interna y externa del grupo, el liderazgo, las etapas de desarrollo, etc. En el año 1963, Eric Berne publica el libro *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. En él ofrece un modelo para organizar grupos y diagramas de su dinámica.

4. ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y EDUCACIÓN

El Análisis Transaccional puede convertirse, mejor, ya es realidad, en un aporte al campo de la educación. El crecimiento personal, la adquisición de valores humanos y sociales, la búsqueda de unas relaciones humanas de calidad y riqueza educativa tienen en la corriente psicológica del Análisis Transaccional, tanto teórica como técnicamente, un instrumento muy útil. Aquél nos viene a decir que podemos adquirir nuevas conductas y que podemos efectivamente aprenderlas.

La Estructura de la Personalidad de los Estados del Yo incluye al Padre, al Adulto y al Niño. Los educadores, profesores y alumnos siempre actúan desde ellos. Pero estos Estados tienen aspectos positivos y negativos. Para establecer una relación adecuada es necesario trabajar con sus aspectos positivos. Las personas que se dedican a la educación y que integran sus tres estados obtendrán una relación humana de calidad.

Adentrándonos en las situaciones típicas de la vida escolar, desde profesores que hacen temblar a sus alumnos paseando la mirada sobre la clase que se ha quedado muda, que presentan problemas con trampas o tiemblan ante conductas agresivas de un alumno, hasta conductas de estudiantes que alborotan, rompen los objetos, retan a los profesores, etc., nos encontramos con conductas conocidas, pero de difícil clasificación. El Análisis Transaccional permite distinguir las, clasificarlas, categorizarlas y asignarlas a un Estado del Yo. Y como afirman CIRIGLIANO y FORCADE (1983), permite «detectar lo que tienen de negativo y la forma de cambiarlas» (p. 6).

Pero el Análisis Transaccional cuenta, además, con otros instrumentos. El Análisis Estructural tiene que ver con lo intrapersonal y el Análisis de las Transacciones se refiere a lo interpersonal, a las relaciones entre las personas. Es en la educación donde las transacciones se entrecruzan continuamente. Pues bien, donde descubramos relaciones truncadas, bloqueadas o comunicaciones tur-

bias, la aplicación de la teoría sobre las transacciones nos facilitará despejar estas situaciones. El análisis de las mismas permite comprender nítidamente gran número de conductas que tienen lugar en el aula.

En la compleja tarea de la educación y dentro del ámbito escolar, se puede aplicar el conocimiento transaccional de los juegos psicológicos, del papel de las caricias, de los roles básicos y de la estructuración del tiempo. En resumen, que el Análisis Transaccional puede ayudar al educador, al docente y al alumno a conocer con cierta precisión qué condiciones y circunstancias concretas generan cuáles experiencias o conductas concretas en el aula, en el tiempo libre o en el recreo. Puede indicar caminos para aprender, para analizarse o para adquirir conductas nuevas, a prevenir posibles situaciones problemáticas o a resolverlas si los educadores o educandos están ya inmersos en las mismas. El Análisis Transaccional puede ayudar a favorecer una comunicación nutritiva.

En el presente trabajo se ofrece el Análisis Transaccional como un instrumento psicológico válido para comprender las diversas reacciones de diferentes personas a través de los juegos psicológicos en el aula. Aquí intentamos mostrar cómo pueden entenderse los elementos psicológicos, de modo que, los que nos dedicamos a la educación de un modo o de otro, pensemos con mayor claridad y actuemos más eficazmente. El psiquiatra Eric Berne desarrolló esta teoría del Análisis Transaccional originalmente, para ayudar a personas con enfermedades mentales a entenderse a sí mismas. La teoría y técnica del mismo han demostrado ser prácticas en todo lo referente al campo de la salud mental, y por supuesto, también a la salud psicológica, emocional y educativa de los colegios.

En el capítulo siguiente estudiaremos la Personalidad desde los Estados del Yo. Estos constituyen la primera unidad básica definida por el Análisis Transaccional y los describe como comportamientos coherentes. Cada persona tiene tres Estados del Yo: Padre, Adulto y Niño, que constituyen los componentes estructurales de la personalidad. Y cada Estado del Yo es un sistema coherente de pensamiento y sentimiento manifestado por los correspondientes patrones de conducta.

CAPÍTULO

2

LOS ESTADOS DEL YO

1. DEFINICIÓN DE LOS ESTADOS DEL YO

2. ANÁLISIS ESTRUCTURAL DE LOS ESTADOS DEL YO

- 2.1. Estado del Yo PADRE.
- 2.2. Estado del Yo ADULTO.
- 2.3. Estado del Yo NIÑO.

3. ANÁLISIS ESTRUCTURAL DE SEGUNDO ORDEN DE LOS ESTADOS DEL YO

- 3.1. Análisis de Segundo Orden del Estado Padre.
- 3.2. Análisis de Segundo Orden del Estado Niño.
- 3.3. Análisis de Segundo Orden del Estado Adulto.

4. ANÁLISIS FUNCIONAL DE LOS ESTADOS DEL YO

- 4.1. Análisis funcional del Estado Padre.
- 4.2. Análisis funcional del Estado Adulto.
- 4.3. Análisis funcional del Estado Niño.

5. PATOLOGÍA ESTRUCTURAL

- 5.1. La Exclusión doble.
- 5.2. La Exclusión simple.
- 5.3. La Contaminación.

DEFINICIÓN DE LOS ESTADOS DEL YO 1.

El modelo de estructura de la personalidad que presenta el Análisis Transaccional es original y está constituido por los Estados del Yo, que son tres, y se representan en círculos superpuestos uno encima de otro.

El fundador del Análisis Transaccional, Eric BERNE (1979 a) define a los Estados del Yo como «sistemas coherentes de pensamiento y sentimiento manifestados por los correspondientes patrones de conducta» (p. 5).

Berne observó que las personas que nos rodean cambian ante nuestros ojos como si en cada una de ellas hubiera varias personas distintas. A veces, estos cambios son totales. Se dio cuenta de que incluían la conducta exterior e interiormente iban acompañados de sentimientos y pensamientos coherentes con lo expresado hacia fuera, a través de gestos, palabras, posturas corporales, etc. Tales Estados se activan desde dentro o desde fuera de la persona.

Los Estados son tres, a saber: el Niño (N), sede de los sentimientos y emociones, por el que sentimos, hablamos, actuamos, nos emocionamos al modo como lo hacíamos cuando éramos niños. El Adulto (A), caracterizado por la objetividad, la lógica, el cálculo de posibilidades. Y el Padre (P), que actúa cuando se piensa, aconseja, ordena al modo como hacían nuestros padres o aquellos que ocupaban su lugar.

El Padre, el Adulto y el Niño constituyen un solo Yo, o una sola Personalidad, triplemente expresada.

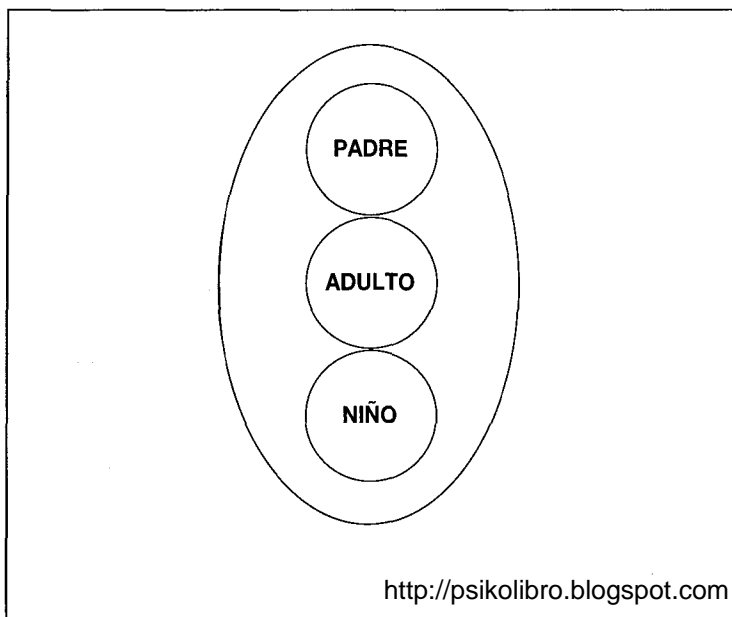
En Análisis Transaccional ponemos mayúscula inicial a estas palabras (Padre, Adulto, Niño) cuando hablamos de los Estados del Yo, para diferenciarlas del padre biológico o el niño como progenie o descendencia.

La manera de representar los Estados es a través de un diagrama de tres círculos. Berne lo dibujó conforme aparece en la figura 2.1. (véase).

Quiere ser el diagrama completo de la Personalidad de cualquier ser humano, que abarca todo lo que él pueda sentir, pensar, decir o hacer.

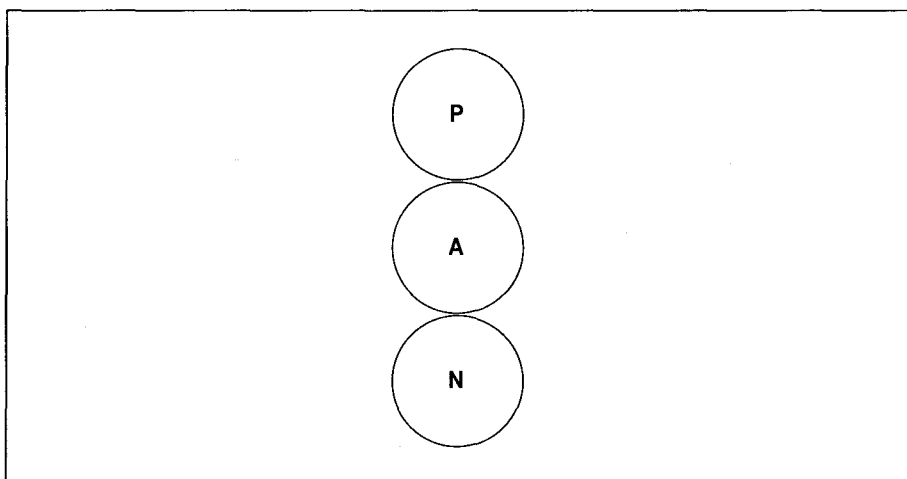
En la figura 2.1 se dibujan los tres círculos, escribiendo en el interior de cada uno de ellos el Estado que representa. Los tres Estados —círculos— están encerrados dentro de un ámbito común, pues los tres constituyen un solo Yo, una sola personalidad.

FIGURA 2.1
LOS TRES ESTADOS DEL YO



Es más cómoda la forma abreviada:

FIGURA 2.2
LOS TRES ESTADOS DEL YO ESCRITOS DE FORMA ABREVIADA



En la figura 2.2 se escriben solamente las iniciales de los nombres. Y al darse por supuesto que constituyen una unidad, se suprime la línea que los abraza.

ANÁLISIS ESTRUCTURAL DE LOS ESTADOS DEL YO 2.

El Análisis Estructural es para Berne el estudio de los Estados del Yo. Es un Análisis porque se divide, se descompone en partes la conducta y los componentes que la integran. Y es Estructural en tanto se refiere a los componentes integrantes y fundamentales de la estructura de la persona.

Estado del Yo PADRE 2.1.

Es una serie de grabaciones verbales y no verbales de las figuras parentales o de las personas que hacían sus veces. La fecha de grabación es, según autores, hasta los 5-8 años.

Es función del Padre transmitir la cultura, la tradición. El individuo registra como en una cinta magnetofónica sus vivencias desde el nacimiento y, quizá antes, las recomendaciones, consejos, hábitos, leyes de conducta verbal o no verbal.

El Padre actúa moralizando de manera primitiva y absoluta y de modo estereotipado y dogmático. También es cálido, permisivo y alienta la conducta de los demás, expresando solicitud y preocupación.

El Estado Padre es constitutivo —con el Adulto y el Niño— de la personalidad o Yo total. En ello radica su importancia y necesidad. El Padre ausente en su parte crítica positiva puede producir irresponsabilidad en los hijos. Un Padre ausente en su parte nutricia puede hacer que el sujeto no sepa tratar ni cuidar a los demás.

BERNE (1979 a) afirma que en este Estado (el individuo) «siente, piensa, actúa, habla y responde igual que lo hacía su padre o su madre cuando él era pequeño» (p. 26).

La fuerza con que se graban las normas, los juicios, las generalizaciones, etc., se debe a que en los primeros ocho años de su vida depende totalmente de los padres y no está capacitado para someter a crítica lo que se le dice o impone. Además, la fuente de donde proceden estas grabaciones tienen una fuerza apabullante para el niño. Los padres reales son omnipotentes, omniscientes y de ellos depende la fuente de sus satisfacciones.

Hay una serie de manifestaciones y expresiones externas que ayudan a identificar cuando el interlocutor está en el Estado Padre.

Expresiones conductuales como señalar con el dedo índice acusadoramente, manifestarse con el ceño fruncido, mirar «desde arriba» con los brazos cruzados sobre el pecho, son típicos del Padre. Estas expresiones pueden ir acompañadas con mensajes verbales como: deberías..., siempre..., nunca...

A título de ejemplo, tomemos los casos siguientes de la vida en el aula:

- *El maestro a un alumno*: «Cambia el cuaderno, que está muy sucio». «Tened cuidado al cruzar la calle».
- *El director a un profesor*: «Tienes que ser más duro con tus alumnos».

El Padre se presenta en los individuos de dos maneras (BERNE, 1981, p. 41). La primera es como *Estado*: la persona se comporta con conductas parecidas e imitadas a las de sus propios padres. Y como *influencia*. En este caso el Estado que se manifiesta es el Niño, pero en él se percibe la influencia del Padre. Si una madre real tiene la manía de criticar a todos, incluido su hijito, este niño puede, cuando sea adulto, manifestarse críticón como era su madre. Y entonces manifiesta su Estado Padre del Yo. Pero puede reproducir la tristeza que de niño sentía cuando su madre le criticaba. Entonces el Estado que manifiesta es el de Niño, y el Padre está sólo como influencia en el Niño. La influencia del Padre se puede deducir cuando el individuo manifiesta una actitud de obediencia sumisa.

Se puede aclarar la idea del Padre como influencia refiriéndonos a los llamados diálogos internos. Éstos «son circuitos no conscientes, que establecen comunicación entre los Estados del Yo» (KERTÉSZ, 1985, p. 112). Es el diálogo que se da entre el Padre y el Niño de una persona. El Adulto permanece generalmente fuera de este diálogo. Pueden ser positivos o negativos, según que los mensajes surjan de un Padre Crítico y de un Padre Nutritivo, ambos positivos o negativos.

Para salir del diálogo interno hay que activar al Adulto sometiendo los contenidos del diálogo a análisis y reflexión.

2.2. Estado del Yo ADULTO

El Adulto es el Estado del Yo en el cual se aprecia la realidad interna y externa a la persona de manera racional y lógica. El Adulto está preocupado principalmente por la transformación de los estímulos en elementos de información y por el proceso y la clasificación de esta información sobre la base de la experiencia anterior. El estado Adulto «se caracteriza por una serie autónoma de sentimientos, actitudes y normas de conducta que se adaptan a la realidad corriente» (BERNE, 1981, p. 79).

En la evolución psicológica de las personas el Adulto empieza a formarse desde los 10 meses de vida, cuando el niño empieza a moverse de manera autónoma y a manipular los objetos.

El símil empleado por los analistas transaccionales para explicar las funciones del Adulto es el de un procesador de datos. «Es la parte de nuestra personalidad a través de la cual procesamos la información de forma objetiva, pide y da información de la realidad. Es la parte racional, ubicada en el neocórtex de nuestro cerebro. Está orientada al pensar» (OPI, 1999, p. 58).

De acuerdo con BERNE (1981), el Adulto cuenta con una triple fuente de información. Los datos propios adquiridos por las experiencias pasadas, sentidas y vividas por el Adulto desde los primeros meses; los datos adquiridos en la situa-

ción social en que se encuentra y los datos internos suministrados por el Padre interno a través de las normas y valores y por el Niño con sus sensaciones y emociones.

Estos tres cauces de información le sirven al Adulto para reflexionar, pensar y decidir o emitir la respuesta mejor posible en cada situación.

Todos tenemos un Adulto, y su importancia es fundamental. Por él, las personas pueden captar, comprender e interrogar la realidad de las cosas, analizarlas e interpretarlas de modo lógico y racional.

Algunas expresiones más corrientes del Estado Adulto del Yo son:

- *El profesor a los alumnos:* ¿Dónde está? ¿De qué se trata? ¿Cuál es el problema? Recordadme los elementos de la situación.
- *El director del departamento:* ¿Qué opináis sobre la cuestión?
- *El alumno al profesor:* Si lo entiendo bien, señor profesor, Vd. piensa que necesitamos más datos para solucionar el problema.

La actitud conductual del Adulto es de interés por el «aquí y ahora» y, para ello, pregunta, precisa los detalles, resume y discierne razonadamente sus expresiones.

Estado de Yo NIÑO 2.3.

El Estado del Yo Niño está formado por las necesidades, sentimientos, emociones y pulsiones del individuo. Es lo biogenético. Es todo el bagaje de experiencias y sentimientos vividos en los primeros años de vida en contacto con los padres y personas mayores que vivían a su alrededor.

El Niño es el primer Estado en aparecer. Se inicia con el nacimiento. Si el Padre es lo aprendido, y el Adulto es lo pensado y lo razonado, el Niño es lo sentido. Para Eric Berne el estado del Yo Niño es una serie de sentimientos, actitudes y pautas de conducta que son reliquias de la propia infancia del individuo. El Niño es un estado del Yo que es una reliquia arcaica de un período temprano significativo de la vida.

Las funciones del Niño emergen de la biología o propia vitalidad innata, en búsqueda de la satisfacción de las necesidades orgánicas: emociones naturales como la alegría, el afecto, el miedo, la tristeza y la rabia; los impulsos primarios como comer y gozar de la vida; satisfacer la curiosidad, la creatividad. Al hablar de emergencia de las funciones no olvidamos su aprendizaje. La alegría o el miedo también se pueden aprender por experiencia social, por observación de modelos.

Nos servimos de BERNE (1979 a) para aclarar que no debe equivocarse nunca lo que pertenece al Estado Niño con lo pueril o infantil, en el sentido peyorativo de la palabra. Solamente cuando el Estado Niño se imponga inadecuadamente contra la dirección del Adulto, tal actitud será pueril. Hay muchas ocasiones en que el Niño es el Estado más adecuado para manifestarse. No es pueril estar en el Niño, sino estarlo fuera de situación.

Los tres Estados son necesarios y constitutivos de la persona.

La importancia del Niño reside en que él posee lo más vital y creativo que impele con su fuerza biológica y emocional a alcanzar las metas satisfactorias en la vida.

Las conductas que distinguen al Niño son las que indican expresividad como reír, llorar, jugar, mostrar exigencia y violencia a través de tonos exigentes, de interjecciones y exclamaciones.

En el cuadro 2.3 vemos los tres Estados del Yo.

CUADRO 2.3
**FUNCIONES, EXPRESIONES VERBALES
Y EXPRESIONES GESTUALES DE LOS TRES ESTADOS DEL YO**

		Funciones	Expresiones Verbales	Expresiones Gestuales
P	Lo <i>aprendido</i> y no cuestionado: normas, tradición. Lo que hay que hacer.	Critica, protege. Da órdenes. Generaliza.	Has de ser... Debes de... Nunca... Siempre... Tienes que...	Señalar con el dedo índice. Fruncir el ceño. Brazos cerrados/abiertos en posición de rechazar /acoger.
A	Lo <i>razonado</i> . Es el que ordena los datos como una computadora. Emerge hacia los 10 meses.	Elabora decisiones con datos aportados por la experiencia. Calcula, comprueba.	¿Cuáles son los pros y los contras... de... ¿Por qué...? ¿Cuándo...?	Gestos del rostro y cuerpo que indican atención, escucha.
N	Lo <i>sentido</i> . Instintos y emociones. Pensamiento mágico. Se forma hasta los 5 años.	Expresa sentimientos, deseos.	Quiero. No quiero. ¡Lo mío es lo mejor! ¡Que se fastidien! Exclamaciones espontáneas.	Llorar, reír, romper cosas, gritar, morderse las uñas, tics.

ANÁLISIS ESTRUCTURAL DE SEGUNDO ORDEN DE LOS ESTADOS DEL YO 3.

A este Análisis Estructural también se le llama análisis avanzado y es especialmente útil para estudiar los desórdenes de carácter y las psicopatías.

Cada uno de los Estados puede ser subdividido, puesto que en cada Estado se hallan, realmente, las grabaciones de los otros tres. A esta subdivisión la llamamos Análisis de segundo orden. Y es una división estructural.

Así por ejemplo, sabemos que el Padre es el Estado en el que reproducimos grabaciones esterosíquicas de nuestros propios padres o sustitutos familiares. Pero como el padre y la madre tenían su Padre, su Adulto y Niño, en mi Padre debe haber grabaciones de tales Padre, Adulto, Niño. Es decir, en mi Padre tengo grabaciones del Padre, Adulto y Niño de mis propios padres.

Lo mismo podemos afirmar respecto al Niño. Sabemos por los estudios anteriores que el Niño es el Estado que aparece en razón de la reproducción de grabaciones infantiles, arqueopsíquicas, del niño o niña que fuimos y que no ha muerto. Pero cuando yo era niño ya tenía mi Padre, mi Adulto y mi Niño. Por lo tanto en mi Niño hay grabaciones del Niño, del Adulto y del Padre de mi niñez.

Análisis de Segundo Orden del Estado Padre 3.1.

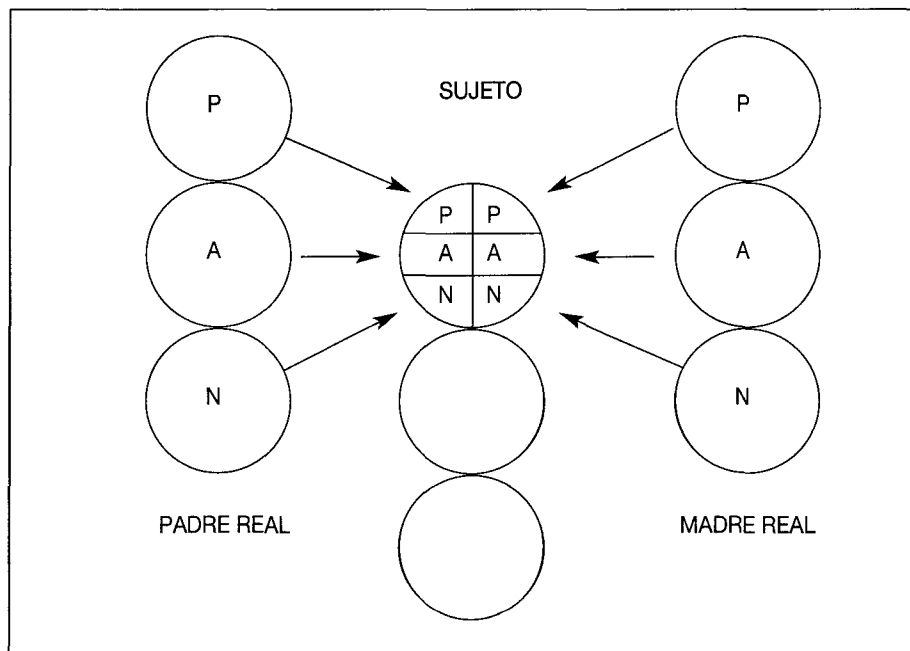
Se puede apreciar en la figura 2.4 el Análisis Estructural de Segundo Orden del Estado Padre. Las flechas dobles señalan las grabaciones esterosíquicas (de figuras exteriores) de los padres reales. Extiéndase a las figuras parentales padre y madre. Sus tres Estados pasan a constituir el Estado Padre. En tono jocoso, describe KERTÉSZ (1985, p. 79), que si además del padre y de la madre, nos criaron dos abuelas, un abuelo, tres hermanos mayores, una tía soltera y una niñera, (maestros, televisión, cuentos), tendremos una multitud en nuestra cabeza.

Hay, pues, en cada Estado Padre, el Padre del Padre, el Adulto del Padre y el Niño del Padre.

El Padre del Padre, también llamado «su Excelencia». A él corresponden los valores, las normas familiares ancestrales y que no admiten discusión; el «sí, porque sí», «siempre se ha hecho así». Su lema «primero los ideales»; elige por «lo que debe ser por deber mismo», por ley (CIRIGLIANO y FORCADE, 1984, p. 39). *Sus funciones son juzgar, decir lo que hay que hacer.*

El Adulto del Padre está constituido por grabaciones que en los padres fueron racionales (de su Adulto), pero que pasan a asumirse, sin crítica, en el estado Padre del sujeto. Se desarrolla con los mensajes protectores grabados y provechosos para el Yo: ayudando, sacrificándose por los demás. Da aprobación, elogia los logros y éxitos de los demás. Al Adulto del Padre le importe lo que conviene, pero, al otro, al hijo, al alumno, al amigo. Protege y enseña, consuela y gratifica. *Su función es indicar lo que conviene hacer.*

FIGURA 2.4
LOS TRES ESTADOS DE LOS PADRES REALES SE HALLAN REPRESENTADOS EN LA GRABACIÓN PADRE



El Niño del Padre es el Padre Emoción y está formado por contenidos aprendidos del Niño de nuestros padres reales, esto es, por sus formas de divertirse, enojarse, sentir lástima o miedo. Incorporamos, pues, en el Niño del Padre elementos de los Niños de nuestros padres: mensajes para asustarnos («va a venir el hombre del saco»), o comportamientos irracionales.

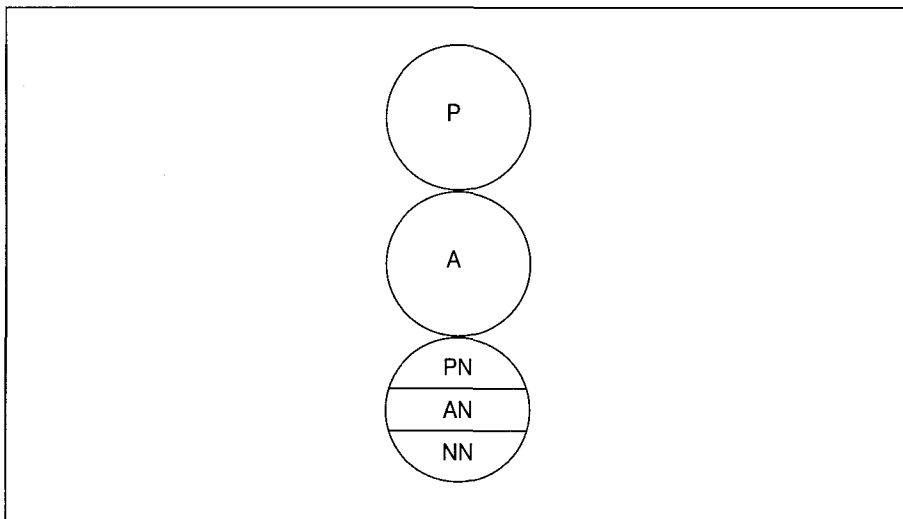
Si el Niño del Padre está impregnado de mundos emocionales negativos como temores, fobias, complejos o caprichos, acostumbra a llamársele el Ogro (Niño de Padre negativo) y la Bruja (Niño del Padre negativo de la madre).

Si, por el contrario, el Niño del Padre está lleno de emociones positivas, con mensajes positivos, porque los padres reales tenían un Niño positivo que compartían con su hijo en el juego y la alegría, entonces se habla del Gigante Bueno y del Hada Bienhechora.

3.2. Análisis de Segundo Orden del Estado Niño

El Análisis de Segundo Orden del Estado Niño se refiere a la constatación de que en nuestro Niño se pueden apreciar el Padre del Niño, el Adulto del Niño y el Niño del Niño, como se ve en la figura 2.5.

FIGURA 2.5
ANÁLISIS DE SEGUNDO ORDEN DEL ESTADO NIÑO



El Niño del Niño está constituido por nuestra vida psíquica más primitiva. Es la fuente de energía. Es lo que la persona trae al mundo. Son las necesidades, las emociones originarias, lo heredado. Es lo primero en aparecer, lo biológico, y lo último en desaparecer.

Sus funciones son constructivas tales como gozar, reír. Es el responsable de los comportamientos instintivos al margen de toda educación.

El Adulto del Niño está formado por el primer bagaje mental que poseímos. Es más mágico que lógico. Lo compone la intuición, la astucia natural. Comienza su desarrollo a partir del tercer o cuarto mes de nacido.

BERNE (1979 b) lo denominó «Pequeño Profesor» y es responsable de la intuición, la creatividad y la sutileza. Tiene ingenio suficiente para intuir las actitudes de los mayores y demuestra astucia para comprender lo que ocurre a su alrededor.

Berne lo ha llamado el Pequeño Profesor porque: «El Adulto que hay en el Niño es un agudo y perspicaz estudioso de la naturaleza humana, y por lo tanto, se llama el Profesor. De hecho, sabe más Psicología práctica y psiquiatría que cualquier profesor crecido, aunque después de muchos años de adiestramiento y experiencia, un profesor mayor pueda llegar a saber el treinta y tres por ciento de lo que sabía cuando tenía cuatro años» (p. 123).

También lo ha llamado Pequeño Abogado, pues, como el niño está atrapado muchas veces entre lo que desea (NN) y lo que se le impone (PN), tiene que ingeniárselas para hacer componendas y satisfacer así las demandas de los dos anteriores. Y esto lo hace con el Adulto del Niño.

El Padre del Niño es el último en formarse en el Niño desde el punto de vista del Análisis de Segundo Orden. Es la parte programada del Niño que se mani-

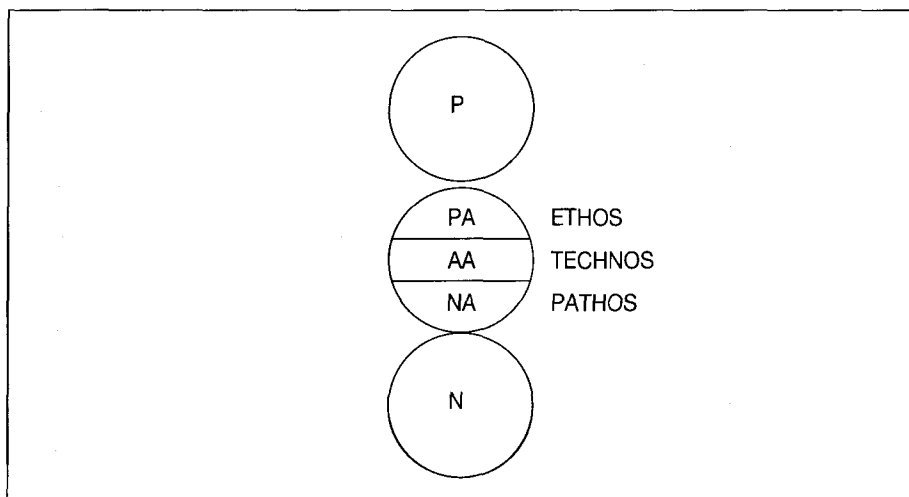
fiesta en conductas de sumisión o de rebeldía. Contiene las modificaciones del Niño Natural producidas por el aprendizaje de los mandatos ambientales. Es el resultado de lo que *los otros hacen con uno* y éste se ajusta a estas condiciones para sobrevivir. Se adapta. «Adopta hacer y sentir lo que se ajusta a los deseos o imposiciones de los padres o del medio ambiente. Aprende a sentir..., conocer..., como ellos quieren que sienta» (CIRIGLIANO, 1984, p. 35).

3.3. Análisis de Segundo Orden del Estado Adulto

Es el Análisis de Segundo Orden menos estudiado. Pero lo describimos brevemente debido a su valor teórico. El Estado del Yo Adulto está integrado por un Padre del Adulto, un Adulto del Adulto y un Niño del Adulto, y su diagrama es como sigue:

FIGURA 2.6

ANÁLISIS DE SEGUNDO ORDEN DEL ESTADO ADULTO



El Padre del Adulto representa la información de los padres respecto a las normas morales, pero filtrada por el Estado Adulto. Se le da el nombre de ETHOS: contiene la ética que conviene al Yo, aquí y ahora. Las normas, reglas, juicios de valor que ha venido del Estado Padre son cribados y filtrados por el adulto y tras una profunda reflexión son personalmente aceptados porque son adecuados.

El Adulto del Adulto denominado TECHNOS es la parte pensante, fría; es el Estado Adulto por antonomasia; se asemeja a la computadora cerebral.

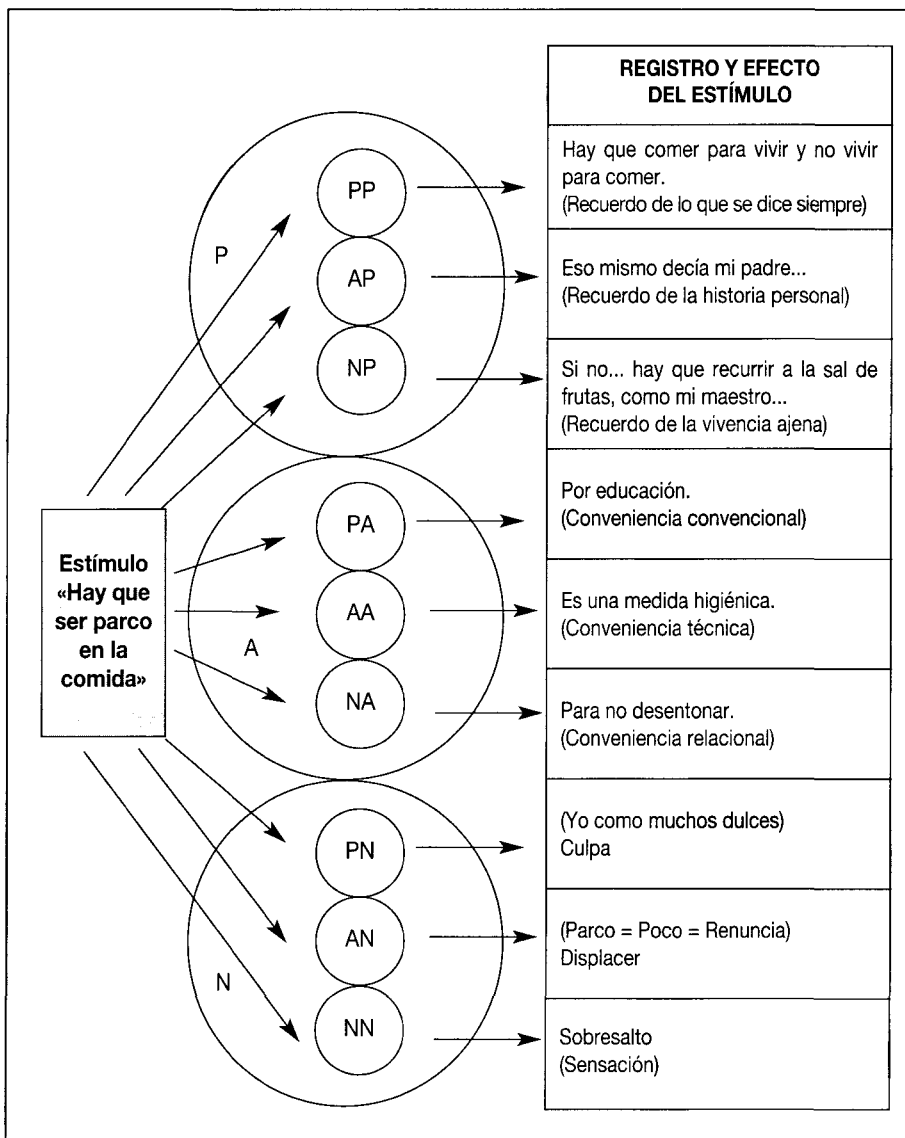
El Adulto que hay en el Adulto percibe, acumula y registra los datos. A través del juicio de la razón, los pondera, los elabora y los procesa. Finalmente elige una solución y responde conforme a los fines razonados.

El Niño del Adulto o PATHOS. Representa la parte emotiva, el encanto y naturalidad no manipuladoras, sino atractivas de la persona adulta y seria. El

PATHOS es el colorido emocional en un Estado que no pierde la reflexión. La simpatía y la empatía se viven desde aquí.

Veamos un ejemplo sacado de una sesión terapéutica (DE DIEGO y MASSÓ, 1986), donde aparecen las posibles respuestas emitidas desde los distintos Estados del Yo ante el mismo estímulo:

FIGURA 2.7
REGISTRO Y EFECTO DEL ESTÍMULO
EN LOS DIVERSOS ESTADOS DEL YO

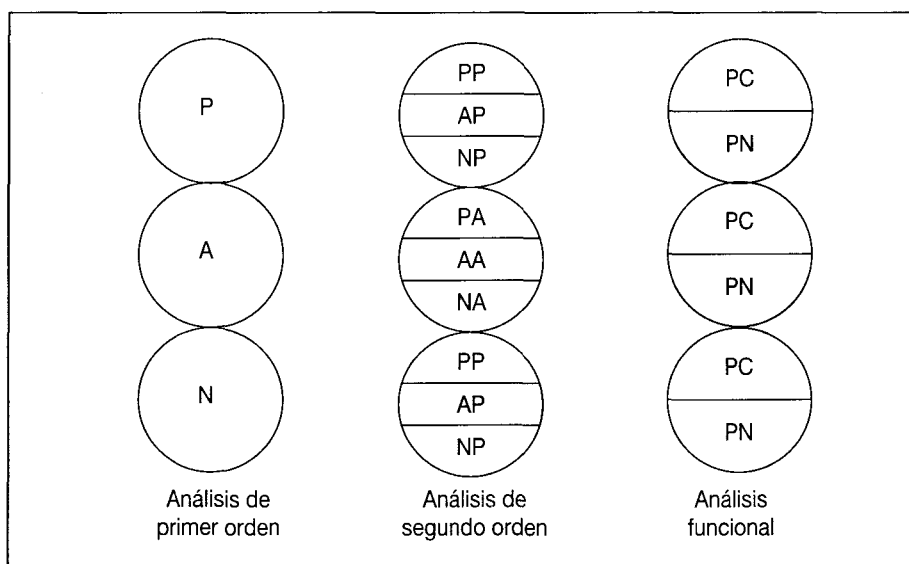


4. ANÁLISIS FUNCIONAL DE LOS ESTADOS DEL YO

En las páginas precedentes se ha descrito la estructura de los Estados del Yo. Se ha pretendido responder a la cuestión: *qué son los Estados del Yo*.

Ahora se quiere responder a la pregunta *cómo funcionan los Estados del Yo*. La figura 2.8 nos presenta los pasos que hemos seguido hasta este momento.

FIGURA 2.8
ANÁLISIS ESTRUCTURAL Y FUNCIONAL DE LA PERSONALIDAD



4.1. Análisis funcional del Estado Padre

El Estado Padre del Yo posee las funciones de poner firmeza, orden, límites. Y puede manifestarse como Padre Crítico: señala «lo que hay que hacer»; vigila y exige que sus derechos sean respetados por los demás. Él nos ofrece lo que se debe hacer, sin excesiva presión, pero con la firmeza necesaria para protegernos y proteger a los otros, a través de las normas y de la convivencia social. Como tal forma de vivir, da seguridad y se le llama Padre Protector. Un ejemplo: «Chico, no te subas a la tapia, que te vas a caer».

El Padre a veces se manifiesta como Padre Crítico negativo. Es tajante, burlón o lastimero. Frente a otros tiende a desvalorizar o insultar. Hace de las normas un absoluto más importante que el hombre. Más que proteger, apabulla y se le llama Padre Perseguidor. El siguiente ejemplo lo describe: «No sirves para nada; eres un inútil». Sin embargo, su fuerza educadora es fundamental. Ver cuadro 2.9 de Massó (1995).

CUADRO 2.9
DECÁLOGO DEL PADRE CRÍTICO PROTECTOR

Cuando el proceso de parentalización ha sido integrador y fértil, el Padre Crítico se ajusta a las reglas siguientes:

1. Centrar la crítica sobre el comportamiento: no tenemos nada que decir sobre la manera de ser, pensamientos y emociones; sólo podremos opinar sobre el comportamiento.
2. Limitar la crítica a la descripción exacta de los hechos y sus consecuencias.
3. Sugerir y alentar la modificación de conducta deseable en virtud del principio, norma o pauta que se hace valer para fundamentar la crítica. Orientar es una función positiva del Padre Crítico. No hay nada que decir sobre conductas que la persona no pueda modificar.
4. Atenerse a los aspectos relevantes: las pequeñeces, anécdotas y cuestiones secundarias, nos las podemos ahorrar.
5. Empezar destacando lo que la persona ha hecho bien, o las cualidades y habilidades que tiene, para garantizar que puede mejorar. Es muy protector que quien critica, demuestre que tiene confianza en el criticado y en sus posibilidades de cambio.
6. Respetar los límites: por encima de todo hay que ser respetuoso con nuestro papel, las expectativas establecidas y los objetivos que se persiguen en la situación.
7. Restringir la crítica a los hechos inmediatos, evitando la arqueología que nos lleva a sacar del yacimiento de la memoria errores y fallos antiguos, que ya no son corregibles. Este proceso arqueológico sólo busca que el otro se sienta incómodo, avergonzado, culpable o ridículo.
8. Imputar los hechos a su autor, dejando de costado a sus parientes, vecinos, correligionarios, paisanos, etc.
9. Hacer evaluaciones positivas de todos aquellos comportamientos que sean oportunos y redunden en pro de la convivencia.
10. Crear pautas, reglas o normas que alejen la ambigüedad y el arbitrio y, en cambio, sirvan para vertebrar la actividad, armonizar esfuerzos y favorecer la sinergia.

El Padre Nutricio o Nutritivo ofrece apoyo al crecimiento ajeno, protección, permiso para disfrutar y crecer. Ama y cuida, gratifica a los demás y se sacrifica por ellos. Un ejemplo de esta función es «Puedo ayudarte en esa tarea». Se llama Padre Nutricio Permisivo. Ver decálogo del Padre Nutritivo en el cuadro 2.10 de MASSÓ (1995).

CUADRO 2.10
DECÁLOGO DEL PADRE NUTRITIVO

CUANDO OBSERVO QUE EL OTRO/A:	DIGO	HAGO	SIENTO
Necesita mi apoyo. Siente temor de fallar.	Confío en ti.	Toco el hombro. Miro a los ojos. Abrazo.	COMPRESIÓN
Está confuso. No se atreve a pedir. Llama mal la atención.	¿Qué necesitas? Toco el hombro.	Miro a los ojos.	SIMPATÍA
Teme consecuencias negativas por hacer lo que desea y le gusta.	Puedes disfrutar y divertarte sin penitencias ni culpa.	Miro a los ojos. Toco el hombro. Abrazo. Uso voz firme.	APECTO
Le gustaría saber que me siento bien con él/ella...	Estoy contento/a de ser tu: Amigo, Pareja, etc.	Miro a los ojos. Expreso alegría.	ALEGRÍA
Está sintiendo la emoción. Está <i>sufriendo</i> . No se siente comprendido.	Comprendo lo que sientes.	Miro seriamente. Toco. Abrazo.	EMPATÍA
Necesita elogios por lo que logró.	Estuviste muy bien. Te felicito.	Expreso alegría con todo el cuerpo. Le doy la mano. Lo palmeo.	ALEGRÍA ORGULLO PODER SATISFACCIÓN
Se siente muy mal por no ser perfecto. Teme el rechazo.	Cometiste un error. Es humano. Cualquiera puede hacerlo.	Lo miro sería y afectuosamente. Abro las manos.	ACEPTACIÓN Y TRISTEZA
Necesita saber que no está solo. Que tiene protección.	Puedes contar conmigo, en las buenas y en las malas.	Le doy la mano. Miro seriamente.	SOLIDARIDAD
Necesita un permiso para actuar y sentirse luego seguro y libre.	Tú puedes. Está bien lo que hagas. Tienes derecho.	Tono de voz firme. Manos en los hombros. Lo abrazo.	SEGURIDAD Y FORTALEZA
Me agrada. Me atrae. Me gusta. Vale. Es buena persona.	Te quiero. Te aprecio. Lo estimo.	Miro a los ojos. Lo acaricio. Lo abrazo.	AMOR

Ahora bien, si la protección es exagerada, puede bloquear el desarrollo psicológico y favorecer comportamientos de ineptitud. Tal exagerada protección mimosa es un modo más de dominar y manejar que de educar. Es el Padre Nutricio negativo, también llamado Salvador. Un ejemplo puede ser un maestro que dice a un alumno: «Trae que te ayude que a ti te saldrá mal».

Análisis funcional del Estado Adulto 4.2.

Se puede ir observando que el Análisis funcional nos describe conductas que se pueden ver y oír. Es por esto, por lo que el Adulto no se subdivide funcionalmente. Como he afirmado con anterioridad, es el razonamiento, la lógica, la función fundamental del Adulto.

Los transaccionalistas concuerdan generalmente en que el Estado Adulto no puede funcionar en sistema negativo.

Análisis funcional del Estado Niño 4.3.

El Niño Natural alberga las funciones biológicas. Sus emociones son auténticas; ríe cuando está alegre, rabia ante la frustración y siente miedo ante el peligro. Manifiesta directamente lo que piensa y siente. Es el Niño vital.

Si, funcionalmente, predomina en él lo natural «salvaje», aparecerá el Niño Egoísta. Es Natural, pero egoísta.

Este Niño Natural empieza pronto a ser socializado y condicionado. Así se va haciendo persona. Desde que nace, el niño es protegido, se le condiciona a comer a determinadas horas; lo mismo se puede decir de la limpieza, del sueño, del aprendizaje verbal y las costumbres sociales. Aprende la moral, las normas sociales. Si esta socialización ha sido brutal, el niño puede reaccionar de modo sumiso: con conductas automáticas y estereotipadas, eliminando sus deseos y emociones. Es el Niño Adaptado Sumiso. Sus conductas estarán en función de «lo que se hace o dice», «de lo que le gusta a la gente».

Si el Niño Adaptado Sumiso no ha conseguido el reconocimiento y las caricias suficientes por «ser buena persona», puede, por una formación reactiva, cacterizarse en el Niño Adaptado Rebelde. Esta es la función opositora que el Yo ejerce para adaptarse, pero de forma contraproducente. Se manifiesta con conductas típicas desafiantes, provocadoras.

En resumen, el resultado de la socialización del niño en los primeros años de vida en interacción con el ambiente puede ser que el Niño Natural asimile de modo adecuado los estímulos y los límites de su entorno. En segundo lugar, puede resultar que la presión parental sea tan fuerte que decida someterse (NAS) o decida enfrentarse a ellos (NAR).

Como un apunte indicativo me parece oportuno recordar que es positiva la adaptación cuando el contenido de la misma es también positivo: es flexible, no ahoga la vitalidad ni entorpece la autonomía. El Niño asimila los datos y tiene libertad para modificarlos de forma creativa.

En el cuadro 2.11 se describe de modo intuitivo los seis estados del Yo funcionales con cuatro signos de conducta.

CUADRO 2.11
ESTADOS DEL YO Y MANIFESTACIONES CONDUCTUALES

ESTADO DEL YO	EXPRESIONES VERBALES	TONO DE LA VOZ	EXPRESIONES FACIALES	GESTOS Y POSTURAS
PADRE CRÍTICO	De una vez por todas; yo en su caso, nunca olvidaré; ¿Qué dirán los demás? Frases hechas.	Seco Tajante Despectivo Inquisidor	Ceño fruncido; labios prietos; mandíbula tensa.	Indice amenazador, mover la cabeza desaprobando, tronco erecto y arrogante.
PADRE NUTRICIO	¡Ánimo! No te asustes, eres capaz; te quiero.	Acariciador Cálido Condescendiente Afectuoso	Sonreír; comisura de los labios hacia arriba; mirada franca.	Poner la mano protectoramente, abrazos de aliento.
ADULTO	Como se hizo; Pienso que...; Lo realizaré. Exacto. Déme razones.	No alterado No altanero Calmado Informado	Pensativa, serena, atenta, alerta.	Gestos mesurados, pero no insípidos. Uniforme y pausado.
NIÑO NATURAL	Me gusta; no me gusta; ¡Ay! ¡Puaf! ¡Qué miedo! Te quiero.	Inocente Confiado Expresividad espontánea	Lágrimas, expresión de temor natural: risas, labios temblorosos.	Posturas sin inhibiciones. Todo lo que indique vitalidad.
NIÑO ADAPTADO SUMISO	Si pudiera... (potencial y subjuntivo)... Frasas tópicas. Sí, lo que Vd. quiera.	Quejumbroso Temeroso Opaco	Expresión huidiza, temerosa, contraída.	Parsimonioso; dubitativo; falta de fuerza.
NIÑO ADAPTADO REBELDE	Impertinentes. Estoy hartó. ¡Ojalá reventéis! La pagaréis.	Acusador Desafiante Duro Resentido Rencoroso	Expresión rabiosa; bravío; desafiante.	Sacando el pecho; puños apretados; gestos coléricos.

PATOLOGÍA ESTRUCTURAL 5.

La patología estructural se ocupa de las anomalías de la estructura psíquica, descrita anteriormente. Son dos fundamentalmente: *la exclusión* de Estados del Yo y *la contaminación* del Adulto por el Padre y/o el Niño (BERNE, 1981, p. 43).

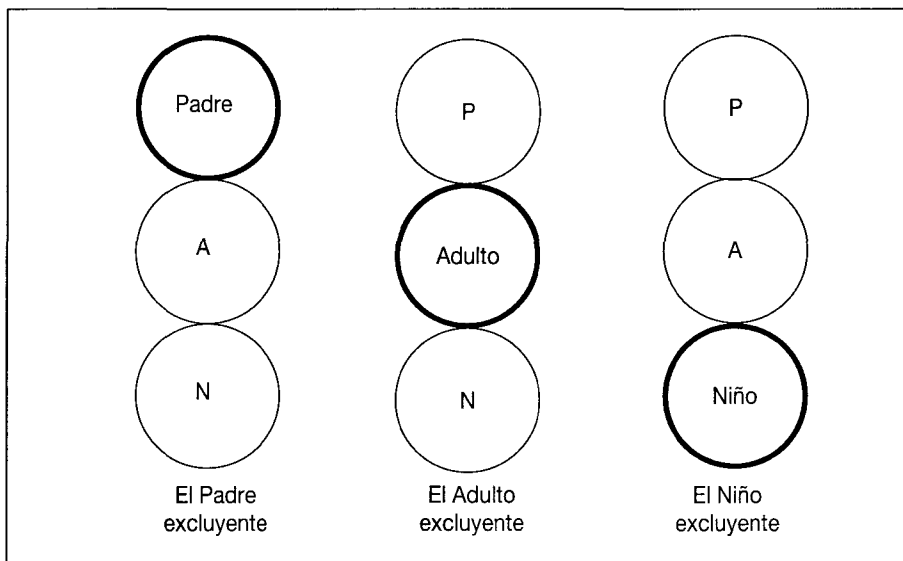
La Exclusión Doble 5.1.

La Exclusión se manifiesta, según BERNE (1981), «por medio de una actitud estereotipada y predecible que se mantiene con firmeza y hasta donde es posible en presencia de una situación amenazadora» (p. 43). Esto confiere una estructura rígida al comportamiento. Al emplearse constantemente un Estado del Yo, los dos restantes aparecen prácticamente inexistentes. Otras veces son dos los Estados del Yo que se activan dejando fuera de juego al tercero.

Cuando se produce la Exclusión, un Estado del Yo monopoliza el Yo total, siendo él el que responde a los estímulos.

Podemos representar gráficamente la Exclusión. Figura 2.12.

FIGURA 2.12
EXCLUSIÓN DOBLE



El Padre excluyente del Adulto y del Niño significa vivir con el Padre constantemente. Sus conductas son de crítica y de control. También pueden ser conductas de sobreprotección, salvando a los demás o pontificando sobre lo que se debe hacer.

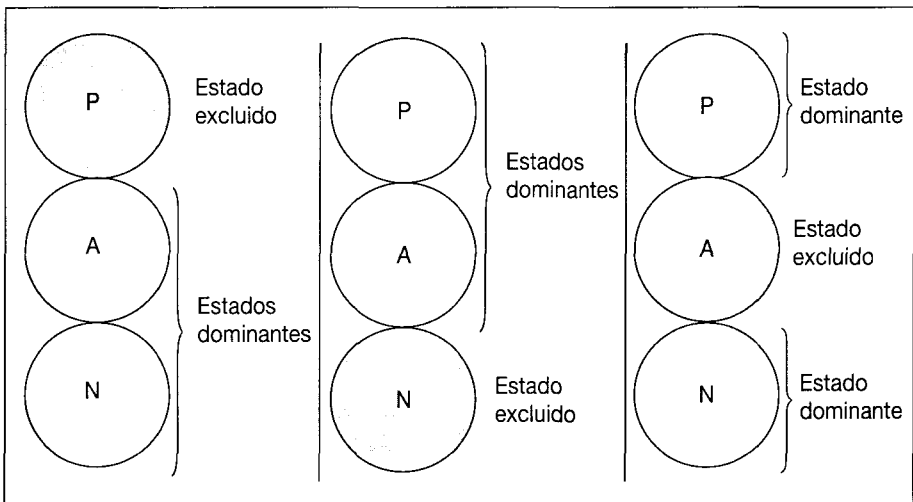
La situación de una persona con el Adulto excluyente del Padre y del Niño es como estar al ritmo de una máquina calculadora, desprovisto del encanto, espontaneidad y alegría del Niño e incapaz de adherirse a la convicción o indignación que encuentra en el Padre sano. La persona que está en esa exclusión doble funciona, casi únicamente, como coleccionista de información y procesador de datos, respondiendo sólo de forma fría y racional.

El Niño excluyente hace que el Padre y el Adulto queden relegados y desalojados de la vivienda del Yo. Al excluir al Padre, la persona se queda sin valores y excluyendo al Adulto corta la fuente de información objetiva con lo que llegará a ser una persona asocial, manipuladora, centrada en sí misma, poco informada, no ateniéndose a obligación alguna.

5.2. La Exclusión Simple

Existe la posibilidad de que dos Estados queden más catectizados por la energía psíquica, eliminando y excluyendo, en algunos momentos o con intensidad distinta, al tercero. El gráfico sería así:

FIGURA 2.13
EXCLUSIÓN SIMPLE



La persona con el Padre excluido carece de normas éticas. Los conocimientos del Adulto están a merced del Niño. Insiste en hacer las cosas por gusto más que por deber. Tiene dificultades para proteger, orientar, valorar.

Cuando el Padre y el Adulto son los que constantemente toman las riendas del Yo y desalojan al Niño tienden a ser personas con baja capacidad para sentir y expresar emociones. Pero la presencia del Adulto mantiene la capacidad de aplicar las normas y de empatizar.

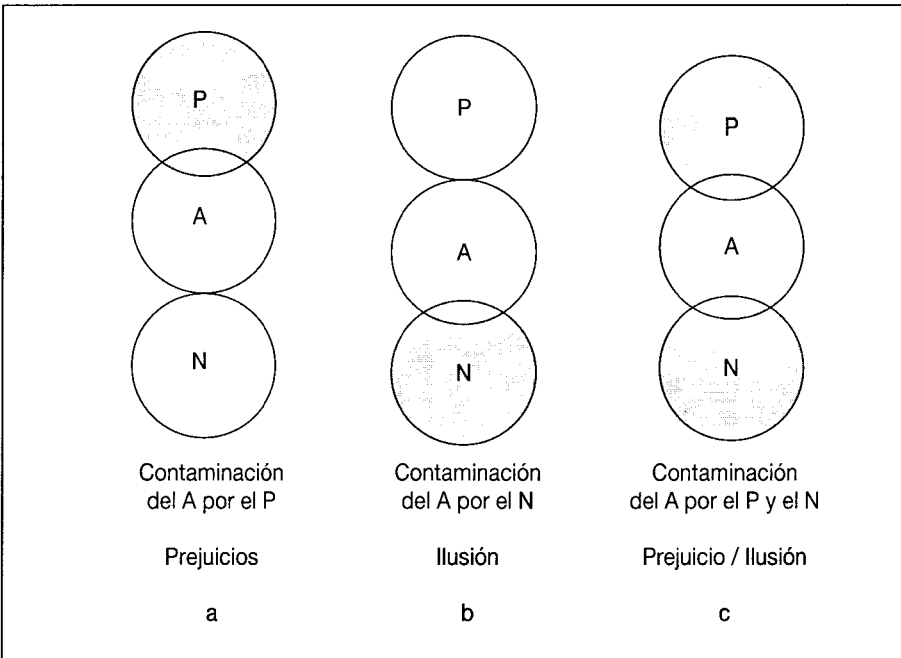
Una exclusión profunda es cuando el Adulto de la persona desaparece y aquella queda en el fluctuante albergue dirigido por el Padre y el Niño. Los conflictos entre un Padre limitado para ajustarse a la realidad con la que no contacta y un Niño desbordado por la energía son imprevisibles, arbitrarios e impredecibles.

La Contaminación 5.3.

Otra patología estructural es la Contaminación. Se trata de la intrusión de algunos contenidos de tipo irracional del Padre y/o del Niño en el Estado Adulto. Este los admite como si se tratara de una información real. La invasión al Adulto condiciona notoriamente el comportamiento del sujeto.

La Contaminación podemos representarla como se ve en la figura 2.14.

FIGURA 2.14
LA CONTAMINACIÓN DE LOS ESTADOS DEL YO



La Contaminación es una forma patológica de actuar frente a un estímulo, situación o problemas que provienen del exterior y afecta al uso de los Estados del Yo.

La Contaminación se refiere al Estado del Yo Adulto. En páginas anteriores hemos afirmado que para el Análisis Transaccional el Adulto es la parte de la per-

sona que razona, reflexiona, opera siempre en forma pensante y por acumulación de datos provenientes de experiencias internas y externas. Por consiguiente, «el Adulto nunca contamina» (OPI, 1999, p. 60).

Esta capacidad claripensante del Estado Adulto del Yo puede verse contaminada de dos formas por el Padre y por el Niño.

La Contaminación por el Padre es cuando las reglas, opiniones y actitudes de éste invaden al Adulto. Los padres influyen desde la primera infancia, ya antes de que se comuniquen verbalmente con sus hijos, y les transmiten mensajes sobre las personas, la familia, la vida en general. El Adulto cree que esta información es objetiva, contrastada y él no la verifica. Se simboliza superponiendo una parte del Padre en la superficie del Adulto, como aparece en la figura 2.14 a.

Otro ejemplo es el de los refranes (ROMÁN, 1983, p. 28). Son un fragmento de la realidad que arroja ciertos datos con alguna lógica interna. Esta lógica se generaliza y se vuelve axioma, que algunas veces se confirma y otras, no. Generalmente cuando no se confirma, se ignora.

El mecanismo de la Contaminación del Adulto por el Padre se debe a la confianza en fuentes de información no confiables. Es decir, se da fe a la persona por el impacto emocional que se vive ante ella, y así se traga la información que ofrece la misma.

En caso de una *Contaminación por el Niño*, el Adulto se muestra lleno de ilusiones. Las sensaciones infantiles, las ilusiones y ansiedades, las consideraciones mágicas, voluntaristas, interfieren y enturbian el pensamiento claro y directo del Adulto.

La Contaminación más común se produce cuando existe ignorancia, falta de cultura y la influencia ambiental elimina todo posible análisis y también cuando los sentimientos interfieren con el pensamiento.

Un ejemplo puede ser: «Los profesores con gafas dan suerte en los exámenes». La gráfica de esta situación aparece en la figura 2.14 b.

La Contaminación también puede ser doble, cuando el Adulto es invadido por el Niño y por el Padre al unísono. Ver figura 2.14 c. El Adulto está contaminado entonces por las distorsiones de la realidad del Niño, fantasías e ilusiones, y por los prejuicios del Padre, información hecha de recuerdos, y por consiguiente, no crítica.

Un ejemplo de los prejuicios e ilusiones resultantes de esta situación puede ser la afirmación: «Mis alumnos de Filosofía no me quieren porque soy mujer».

Al finalizar la exposición de los Estados del Yo me parece oportuno explicar el empleo de algunos términos de las páginas anteriores y posteriores. Me refiero a los términos de ajuste, ajuste personal, OK, NO OK, ajuste psíquico, sistema positivo o negativo, etc.

El Análisis Transaccional se dirige desde sus inicios con BERNE (1981), al conocimiento de los factores que determinan en las personas una mayor madurez y los factores que la impiden.

El Análisis Transaccional no se conformó con ser una teoría de Psicología, sino que desde los primeros escritos y prácticas de Berne ha sido un conjunto de teorías aplicadas a mejorar básicamente la salud mental de los que lo reciben.

¿Cómo vamos a nombrar lo referente al aspecto del ajuste o desajuste psíquico, al mayor o menor desarrollo personal?

En inglés se emplea el término OKNESS, palabra formada del conocido OK (estar bien o correcto) y el sufijo «ness» que añade la «cualidad de...» o «el estado de...». Así, OKNESS significa el estar funcionando dentro de lo correcto, el estar funcionando bien, adecuadamente. Por el contrario, NO OKNESS significa funcionar de manera negativa o en desacuerdo «con lo que exige la situación». Es, pues, un funcionar inadecuado.

Podemos afirmar que una persona, un paciente, un educador o un alumno está «en OKNESS» cuando funciona en el sistema positivo de conductas, fruto del uso de los Estados del Yo: Padre Crítico, Padre Nutricio, Adulto, Niño Libre y Niño Adaptado OK, positivos frente a los estímulos que recibe.

Sin embargo, cuando se usa un Estado del Yo NO OK se está en el sistema de NO OKNESS, ya que el Padre Crítico, Padre Nutricio, Adulto, Niño Libre y Niño Adaptado NO OK nunca pueden ser adecuados.

El crecimiento de la persona, del ambiente, de las relaciones es un incremento del grado de OKNESS, es decir, un incremento en la sintonía y coherencia de los Estados del Yo. Una personalidad integrada, OK, ajustada, significa una personalidad que vive con concierto y sin enfrentamiento ni contaminaciones los Estados del Yo. Es capaz de sentir, elegir y decidir con el Estado del Yo conveniente al contexto situacional.

En este trabajo, se usarán indistintamente los diversos términos.

En resumen, hemos analizado los elementos básicos de los tres Estados del Yo: Padre, Adulto y Niño. Son tres maneras distintas de relacionarnos con los demás, según el análisis estructural de primer orden, y nueve maneras distintas, según el análisis estructural de segundo orden. La comunicación con los objetos, con las personas y con nosotros mismos se da pasando de un Estado a otro en función de las transacciones que recibimos. El conocimiento del análisis estructural que hemos expuesto indicando el origen, contenido y funciones de los Estados del Yo es algo previo al análisis de las Transacciones.

Los deberes y las normas que hemos recibido y que residen en el Estado Padre, aquellos que razonamos y pensamos, que se elabora con el Adulto y los sentimientos que sentimos y que radican en el Niño los vamos a trabajar con las Transacciones. En el capítulo siguiente estudiaremos el análisis de las mismas, definiendo de antemano que una Transacción es un intercambio entre Estados del Yo específicos.

Constituyen, como ya sabemos, la segunda unidad bien definida en que se apoya el Análisis Transaccional y pretenden explicar toda la vida social, toda la comunicación interpersonal.

CAPÍTULO

3

LAS TRANSACCIONES

1. CONCEPTO DE TRANSACCIÓN

- 1.1. Las Transacciones se realizan entre los Estados del Yo.
- 1.2. Los estímulos y las respuestas son verbales y no verbales.
- 1.3. La dinámica de las Transacciones es la búsqueda de las Caricias.
- 1.4. Representación de las Transacciones.

2. CLASIFICACIÓN DE LAS TRANSACCIONES

- 2.1. Transacción Complementaria.
- 2.2. Transacción Cruzada.
- 2.3. Transacción Ulterior.

En este capítulo de las Transacciones damos un paso más en el Análisis Transaccional. Hemos terminado de exponer los Estados del Yo. Ha sido un estudio de los aspectos individuales de las personas.

Comenzamos el análisis de los aspectos sociales, pues las Transacciones explican toda la vida social y constituyen la segunda unidad bien definida en que se apoya el Análisis Transaccional.

Ahora vamos a pensar en el Análisis Transaccional en términos de relaciones sociales. El análisis de las Transacciones propiamente dicho da una definición rigurosa del sistema en conjunto, que será de interés principalmente para los que tengan práctica de metodología científica.

En el Análisis Estructural y Funcional de la personalidad hemos analizado en detalle a la persona: su Padre, Adulto y Niño; lo que piensa, siente, dice y hace.

Hemos tratado de responder a la pregunta cómo es la estructura psicológica del sujeto. Es un Análisis de lo intrapersonal. Ahora intentaremos referirnos a lo que sucede entre las personas. Damos respuesta a la cuestión cómo se comunican las personas, cómo se usan los Estados del Yo al relacionarse un sujeto con otras personas. Las Transacciones muestran cómo aquél se vincula hacia fuera. Es un análisis de lo interpersonal.

A la hora de investigar en los juegos psicológicos, objetivo de nuestro trabajo, es necesario conocer qué Estados del Yo existen —Análisis estructura y Funcional— y cuáles son las Transacciones que permiten comprender la interrelación de los alumnos en la situación del aula. <http://psikolibro.blogspot.com>

CONCEPTO DE TRANSACCIÓN 1.

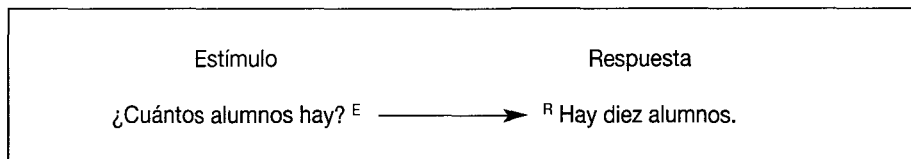
Podemos definir la Transacción con palabras del propio BERNE (1979 b): «Una Transacción consistente en un solo estímulo y una sola respuesta, verbal o no verbal, es la unidad de acción social. Se llama transacción o conciliación porque cada parte gana algo con ella, y por eso entra en ella. Todo lo que ocurra entre dos o más personas puede descomponerse en una serie de transacciones individuales, y esto da todas las ventajas que consigue cualquier ciencia, cuando tiene un sistema de unidades bien definido» (pp. 35-36).

Y la describimos detalladamente:

La Transacción es la unidad de las relaciones sociales. Hay un estímulo y una respuesta mínimos. BERNE (1979a) afirma: «Si una o dos personas se encuentran

en un juego social, tarde o temprano alguna de ellas hablará o dará alguna señal de reconocimiento de las otras. Esto es llamado *estímulo transaccional*. Entonces, otra persona dirá o hará algo que está de algún modo relacionado con este estímulo, y eso se llama *respuesta transaccional*» (p. 33).

La Transacción es, por consiguiente, un intercambio de estímulos y respuestas. Incluye el *estímulo* que puede ser una palabra, un gesto o una conducta que se refieren a otros y les afectan. Y la *respuesta*, es decir, el sujeto estimulado, tiene que responder. Si no hubiera alguna forma de respuesta no habría Transacción. El otro tiene que sentirse afectado hasta el punto de responder al estímulo. La Transacción presupone que los que interactúan lo hacen —ambos— dinámicamente, con la concatenación de estímulo-respuesta. No habiendo respuesta, no existe Transacción. La falta de respuesta no es una respuesta para el Análisis Transaccional. Sin embargo, no responder es una de las numerosas opciones ante un estímulo dado, en este caso, respuesta gestual no verbal.



He aquí un estímulo y una respuesta que parten del estado Adulto de dos personas. Se ha producido una interacción entre dos sujetos a través de su estado Adulto. Es una Transacción.

A la Transacción pueden reducirse todas las relaciones sociales por complicadas que ellas fueren; pueden ser reducidas a Transacciones individuales.

La definición descrita más arriba, de hecho, intenta dar un modelo para todas las formas posibles de conducta social humana.

Es la unidad de relación social, una forma de comunicación, es interrelación, el modo como se vinculan dos personas a través de sus Estados del Yo. Un diálogo es, por ejemplo, una serie de transacciones.

En esto radica el valor del empleo de la Transacción como unidad mínima y como modelo de diversas relaciones. Por ello BERNE (1979b, p. 36) nos dice que con ello logramos todas las ventajas que consigue cualquier ciencia, cuando tiene un sistema de unidades bien definido. Y así como desde la teoría de los Estados del Yo entendíamos toda la estructura y funcionamiento de la personalidad individual; así desde el estudio de las Transacciones, comprendemos todas las posibles formas de relaciones sociales, por complicadas que sean. No se ha encontrado ningún ejemplo entre miles o millones de intercambios entre seres humanos que no pudiera encajarse con el modelo.

Las Transacciones se realizan entre los Estados del Yo 1.1.

Las Transacciones se realizan desde el Estado del Yo del que estimula y el Estado del Yo del que responde. En la Transacción no basta afirmar un estímulo sino también desde qué Estado del Yo procede y hacia qué Estado del Yo se dirige. Lo mismo hay que decir de la respuesta: debe considerarse su dirección: de qué Estado procede y a cuál responde.

Esto nos señala la lógica del Análisis Transaccional. Se afirma que los seres humanos pueden cambiar de un Estado del Yo a otro y que si A dice algo y B dice algo poco después, puede verificarse si lo que ha dicho B es o no es una respuesta a lo que había dicho A.

Otros autores han definido las relaciones humanas en términos de estímulo y respuesta, pero Berne analiza tal estímulo y tal respuesta, mínimos, desde unos precisos Estados del Yo.

Los estímulos y las respuestas son verbales y no-verbales 1.2.

El hombre, a diferencia de los animales, tiene una característica particular. Y es que se expresa. Es un ser parlante. En la vida ordinaria y en la mayoría de las circunstancias usa estímulos verbales. Estos estímulos son los que más se ponen como ejemplos en este capítulo (figura 3.1), porque son más fáciles de diagramar. Incluso a la hora de describir las respuestas emocionales.

A lo largo del trabajo se emplean ejemplos casi siempre con estímulo verbal. Pero debemos interesarnos por los estímulos no verbales, dado que son frecuentes, sobre todo en la infancia, pasan desapercibidos y acompañan, modificándolos, a los verbales.

En el capítulo dedicado a los Estados del Yo se han expuesto las expresiones objetivas de los mismos, tanto verbales como algunas expresiones faciales, gestos, posturas, y también el tono y matices concomitantes con las palabras mismas que pueden servir de estímulo o de respuesta, dentro de determinados Estados del Yo, en las Transacciones. Insistiremos en la importancia de la comunicación no-verbal al describir los ítems de los juegos psicológicos.

BERNE (1979 b, p. 272) afirma que todo el gesto humano, pero más en particular la movilidad del rostro, es expresivo y sirve para estimular, responder o modificar las diversas Transacciones. Milímetros de movimiento, imperceptibles para uno mismo, son muy significativos para los observadores exteriores. Por esta razón —y sin que nos demos cuenta— estamos, a través del gesto, comunicándonos constantemente con los que nos rodean.

En el calor de un encuentro social, a través de los músculos faciales, estamos comenzando, terminando o modificando multitud de transacciones. Nuestro rostro da mensajes de los que muchas veces no somos conscientes. Son, a veces, me-

por expresión que nuestras propias palabras, que responden más bien a lo que pretendemos y creemos ser y sentir; y no a lo que realmente sentimos o somos.

Los gestos son más sinceros. Es perfectamente posible que, con los gestos, mandemos un estímulo en contradicción con nuestras palabras. Podemos emplear un gesto depresivo acompañando a palabras alegres, o enseñar una cara amarga con palabras muy dulces. De todo esto viene la importancia del gesto, del estímulo no-verbal.

Finalmente, los estímulos y respuestas verbales y no-verbales constituyen una unidad de comportamiento; por lo que la palabra y expresiones se influyen mutuamente en el mensaje o respuesta final.

1.3. La dinámica de las Transacciones en la búsqueda de las Caricias

En la Transacción cada participante gana algo. En páginas siguientes hablaremos de las Caricias que son el alimento de los Estados, la satisfacción de sus necesidades.

Hemos afirmado que nos comunicamos a través de las Transacciones. En la comunicación se da información. Es evidente que las Transacciones pueden ser analizadas desde el punto de vista de un intercambio de información (MARTORELL, 1983, p. 42). Sin embargo, enseguida nos damos cuenta de que muchas de nuestras Transacciones cotidianas son difícilmente justificables, pensando sólo en la cantidad de información que intercambian.

Parece que hay un valor intrínseco a la propia comunicación. Este algo es el reconocimiento psicológico, reconocer a alguien y ser reconocido por él, atender y ser atendido. A este reconocimiento en Análisis Transaccional se denomina con la palabra Caricia.

Berne resalta este aspecto cuando explica el porqué del nombre de Transacción, como hemos descrito anteriormente: «Se llama Transacción porque cada parte gana algo con ella, y por esto entra en ella» (1979b, p. 35). Y en otro lugar afirma: «Un cambio de caricias constituye una *Transacción*, la cual es la unidad de las relaciones sociales» (1979a, p. 17).

Es, pues, la Transacción un medio para recibir mutuamente un don; una caricia. Todas las relaciones sociales son fuente de Caricias. Y las Transacciones son el camino más corriente y natural para obtenerlas.

Cada persona usa una clase de Transacciones y busca una clase de ganancias. Este uso y búsqueda dependen de la programación infantil.

1.4. Representación de las Transacciones

La representación de las Transacciones es gráfica, clara, sencilla y eficaz. Se coloca, frente a frente, el diagrama de los Estados del Yo del que estimula y del que res-

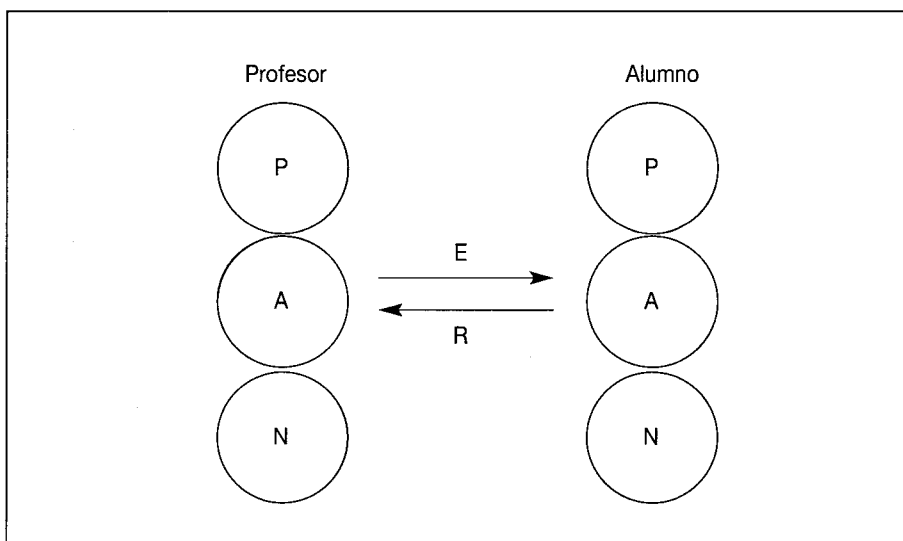
ponde. El estímulo se representa por una flecha, que va desde el Estado estimulante hasta el Estado que busca estimular. Y la respuesta, con otra flecha, que va desde el Estado que responde hasta el que pretende que reciba la respuesta. Tanto estímulo como respuesta consideran dos Estados. Uno desde qué Estado parte; y otro, a qué Estado se refiere. Recordemos el ejemplo escrito anteriormente.

El Adulto del Emisor del Estímulo (profesor) pregunta al Adulto del Receptor: «¿Qué hora es? Mi reloj se ha parado».

Y el Adulto del Receptor del Estímulo (alumno) responde al Adulto del Emisor: «Son las seis de la tarde».

Se pueden considerar solamente los tres Estados Estructurales (figura 3.1). Pero para mayor precisión se recomienda el análisis funcional de los Estados del Yo.

FIGURA 3.1
TRANSACCIÓN CON DIAGRAMA ESTRUCTURAL



CLASIFICACIÓN DE LAS TRANSACCIONES 2.

La clasificación de las Transacciones es uno de los valores prácticos del sistema propuesto por Berne. Cualquier relación social puede clasificarse y describirse en alguna clase de Transacción.

El número teórico de las mismas (posibles estímulos y respuestas desde Estados específicos) es de unos cuantos millares. BERNE (1979b, p. 36) presenta nueve complementarias, setenta y dos cruzadas, seis mil cuatrocientas ochenta dobles y treinta y seis angulares. Pero, afortunadamente, en la práctica se emplean sólo unas pocas, unas quince; el resto queda para el estudio en las sesiones clínicas.

Se pueden clasificar las Transacciones por el número de Estados del Yo de los participantes. Y son simples y ulteriores, participando en aquéllas dos Estados solamente y tres o más en éstas.

Por el origen de las respuestas son complementarias y cruzadas. Estas pueden ser transferenciales, contratransferenciales, deshumanizadas, exasperantes, del infinito y de quejas o lamentos mutuos.

Por el número de mensajes emitidos simultáneamente, ulteriores. Y las ulteriores, en angulares y dobles.

A continuación explicamos cada categoría de Transacciones.

2.1. Transacción Complementaria

Las Transacciones Complementarias son Transacciones simples, pues sólo interviene un único Estado del Yo de cada una de las personas interactuantes.

Son abiertas. La respuesta es la esperada por el estímulo. Por ello, BERNE (1979b) afirmará que desde el punto de vista de la comunicación, puesto que no hay trabas, «mientras las Transacciones son complementarias, con flechas paralelas, la comunicación puede proseguir indefinidamente» (p. 30).

Veamos un ejemplo con un diagrama funcional:

Dos profesores contemplan cómo dos alumnos destruyen algunos libros de otros compañeros:

Profesor: «Esto no puede ser. Los denunciaré para que no se repita».

Profesora: «Estoy de acuerdo. Estos hechos no se deben dejar pasar».

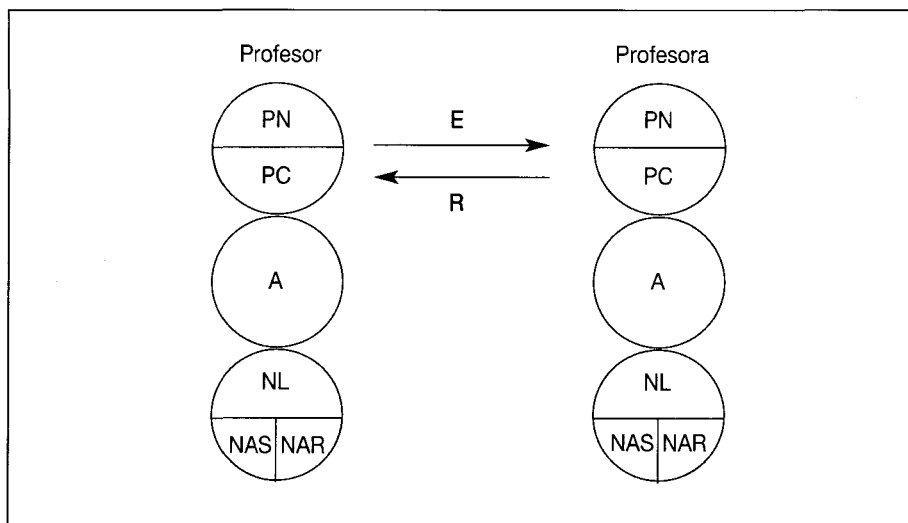
Se observa que la respuesta vuelve del Estado del Yo que recibió el estímulo, al Estado del Yo que lo emitió. E interviene un sólo Estado del Yo por cada respuesta.

Es necesario recordar que al ser este trabajo escrito, se apelará a los signos de conducta de palabras y frases. En la práctica las frases, al venir acompañadas por gestos, son más complejas de analizar.

Estas Transacciones que son paralelas, complementan sin interrupción la comunicación entre los Estados del Yo. Berne concluyó la primera regla de la Comunicación: *la relación y el diálogo tienden a continuar indefinidamente cuando se dan las Transacciones Complementarias.*

Estas Transacciones son abiertas, directas, y no bloquean la comunicación que hace fluida y agradable la relación entre las personas.

FIGURA 3.2
TRANSACCIÓN COMPLEMENTARIA SIMPLE



Transacción Cruzada 2.2.

Las Transacciones Cruzadas son aquellas en las que la respuesta transaccional del estimulado no proviene del Estado del Yo al que el estímulo transaccional se dirigió. La respuesta llega de otro Estado del Yo. No es complementaria. Es una respuesta que bloquea la comunicación.

Se llaman cruzadas porque, efectivamente, estímulo y respuesta se cruzan. También, a veces, se cruzan las flechas.

Un ejemplo con el diagrama de primer orden (figura 3.3):

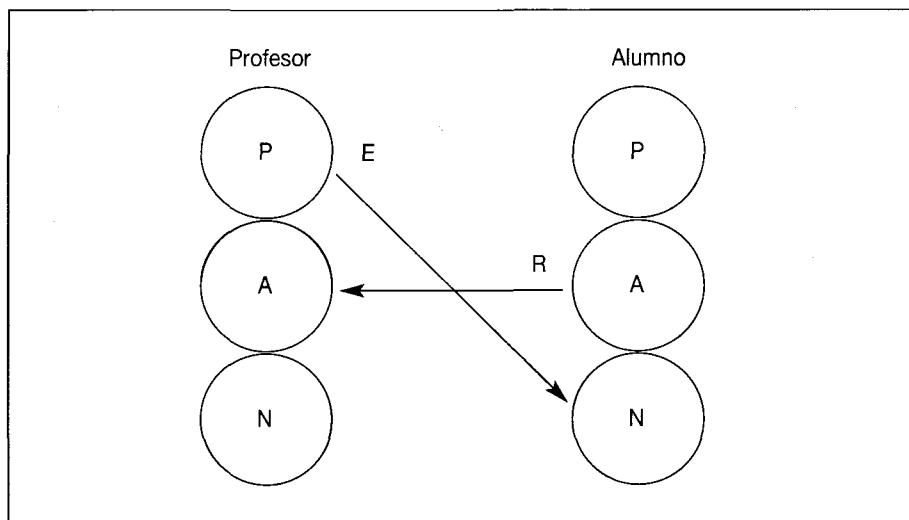
Estímulo: El Padre del emisor-profesor se dirige al Niño del receptor-alumno: «Haz los deberes y ordena tus libros».

Respuesta: El Adulto del receptor-alumno responde al Adulto del emisor-profesor: «¿Verdaderamente son cosas tan importantes para Vd.?».

Berne describió la segunda regla de la Comunicación basándose en estas Transacciones: *cuando la Transacción es cruzada, la relación es, o bien detenida o bien modificada*. La comunicación sobre un tema se corta.

Consideremos las principales Transacciones Cruzadas.

FIGURA 3.3
TRANSACCIÓN CRUZADA



2.2.1. Transacción Transferencial

En esta Transacción el estímulo es de Adulto a Adulto. Se pide información, pero aparece el Niño, como si fuera Padre-Niño y por esto éste responde Niño-Padre. En vez de datos recibimos una reacción emocional de rebeldía o de sumisión.

Estímulo: El Adulto del emisor-profesor envía el estímulo al Adulto del receptor-alumno: «¿Has terminado tus tareas?».

Respuesta: El Niño del receptor-alumno responde al Padre del emisor-profesor: «¡Por qué está Vd. metiéndose siempre conmigo!».

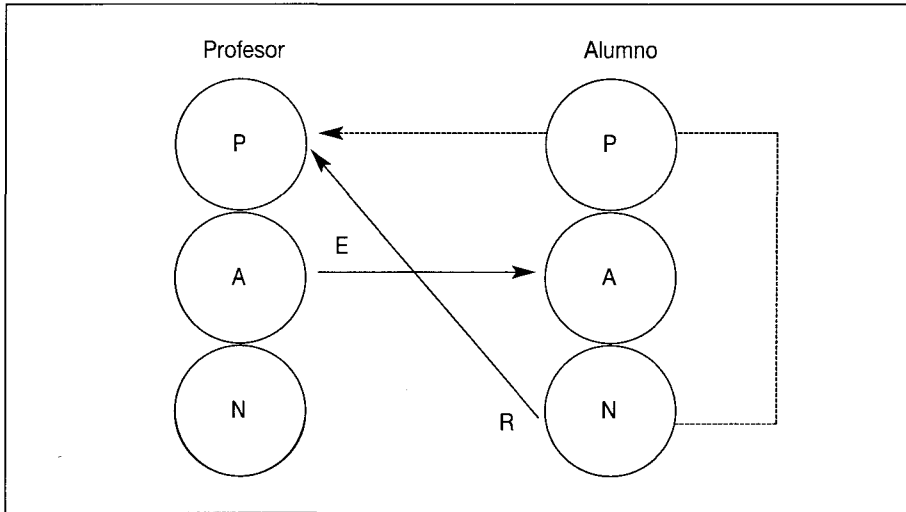
Ya no se puede seguir hablando de las tareas escolares.

Las personas que tienden mucho a este cruce, tienen muy desarrollado el Niño Adaptado (por haberse dirigido a ese Estado del Yo la mayoría de los mensajes tempranos que recibieron en su vida), ya sea Sumiso o Rebelde (KERTÉSZ, 1985, p. 130). La educación estuvo en manos de los Padres Críticos de sus padres y luego se han hecho a reaccionar desde el Niño Sumiso.

Esta es la típica Transacción transferencial psicoanalítica, donde el paciente «transfiere» o proyecta a su Padre interno sobre el terapeuta, el alumno sobre el profesor y el subordinado sobre el jefe (ibíd., p. 130).

El Diccionario del Psicoanálisis (1979) define la Transferencia como «el proceso en virtud del cual los deseos inconscientes se actualizan sobre ciertos objetos, dentro de la relación analítica. Se trata de una repetición de prototipos infantiles vivida con un marcado sentimiento de actualidad» (p. 459).

FIGURA 3.4
TRANSACCIÓN TRANSFERENCIAL



Dentro de la Transacción Cruzada Transferencial, hemos afirmado que el estímulo Adulto-Adulto lanzado por el emisor, es respondido por el Niño-Padre. Parece ser que despierta en el receptor del estímulo alguna experiencia infantil por lo que se presenta en el Estado Niño y se dirige al Estado Padre pidiendo protección o descargando agresividad.

BERNE (1981) afirma que la cura transferencial en «términos estructurales significa la sustitución del padre original por el terapeuta, y en términos transaccionales significa que el terapeuta permite al paciente reanudar con él un juego que se interrumpió en la infancia... o por otra parte, presenta la posibilidad de realizar el juego de forma más benigna que lo que le permitía el padre original» (p. 170).

El receptor del estímulo o paciente transfiere al emisor, o terapeuta, sentimientos grabados en su Niño.

Transacción Contratransferencial

2.2.2.

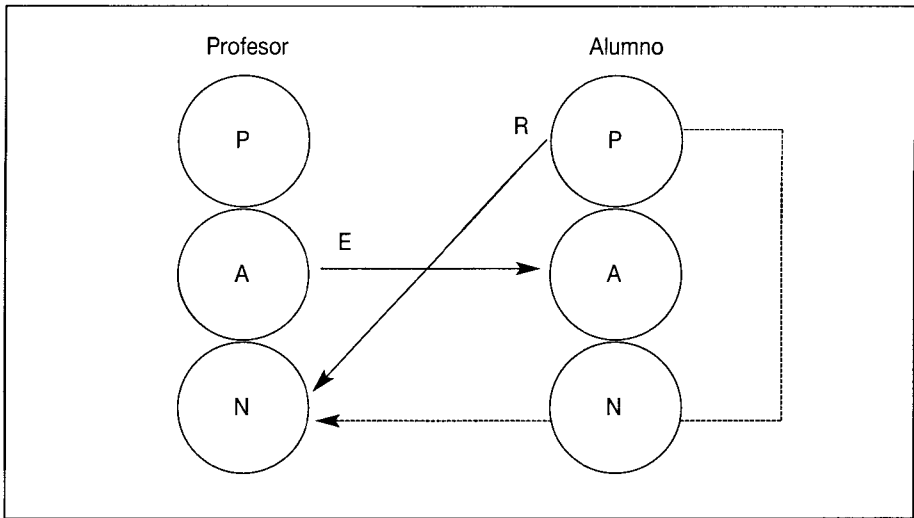
Esta vez el Estado Adulto del emisor es cruzado por el Estado Padre del receptor (figura 3.5).

Estímulo: El Adulto del emisor-alumno envía el estímulo al Adulto del receptor-profesor: «¿Puede decirme Vd. a qué hora es el examen?».

Respuesta: El Padre del receptor-profesor responde al Niño del emisor-alumno: «¡Pero es que tú estás siempre en la luna!».

El alumno no se enterará de qué hora es la fijada para realizar el examen.

FIGURA 3.5
TRANSACCIÓN CONTRATRANSFERENCIAL



Las personas con tendencia a este cruce están acostumbradas o han desarrollado en exceso al Padre Crítico o Protector. Así están o persiguiendo o salvando, pero no computan y resuelven los problemas. Poseen una rigidez en el Estado Padre y una debilidad grande en el Adulto.

Berne la llama contras transferencia. Es el Padre el que transfiere. Se puede recordar que el Psicoanálisis entiende por Contras transferencia el «conjunto de reacciones inconscientes del analista frente a la presencia del analizado y especialmente hacia la transferencia de éste» (Diccionario del Psicoanálisis, 1979, p. 83).

El analista, terapeuta, educador y todo el que fomenta estas transacciones se posicionan generalmente en niveles de autoridad, no desarrollando el Adulto de sus interlocutores, sino que amenazan constantemente con su posición autoritaria o condescendiente. Procuran, al reaccionar, estar por encima de los demás.

2.2.3. Transacción Deshumanizada

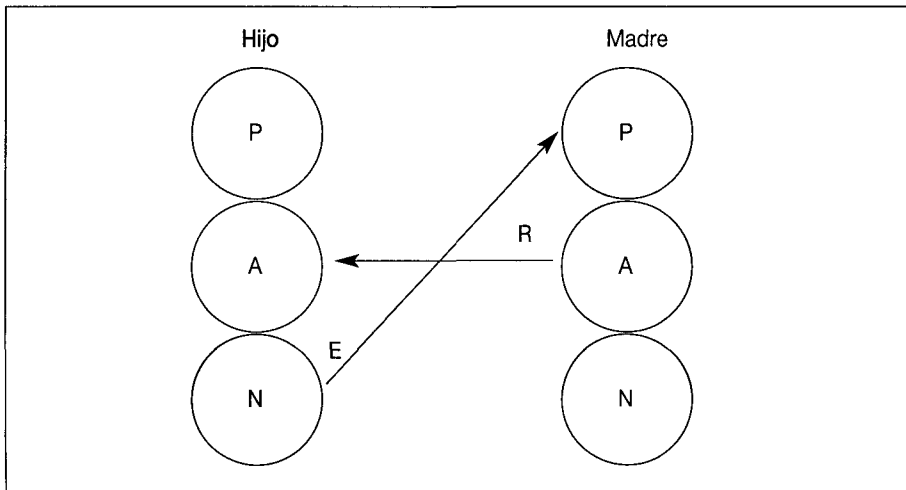
Algunos llaman a esta Transacción «Exasperante», porque el Niño se desespera.

Es la inversa de la Transferencial. Aquí se pide ayuda y sólo se reciben datos. El Niño pide a un Padre que le dé ayuda, comprensión, calor y sólo halla datos fríos, computados, del Adulto.

Estímulo: El Niño del hijo pide al Padre de su madre: «Mamá, ¿puedes darme un café calentito? ¿A que sí?».

Respuesta: El Adulto de la madre responde al Adulto del hijo: «El café se ha terminado esta mañana. No hay más».

FIGURA 3.6
TRANSACCIÓN DESHUMANIZADA



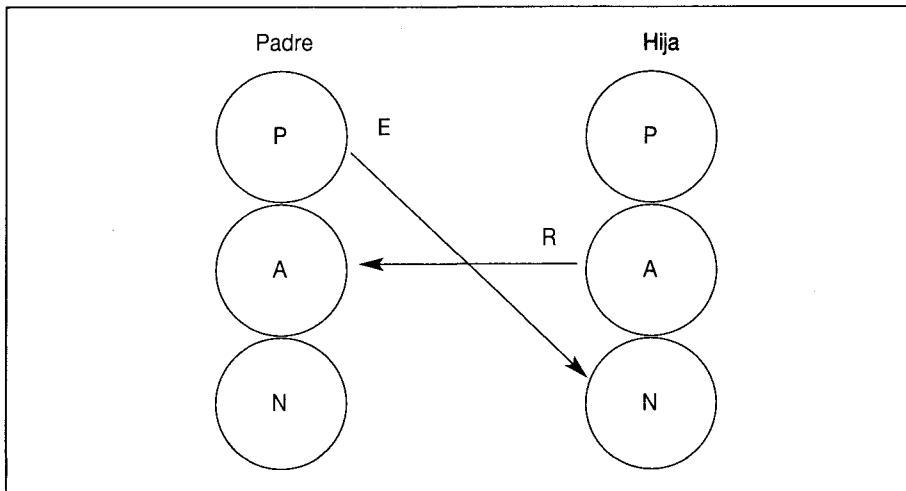
El ejemplo de la figura 3.6 es una muestra de Transacción Deshumanizada. En una verdadera necesidad como la que manifiesta el hijo, la madre se muestra fría y poco humanizada. Sería positiva si la apetencia del Niño fuera desorbitada.

El Adulto materno haría notar esta inadecuación.

Transacción Insolente 2.2.4.

Es la Transacción inversa de la Contratransferencial. Se espera sumisión, docilidad, comprensión sincera, no salvadora, ante contenidos éticos, y responde un Adulto frío.

FIGURA 3.7
TRANSACCIÓN INSOLENTA



Estímulo: El Padre Nutricio OK quiere acariciar al Niño Natural de su hija: «Mira qué collar te he traído de mi viaje».

Respuesta: El Adulto de la hija responde al Adulto de su padre: «¡Ha gastado demasiado dinero para mí, papá!».

BERNE (1979 b) la llama «Insolencia» porque para el Padre que se ofrece a ayudar y nutrir adecuadamente, la respuesta fría del Adulto parece un desafío a las actitudes de aquél que emite el estímulo (p. 32).

2.2.5. La Transacción del Infinito

Consiste la Transacción del Infinito en emitir el estímulo de Padre Crítico al Niño Libre o Adaptado y cruzar la respuesta de Padre Crítico a Niño Libre o Adaptado.

Este cruce se produce siempre que se responde a una agresión o reproche con otra agresión o reproche.

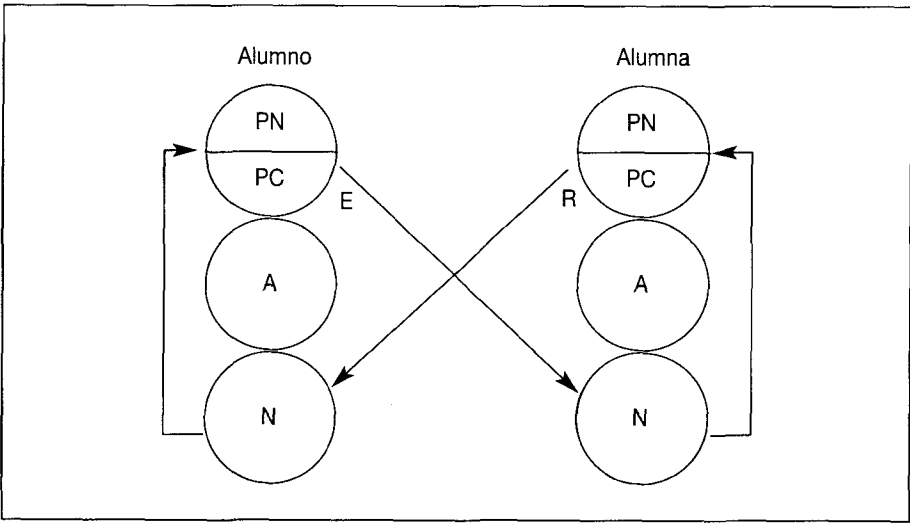
Estímulo: El Padre Crítico del Alumno se dirige al Niño de la alumna: «No haces más que pelearte con el profesor de Ciencias».

Respuesta: El Padre Crítico de la alumna responde al Niño del alumno: «¡Vaya quién lo dice! ¡Y tú, con la profesora de Matemáticas!».

En esta Transacción, el estímulo del Padre Crítico quiere apabullar imponiéndose al Niño que, pidiendo ayuda a su Padre Crítico interno (flechas externas), no acepta la crítica y le responde con otro insulto.

Es cruzada y puede durar indefinidamente. Por la forma (∞) es un círculo vicioso, dándose «un circuito de mutuo refuerzo del “estar mal”, procurando que el otro se sienta peor, para sentirse uno mejor» (KERTÉSZ, 1985, p. 133).

FIGURA 3.8
TRANSACCIÓN DEL INFINITO



Transacción de quejas o lamentos mutuos 2.2.6.

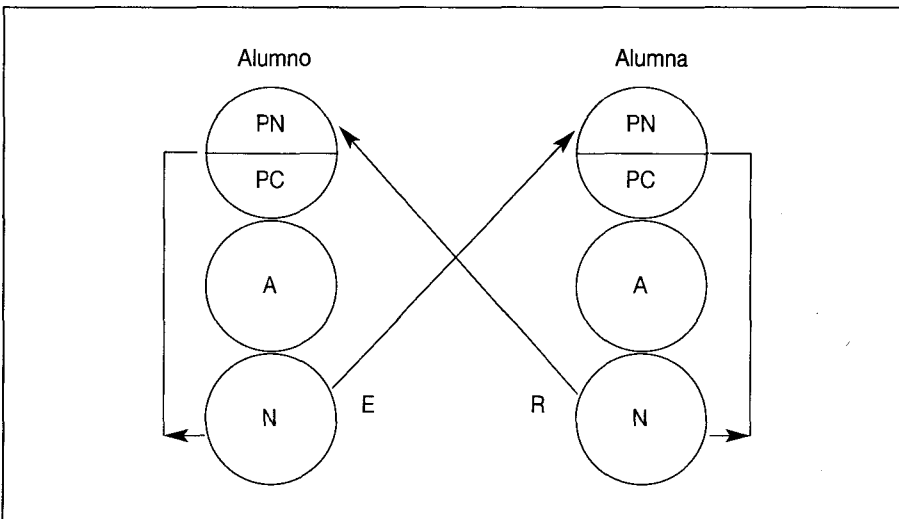
Esta Transacción es parecida a la anterior. Pero, en vez de críticas, ataques o reproches, se dan ayudas para protegerse mutuamente, careciendo, sin embargo, de interés por el otro.

Estímulo: El Niño del alumno busca protección en el Padre Nutricio de otra alumna: «¡Qué mala suerte tengo... no he aprobado ni una...!».

Respuesta: El Niño de la alumna responde pidiendo ayuda al Padre Nutricio del alumno: «¡Pues mira que yo... no me sale una bien!».

En estas Transacciones, cada Niño pide protección y el otro responde quejándose a su vez. Los Niños del alumno y la alumna de la figura 3.9 están preocupados por sí mismos, sin interés por el otro. Son lamentos, quejas que se van sucediendo indefinidamente. Este círculo se hubiera roto si se hubiera respondido en forma complementaria.

FIGURA 3.9
TRANSACCIÓN DE QUEJAS MUTUAS



Transacción Ulterior 2.3.

Las Transacciones Ulteriores son las más complejas y las que están en la base de los juegos psicológicos. «Son aquellas en cuyo estímulo y/o respuesta interviene simultáneamente más de un Estado del Yo» (KERTÉSZ, 1985, p. 134).

Hay mensajes dobles. Unos son ocultos, psicológicos y otros son visibles, sociales. Los dos mensajes suponen dos niveles y la acción simultánea de más de un Estado del Yo.

El *nivel social* que es el evidente, público y visible parecido al nivel de las Transacciones ya estudiadas. Suele expresarse de modo verbal. Y el estímulo puede interpretarse literalmente.

El *nivel psicológico* que es oculto, encubierto precisamente por el nivel social. Es más sutil y menos perceptible. Su contenido no se puede admitir al pie de la letra sino en sentido relacional. «En la Transacción Ulterior cabe efectuar tanto un análisis del contenido vinculado con el qué del mensaje como uno del proceso que brinda el cómo del mensaje, la relación que se desea establecer» (CIRIGLIANO, 1984, p. 82). Este nivel se manifiesta generalmente por el gesto, el tono de voz, o sea, por aspectos no-verbales de la Transacción.

Estos dos niveles hacen importantes a estas Transacciones. El estímulo social distrae al Adulto del que lo recibe y el Niño y el Padre quedan influidos, enganchados por el estímulo psicológico. Incluso el que emite el estímulo psicológico, oculto, lo hace de tal modo que no es percibido por su propio Adulto.

Las personas emisoras y receptoras del estímulo sutil psicológico mantienen a su Adulto despistado, engañado, fuera de juego de la verdadera Transacción. El Adulto no se entera.

Las Transacciones Ulteriores pueden ser Angulares y Dobles.

2.3.1. Transacción Angular

Es la Transacción del vendedor (BERNE, 1979a, p. 37 y 1979b, p. 32) de los anuncios comerciales y las ventas en el mercado.

Es un estímulo doble, en ángulo. El estímulo social, aceptable, y el estímulo oculto bajo el social, que pretende enganchar al Padre o al Niño del otro. Un Adulto mal informado, ingenuo, o un Padre con flaqueza para salvar o perseguir, o una fuerte energía del Niño Adaptado, hacen posible la manipulación que se da con esta Transacción.

Aclaremos lo afirmado con un ejemplo: figura 3.10; el nivel psicológico se describe con la flecha punteada.

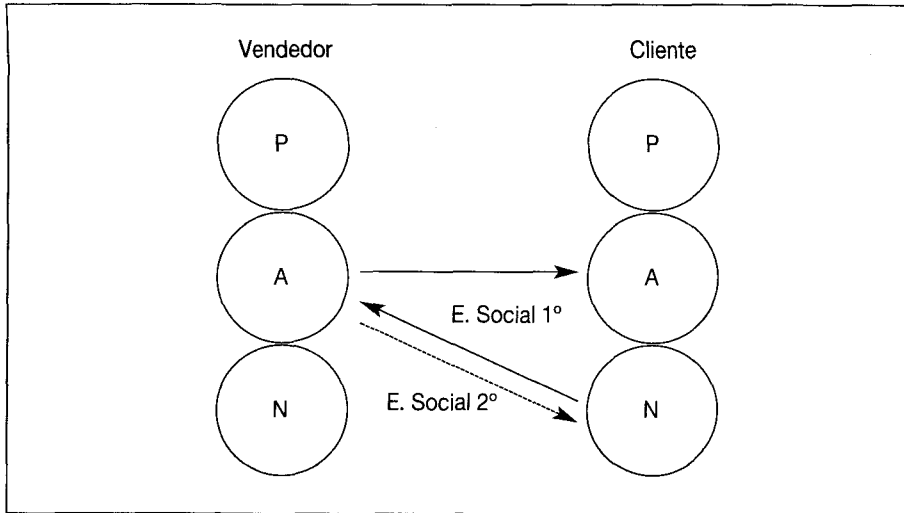
Estímulo 1º: ¡Este es el mejor coche que tenemos, pero tal vez sea demasiado para Vd.! (Este estímulo es social y va de Adulto a Adulto.)

Estímulo 2º: (Va incluido en el 1º. En la figura aparece con trazos punteados): «¿A que no se anima Vd.? ¿A que no es capaz de atreverse?» (Este estímulo es psicológico y lo envía para enganchar al Niño del cliente.)

Respuesta: «¡Me lo compro. Este es el coche que necesito yo!» (Ha picado el Niño.)

La persona olvida pedir información al Adulto: el coche corre demasiado, su economía y la edad de sesenta años no se lo permiten, etc., y la debilidad del Niño toma la iniciativa de la respuesta. Si no se enganchara el Niño, el Adulto puede responder sin dejarse engañar: ¡Sí, es demasiado rápido para mí; además, con mi edad disminuyen los reflejos para conducir. No lo necesito! Debido a esto se le llama Transacción del vendedor. Es halagando al Niño o al Padre como logran vender los productos.

FIGURA 3.10
TRANSACCIÓN ANGULAR



Transacción Doble 2.3.2.

Son dos Transacciones que involucran cuatro Estados del Yo. Dos Estados del emisor del estímulo y dos Estados para el receptor que responde. La Transacción visible es la social, y la oculta, la psicológica. Las flechas pueden ser paralelas o pueden cruzarse. Veamos un ejemplo de un alumno que presenta una tarea sucia y con errores (figura 3.11).

Estímulo 1º: «¡Me he vuelto a equivocar!». (El Adulto del alumno confirma el hecho al Adulto del profesor.) Es el nivel social.

Estímulo 2º: «¡Perdón, señor profesor, soy un inútil!». (Ulteriormente el Niño del alumno pide comprensión al Padre del profesor.) Es un nivel psicológico.

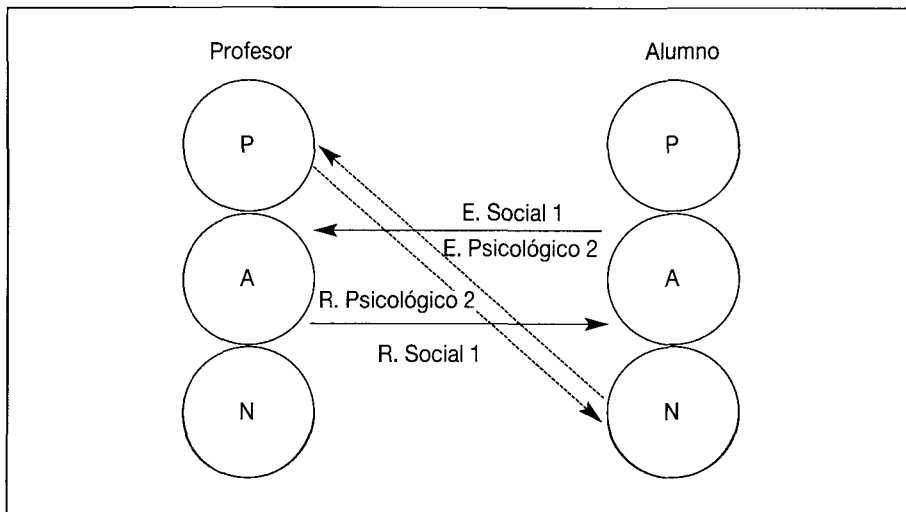
Respuesta 1ª: «¡Ya lo veo en el cuaderno!». El Adulto del profesor constata el dato al Adulto del alumno.

Respuesta 2ª: «¡Bien inútil que eres!». El Padre Crítico del profesor sutilmente (atención gestos no-verbales) descalifica al Niño Adaptado Sumiso del alumno.

Berne, basándose en estas Transacciones Ulteriores, extrajo la tercera regla de la Comunicación: *Lo que determina el resultado final de las Transacciones Ulteriores es la parte psicológica, oculta.*

Los transaccionalistas han señalado, ampliado y desarrollado (KERTÉSZ, 1985, p. 136) Transacciones que proceden de Estados disfuncionales. Son y tienen los rasgos de las descritas, pero al revés. Son negativas, insanas porque dan caricias negativas, son dobles: ocultan intenciones inaceptables y finalmente son inoportunas e inadecuadas. Todas ellas se estudian detalladamente en la terapia clínica.

FIGURA 3.11
TRANSACCIÓN DOBLE



El análisis de las Transacciones es, pues, el análisis de la comunicación interpersonal. Describe y examina desde dónde nos comunicamos con los demás y desde dónde nos viene la respuesta. Pueden entrar en juego más de un Estado del Yo de cada persona. Por medio de una comunicación en la que usamos Transacciones complementarias, se puede aprender a expresar los sentimientos, aclarar los problemas, analizar situaciones conflictivas propias y ajenas y lograr la intimidad. En resumen, hemos analizado la estructura dinámica de las relaciones entre las personas.

REGLAS DE COMUNICACIÓN

Primera Regla de Comunicación:

Si las Transacciones son complementarias, la comunicación continúa indefinidamente, hasta cumplir su objetivo.

Segunda Regla de Comunicación:

En las Transacciones cruzadas, la comunicación se interrumpe. Se corta, o bien, sigue otro rumbo.

Tercera Regla de Comunicación:

En las Transacciones Ulteriores lo que cuenta es el nivel psicológico; lo que sigue se decide en el nivel oculto; lo que se envía por ese canal es lo que importa.

El conocimiento de las Transacciones da paso en las páginas siguientes al capítulo de las Caricias. Complementa a los capítulos anteriores, puesto que trata de los incentivos y satisfacciones de necesidades básicas, en orden al desarrollo personal. Ocupan un lugar preeminente en el Análisis Transaccional. Es una realidad sutil para entender nuestras relaciones interpersonales. Una caricia positiva es una transacción complementaria adecuada a la situación. Una caricia es un estímulo intencional dirigido de una persona a otra persona. Este estímulo puede ser físico, verbal, gestual o escrito.

CAPÍTULO

4

LAS CARICIAS

1. IMPORTANCIA DE LAS CARICIAS

1.1. Necesidad de caricias físicas.

2. CONCEPTO DE CARICIA EN EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL

3. LA DIVERSIDAD DE CARICIAS

3.1. Caricias positivas y negativas.

3.2. Caricias incondicionales y condicionales.

3.3. Caricias de expresión personal u objetal.

3.4. Por la intención con que se dan.

3.5. Caricias para el Padre, para el Adulto y para el Niño.

3.6. Heterocaricias y autocaricias.

Hasta el presente, hemos estudiado la Estructura de la Personalidad según el Análisis Transaccional, de acuerdo a la teoría de los Estados del Yo: Padre, Adulto, Niño. Hemos considerado su naturaleza, estructura y funciones y la fuerza que les empuja a manifestarse.

También hemos analizado las Transacciones. Éstas nos han ayudado a comprender a las personas en sus relaciones con los demás. Nos detuvimos analizando la naturaleza y las clases de Transacciones.

Al analizar ahora las Caricias, tratamos de describir los incentivos y las satisfacciones que produce la interacción entre la persona, el ser vivo y el medio humano que lo rodea.

IMPORTANCIA DE LAS CARICIAS 1.

La historia de la psicología nos confirma las consecuencias dramáticas que sobrevienen a los niños carentes de estimulación sensitiva y de caricias físicas.

Necesidad de caricias físicas 1.1.

La primera experiencia sobre la privación afectiva fue hecha por el emperador Federico II, que reinó desde 1190 hasta alrededor de 1250 (AJURIAGUERRA, 1979, p. 462).

Su cronista Salimbeni que le conocía personalmente, refiere lo siguiente: «La segunda locura de Federico fue que quiso saber qué tipo de lengua y qué forma de hablar tendrían los niños cuando hubieran crecido si antes no habían hablado con nadie. Ordenó a las nodrizas y a las niñeras que lactasen a los niños, los bañasen y los lavasen, pero sin charlar con ellos ni hablarles de ninguna forma, porque quería saber si estos niños hablaban hebreo, que era la lengua más antigua, griego, latín o árabe, o quizá la lengua de sus padres. Sus intentos fueron vanos *porque todos los niños murieron, ya que no podían vivir sin las caricias, las caras alegres y las palabras de amor de las nodrizas.* (El subrayado es nuestro.) Por ello se llama canción de cuna a la canción que canta una mujer cuando balancea la cuna para dormir al niño. Sin esta canción un niño duerme mal y no reposa».

Pero es sobre todo a partir de 1930, con J. Bowlby, R. Spitz y otros, cuando se describen los efectos de la falta de relaciones entre la madre y el niño (SÁEZ y LARRÁN, 1990).

J. BOWLBY (1967) publica una monografía titulada *Cuidados maternos y salud mental*, en la cual presenta la importancia que debe otorgarse a los lazos afectivos madre-hijo en el desarrollo de la personalidad de este último, en las funciones afectivas, cognitivas y perceptivas.

R. Spitz en sus investigaciones con niños institucionalizados concluyó que los niños de instituciones sufrían un considerable retraso en su desarrollo. Eran los efectos del aislamiento o separación de los niños por falta de contacto con otras personas.

El carácter transaccional de la relación entre madre-niño, tal como lo estamos exponiendo, hace referencia, también, al concepto de «urdimbre afectiva» (Rof CARBALLO, 1972, p. 466). Es la atmósfera peculiar que envuelve a las conductas de cuidado del niño en los primeros años de vida, donde el niño es acariciado, cuidado, limpiado, vestido, saciado y que dejan transparentar un fuerte contenido emocional subterráneo.

Numerosos autores se han interesado por el estudio del comportamiento de los animales manteniéndolos aislados y sin contacto durante un tiempo más o menos largo. Un ejemplo es HARLOW (1958), quien decidió poner a prueba la hipótesis de que el confort del contacto es más importante que la alimentación. Harry F. Harlow realizó estos estudios con monos.

Para ello construyó dos tipos de madres moniles, unas con paño suave y otras con duro alambre. Conclusión: todos los monitos, incluso los que estaban acostumbrados a la madre de alambre, se marchaban y pasaban largos ratos abrazados a la madre de confortable paño. Así Harlow probaba que más que la alimentación influía la sensación física de un contacto agradable.

En estudios más tardíos (1964) comprobó que la ausencia de contacto del monito con su madre o con otros monos en el período crítico les llevaba al aislamiento, a impotencias, enfermedades y a una mortalidad mayor.

En todos ellos parece confirmarse el supuesto de que ciertos tipos de estímulos sensoriales del entorno son necesarios para un desarrollo ordenado y armónico de la conducta tanto en los animales como en el hombre. La privación materna puede ser, pues, la fuente de los trastornos físicos y psíquicos. Para una mayor ampliación de este tema, puede consultarse el trabajo de SÁEZ y LARRÁN (1991) *Respuesta educativa a la vivencia de abandono*.

Tanto en niños como en adultos existe una verdadera hambre de estimulación, de caricias físicas y de estímulos físicos. Tan fuerte es la necesidad de ser estimulado que los estímulos fastidiosos (en Análisis Transaccional se llaman Caricias negativas) son preferibles a nada. Se apuesta por las caricias negativas, ser estimulado aunque sea por camino equivocado antes que la nada, el aislamiento.

En la persona adulta el reconocimiento social va ocupando el puesto de las caricias físicas, aunque éstas no se anulen. El «hambre de ser tocado», el hambre

de contacto dará paso al «hambre de reconocimiento». A través del tiempo, el niño irá relacionándose con su medio y sustituyendo aquellos primeros estímulos por otros, aceptables socialmente y que, sin embargo, cubren la cuota de alimentos, de estímulos, que él necesita para continuar sintiéndose vivo. Se reemplazan unas Caricias por otras. Resta recordar que así como cada individuo es distinto en sus Estados del Yo, también lo es en la intensidad y clases de Caricias que precisa.

CONCEPTO DE CARICIA EN EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL 2.

En el Análisis Transaccional usamos el término Caricia de manera general, total. Nos referimos a las Caricias físicas y a las Caricias sociales o de reconocimiento.

Caricia es cualquier acto que implique el reconocimiento de la persona del otro. Para BERNE (1985), caricia es la «unidad de reconocimiento» (p. 402).

En castellano la palabra Caricia es la traducción de la palabra inglesa «stroke», una de cuyas acepciones se refiere al acto de pasar la mano delicadamente a otro o a uno mismo.

Si atendemos a la definición de Caricia como la unidad de base de reconocimiento y transacción, cualquier transacción comporta un intercambio de caricias; el estímulo transaccional comporta una caricia y la respuesta comporta otra. Aquí estímulo, además del reconocimiento de tipo físico o biológico, es un reconocimiento de tipo psicosocial.

La Caricia puede ser dada por uno a otro; o por uno a sí mismo. En este último caso la llamaríamos autocaricia.

LA DIVERSIDAD DE CARICIAS 3.

Vamos a dedicarnos a presentar las Caricias según distintos criterios. Para aligerar el camino, veamos primero una síntesis en la tabla que se expone a continuación (Cuadro 4.1).

CUADRO 4.1
CLASES DE CARICIAS

CRITERIOS DE DIVISIÓN	TENEMOS ESTAS CLASES	ALGUNOS EJEMPLOS
Según el aspecto de la SALUD	CARICIAS POSITIVAS CARICIAS NEGATIVAS	¡Me encanta estar contigo! ¡Desgraciado! ¡Imbécil!
Según el MOTIVO por el que se acaricia.	CARICIAS CONDICIONALES CARICIAS INCONDICIONALES	¡Me gusta tu forma de vestir! ¡Eres lo mejor del mundo!
Según el MEDIO DE EXPRESIÓN de la Caricia.	EXPRESADA PERSONALMENTE EXPRESADA OBJETALMENTE	Un abrazo Un regalo
Según la INTENCIÓN del que las otorga.	SINCERAS FALSAS	¡Eres mi mejor amigo! ¡Qué buen compañero eres! ¿Por qué no me dejas tu moto este fin de semana?
Según el ESTADO DEL YO que es OBJETO de la Caricia.	CARICIAS PARA EL PADRE CARICIAS PARA EL ADULTO CARICIAS PARA EL NIÑO	¡Gracias por haberme traído al mundo! ¡Trabajar contigo es una experiencia positiva! ¡Me siento tan bien abrazado a ti!
Según la FUENTE O EL ORIGEN DE DONDE NACE la Caricia.	HETEROCARICIAS AUTOCARICIAS	¡Eres muy valioso para nosotros! ¡Qué memoria más prodigiosa la mía!

3.1. Caricias positivas y negativas

Cuando hablamos de Caricias positivas o negativas nos estamos refiriendo al significado total del comportamiento. No se puede analizar si las Caricias en sí mismas son positivas o negativas, sino si ayudan a estar bien en la situación total de la persona.

Una Caricia positiva es una transacción complementaria adecuada a la situación. Ayuda a sentirse bien y a aumentar el sentimiento de autoestima, favoreciendo un sano desarrollo de la persona. Las Caricias positivas son las mejores: reconocen, fortalecen, desarrollan y aumentan el bienestar del individuo.

Ejemplo: «Qué bien bailas»
 «Me alegro de que seas mi alumno»
 «Es un placer ir contigo de excursión»
 «Me encanta estar contigo»

Las Caricias negativas son aquellas que nos hacen sentir mal, disminuyen y rebajan el reconocimiento de nosotros mismos. Causan daño moral o físico. Desvalorizan a los que se dirigen. Este tipo de Caricias descuentan algo al que las recibe: necesidades, salud, honor, fama, amor, sentimientos, enviando el mensaje: «Tú no estás bien».

Las Caricias negativas humillan, degradan, ridiculizan y rebajan a las personas.

Ejemplo: «No deseo verte más»
 «Eres un inepto, no sabes mandar»
 «No tienes nada de bueno. Eres un inútil total»
 «Todo lo haces mal. Lo que tocas lo rompes»

Dentro de las Caricias negativas podemos incluir las omisiones de caricias obligadas; las pseudoatenciones con doble intención como las ironías; la lástima (no la sana compasión) y las manipulaciones, el chantaje o el soborno principalmente.

Caricias incondicionales y condicionales 3.2.

Las Caricias incondicionales se refieren a la persona en cuanto tal, por ser quien es y tal como es, por el mero hecho de ser ella, de existir.

Son emitidas por el Padre Nutritivo o por el Niño Natural.

Ejemplos: ¡Eres lo mejor del mundo!
 ¡Te quiero!
 ¡Yo te quiero, hagas lo que hagas!
 ¡Te odio!

Las Caricias incondicionales obviamente pueden ser positivas o negativas, originándose en este último caso en el Padre Crítico negativo o en el Niño Adaptado Rebelde.

Las Caricias condicionales son las que se otorgan o se reciben por una determinada razón o forma de ser. Se acaricia una acción, una conducta o algo concreto de la persona. El reconocimiento no va a la persona por lo que ella es, sino por lo que hace o tiene, bueno o malo. También pueden ser positivas o negativas.

Ejemplos: ¡Me gusta tu forma de reír!
 ¡Cuando eres puntual, eres maravilloso!
 ¡Este trabajo es una porquería!
 ¡Me agradas cuando presentas limpios los deberes!

3.3. Caricias de expresión personal u objetal

Otra división o clasificación de las Caricias puede hacerse fijándose en el medio de expresión de la Caricia.

Las Caricias expresadas personalmente son las más frecuentes. Pueden ser *no-verbales*. Incluimos aquí la caricia física de la que hemos hablado más arriba usando el contacto directo de los cuerpos, abrazos o apretones de manos, acto sexual. Los *gestos*: ceño fruncido, sonrisa, suspiros impacientes, lágrimas... «Son aquéllas en las que se recurre sólo a una parte del cuerpo» (ROMÁN, 1983, p. 92).

Las Caricias *verbales* son las más frecuentes, pues la persona se caracteriza y se distingue por la palabra. También pueden expresarse Caricias a través de la donación de objetos. Estos acarician eficazmente y aunque de modo indirecto se manifiesta con ellos ayuda y estímulo: por ejemplo: un regalo, una carta...

3.4. Por la intención con que se dan

Las Caricias pueden dividirse por la intención o sinceridad del que las ofrece.

Las Caricias sinceras o auténticas son aquellas en que se da una concordancia entre el sentimiento que está experimentando quien las da y el reflejo o conducta acariciante que manifiesta la vivencia verdadera. Hay una conjunción perfecta entre lo que siente o se hace y lo que se pretende sentir o hacer. Pueden ser tanto positivas como negativas.

Las Caricias falsas se refieren a aquellas que aparentemente presentan una cosa pero su fondo o intencionalidad es la contraria. Se encuentran entre éstas las Caricias adulatorias que «se emplean con la intención de obtener un provecho del otro» (ROMÁN, 1983, p. 93). El individuo que las recibe se siente en un estado OK, pero condicionado, y duradero sólo hasta el momento en que reciba una caricia realmente sincera.

Ejemplo: ¡Qué buen compañero eres!, ¿por qué no me sustituyes estas dos horas de clase?

También son falsas las Caricias «mecánicas» que se dan rutinariamente, para salir del paso o porque no hay otro remedio.

3.5. Caricias para el Padre, para el Adulto y para el Niño

Cada Estado del Yo tiene sus necesidades y apetencias dinámicas y existen los incentivos que las satisfacen. Todos los Estados del Yo deben recibir caricias. Y el Estado que carezca o no reciba caricias puede atrofiarse, eliminándose de la comunicación. Por el contrario, el Estado que reciba caricias en exceso puede apa-

recer como el único. Por eso, se deben dar estímulos y satisfacciones a todos ellos.

Las Caricias apropiadas para el Padre Crítico son de estima y veneración admirando sus valores y normas, manteniendo la tradición familiar o cumpliendo sus consejos. Las Caricias negativas consistirán en la rebelión y la desobediencia.

Ejemplo: «Lo mejor que puedes hacer para complacerme es estudiar para médico». Y el hijo estudia la carrera de medicina. La negativa sería estudiar cualquier otra carrera.

El Padre Nutritivo necesita caricias de amor. Reconocerle y dejar que nutra, anime y trabaje con su buen corazón a favor de los demás.

La principal función del Adulto, afirmamos en páginas anteriores, es obtener información, procesarla racionalmente y actuar en consecuencia. Por consiguiente, los tipos de caricias que necesita el Adulto son diferentes de los que necesita el Padre o el Niño.

Las Caricias al Adulto se referirán a darle la oportunidad de funcionar con datos serios y exactos, eliminando los prejuicios o situaciones emocionales cuya tensión contamine la información objetiva de la realidad.

Ejemplo: «Me ofreces un programa bien pensado».

Las Caricias que se refieren a tocar, comer, a la alegría y distensión, al juego y al amor apuntan generalmente al Niño Natural. «El Pequeño Profesor puede sentirse acariciado por su creatividad y el uso de su intuición» (JAMES y SAVARY, 1981, p. 219). Las Caricias de aprobación o desaprobación por el buen comportamiento alcanzan el objetivo del Niño Adaptado. Si estas caricias le presionan en exceso, le abaten y le impiden vivir a gusto al Niño Adaptado, son negativas.

Ejemplo para el Niño Natural: «Chocolate con churros era justamente lo que quería».

Heterocaricias y autocaricias 3.6.

En la historia evolutiva de las personas una gran parte de las Caricias han sido Heterocaricias, es decir, suministradas por otros. De niños, las personas mayores y de adultos, los compañeros y amigos nos han estimulado, facilitándonos la satisfacción y el desarrollo. Sobre esto hemos hablado en las páginas precedentes.

Pero, cada persona puede darse a sí misma Autocaricias, como suplemento de las anteriores. Las Autocaricias cumplen con los elementos esenciales de aquello que por caricias hemos definido. Son estímulos y son estímulos de reconocimiento.

Las personas pueden autopropinarse caricias positivas o caricias negativas. Éstas perturban y no reconocen la valía personal, criticando y desvalorizando las conductas y sentimientos propios. Las Autocaricias positivas, sin embargo, premian y reconocen la existencia de la persona.

Las Caricias ocupan, pues, un lugar importante en el Análisis Transaccional. La caricia está en el centro y al comienzo de la constitución de la persona. Es un concepto necesario para entender tanto las posiciones existenciales, que estudiaremos en el capítulo siguiente, como nuestras relaciones interpersonales. Las caricias negativas y la ausencia de caricias lleva a un «Yo no estoy bien». Las personas las necesitan: positivas o negativas. La satisfacción del hambre de caricias determina muchas de las actividades de las personas y condiciona a menudo lo que hace con su tiempo.

Y nos introducimos ya en el estudio de las Posiciones Existenciales. Son fijaciones infantiles en el Niño Adaptado, persistentes, causa y origen de comportamientos diversos. Consisten en convicciones infantiles, acerca del «estar bien o mal», tanto de «uno mismo como de los demás». Son dinámicas y su papel es sistematizar la ubicación psicológica que cada uno tenemos en la vida.

CAPÍTULO

5

LAS POSICIONES EXISTENCIALES

1. NATURALEZA DE LAS POSICIONES
EXISTENCIALES

2. GÉNESIS DE LA POSICIÓN EXISTENCIAL

3. IMPORTANCIA PRÁCTICA DE LAS
POSICIONES EXISTENCIALES

4. DESCRIPCIÓN DE LAS POSICIONES
EXISTENCIALES

4.1. Yo estoy bien - Tú estás bien.

4.2. Yo estoy bien - Tú estás mal.

4.3. Yo estoy mal - Tú estas bien.

4.4. Yo estoy mal - Tú estás mal.

5. YO ESTOY MÁS O MENOS (\pm) BIEN - TÚ
ESTÁS MÁS O MENOS (\pm) BIEN

6. POSICIONES EXISTENCIALES DESDE EL
ENFOQUE TRIPARTITO

NATURALEZA DE LAS POSICIONES EXISTENCIALES 1.

Eric Berne constató este hecho: cada persona posee una valoración acerca de sí misma, de los otros y del mundo.

Este concepto básico que la persona tiene de sí misma, de los otros y de las realidades circundantes es no consciente. Es subjetivo. Y determina muchos de sus pensamientos, valoraciones y sentimientos que justifican decisiones vitales. Son las Posiciones Existenciales.

El Análisis Transaccional habla de Posición, pues básicamente es una postura o posición «que implica una visión de todo el mundo» (BERNE, 1979b, p. 103). Y Existencial o psicológica, pues esta postura pertenece a lo mental, es decir, al ámbito del pensamiento, de las fantasías y de los sentimientos. Es un proceso psicológico individual y psicosocial en interacción con el entorno.

La Posición Existencial es el término de un proceso intelectual que asigna tanto al sujeto como a la realidad, la connotación más elemental: bueno, malo. (CIRIGLIANO y FORCADE, 1984, p. 116).

Las Posiciones Existenciales «vienen de las convicciones que el niño ha mamado con la leche de su madre» (BERNE, 1979b, p. 104). Efectivamente, el Adulto que hay en el Niño, el Pequeño Profesor, astuto profesor lo describíamos al definirlo, entre los primeros meses y los ocho años, saca conclusiones a las que le faltan datos y sobran emociones.

En los momentos más arcaicos de la vida de la persona, los estímulos, las experiencias y los mensajes ambientales le alimentan la conclusión de cómo está el sujeto o yo, y cómo está la realidad, el mundo o tú. «Yo» puede ser ampliado a «nosotros/as» y «tú» puede representar a «vosotros», «ellos», «los niños», «todos los demás».

«Las posiciones más simples tienen dos elementos, Tú y Yo» (BERNE, 1979 b, p. 104).

Ahora bien, ¿Cuál es el contenido de estos pronombres? ¿Cuál es el contenido de las Posiciones? El contenido se refiere al estar bien o mal de la persona y del mundo circundante. Hay contenidos emocionales que habitualmente se experimentan como positivos o negativos y contenidos sociales que describen la relación que existe entre nosotros mismos y los demás.

Yo estoy bien (Yo estoy OK o Yo estoy +) puede significar: soy bueno, rico, fuerte, poderoso, abierto, interesante, valioso; merezco vivir. En el fondo, por el

motivo que sea, me siento «bien»; implica cualquier adjetivo que se considere «bueno».

Yo estoy mal (Yo estoy NO OK o Yo estoy –) puede significar: soy malo, débil, feo, aburrido, inútil, ignorante; mi vida no vale nada. En el fondo, por el motivo que sea, me siento «mal».

Tú estás bien (Tú estás OK o Tú estás +) puede significar: me quieres, me limpias, puedo confiar en ti; la gente es justa; eres fuerte, alegre. En el fondo, por el motivo que sea, te siento «bien».

Tú estás mal (Tú estás NO OK o Tú estás –) puede significar: eres malo; no vales; eres peligroso, cruel, injusto; tu vida no vale nada. En el fondo, por el motivo que sea, te siento «mal».

La distinta ordenación de estas convicciones dan las cuatro Posiciones Existenciales básicas:

Yo estoy bien – Tú estás bien
 Yo estoy bien – Tú estás mal
 Yo estoy mal – Tú estás bien
 Yo estoy mal – Tú estás mal

Resumiendo, cuando hablamos de la Posición Existencial nos estamos refiriendo a la visión o la forma de percibirnos a nosotros mismos, a los demás y a todo el mundo.

2. GÉNESIS DE LA POSICIÓN EXISTENCIAL

Para BERNE (1979b, p. 102) las experiencias infantiles, particularmente en relación con nuestro padre y con nuestra madre, son las determinantes de la programación. Las primeras influencias generalmente se dan entre el niño y su madre. «Todavía no es la hora», «Mientras la madre fuma...», «Eso es ser un buen chico», «Tú inténtalo», y otros múltiples mensajes van obligando a la parte de Adulto que hay en el Niño a tomar la decisión de su posición existencial.

Todo esto repetido, día tras día, año tras año, en breves ceremonias de limpieza, comidas, etc., y acompañados de gestos de aprobación o desaprobación, está inculcando la sensación de encontrarse bien o encontrarse mal.

Para cuando llega el «Baja de la cama, cariño» o «Si lo haces, te parto la cara», el niño o la niña ya tiene ciertas convicciones acerca de sí mismo y de las personas que lo rodean, especialmente de sus padres.

Eric BERNE (1979b) resume estas convicciones y decisiones adquiridas desde el período de lactancia hasta los ocho años con estas palabras:

Es probable que estas convicciones le acompañen el resto de su vida, y pueden resumirse de la siguiente manera: 1) Yo estoy bien. 2) Yo no estoy bien. 3) Tú estás bien. 4) Tú no estás bien. Sobre la base de éstas, toma su decisión vital. «Este es un mun-

do bueno, algún día lo baré mejor». a través de la ciencia, el servicio, la poesía o la música. «Este es un mundo malo. algún día me mataré, o mataré a otro, me volveré loco, o me retiraré de él. Quizá es un mundo mediocre, donde uno hace lo que tiene que hacer y se divierte a medias... o un mundo difícil donde uno vive a la doblez, o negocia, o culebrea, o lucha para ganarse la vida... (p. 115).

Si el niño recibe caricias positivas, condicionales e incondicionales, y además posee unas figuras parentales que le dan mensajes verbales y **no verbales** positivos, de aliento y confianza, el Niño Adaptado, evaluado por el **Adulto del Niño**, el Pequeño Profesor, elegirá la forma de sentirse bien.

Si, por el contrario, durante los primeros años de su vida, la persona **se crió** rodeada de atenciones inadecuadas, llenas de críticas y «descuentos», con hambre básica de caricias insatisfecha, el Niño Adaptado con el Pequeño Profesor adquirirá un autoconcepto y autovaloración de sentirse mal.

NOVAK (1998) insiste en esta idea de la importancia del ambiente para estar bien o estar mal:

Harris (1969), en su libro I'm OK, You're OK (Yo estoy bien, tú estás bien) demostraba de forma práctica cómo, hasta cierto punto, ninguno de nosotros nos sentimos «bien», porque este sentimiento deriva, en parte, de las experiencias de la primera infancia en el curso normal de crecimiento. En los entornos tempranos más nocivos, el sentimiento de «no estar bien» puede enraizarse de tal manera que se traduzca en una vida de acciones antisociales o destructivas desde el punto de vista personal, como el abuso de drogas, los trastornos de apetito, etc. Puesto que los seres humanos viven en sociedades que no son ideales para generar sentimientos de «estar bien», donde los sesgos étnicos, culturales, raciales o sexuales pueden agravar los sentimientos tempranos de «no estar bien», el reto al que se enfrenta el profesor es cómo tratar de forma constructiva, tanto para él mismo como para los aprendices, las múltiples necesidades del ego de éstos (p. 151).

Y entramos así a describir el segundo polo que origina y sustenta la Posición Existencial de cada persona.

Nos referimos al Niño que en los primeros días, meses y años de su vida es un ser pensante. Pensante, a su modo, pero pensante. Piensa y «deduce». A esta edad, como no tiene estructurado el Estado del Yo Adulto, razona con el Adulto del Niño, generalmente mal informado y contaminado por las emociones. Y es este Pequeño Profesor el que «de acuerdo a las experiencias positivas o negativas, propias o ajenas, se convence de determinadas posiciones, y las asume como una norma que va, en adelante, a regular sus relaciones humanas» (BERNE, 1979 b, p. 119).

Abundando en este tema, CIRIGLIANO y FORCADE (1984) afirman que la posición existencial es la primera gran elaboración teórica del Pequeño Profesor (AN). Alrededor del segundo o tercer año de vida... el Pequeño Profesor sobre la base del conocimiento directo, de las experiencias que tiene, ordenando los datos que recibe, interpretando por intuición y por el sentir lo que acontece, «llega a elaborar una **conclusión** compuesta de las dos creencias básicas: una sobre sí y otra sobre el mundo. Es al modo de un juicio o interpretación. Luego

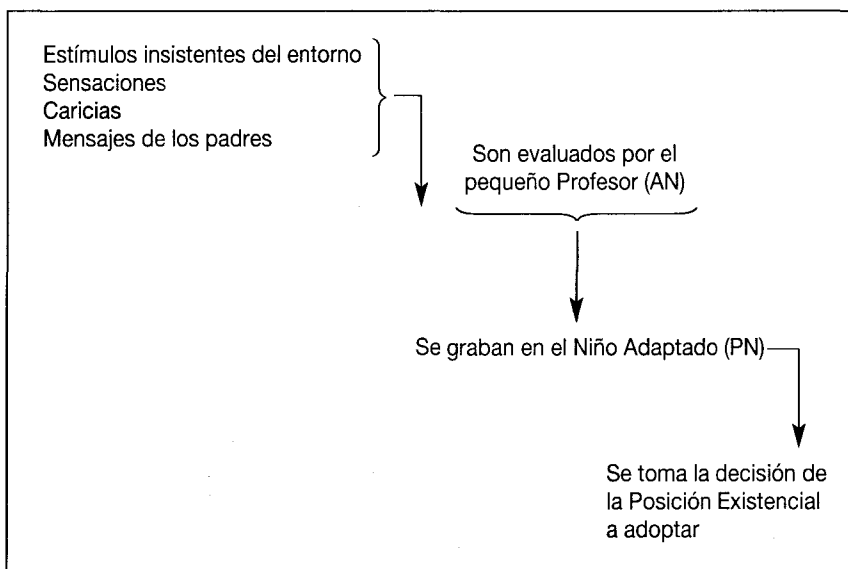
viene el NA (P del N) que adopta dicha conclusión, la decide o sanciona, es decir, la convierte en norma o ley, legislando sobre la realidad, indicando que «tiene que ser» (p. 116).

Estos conceptos de sí mismo y de los demás que contienen las Posiciones Existenciales son distorsionados, poco realistas, y tienden a ser más influyentes y difíciles de corregir cuanto más temprano se adquieren. Esto es debido a que ha sido el pensamiento mágico y no el lógico el que ha tomado las riendas de las opciones y decisiones.

Cualquiera de las Posiciones Existenciales básicas que vamos a describir han sido tomadas (antes de los ocho años) en ausencia de la capacidad racional lógica de una persona adulta.

En el Cuadro 5.1 se describe esquemáticamente cómo se genera la Posición Existencial.

CUADRO 5.1
GENERACIÓN DE LA POSICIÓN EXISTENCIAL



3. **IMPORTANCIA PRÁCTICA DE LAS POSICIONES EXISTENCIALES**

La búsqueda de caricias determina las Posiciones, puesto que, según se consigan caricias positivas o negativas, el niño estará bien o estará mal. Cuando las Posiciones señalan un buen camino de caricias, se fijan porque compensan.

Hablamos en el capítulo de las Caricias acerca de cómo hay que llenar la batería personal de las mismas. Afirmábamos que de no hallar caricias positivas, las negativas suplían su ausencia.

Aquí podemos afirmar que Caricias y Posiciones se necesitan o complementan mutuamente. Las Posiciones llevan a relacionarse con las personas y si los demás son fuentes de caricias negativas, estarán mal. Pero, aunque en Posición Existencial NO OK, aportan caricias y peor sería la nada.

Una vez adoptada la Posición Existencial... «el niño ya tiene una pauta de conducta que le asegura su provisión de caricias, así como el ser reconocido de un modo previsible» (KERTÉSZ, 1977, p. 96).

Las Posiciones Existenciales son importantes para cada persona porque ofrecen la seguridad de lo conocido. Así nos explica BERNE (1979 b) la persistencia de las posiciones: «Éstas son necesarias para que pueda tener la impresión de pisar un terreno firme, y la persona será tan reacia a la hora de abandonarla como si tuviera que abandonar los cimientos de su casa» (p. 106).

La posición libra de la angustia ante lo novedoso y desconocido. Le adapta a su ambiente; es una pieza más de él.

Las Posiciones Existenciales permiten estructurar el tiempo. Las personas, de este modo, y por ser fieles a las posiciones, se meten en juegos psicológicos. Éstos estructuran las transacciones ulteriores haciéndolas progresar hacia resultados previsibles y bien definidos. Es en el Beneficio Final de los juegos psicológicos, al experimentar los jugadores los falsos sentimientos, cuando se confirman en la Posición Existencial básica «elegida» en la infancia. A este beneficio se le llama beneficio existencial.

Afirmaremos más adelante que los juegos psicológicos pueden ser representados por el Triángulo Dramático. Los roles falsos que se practican a través de aquellos, aunque definidos por Berne, fueron diagramados por Karpman con el triángulo dramático. Son tres: Perseguidor, Salvador, Víctima.

El rol predominante del triángulo dramático que uno mantiene por más tiempo corresponde generalmente a la propia posición existencial básica. Y las convicciones arcaicas infantiles que son las posiciones empujan a desempeñar más frecuentemente algunos papeles o roles falsos.

Lo presentamos de modo resumido en el Cuadro 5.2, añadiendo los Estados del Yo correspondientes a cada posición y rol.

CUADRO 5.2
ROL - POSICIÓN EXISTENCIAL - ESTADO DEL YO

ROL	Posición EXISTENCIAL	Estado del YO
Perseguidor	Yo estoy bien - Tú estás mal (+/-)	P C -
Salvador	Yo estoy bien - Tú estás mal (+/-)	P N -
Víctima	Yo estoy mal - Tú estás bien (-/+)	N.A.S.
	Yo estoy bien - Tú estás mal (+/-)	
	Yo estoy mal - Tú estás mal (-/-)	Víctima Perseguidora N.A.R.

4. DESCRIPCIÓN DE LAS POSICIONES EXISTENCIALES

De acuerdo con los contenidos definidos hasta ahora, uniendo los pronombres Yo-Tú y los predicados bien y mal, logramos las siguientes combinaciones:

- 1º. Yo estoy bien - Tú estás bien
- 2º. Yo estoy bien - Tú estás mal
- 3º. Yo estoy mal - Tú estás bien
- 4º. Yo estoy mal - Tú estás mal

Podemos añadir una quinta combinación, a la que los transaccionalistas le dan el nombre de posición realista. Se describe de este modo:

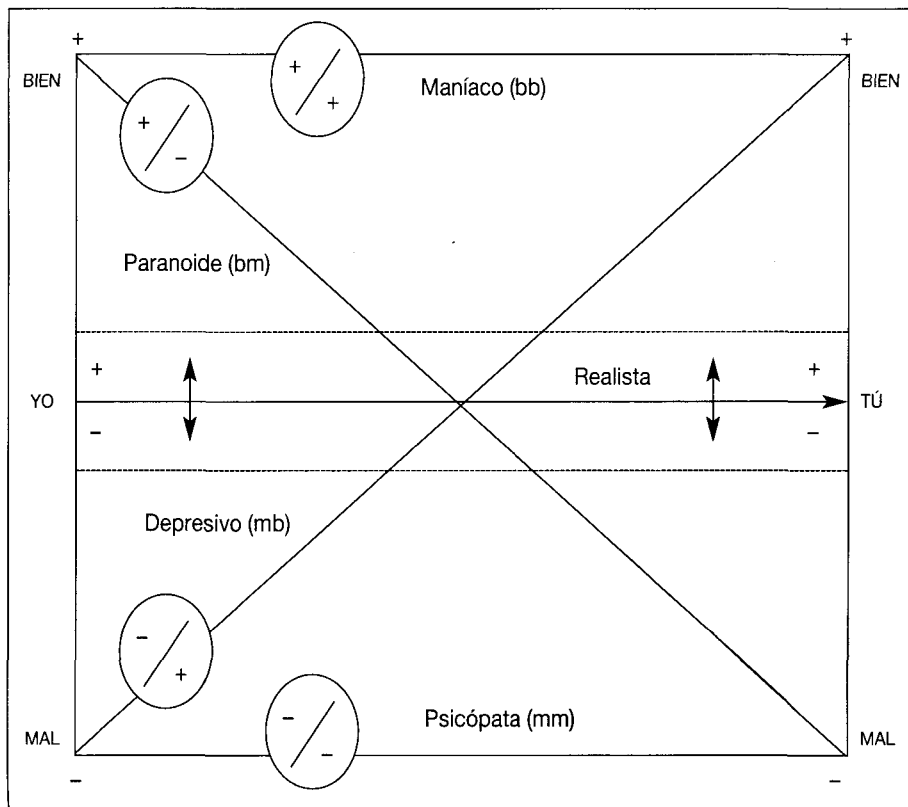
Yo estoy más o menos (\pm) bien - Tú estás más o menos (\pm) bien.

Presentadas las posiciones a través de un gráfico, quedan reflejadas como figuran en el Cuadro 5.3.

Deteniéndonos en este gráfico, podemos observar las Posiciones Existenciales citadas. Son:

- 1ª. *(bb) Yo estoy bien - Tú estás bien.* Apellidada MANÍACA porque para el que la vive, todo, absolutamente todo, está bien y además los otros son maravillosos. Es la persona maniaca.
- 2ª. *(bm) Yo estoy bien - Tú estás mal.* Es la posición PARANOIDE. Uno se considera bueno, fantástico, y el otro, malo. Es la persona con complejo de superioridad.

CUADRO 5.3
POSICIONES EXISTENCIALES



- 3^a. *(mb) Yo estoy mal - Tú estás bien.* Llamada DEPRESIVA. La vida personal no vale nada pero tú, el otro, es la fuente del bien, de las caricias. Es la persona angustiada.
- 4^a. *(mm) Yo estoy mal - Tú estás mal.* Recibe el nombre de PSICÓPATA. Yo no valgo nada. Nihilista. Y la vida y el mundo de los otros tampoco. Es la persona desesperada.
- 5^a. *(BB) Yo estoy bien - Tú estás bien.* Es la posición que decide el Adulto tras analizar y admitir los éxitos y deficiencias personales y ajenas. El Adulto sopesa los traumas y frustraciones, caricias y descuentos que ofrece la vida, y cae en la cuenta de que uno mismo está más o menos bien según circunstancias y lo mismo los demás, a pesar de las pruebas y dificultades. Es la persona confiada.

4.1. Yo estoy bien - Tú estás bien

Puede verse en el Cuadro 5.4 un resumen de la posición maníaca.

En la posición maníaca todo es perfecto y la gente es maravillosa: «Hay que ser optimista», «Todo marcha estupendamente».

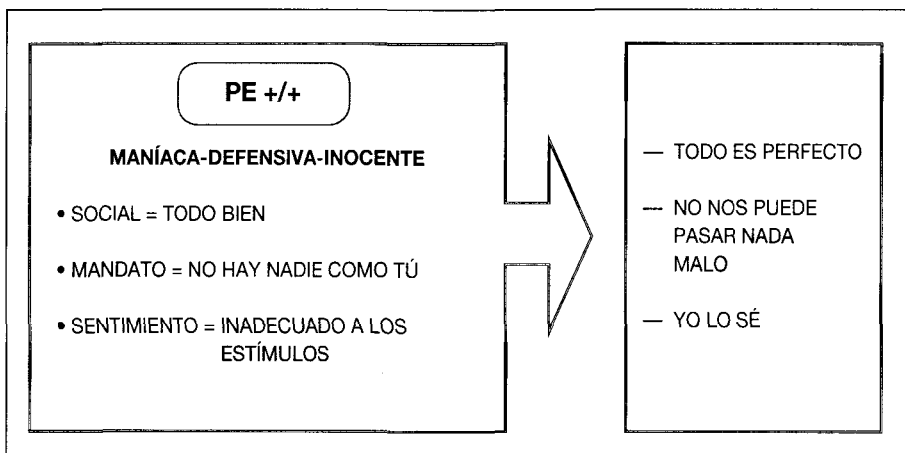
Esta posición no fue descrita por Eric Berne, sino por sus discípulos que se basaron en observaciones clínicas.

Las personas que están en esa posición recibieron en su niñez todo tipo de caricias positivas, atención y cuidado de su ambiente familiar. Por el contrario, no se les permitió referirse y contar lo negativo, reprimiéndoles los impulsos y sentimientos que surgían ante las limitaciones de la vida.

Pero como ni nosotros ni las cosas podemos estar siempre y simultáneamente bien, esta posición es temporal y suele transformarse en maníaca-depresiva. KERTÉSZ (1985) describe varios grados desde «la excitación eufórica, la hipomanía, la manía, llegando en lo más grave, al furor maníaco, donde el paciente muestra una actividad extraordinaria... hasta caer agotado» (p. 254).

Entre las características más acusadas del maníaco están su actividad dispersa, la negación de los aspectos negativos propios y ajenos, candidez e irrealismo.

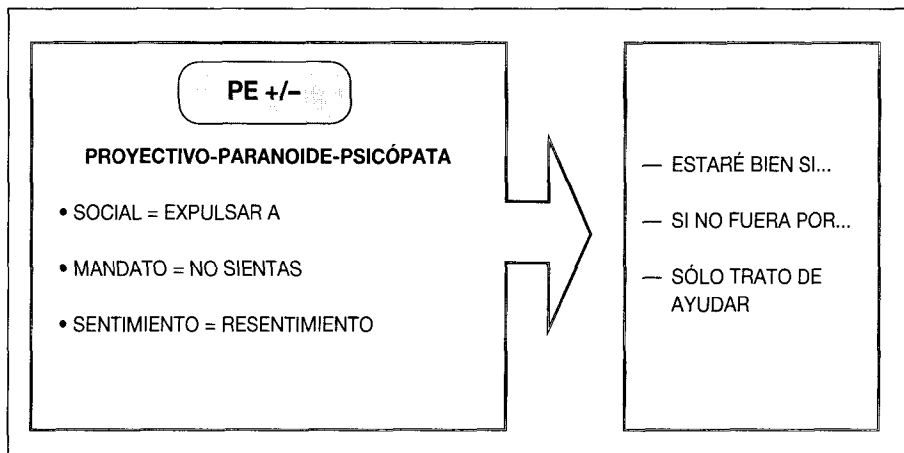
CUADRO 5.4
POSICIÓN MANÍACA



Yo estoy bien - Tú estás mal 4.2.

De modo gráfico presentamos esta posición en el Cuadro 5.5.

CUADRO 5.5
POSICIÓN PARANOIDE



Quien vive esta posición coloca los aspectos negativos, los defectos, el origen de los problemas y la culpa de todo lo malo en los demás. No percibe lo negativo que hay en él, en lo que él hace o dice. «Los profesores y directores que no poseen una fuerte percepción de “estar bien” suelen atacar, de manera sutil o explícita, el ego de sus alumnos o trabajadores» (NOVAK, 1998, p. 172).

Según los transaccionalistas, hay dos vías para alcanzar esta posición. La primera afirma que en la infancia hubo una saturación de caricias incondicionales: «eres el mejor de todos», hinchándose de sí mismo y volcando así fuera de él la parte negativa de las cosas: «sin mi ayuda no van a poder».

Un segundo camino es el de la formación reactiva. Los mensajes parentales, los ambientes amargos y violentos hacen que el Pequeño Profesor deduzca y proyecte que ellos, el ambiente, los otros son los que están mal al no quererle a él que es bueno.

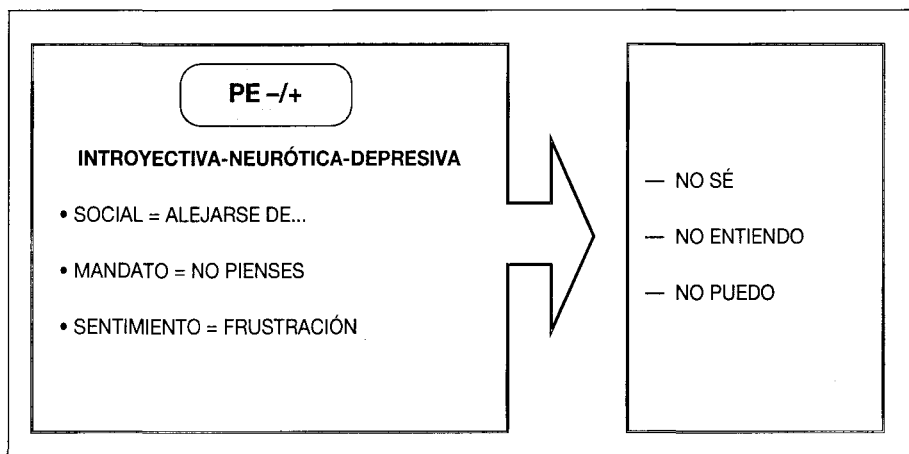
El niño que ha sido intensamente pegado y maltratado, y la violencia paternal contra los niños adopta muchas formas, que ha visto descontados sus sentimientos y necesidades, dejado de lado, humillado y ridiculizado puede llegar más fácilmente a esta posición. En el fondo, los padres les dan permiso a ese niño para la venganza. Éste debe sentir en su interior que los padres y su ambiente cargado de caricias tan negativas son realmente los malos. Y él, el bueno.

En esta posición pueden incluirse a las personas antisociales, delincuentes, etc.

4.3. Yo estoy mal - Tú estás bien

El Cuadro 5.6 nos pone de relieve lo más importante de esta posición.

CUADRO 5.6
POSICIÓN DEPRESIVA



La posición depresiva coloca dentro del propio sujeto la raíz de los problemas y sus aspectos negativos, mientras que atribuye a los demás el estar bien o los aspectos positivos.

HARRIS (1973) afirma que ésta es la posición universal de la primera infancia, «conclusión lógica del niño desde su situación de nacimiento y de infancia» (p. 84).

Siguiendo a Harris constatamos que esta posición puede vivirse o bien intensificando el Yo estoy mal apoyado en mensajes como: «¡Qué poca cosa soy!»; «¡Si no me echáis una mano no sé qué hacer!», o bien intensificando el Tú estás bien con mensajes paternos como: «Yo te respaldo, te protejo... si no te separas de mí»; «Yo lo haré por ti».

El Niño Adaptado construye la estimación a sí mismo, a sus ideas y sentimientos en base a estos mensajes, marcando así su desvalorización, destacando sus defectos y ponderando las virtudes ajenas: «Mi vida no vale gran cosa. No soy nada comparado contigo».

KERTÉSZ (1977) describe a este tipo de personas afirmando que «al no confiar en sí mismo(s) se buscan la ayuda externa de algún Salvador o las críticas de un Perseguidor» (p. 93).

Yo estoy mal - Tú estás mal 4.4.

Las personas que están en esta posición atribuyen los aspectos negativos, lo indeseable, a sí mismos y a los demás. El individuo se vive como inútil y la realidad externa a él como nada y vacío. No ven aspectos positivos en su vida.

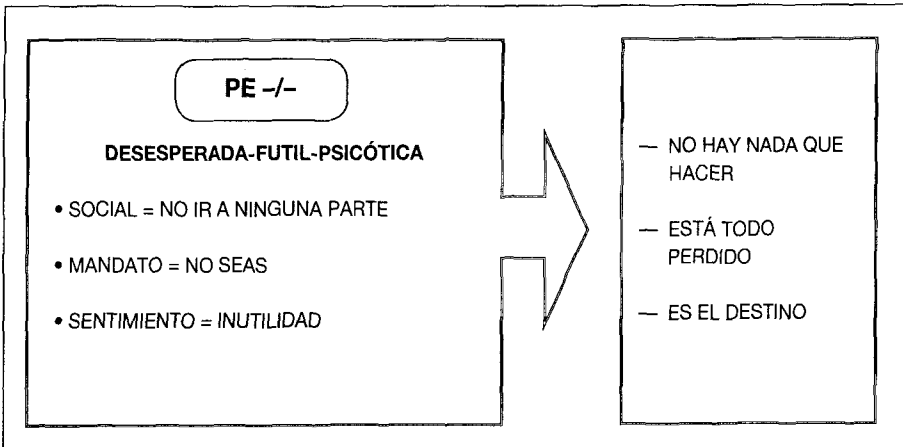
Para KERTÉSZ (1977) «esta actitud es característica de las personas abandonadas, rechazadas o ignoradas en los primeros meses y años de vida» (p. 93). Y todos los transaccionalistas coinciden en que una primera infancia jalonada de mensajes negativos sobre el niño y su alrededor, carente de caricias físicas y psíquicas incondicionales conducen a esta situación nihilista y desesperada.

«En esta posición, la persona abandona. No hay esperanza. Simplemente *pas*a por la vida y al fin puede acabar en una institución mental» (HARRIS, 1973, p. 88).

El Niño Adaptado se encierra en sí mismo tras el cese o la amenaza de caricias positivas y la pérdida de esperanza en sí mismo y en el mundo, concluyendo que todo está mal: «No se puede confiar en la gente». En casos extremos pueden cometer suicidios. BERNE (1985) afirma que «la posición "Yo estoy mal - Tú estás mal" conduce en última instancia a la posición del suicidio» (p. 303), para desquitarse o huir.

En el Cuadro 5.7 hemos resumido esta posición existencial.

CUADRO 5.7
POSICIÓN DESESPERADA



5. YO ESTOY MÁS O MENOS (\pm) BIEN - TÚ ESTÁS MÁS O MENOS (\pm) BIEN

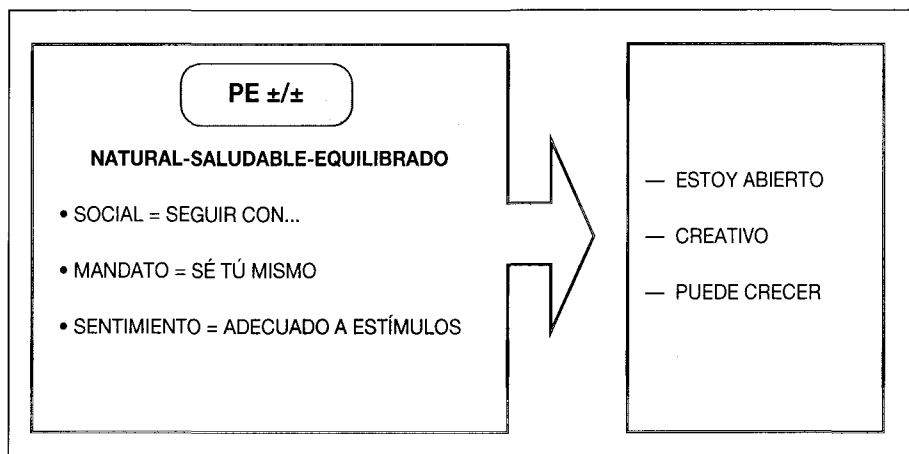
La posición «Yo estoy más o menos bien - Tú estás más o menos bien» difiere de las anteriores no sólo cuantitativa sino cualitativamente. «Esta posición existe para ser reconquistada, si se piensa como Berne que se nace príncipe, y que la vida nos transforma en sapo» (CHANDEZON y LANCESTRE, 1984, p.63).

Más que una posición, es una decisión basada sobre sentimientos verdaderos y sobre valores. Y esto la diferencia de las posiciones que son programaciones. El rector de la persona aquí es el Adulto y no el Niño Adaptado. Éste decidió en los primeros años de existencia y dio sentido a su vida a través de las posiciones. Éstas, ya lo hemos afirmado, son inconscientes, pues se adoptaron a edad muy temprana. Pero «lo que fue decidido una vez puede dejar de decidirse» (HARRIS, 1973, p. 83).

Esta decisión es consciente y verbal. Se trata aquí de una decisión que se toma personal y libremente. El Adulto posee información acerca del individuo y de los demás, de las dificultades, deficiencias y éxitos de la vida, de las circunstancias de nuestra infancia. Y así aquél decide en el presente tras previa consulta y compromiso con el Padre y el Niño.

El Adulto, al optar por esta decisión, posee un instrumental cognoscitivo más rico, más real, más complejo sobre lo que es el Yo y el Tú. Es capaz de diferenciar la realidad de los prejuicios y las fantasías y de transformar las ideas heredadas en personales. Por propia experiencia puede descubrir que «yo» no siempre «estoy bien», que algunas veces «estás mal», sin que merme la valía personal.

CUADRO 5.8
POSICIÓN REALISTA



La decisión realista mantiene situaciones de YO + y TÚ +, pero no de una manera constante, maníaca, irreal, sino como fruto de una elección hecha en el «aquí y ahora».

En el Cuadro 5.8 se ha resumido esta decisión.

POSICIONES EXISTENCIALES DESDE EL ENFOQUE TRIPARTITO **6.**

Hasta ahora hemos hablado principalmente de posiciones con dos elementos «Yo» y «Tú». Pero BERNE (1979 b) considera las relaciones entre Yo, Tú y El (ellos) y las respectivas variedades de actitudes junto a las cuatro básicas.

El siguiente Cuadro 5.9 resume la relación tripartita con gran variedad de información sobre las relaciones escolares, familiares, laborales, etc. (DE DIEGO y MASSÓ, 1986).

CUADRO 5.9
POSICIONES EXISTENCIALES TRIPARTITAS

P.E.	YO	TÚ	ELLOS	FRASE DESCRIPTIVA
REALISTA	±	±	±	Estamos abiertos. Podemos crecer todos.
Maníaca	+	+	+	Todos somos maravillosos.
Prejuicios	+	+	-	Nosotros somos valiosos. Ellos, no.
Agitadora	+	-	+	Tú eres el único que desentona.
Arrogante	+	-	-	Yo soy el que hace todo bien.
Envidia	-	-	+	Ellos nos tienen manía porque no somos tan inteligentes.
Servil	-	+	-	Si no fuera por ti... Eres la única persona que vale.
Pesimista	-	-	-	Ni tú, ni yo, ni ellos. Nada ni nadie vale para nada.

En resumen y de acuerdo con la teoría del Análisis Transaccional, las actitudes que normalmente se adoptan muy temprano en la vida, abarcan la aceptación o rechazo de uno mismo y la aceptación o rechazo de los demás. O, como lo hemos descrito en las páginas anteriores, nos describimos a nosotros mismos, en general, como OK o NO OK y evaluamos a los otros como OK o NO OK. Usando estos conceptos, surgen cuatro posiciones generales frente a la vida suficientemente amplias como para incluir a todas las personas. Ofrecen distintas posibilidades de encuentro y relación interpersonal. Las Posiciones Existenciales pueden ser o no ser conflictivas, pero si nos mantenemos en ellas seguiremos siendo lo que determinamos ser un día de nuestra infancia. Si optamos, sin embargo, por una decisión de estar OK, basada en el aquí y ahora y, sobre sentimientos y valores verdaderos, entonces nuestro Niño OK podrá amar más auténticamente, nuestro Adulto OK podrá pensar más claramente y acariciar más nutritivamente nuestro Padre OK.

Mantenerse en la posición existencial básica elegida en la infancia es una de las consecuencias de los juegos psicológicos. La gente «juega», entre otras cosas para proveerse de caricias y mantenerse en su posición. Y pasamos así a adentrarnos en el gran capítulo de la Estructuración del Tiempo. La estructuración del tiempo es un enfoque adoptado en el Análisis Transaccional para describir largas series de transacciones o interacciones sociales. Esta expresión, Estructuración del Tiempo, la planteó Berne con el título de su libro *¿Qué dice Vd. después de decir Hola?*

Los juegos psicológicos ocupan el centro del capítulo siguiente. Son una de las seis clases de estructuración del tiempo y una de las formas de permanecer en la postura o posición favorita de los jugadores. Describiremos las pseudoven-tajas y el análisis formal de los mismos, su origen y clasificación, el triángulo dramático de Karpman y el modo de evitarlos.

CAPÍTULO

6

LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO

1. LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO

2. ANÁLISIS DE LAS SEIS FORMAS DE ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO

- 2.1. Aislamiento.
- 2.2. Rituales.
- 2.3. Pasatiempos.
- 2.4. Actividades.
- 2.5. Juegos Psicológicos.
- 2.6. Intimidad.

3. ASPECTOS POSITIVOS Y ASPECTOS NEGATIVOS DE LAS SEIS FORMAS DE ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO

4. LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS: UNA FORMA DE ESTRUCTURAR EL TIEMPO

- 4.1. Definición de los juegos psicológicos.
- 4.2. La fórmula de los juegos psicológicos.
- 4.3. Un ejemplo de juego psicológico.
- 4.4. Ejemplo de secuencia de juego: «Sí, pero...»
- 4.5. ¿Cómo identificar un juego psicológico?
- 4.6. Los Juegos y las pseudoventajas de los mismos.

5. ANÁLISIS FORMAL DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

- 5.1. Título y tesis del juego.
- 5.2. Antítesis del juego.
- 5.3. Propósito del juego.
- 5.4. Roles en el juego.
- 5.5. Dinámica del juego.
- 5.6. Paradigma transaccional del juego.
- 5.7. Los jugadores y los movimientos del juego.
- 5.8. Pseudoventajas del juego.

6. ORIGEN DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

7. CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

- 7.1. Por el número de los jugadores.
- 7.2. Por los símbolos involucrados.
- 7.3. Por el tipo clínico y las zonas psicoanalíticas.
- 7.4. Por el ámbito social en que se dan.
- 7.5. Por la intensidad emocional.
- 7.6. Por la Posición Existencial.
- 7.7. Por el Rol del Triángulo Dramático.

8. LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS Y EL TRIÁNGULO DRAMÁTICO DE KARPMAN

- 8.1. El rol de Perseguidor.
- 8.2. El rol de Salvador.
- 8.3. El rol de Víctima.

9. EVITAR LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

- 9.1. Actuar en Sistema Positivo.
- 9.2. Poner al descubierto los juegos psicológicos.

LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO 1.

Eric BERNE (1981) afirma que después del «hambre de estímulos» viene el «hambre de reconocimiento» y posteriormente aparece la necesidad de «estructuración de nuestro tiempo» (p. 86), es decir, la necesidad de programar o estructurar el tiempo disponible.

El hambre de estímulos o de caricias físicas es tan importante de satisfacer, sobre todo en los primeros años de vida, que una carencia total puede producir la muerte. Los trabajos de René Spitz demuestran que la privación sensorial en el niño puede resaltar no sólo en cambios psíquicos, sino también en deterioro orgánico. Los niños que habían sido separados muy pronto de sus madres y habían sido ingresados en hospitales o casas-cuna, a pesar de tener cubiertas sus necesidades de nutrición y aseo, pero carentes de toda atención afectiva, presentaban una serie de retrasos tanto físicos como psíquicos.

Berne está de acuerdo con Spitz y etiquetaría esta necesidad con el título de *hambre de caricias, como hambre fundamental para sobrevivir*, siempre que sea satisfecha. Y satisfecha adecuadamente. Coloquialmente afirma el Análisis Transaccional: «Si no te acarician, tu espina dorsal se secará».

Diversidad de manifestaciones patológicas en niños de hospicio dan paso a la idea del hambre de estímulo, e indican que las más favorecidas formas de estímulo son aquellas recibidas en la intimidad física.

Un fenómeno parecido se observa en adultos sometidos a «privación sensorial». Éstos también necesitan caricias físicas y estimulación sensorial, y su ausencia puede dar lugar a perturbaciones mentales temporales. Se puede recordar cómo para doblegar a un espía enemigo se emplea el aislamiento, sometiéndole a la total soledad, hasta que no pueda ya más y se rinda o traicione.

Existe, pues, un hambre de caricias físicas y de estímulos físicos. Berne llama a tal necesidad «hambre» porque, como el hambre misma, es fuerte y empuja a comportamientos para satisfacerla; porque como el hambre, puede pasarse escasez o superhartarse y pueden comerse cosas que hagan daño o beneficien al organismo.

Tan fuerte es esta «hambre» o necesidad de ser acariciado o estimulado sensorialmente que a veces se buscan los estímulos fastidiosos, negativos.

En el libro de KERTÉSZ (1977, p. 34) se nos cuenta el caso de Luisito. Luisito de dos años y medio, es hijo único de una madre abrumada de trabajo y enferma y de un padre malhumorado. Al descubrir (su Pequeño Profesor) que sus gracias y sonrisas no logran caricias positivas de atención de sus padres, provoca agresividad y descubre que negándose a comer o rompiendo objetos fuerza la atención parental. Ahora le atienden para regañarle y gritarle, pero le atienden.

Las personas, conforme se socializan, aunque tienen vigencia las caricias físicas, y muy intensamente en algunas ocasiones, buscan las caricias sociales, a las que en Análisis Transaccional se llama «reconocimiento». Persisten, aún, los deseos de sensaciones y por esto dice BERNE (1979b): «las montañas rusas (de las ferias) dan dinero, y los prisioneros hacen lo que sea para evitar el confinamiento solitario» (p. 37). Pero las caricias sociales o de reconocimiento como una sonrisa amable, un saludo cortés, los regalos y las atenciones son más propias de los adultos. Es decir, cualquier acto que implique el reconocimiento de la persona del otro ayuda a satisfacer el hambre de reconocimiento.

Finalmente, BERNE (1979b) habla del «hambre o apetito de estructura» por el cual los grupos tienden a convertirse en organizaciones (p. 37).

Bueno, pues, la necesidad de estructurar el tiempo se basa en estos tres impulsos o apetitos descritos más arriba. La persona trata de ordenar el tiempo para asegurar que le sirva de fuente de caricias. A esta ordenación se llama Programación o Estructuración del Tiempo. Así, éste está estructurado en un proceso de recibir, administrar o evitar caricias.

Al estructurar su tiempo y programarlo, el hombre no hace otra cosa que procurarse caricias de forma ordenada y persistente. Parto del mismo supuesto que sirvió a Eric Berne para desarrollar su teoría sobre la vida humana: cómo estructurar el tiempo es el mayor problema al que se enfrenta el hombre y la forma que tenga de hacerlo determinará el curso de la vida, su sentido y su final (VALBUENA, 1995, p. 13).

En la Estructuración del Tiempo existen seis formas de hacerlo. El criterio para ordenarlas es el compromiso emocional vivido. Son las siguientes:

- | | |
|----------------|------------------------|
| 1. AISLAMIENTO | 4. ACTIVIDAD |
| 2. RITUALES | 5. JUEGOS PSICOLÓGICOS |
| 3. PASATIEMPOS | 6. INTIMIDAD |

y de modo más claro:



ANÁLISIS DE LAS SEIS FORMAS DE ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO 2.

En las seis formas de programación se dan aspectos positivos o ventajas y aspectos negativos o inconvenientes, según los fines buscados. Asimismo, cada una de estas formas incluye tipos y clases distintas de transacciones en intensidad, calidad y número de caricias.

Aislamiento 2.1.

Aislamiento es la ausencia de transacciones. Es la forma en que la persona consume el tiempo alejándose del otro. Rehuye la transacción con otro. El Aislamiento indica siempre un separarse físico o psicológico, o ambos, de los otros de manera neta. En tal sentido es lo opuesto a la comunicación. En el Aislamiento no se reciben caricias, ya que no hay transacciones.

El Aislamiento del que está solo fue llamado por Berne programación no-social, porque, en efecto, el sujeto no se halla en una situación social, se halla solo.

El tiempo de Aislamiento se suele ocupar de manera distinta según el Estado del Yo que esté catectizado en esos momentos.

Cito algunos empleos del tiempo desde el Estado Niño del Yo: sumergirse en imaginaciones, fantasías, ideas creativas o violentas, miedos aprendidos. También, entretenerse con paseos solitarios, escuchando o ejecutando música. Pueden mezclarse ambas maneras.

El comportamiento de Aislamiento también se origina desde el Estado Adulto del Yo. La persona realiza un trabajo en solitario: estudia o reflexiona. También se puede reseñar algún juego desde el Adulto, como hacer crucigramas.

Si es el Estado Padre del Yo quien lleva las riendas de la Persona en el Aislamiento, se tenderá entonces a reproducir conductas imitativas de las figuras parentales o se jugará en añoranzas del pasado.

Se da, también, el Aislamiento, aun estando uno acompañado. La persona no interviene en el grupo, aunque esté en el grupo. Se muestra reflejada sobre sí misma, enajenada de cuantos le rodean. Se encierra psicológicamente en sí misma, a veces porque las personas no son conocidas (por ejemplo en el Metro) y otras, por otros motivos.

Las causas de este Aislamiento pueden ser variadas. Un Padre Crítico o Perseguidor obliga a veces a la persona a callarse y aislarse por orgullo o desprecio. Un Niño Adaptado Sumiso puede optar por callarse por complejos. Un Adulto invita a la persona a aislarse para reflexionar y buscar nuevos datos y luego intervenir.

En esta forma de programación no hay, como se ha afirmado anteriormente, transacciones. Pues, la transacción exige un estímulo y una respuesta. Por ello,

en los períodos de Aislamiento se produce un «autoacariciamiento» y esto suple en parte y temporalmente la carencia de estímulos sociales gratos (KERTÉSZ, 1985, p. 264). Como sabemos, las autocaricias no constituyen un valor importante de reconocimiento.

2.2. Rituales

Después del Aislamiento, en el que cada individuo permanece sumido en sus pensamientos, la forma más segura de interacción social son los Rituales.

Según la definición facilitada por el propio Eric BERNE (1985), «los rituales son un conjunto de transacciones simples complementarias estereotipadas, programadas y determinadas por fuerzas sociales externas» (p. 260). Sus contenidos corresponden al Estado Padre del Yo, que los activa mecánicamente, en la circunstancia precisa, tomando las riendas de la persona.

Los rituales de diversas clases constituyen las primeras transacciones que se dan en el primer encuentro entre individuos.

Señalamos las siguientes clases:

- Los saludos, con gestos y palabras, según la costumbre de cada cultura. Decir «¡Hola!», «¡Buenos días!», «¡Adiós!» y obtener un «¡Hola!», «¡Buenos días!», «¡Adiós!» como respuesta es un ritual de dos caricias. Los rituales de saludo son los más extendidos en todas las culturas.
- Las cortesías sociales son otra forma de rituales: la urbanidad y los buenos modales a la hora de saludar, comer, presentarse, etc.
- Las ceremonias de tipo literario (concesión de premios de Literatura), de tipo militar (desfiles), de tipo religioso (liturgias) son también rituales, pero más largos y complicados.

Los Rituales proveen de caricias estereotipadas, superficiales y predecibles cuando se utilizan y caricias negativas cuando no se utilizan o se utilizan mal. Estas caricias tienen escaso valor de reconocimiento.

2.3. Pasatiempos

Los Pasatiempos están constituidos por transacciones complementarias, entre dos o más personas, que versan sobre un tema de interés común que, sin embargo, es inocuo o intranscendente. Son conversaciones sociales, desahogos habituales y placenteros, a base de conversaciones, que versarán sobre infinidad de temas, pero siempre gustosos.

Su nombre de Pasatiempos nace de que sirven para pasar el rato: fiestas, recreos, etc. Al ser transacciones complementarias se pueden conseguir bastantes caricias. Su objetivo básico es llenar una cantidad de tiempo, iniciar o mantener un contacto social que puede durar unos minutos o varias horas.

Los Pasatiempos son un procedimiento de selección social. A través de ellos se permite detectar a personas con las cuales luego se puede compartir alguna «actividad» o entrar en una relación de mayor compromiso personal, es decir, intimar o derivar en juegos psicológicos.

Los educadores y profesores tienen sus Pasatiempos en el aula o en la sala de profesores hablando sobre la incompreensión social de la tarea educativa, o la falta de condiciones ambientales económicas y sociales para trabajar, etc.

En cuanto a los Estados del Yo que intervienen hay mucha variedad. Dependerá de los temas y del Estado que los interlocutores necesitan desahogar. Cada Estado del Yo tiene sus pasatiempos característicos.

Las caricias que proveen los Pasatiempos tienen, mayor valor de reconocimiento que las de los Rituales, si bien exigen escaso nivel de compromiso personal, puesto que el intercambio gira sobre opiniones, cotilleos, distracciones o experiencias superficiales.

Berne nos indica que las diferencias en los Pasatiempos dividen a las personas, puesto que los que emplean distintos Pasatiempos no se mezclan. También separan y satisfacen a hombres y mujeres, a los distintos estados del Yo y a las diversas edades.

Actividades 2.4.

Son transacciones simples complementarias programadas por el Adulto y dirigidas hacia el manejo y el contacto con la realidad del trabajo y las actividades con contacto social. Así, cuanta más relación se tenga con personas, más caricias de reconocimiento se podrán conseguir. Aunque hay que precisar que las actividades proveen de caricias condicionales, vinculadas a la realización de las tareas: positivas por los logros y negativas por incumplimientos y errores.

Se diferencian de los Rituales por el origen de la Programación del Tiempo y por los Estados del yo implicados. Las Actividades suelen estar programadas y ejecutadas por el Adulto. Aunque para que sean variadas, ricas y creativas y sobre todo eficaces tienen que ser asumidas por los tres Estados del Yo: por un Padre que las juzgue socialmente plausibles, por un Adulto que las acepte porque está al alcance de sus conocimientos, y por un Niño que se sienta atraído y excitado en su creatividad y fantasía.

Juegos Psicológicos 2.5.

Los Juegos son de tal importancia en la Programación del Tiempo que ocupará una sección aparte en este capítulo, tratándolos como un instrumento especial del Análisis Transaccional. Implican una forma aprendida de estructurar el tiempo. En ellos la programación social es mínima, se aprendieron en la familia.

La esencia de los juegos radica en que son cadenas de transacciones complementarias, que discurren repetidamente, pero en las que observamos características de transacciones Ulteriores. Hay algo aceptable a nivel social. Y algo oculto y ulterior, que se vislumbra en el nivel psicológico. Hay cambios de roles o papeles diagramados por el Triángulo Dramático que nos descubren esas motivaciones y ganancias ocultas. A estas ganancias se las llama caricias negativas.

2.6. Intimidad

La Intimidad implica un intercambio complementario de caricias positivas y profundas. Las caricias son incondicionales y se dan «aquí y ahora». No hay motivaciones ocultas ni se pretende sacar ningún provecho del otro. Las restantes formas de Estructuración del Tiempo quedan excluidas. BERNE (1985) afirmará que la Intimidad es un «intercambio de expresión afectiva, libre de juegos y sin explotación encubierta» (p. 406). *Las transacciones son complementarias. Se sienten y expresan emociones auténticas y se reciben caricias incondicionales positivas.*

Los Estados del Yo presentes en la Intimidad son el Niño Natural y el Padre Nutritivo Positivo de las personas implicadas, que despiertan sentimientos recíprocos de ternura, simpatía y cariño, comprensión y afecto. El Padre Crítico está necesariamente ausente.

La Intimidad se da en los contactos verdaderamente humanos, en los momentos libres de juegos. En este sentido es la antítesis de los juegos. Hay una adhesión consciente a la Posición Existencial Realista «Yo estoy bien - Tú estás bien» (ver cuadro 5.8).

«La Intimidad implica apertura y empatía (captación del marco de referencia del otro, de sus sentimientos) sin pérdida de la propia identidad» (SÁNCHEZ RIVERA, 1979, p. 159).

La Intimidad se da en el amor de los novios, de los esposos, entre padres e hijos o entre amigos, entre profesores y alumnos, los hermanos entre sí.

El componente sexual juega un gran papel, aunque es erróneo suponer que la base real para la intimidad es el sexo. Berne desenmascara esta afirmación presentando las alternativas en las cuales puede darse sexo sin intimidad (prostitución), intimidad sin sexo (relación madre-bebé), y también, por supuesto, juntas: intimidad y sexo: relaciones sexuales con gran amor (1970b).

ASPECTOS POSITIVOS Y ASPECTOS NEGATIVOS DE LAS SEIS FORMAS DE ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO 3.

En las seis formas de Programación del Tiempo se pueden presentar aspectos que ajustan o desajustan a las personas que las viven. El criterio para conocer si una clase de Programación es positiva o negativa es el de siempre: si aquella nos ofrece Caricias positivas o negativas. Hay dos que por su naturaleza misma vienen ya definidas: los juegos psicológicos son siempre negativos y la Intimidad es siempre positiva. Como ya señalamos antes, el orden de uno a seis significa una mayor participación emocional, social y personal. La que menos caricias sociales es el Aislamiento y la que más, la Intimidad.

❑ *Aspectos positivos y negativos del Aislamiento en soledad o en público*

El Aislamiento es positivo siempre que corresponda a desahogos justos, no excesivos, del Niño, por ejemplo cuando se dedica a coleccionar objetos, afrontar una tensión, escuchar música, pasear por la ciudad o el campo, y cuando es el Adulto quien dirige a la persona concentrándose en la reflexión y el estudio.

Es negativo cuando conduce a la depresión, es decir, cuando el Aislamiento es una huida: huida de la convivencia, de las responsabilidades, de la realidad por ensoñaciones persistentes.

❑ *Aspectos positivos y negativos de los Rituales*

Los Rituales implican poca profundidad en la relación personal; suministran caricias superficiales; pero son caricias seguras. Su ausencia se siente como algo muy negativo.

Son positivos cuando nos ayudan a establecer contacto con los demás, y se efectúan con sinceridad y calor. El dar los «buenos días» es una atención social, mínima, pero atención al fin y al cabo. Y la negación de la misma puede resultar una ofensa.

Hay algunos Rituales que son negativos cuando dejan de cumplir su propósito original; por ejemplo comportamientos obsesivos y compulsivos como lavarse repetidamente las manos.

❑ *Aspectos positivos y negativos de las Actividades*

Las Actividades serán positivas si están dirigidas y programadas por el Adulto, haciendo del trabajo el lugar de expresión de las habilidades investigativas y creativas personales, y realizado todo ello con una finalidad ética.

Ahora bien, si el Adulto no está bien informado y es contaminado por otros Estados del Yo, las Actividades tendrán aspectos negativos, es decir, se darán ma-

niobras y manipulaciones, pues las energías están canalizadas hacia un punto equivocado.

❑ *Aspectos positivos y negativos de los Pasatiempos*

Los Pasatiempos pueden ayudar a relacionarse con otras personas estableciendo barreras más flexibles que el ritual y alcanzando así caricias positivas.

Ahora bien, si los temas tocados y la intención se desvían hacia una crítica feroz ajena aparece la parte negativa de los mismos. Los desahogos de un Padre Crítico o de un Niño Adaptado que se sienten y están mal, atraen las caricias negativas. Igualmente, son negativos si se emplea el tiempo de Actividad llevando a un nivel excesivo los Pasatiempos.

❑ *Aspectos positivos y negativos de los Juegos Psicológicos*

Todos los aspectos son negativos como se verá en el correspondiente apartado. Aunque a veces en los juegos se dan caricias positivas, éstas se dan a conductas negativas, constituyendo un error pedagógico, puesto que se refuerzan tales comportamientos.

❑ *Aspectos positivos y negativos de la Intimidad*

La Intimidad es una relación de libertad, autenticidad y participación sincera con otra persona. Por consiguiente y por definición no tiene formas negativas.

El valor positivo de la intimidad como forma de relación humana es máximo. En ella se da el total encuentro personal con o sin sexo. Reina el Niño Natural que es la parte más valiosa de la personalidad, regalándose con las más ricas transacciones abiertas y complementarias.

Berne afirma que es a la par la más temida y la más deseada de las Programaciones del Tiempo, porque compromete y ata, pues en la medida en que se recibe, en la Intimidad toca dar.

Dentro de la psicología humanista, Carl. R. ROGERS (1981, p. 56) participa de esta idea. El permitir tener sentimientos y tener actitudes de calidez, cuidado, respeto a la individualidad del otro produce deseo y temor. Temor a que si permitimos experimentar tales sentimientos hacia otras personas, nos veamos atrapados por ellas. Podrían plantearnos exigencias o bien decepcionarnos, y naturalmente no deseamos correr esos riesgos. En consecuencia, se reacciona poniendo distancias entre nosotros y los demás y así evitamos la Intimidad y creamos un alejamiento.

La Intimidad llega generalmente cuando los Estados del Yo Niño de las personas están en relación armoniosa, cándida y exenta de juegos psicológicos.

Presentamos de modo resumido en los Cuadros 6.1 y 6.2 los aspectos positivos y los aspectos negativos de las seis formas de Estructuración del Tiempo y sus relaciones con las Caricias, Posición Existencial y Estados del Yo.

CUADRO 6.1
**ASPECTOS POSITIVOS DE LAS SEIS FORMAS
 DE ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO Y SUS RELACIONES
 CON LAS CARICIAS, POSICIÓN EXISTENCIAL Y ESTADOS DEL YO**

ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO	FORMA POSITIVA	CARICIAS	POSICIÓN EXISTENCIAL	ESTADOS DEL YO
1. AISLAMIENTO	Encuentro consigo mismo; reflexión, imaginación en libertad.	No hay caricias sociales.	Yo estoy bien Tú estás bien + / + - -	Adulto Niño
2. RITUALES	Saludos, Ceremonias, tradiciones familiares, costumbres sociales.	No hay caricias sociales.	Yo estoy bien Tú estás bien + / + - -	Niño Adaptado
3. ACTIVIDAD	Trabajo, estudio, creación. Actividades de diversión. Ritmo adecuado en las tareas.	Caricias positivas variables según la clase de trabajo.	Yo estoy bien Tú estás bien + / + - -	Adulto
4. PASATIEMPOS	Conversaciones sociales sanas de entretenimiento, comentarios con amigos.	Caricias bastante positivas.	Yo estoy bien Tú estás bien + / + - -	Padre Adulto Niño
5. JUEGOS	No hay.	No hay.	Todas	Padre Niño
6. INTIMIDAD	Situaciones de amor, entrega, libre expresión, creación conjunta, autenticidad.	Caricias positivas incondicionales dadas y recibidas a la par.	Yo estoy bien Tú estás bien + / + - -	Niño Libre Padre Nutritivo Adulto

CUADRO 6.2

**ASPECTOS NEGATIVOS DE LAS SEIS FORMAS DE ESTRUCTURACIÓN
DEL TIEMPO Y SUS RELACIONES CON LAS CARICIAS,
POSICIÓN EXISTENCIAL Y ESTADOS DEL YO**

ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO	FORMA NEGATIVA	CARICIAS	POSICIÓN EXISTENCIAL	ESTADOS DEL YO
1. AISLAMIENTO	Huidas varias: retraimiento, lejanía psíquica, resentimiento, fantasías evasivas.	No hay caricias sociales.	Yo estoy bien Tú estás mal +/- Paranoide o Yo estoy mal Tú estás bien -/+ depresivo o Yo estoy mal Tú estás mal -/- desesperanzado	Padre Crítico negativo Niño Adaptado sumiso o rebelde
2. RITUALES	Conductas obsesivas, rutinas compulsivas, simulaciones.	Caricias negativas superficiales.	Las tres del nº 1 y la maniaca: Yo estoy bien Tú estas bien +/+	Padre Crítico negativo Niño Adaptado
3. ACTIVIDAD	Actividades de trabajo con trampa. Actividades de diversión alienantes. Ritmo inadecuado.	Caricias negativas variables según la clase de trabajo o diversión.	Las cuatro del nº 2	Padre Crítico Adulto contaminado Niño Rebelde
4. PASATIEMPOS	Conversaciones negativas: chismes: difamación. Excesivos pasatiempos que eliminan el trabajo.	Caricias bastante positivas.	Las cuatro del nº 2	Padre Crítico Niño Adaptado
5. JUEGOS	Todos.	Caricias positivas y negativas inadecuadas.	Las cuatro del nº 2	Padre Niño
6. INTIMIDAD	No hay.	No.	No	No

LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS: UNA FORMA DE ESTRUCTURAR EL TIEMPO 4.

El libro de Eric Berne *Games People Play* (Juegos en que participamos), publicado en 1964, explica el «Instrumento» del Análisis Transaccional que ahora vamos a estudiar. Al hablar de este instrumento debemos insistir en que es un modo de emplear el Tiempo en orden a la consecución de caricias. El encuadre de los juegos psicológicos está, pues, dentro de la programación o empleo del tiempo que hacen las personas.

Definición de los juegos psicológicos 4.1.

Eric BERNE (1979 a) define los juegos de esta manera:

«Un juego es una serie de transacciones ulteriores, complementarias, que progresan hacia un resultado previsto y bien definido. Descriptivamente, es un conjunto de transacciones recurrentes, frecuentemente prolijas, superficialmente plausibles, con una motivación oculta; o en un lenguaje familiar, una serie de jugadas con una trampa o truco» (p. 52).

Las palabras de Berne nos ofrecen tres aspectos básicos que están en el fundamento de todo juego transaccional y que hacen que las transacciones puedan ser consideradas como juego:

- a) Que son *transacciones complementarias* muy repetidas, a veces continuamente.
- b) Pero que en ellas apreciamos características ulteriores, es decir, se da una *transacción oculta o ulterior*: transacciones que implican estímulos y respuestas bien visibles y socialmente explicables y —a la par— algo socialmente oculto o de doble fondo, algo de trampa. En el desarrollo del juego se revelará la trampa oculta que conlleva el mensaje subyacente del mismo.
- c) Y que concluyen en *«ganancias», en caricias*; éstas, al provenir de transacciones ulteriores son —lógicamente— caricias negativas.

Estos tres aspectos son fundamentales y se hallan de una u otra manera en todas las definiciones de los Juegos. Cuando una situación de la vida o del aula responde a estas características, estamos ante un juego.

BERNE (1979b) los define en su último libro con más brevedad, afirmando lo mismo:

«Los juegos son series de transacciones ulteriores, de naturaleza repetitiva, con un pago psicológico bien definido. Como una transacción ulterior significa que el agente finge hacer una cosa mientras en realidad está haciendo otra, todos los juegos implican un timo» (p. 38).

El empleo de la palabra juego no debe despistarnos y hacernos creer que nos referimos a diversiones o entretenimientos. La palabra «Juego» no indica diversión, sino más bien un dinamismo dramático en el ámbito de las relaciones de los individuos.

Tampoco otros juegos como el boxeo, el póquer o la ruleta son sanos o entretenidos, pues pueden terminar en tragedia. De ahí, que Berne estaba en el buen camino al dar este nombre a esta clase de programación. Como aquéllos, los juegos psicológicos son dramáticos, graves, y hasta pueden terminar en la muerte del jugador. A pesar de llamarse juegos no son agradables o entretenidos. El Niño Natural no los disfruta, como disfruta en la Intimidad donde no hay trampas, pues no admite transacciones ulteriores. No tienen vertiente lúdica. El Adulto no dirige las bridas de las acciones, puesto que no toma conciencia de la parte ulterior de los mismos. El Adulto no está enterado del nivel oculto del juego. Es el Niño Adaptado el que manipula la programación del tiempo, repitiendo una y otra vez jugadas parecidas para saciar el hambre de caricias. El «beneficio» no es gratificante, no hay diversión ni placer; lo que reproduce es una «ventaja psicológica» con las características dramáticas que esto conlleva.

4.2. La fórmula de los juegos psicológicos

BERNE facilitó (1979 b, p. 39), (1975, p. 160) la siguiente fórmula como estructura del juego psicológico:

CEBO (Jugador A)	+	FLAQUEZA (Jugador B)	=	RESPUESTAS (Jugador B)	—>	CAMBIO (Ambos)	—>	BENEFICIO FINAL (Ambos)
----------------------------	---	--------------------------------	---	----------------------------------	----	--------------------------	----	-----------------------------------

Los discípulos bernianos han desarrollado la fórmula, explicitando más detalladamente los pasos de la serie de transacciones ulteriores, complementarias, que progresan hacia un resultado previsto y bien definido.

ESTÍMULO + CEBO ... FLAQUEZA + RESPUESTAS	—>	CAMBIO	—>	CONFUSIÓN BENEFICIO FINAL NUEVAS RESPUESTAS
--	----	---------------	----	--

Estímulo y cebo

El primer jugador o jugador A, es decir, el que comienza el juego, estimula de dos modos:

- a) Con el estímulo socialmente visible y aceptable, pero que es el pretexto para «colar» con él el cebo.

- b) Con el cebo, o estímulo ulterior, que lleva algo oculto e inconsciente y que busca enganchar con su mensaje «una parte complementaria, sensible o vulnerable de otra persona» (KERTÉSZ, 1985, p. 315). *El cebo contiene la trampa para obtener el beneficio final*. Es como la lombriz o mosca, real o artificial, que atrae y tienta al pez a morder el anzuelo.

❑ *Flaqueza*

El segundo jugador o el jugador B que responde continuando el juego, lo hace con la Flaqueza propia. El Cebo del primero ha «enganchado» su punto débil y *complementario*. Berne lo llamó «motivo egoísta» (1975, p. 160). Responde pican-do y tragándose el cebo con el anzuelo. El anzuelo, lógicamente, es ulterior. En esta fase todavía no hay respuesta observable. Siguiendo con el símil del deporte de la pesca, la Flaqueza es el deseo de gustar el bocado colgado en el anzuelo.

❑ *Respuesta*

El bocado exhibido en el anzuelo era apetitoso, pero al clavarse éste en su boca, en vez de disfrutar del cebo, se desconcierta y se produce el Cambio, no satisfaciendo la necesidad contenida en la Flaqueza. Generalmente el Cambio de Roles lo inicia el primer jugador, cambiando del Estado del Yo en que estaba funcionando y pasando a otro inesperado. A continuación el segundo jugador hace un Cambio del Rol que puede dar lugar a *Nuevas Respuestas* o puede desembocar en una situación de Confusión y sorpresa. «Al cambiar los estados del Yo, se modifican simultáneamente los Roles de los participantes» (KERTÉSZ, 1985, p. 316).

❑ *Beneficio final*

Finalmente, como en un ajuste de cuentas, como final del juego se «cobra». *El beneficio final es lo que ganó cada uno*, distinto a lo que él sacó en las restantes etapas del juego. La ganancia final del jugador primero generalmente es de naturaleza distinta a lo esperado (¡Triunfo por haber pescado!) y la ganancia del jugador segundo es generalmente contrapuesta a la del primero (¡El pánico y la muerte pendiente del anzuelo!).

El juego ha servido para que ambos se sientan mal. Los jugadores «ganan» sentirse mal.

Se llama «final» porque existen otros beneficios más profundos que veremos en otro apartado.

Un ejemplo del juego psicológico 4.3.

Para mejor entender la fórmula de los Juegos Psicológicos, pasamos a poner un ejemplo, precisamente el primer juego que Berne descubrió: SÍ... PERO, adaptado a la vida escolar.

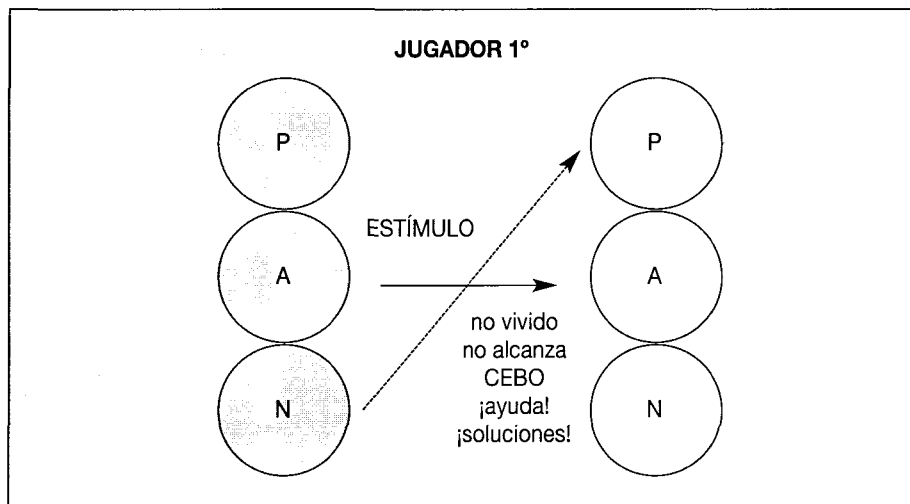
Veamos los peros del primer jugador (estímulo y cebo), y los del segundo (flaqueza y respuesta).

Lo social va en trazo continuo; lo ulterior (psicológico) en rayado.

JUGADOR 1º: En una reunión de profesores, uno de ellos expresa:

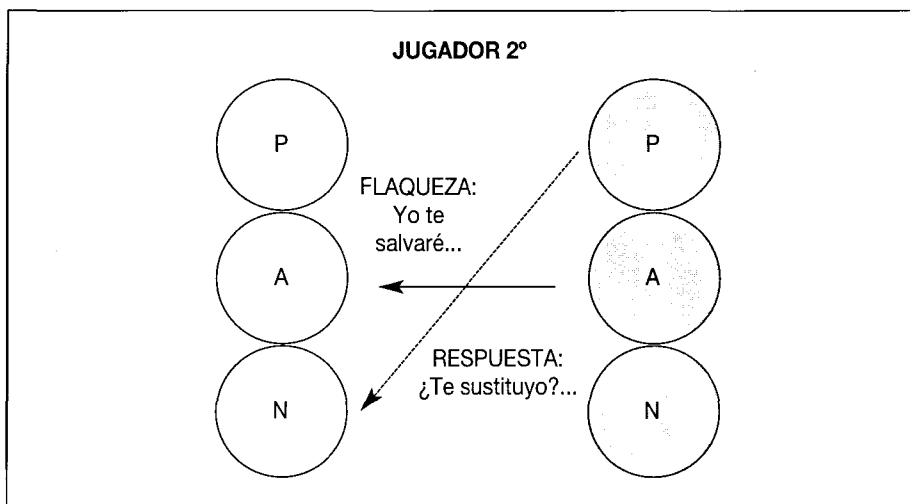
Estímulo: «No me siento bien de salud y ya no alcanzo a cumplir con todos mis trabajos». Nótese que el jugador, socialmente, *sólo expone*; esto es: realiza una transacción de Adulto a Adulto.

FIGURA 6.3
FÓRMULA DEL JUEGO PSICOLÓGICO: CEBO



JUGADOR 2º: Otro profesor del grupo toma la palabra y le responde también en dos niveles:

FIGURA 6.4
FÓRMULA DEL JUEGO PSICOLÓGICO: FLAQUEZA



Flaqueza: Ha sido enganchado en su Padre Nutricio (NO OK), listo a hacerse el necesario, a dar consejos. Sólo así se explica el que ante lo que —aparentemente— era una exposición (Adulto-Adulto), se responda con ayudas (Padre-Niño). Esta Flaqueza ha «picado el Cebo; pero la respuesta tiene que ser disimulada» al nivel social.

Respuesta: Así responde... *Me sobra tiempo... yo puedo sustituirte en parte de tu trabajo...* La respuesta se mantiene en el Adulto-Adulto pero ha venido empujada por el Padre Nutricio (NO OK) - Niño Adaptado por el deseo de ayudar.

□ *Prosiguen los jugadores y las jugadas*

- El jugador 1º rechaza la ayuda del 2º en forma aparentemente racional (Adulto-Adulto) suministrando información diciéndole simplemente: *Sí... pero si Vd. me sustituye, va a estar en el mismo problema que yo; ya tiene mucho trabajo...* ULTERIORMENTE sigue lanzando su cebo, sigue pidiendo ayuda (Niño-Padre Nutricio NO OK).
- *Otros jugadores* (el mismo anterior o los demás profesores de la reunión) van ofreciéndole soluciones que él va sistemáticamente rechazando. ¿Por cuánto tiempo?... mientras se produce el cambio de papeles y *aparece* la condición ulterior.

Jugador 3º: ¿Por qué no le explica al Director que tal vez alguno le pudiera ayudar?

Jugador 1º: Sí... pero ahora todos los del colegio están sobrecargados de trabajo...

Jugador 4º: ¿Por qué no te acercas al médico para que te dé alguna medicina o reconstituyente?

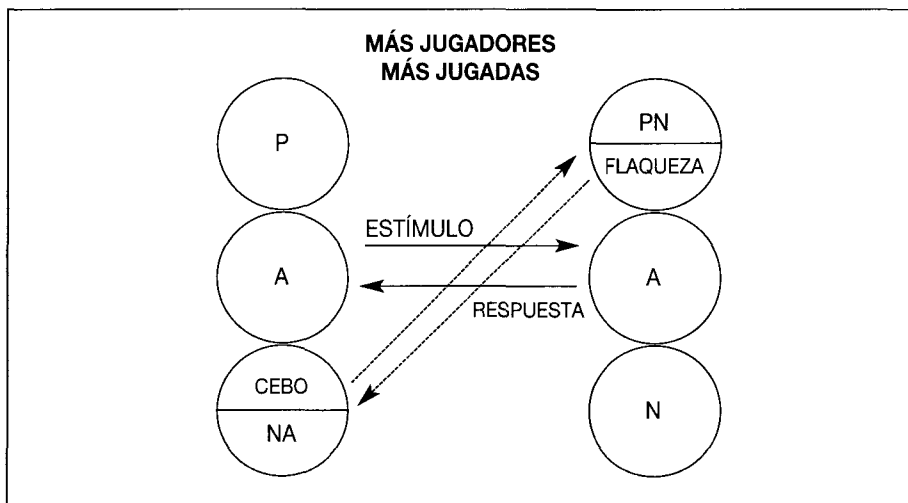
Jugador 1º: Sí... pero precisamente ahora no puedo dedicar ese tiempo para ir a la consulta.

Jugador 5º: ¿Por qué no tomas unas pastillas muy buenas que otra vez me dieron a mí?...

Jugador 1º: Sí... pero... no es conveniente tomar nunca medicinas sin prescripción...

... así puede durar indefinidamente, hasta que no hay más soluciones... ni hay más peros.

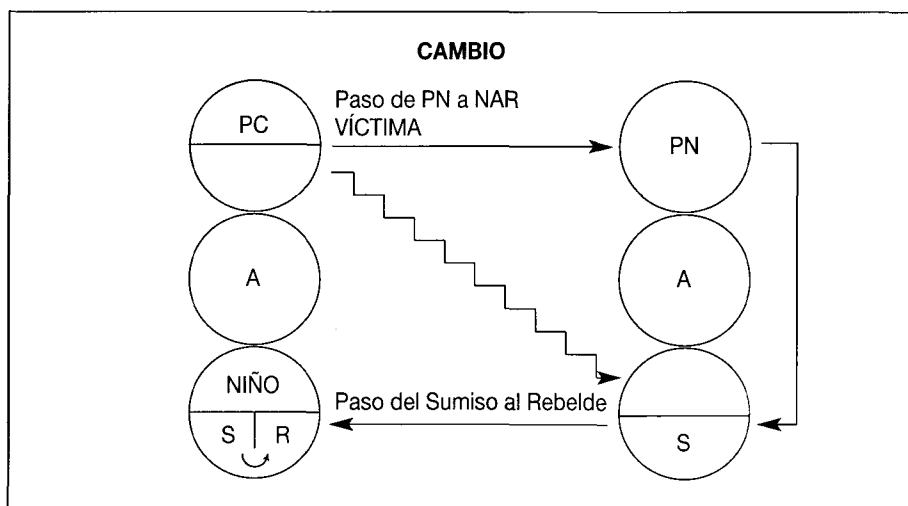
FIGURA 6.5
FÓRMULA DEL JUEGO PSICOLÓGICO: JUGADORES Y JUGADAS



❑ **Sobreviene el «cambio» y con él la «sorpresa»**

- *Van cayendo las máscaras.* El jugador 1º que era percibido como un Niño Desvalido, va apareciendo de tanto rechazar todas las soluciones como un Niño Adaptado Rebelde, o como Padre Crítico desafiante: ¡Qué inútiles sois para ayudar! ¿Qué os creáis, que me lo ibais a resolver enseñada? Se ha producido el «Cambio» de los Estados del Yo.

FIGURA 6.6
FÓRMULA DEL JUEGO PSICOLÓGICO: CAMBIO



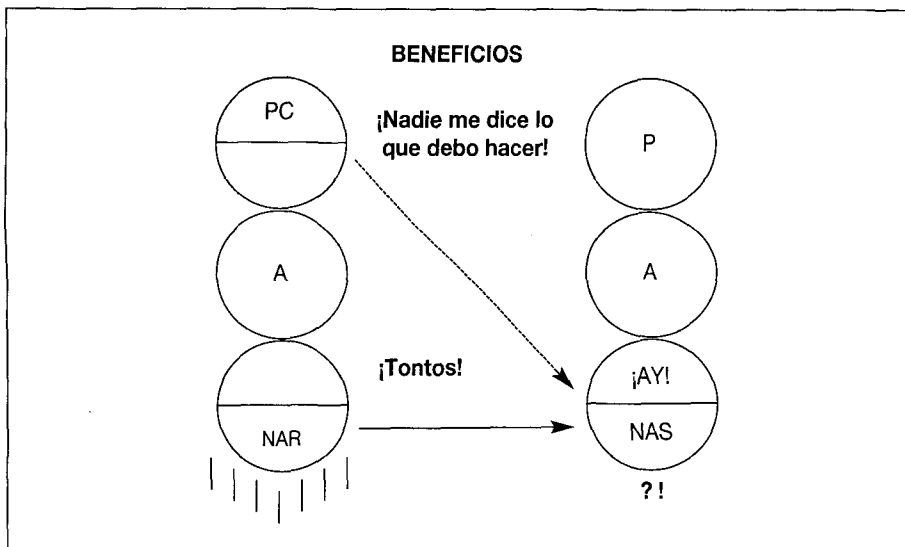
- *SE CAMBIAN LOS PAPELES*. El jugador 1º ya no es la Víctima a quien ayudar, sino el Perseguidor de sus Salvadores. Los demás jugadores ya no son los Salvadores, sino las Víctimas de quien salvaban.
- *LA SORPRESA es general*: La serie de transacciones no termina como se esperaba... ¿Cómo termina?...

□ **El reparto de los «beneficios»**. Todos ganan algo:

- *El jugador 1º*, que entró en el juego con humildad y tristeza, cobra un «Cupón» de triunfo, se alza sobre los demás como Perseguidor. A «Él» nadie le dirá lo que tiene que hacer. Y menos no pidiendo él soluciones (lo hizo, pero ulteriormente; lo social le sirve de excusa).
- *Los otros Jugadores* han quedado confundidos y frustrados. Sólo querían ayudar, pero ya se ve que el Jugador 1º no se deja, no le interesa. «¡Así le pagan a uno los demás!»; «¡Te preocupas por otro, y qué recibes!» (No aprecian que ellos se duelen tanto, por haber «jugado» a salvar.) Los «consejeros» se quedan con un rebusque de confusión o frustración.

FIGURA 6.7

FÓRMULA DEL JUEGO PSICOLÓGICO: «BENEFICIOS»



Presentamos a continuación, como resumen, un ejemplo de la fórmula del juego psicológico cuyo título es «¿Por qué no...? Sí, pero...».

Ejemplo de secuencia.

4.4. Título del juego: «¿Por qué no...? Sí, pero...»

CUADRO 6.8
EJEMPLO DE SECUENCIA. TÍTULO DEL JUEGO:
«POR QUÉ NO...? SÍ, PERO...»

ESTÍMULO	Alguien (Jugador A) pide consejo.
CEBO...	Estímulo Ulterior: Pero realmente no quiere consejo con éxito. En lugar de eso quiere probar (consciente o inconsciente) que el que da el consejo no puede manejar la situación y mantiene el «im-passe». Este será el auténtico cebo que se mantiene oculto durante el juego.
FLAQUEZA +	Debilidad del consejero: equivocadamente cree que es responsabilidad suya el solucionar los problemas de quien le consulta y darle la receta. + (Jugador B)
RESPUESTA	Da el consejo. Todas las soluciones dadas por el consejero son rechazadas con repetido: «Sí... pero».
CAMBIO	El consejero (Jugador B) que estaba en Salvador (Padre Nutricio NO OK) puede pasar a Padre Crítico NO OK (Perseguidor) o también a Víctima. El Jugador A que al pedir el consejo se puso en Víctima, puede pasar a Perseguidor y/o Salvador.
CONFUSIÓN	Confusión por parte del consejero (Jugador B) y del que reclamaba el consejo (Jugador A).
BENEFICIO FINAL	La persona que pide el consejo puede retirarse a su emoción negativa favorita o «RACKETS» o «REBUSCO». El consejero (Jugador B) obtiene otros «RACKETS» o «REBUSCO».

4.5. ¿Cómo identificar un juego psicológico?

Por la descripción que hemos hecho en las páginas anteriores acerca de los Juegos Psicológicos ya tenemos en nuestras manos la posibilidad de «identificarlos» en nuestro quehacer educativo al menos por tres caminos o vías de análisis.

El primer camino es *precisar si un comportamiento se ajusta a la definición de Juego*. Es decir, si en la conducta observada se dan los tres comportamientos descritos en el punto 4.1 de este capítulo y que nunca deben faltar y son estos:

- a) *Algo que se repite una y otra vez*, algo que ocupa nuestro tiempo al comunicarnos en la labor educativa.
- b) *Que tiene un comienzo, le sigue un proceso y se producen cambios* —hay que describirlos— en los que se nos revela algo ulterior, que nos alerta de un posible cambio de papeles. Por definición, afirma Berne, un juego debe involucrar una «trampa» por medio de una *transacción ulterior*.
- c) Y que termina con alguna *ganancia espúrea*.

Nos podemos cuestionar así: ¿Cómo nos sentimos al terminar esta serie de transacciones complementarias, cruzadas?

Otra vía para identificar los juegos con más precisión es estudiar los comportamientos y constatar si se cumplen los pasos de la Fórmula de los Juegos explicada en el punto 4.2 de este capítulo. Si detectamos un Estímulo del que pende un Cebo, una Flaqueza que lleva a responder («engancharse») y hallamos Cambios y ganancias, con toda probabilidad estamos ante un juego.

La tercera vía de identificación de un juego es más lenta, pero más precisa. Consiste en dibujar los diagramas transaccionales que conlleva la Fórmula de los Juegos, como hemos hecho en el punto 4.3 de este capítulo al describir un ejemplo de juego psicológico.

Vamos a proceder generalmente, de acuerdo con el sistema primero. Ante un comportamiento en el aula, trataremos de aclarar si se dan en él las tres notas o características en las que se ha insistido hasta el presente: transacciones repetidas complementarias, ulteriores y con ganancias. Recordemos que los tres aspectos constituyen una sola realidad, pero por motivos de mayor comprensión se estudian de uno en uno y en apartados distintos; se describirán los Juegos como un modo de «emplear el tiempo»; estudiaremos las transacciones repetidas; a continuación, nos detendremos en los Juegos como algo «ilegítimo» donde aparecerán las transacciones ulteriores, y finalmente, los Juegos como «beneficios», o pseudoventajas de los jugadores.

Los Juegos como Transacciones repetidas 4.5.1.

Se ha afirmado al comienzo del capítulo que los Juegos son una «Programación», son un «empleo del tiempo para obtener caricias». Este es un aspecto básico y que no hay que perder de vista.

Para efectuar un diagnóstico rápido y clarividente sobre si un comportamiento determinado es juego o no, se suministra una encuesta de seis cuestiones:

1. ¿Qué es lo que se repite una y otra vez y hiera a alguien?
2. ¿Cómo empieza?
3. ¿Qué pasa después?
4. ¿Cómo termina?
5. ¿Cómo te sientes entonces?
6. ¿Cómo se siente la otra persona?

El primer paso para la identificación de un juego es pues éste: ¿Qué es lo que se repite una y otra vez y hiere a alguien? Si una relación, situación o conducta se repite y al final alguien se siente herido, se siente mal, es porque está dentro de un juego.

Estas conductas o relaciones repetidas no producen aprendizaje de nuevas opciones de comunicación creativa para las necesidades que pretende satisfacer. Los comportamientos entre las personas se repiten una y otra vez de modo iterativo.

No se puede señalar el número de veces que debe repetirse una conducta. Cuanto más arraigadas están las personas en los Juegos, más se repetirán. Muchos de los que trabajamos en el campo de la educación y enseñanza, podemos sorprendernos haciendo las mismas cosas, riñendo especialmente a determinados alumnos, diciendo las mismas palabras de alabanza o de castigo una y otra vez... o viéndolas decir o hacer a los demás.

MARTORELL (1983, p. 59), que precisamente ha titulado un libro suyo *¿Qué nos pasa una y otra vez?*, dice que muchas personas le preguntan cómo saber si una situación que vivieron y que creó sentimientos negativos (pseudoganancias) fue un juego, o un mal momento. Afirma el autor que dejando aparte los criterios técnicos de identificación de Juegos, se puede pensar que aquel comportamiento social que deja la sensación de que hemos sido «enganchados» —el Adulto ha sido excluido—, y hemos cobrado «cupones», bien pudiera ser un juego. Hay, además, otro criterio, que no pretende ser universal, pero que utilizado como pauta práctica puede ser una campana de aviso: «si algo que nos dejó mal, sucede una vez, puede ser un mal momento; si sucede dos veces, tal vez sea casualidad; si sucede tres veces y aún no piensa que es un juego, prepárese para una cuarta vez, y una quinta, y una sexta...».

El conocimiento que hemos adquirido de las distintas programaciones del tiempo nos puede ayudar —por comparación y exclusión— a entender mejor los Juegos.

La Programación del Tiempo que se estructura en los Juegos no es como la programación del Aislamiento. Como su nombre indica en este último no hay transacciones, por lo que no cabe en la definición del juego donde siempre se juega entre varios en una programación de tipo social, de relaciones con otras personas. Por lo tanto, aunque observemos repetir y repetir modos de aislamiento como lectura, hobbies solitarios, etc., no debemos pensar que son Juegos.

Sí es verdad que algunos Juegos llevan al Aislamiento de los jugadores. Pero esto es una consecuencia y no una parte del juego.

Los Juegos no son Actividades. Éstas no tienen en sí mismas transacciones ulteriores como aquéllos.

Los Juegos tampoco son Rituales que son conductas estereotipadas, programadas por la sociedad, y por más que se repiten, no tienen nivel ulterior.

No son Pasatiempos, aunque los Juegos se acercan —a veces— a ellos. «No existe el Cebo, ni Cambio de Estado del Yo.» Son transacciones complementarias,

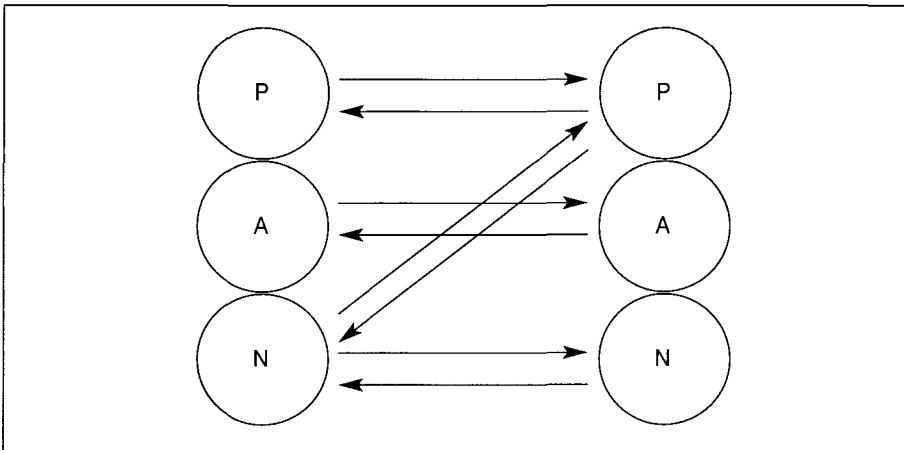
sin pena ni gloria, aunque los signos de conducta que van indicando a qué juega cada uno, preparan el terreno para los «enganches» (KERTÉSZ, 1985, p. 330).

Finalmente, los Juegos no son, tampoco, Intimidación, relación interpersonal suprema, directa y dirigida por el Padre, el Adulto y el Niño.

Los Juegos como Transacciones Ulteriores 4.5.2.

Hemos analizado una característica fundamental de los Juegos como son las transacciones repetidas. No basta, sin embargo, la repetición de un comportamiento o conducta para valorarlo y aceptarlo como Juego. No sirve la sola repetición o iteración por frecuente que sea. Debe implicar algo ulterior. Recordemos el pensamiento berniano de que por definición un juego debe involucrar una transacción ulterior. La ulterioridad es básica en el Juego. Lo importante no es lo que se dice, sino lo que se quiere decir, aunque sea inconscientemente. En los Aislamientos, los Ritos, las Actividades, los Pasatiempos, la Intimidación, se dan comportamientos repetidos, y por más que se repitan no hay juego.

El diagrama de estas operaciones donde se dan varias transacciones complementarias y ninguna ulterior, es el siguiente:

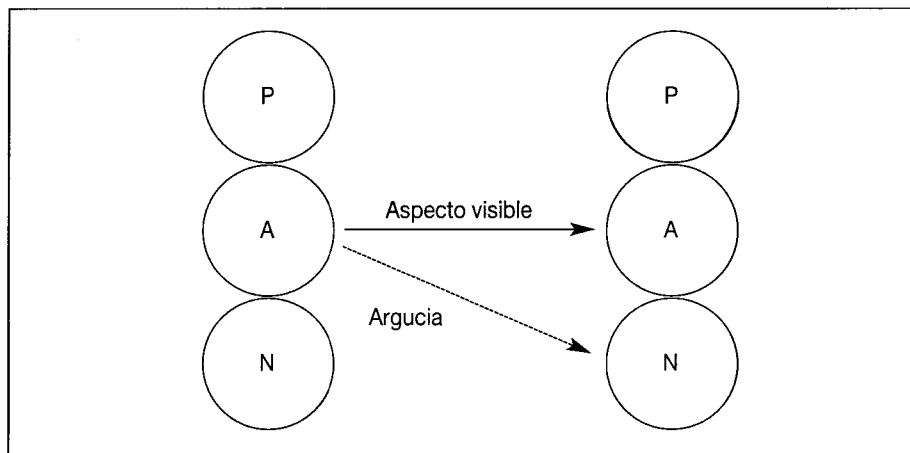


La cadena de transacciones es sana, complementaria, fructífera. Se dan respuestas apropiadas al estímulo. Y se da una comunicación positiva, creativa. No hay en ellas ninguna transacción ulterior. BERNE (1979 a) afirma: «Una operación es una transacción o conjunto de transacciones que se emprenden con un propósito específico determinado» (p. 53).

En las maniobras, es decir, en las transacciones del vendedor, conscientemente se opera con la deliberada intención de engañar al otro.

Y el diagrama es como se muestra en la figura de la página siguiente.

Un vendedor entrenado maquina de modo consciente las maniobras necesarias para que piquen los compradores.



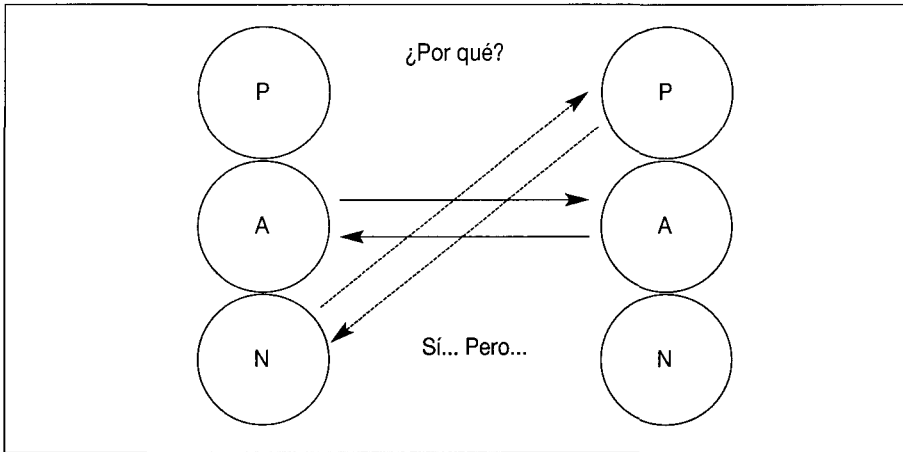
Pero en el juego se dan una serie de transacciones en las que hay un engaño o «trampa» inconsciente. Eric Berne concibe los juegos psicológicos como transacciones ulteriores, de naturaleza repetitiva, con un pago psicológico bien definido. Los diccionarios definen «ulterior» como lo que «está más allá de» o «sucede después de». El significado que Berne quiere imprimir es ligeramente distinto. No se trata de estar «más allá» o «después» sino de ocultar una intención. La expresión española «tener algo en la recámara» es una muestra de lo que significa ulterior, es decir, que el agente finge hacer una cosa mientras en realidad está haciendo otra. Por eso, la persona puede estar «a la vez», mostrando una cara y manteniendo oculta una intención, incluso a sí mismo (VALBUENA, 1995, pp. 16-17).

Y el diagrama es el que se refleja en la figura de la página siguiente.

La pregunta que surge es: ¿Cómo podemos conocer y detectar si en una serie de transacciones hay algo «ulterior»? Este es el punto más difícil de percibir en los Juegos Psicológicos. Efectivamente, la naturaleza ulterior de los juegos aprendidos y fijados en las personas ya desde niños, se olvida. Las motivaciones sociales pueden despiarnos y no captar así, los aspectos ulteriores de las mismas.

¿Qué regla o clave podemos emplear para diferenciarlas?

Berne nos previene: Si alguien pide francamente ser tranquilizado, y lo es, eso es una operación. Si alguien pide ser tranquilizado y después de serlo convierte la tranquilidad en alguna forma de desventaja para el dador, eso es un juego. Entonces superficialmente un juego parece un conjunto de operaciones, pero después del ajuste de cuentas, se hace aparente que estas «operaciones eran en realidad *maniobras*; no demandas honradas, sino movimientos del juego» (1979 a, p. 53).



Resumiendo el pensamiento de Berne, la clave es la repetida «descalificación» y el cambio de papeles. El cambio nos descubre que había algo ulterior en la relación. El cambio de papeles y la sorpresa consiguiente nos dan la pista para descubrir que hay algo inconsciente, ulterior y que estamos en juego.

Extraemos, acomodándolo, un ejemplo de la obra de BERNE (1979b, p. 39), que servirá para apreciar el cambio (lo ulterior) en una relación concreta.

Un paciente pide al terapeuta que le asegure sobre su curación. Diálogo primero:

— *Paciente*: Dígame, Doctor, ¿cree Vd. que me pondré bien?

— *Doctor*: Creo sinceramente que sí. Vd. tiene empeño y para ello estoy aquí.

— *Paciente*: Gracias Doctor, ya me siento más animado...

Observamos que esto es una operación. El paciente ha declarado su necesidad francamente y se la han cubierto, y no se aprovecha de la situación de ninguna manera, sino que da una respuesta cortés. Por más que este diálogo se repita, será siempre una serie de transacciones para informarse (Adulto-Adulto) o quizá tal vez, transacciones Niño-Padre.

Pero describamos un segundo diálogo donde se manifiesta algo ulterior en la base del mismo:

— *Paciente*: Dígame, Doctor, ¿cree Vd. que me pondré bien?

— *Doctor*: Creo sinceramente que sí. Vd. tiene empeño y para ello estoy aquí.

— *Paciente*: (Con «retintín») ¿Qué le hace pensar que Vd. se lo sabe todo?

Vemos que socialmente el primer estímulo y la primera respuesta son iguales en ambos diálogos. Pero el cambio demuestra que había algo ulterior. La última pregunta confunde al terapeuta y le deja aturdido un momento, que es lo que el paciente quería. Éste, más que tranquilizarse y ser agradecido (primer diálogo),

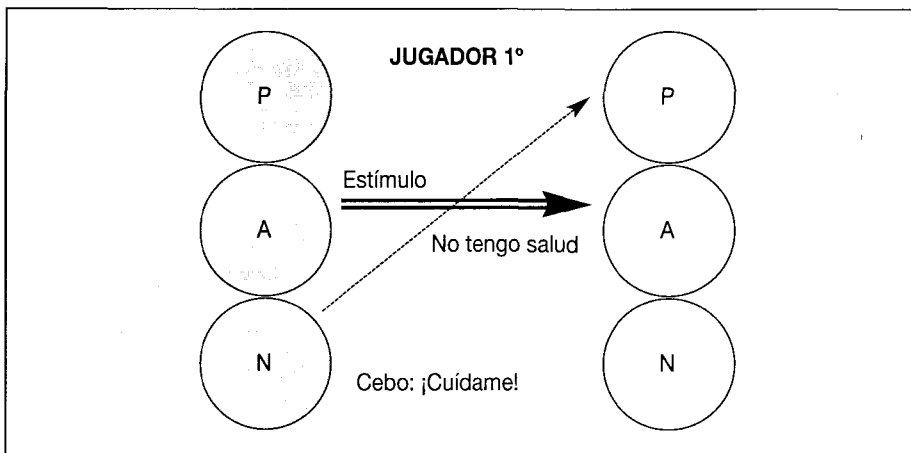
lo que ulteriormente buscaba era dejar al terapeuta frustrado; éstos fueron los pagos. Quizá en el tono de voz del paciente se percibía algo el timo o sarcasmo; y en el Doctor, demasiado proteccionismo. Pero son el Cambio de papeles y la descalificación los que revelan con claridad la ulterioridad de las transacciones.

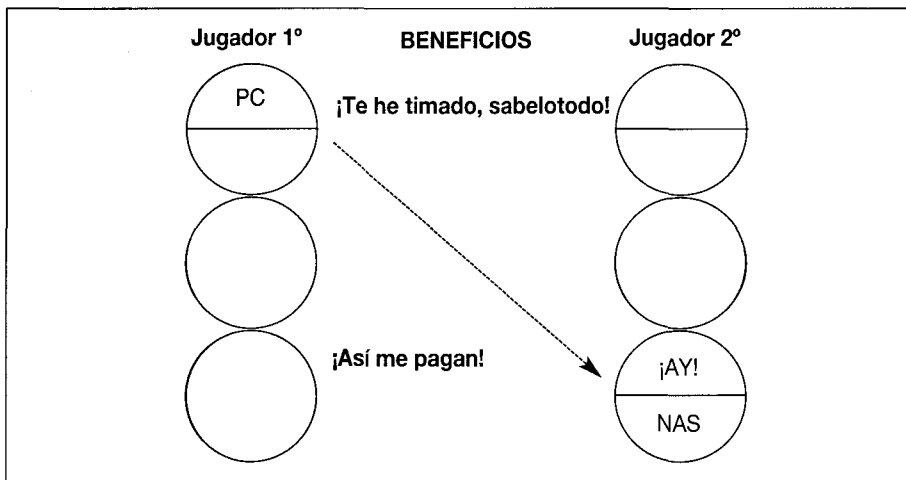
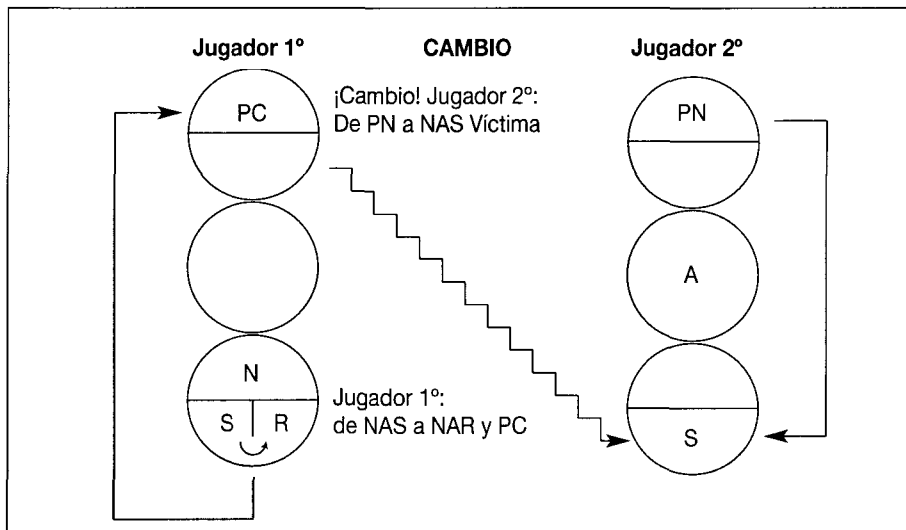
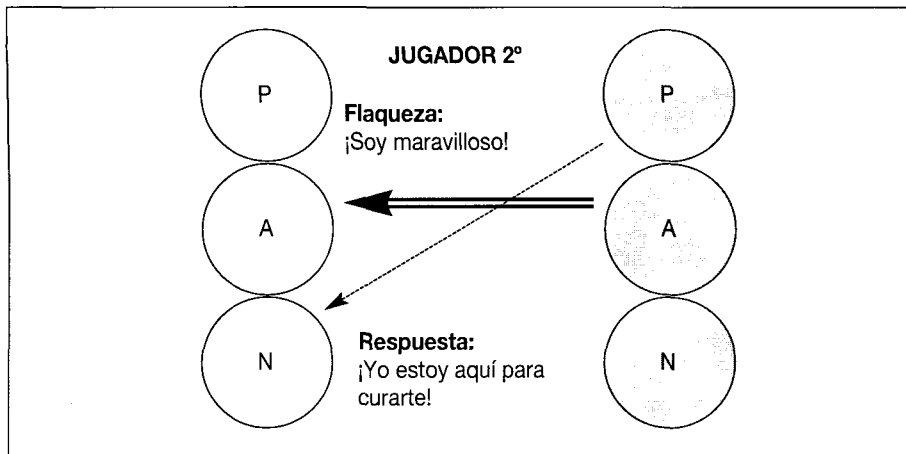
Vamos a exponer con palabras lo que ha acontecido en los dos niveles.

- *Estímulo*: ¿Cree Vd. Doctor que me voy a poner bien?
(Estímulo social, limpio.)
- *Cebo*: Vd. es maravilloso, ayúdeme y todo estará hecho.
- *Flaqueza*: Pues sí, soy maravilloso, hijo, conmigo Vd. curará ciertamente.
- *Respuesta*: Creo que sí, Vd. tiene empeño y para eso estoy yo aquí.
(Nivel Social.)
- *Cambio*: (Jugador 1º): ¿Qué le hace pensar a Vd. que se lo sabe todo?
- *Sorpresa*: El Jugador 1º dice: «Que te lo crees tú...».
El Jugador 2º: «¿Qué dice este?».
- *Beneficio del Jugador 1º*: ¡Qué orgulloso es Vd.! ¡Toma palo!...
- *Beneficio del Jugador 2º*: ¡Vaya, yo sólo trataba de ayudarte! ¡Desagradecido!

Aprovechamos este ejemplo para insistir en que todo juego sigue la fórmula claramente. El timo era la primera pregunta y la debilidad que daba pie al timo era el sentimentalismo del Doctor. Cuando el timador utilizó el timo, aquél respondió de la manera que éste esperaba. Entonces el paciente accionó el interruptor, causando la confusión, después de lo cual cada uno recibió su pago o cupón.

Veamos este diálogo diagramado en cuatro secuencias:





La descripción del Triángulo Dramático que haremos más adelante nos ofrecerá otro instrumento para lograr habilidad en percibir los Cambios de «papeles» propios de los Juegos.

4.6. Los Juegos y las pseudoventajas de los mismos

El tercer componente, que ayuda a discriminar si la conducta observada es o no un juego, se refiere a la ganancia final. A los Juegos se entra para buscar beneficios; beneficios sucedáneos, pero beneficios. Ya hemos insistido en este tercer elemento de la Fórmula.

BERNE (1981, p. 106) lo señaló y describió las ganancias derivadas de los Juegos en su primer libro. De un modo más concreto, precisó las ventajas generales del juego que «consisten en sus funciones estabilizadoras (homeostáticas)» (1979a, p. 60).

El «beneficio» del juego es siempre un ajuste de cuentas; es recoger la cosecha de una operación tramposa y que como decíamos anteriormente es tal a pesar de los propios jugadores.

En 1966 Berne escribía que los Juegos variaban de «buenos» a mortalmente destructivos. Hoy los tratadistas afirman de modo generalizado que no hay juegos «buenos». Por eso, es preferible llamar «pseudoventajas» a las caricias negativas que aportan; así, de este modo, se acentúa su carácter espúreo. Son un «a falta de pan, buenas son tortas»; un «menos es nada». Son sucedáneos. Si no hay café se bebe malta. Si no hay algo positivo (+), pues lo negativo (-).

Y, ¿por qué conseguir pseudoventajas en vez de ventajas verdaderas, plenas, profundas? Por un aprendizaje inadecuado. Las personas tienen unos requerimientos básicos y vitales de relacionarse con la gente y consigo mismo; carencias y necesidades que llenar. Si, desde los primeros años de vida, se apartó o eliminó al Niño Natural y el Niño Adaptado aprendió a reemplazar lo legítimo por lo sucedáneo, el caldo de cultivo de los Juegos estaba preparado. «Está aferrado a sus juegos porque este Niño cree —fundamentado en sus experiencias más significativas— que es la única forma de sobrevivir» (KERTÉSZ, 1985, p. 325).

A través de los Juegos se satisfacen necesidades básicas y vitales del Niño Adaptado NO OK, que no ha vivenciado otra forma mejor de satisfacer dichas necesidades. Cuando las necesidades no se satisfacen en la infancia, el niño ensaya sistemas sustitutivos para conseguir lo que quiere. «Estos sistemas sustitutivos inadecuados quedan impresos como un circuito y, después, a través de los años, su energía interna recorrerá una y otra vez este circuito desarrollando conductas improductivas» (ROMÁN, 1983, p. 212).

A la satisfacción de esas necesidades y carencias las llamamos pseudoventajas de los Juegos. Las ocho básicas, tal como las definió Berne son:

Pseudoventaja BIOLÓGICA 4.6.1.

Es la principal. Los Juegos proveen de caricias seguras y repetidas, aunque negativas. Así con ellas mantenemos cargada la batería personal. «Es preferible ser pateado a ignorado.» Se puede recordar lo explicado sobre la importancia de satisfacer «el hambre de estimulación» a través de las caricias para mantenerse vivo tanto en lo biológico como en lo psicosocial.

Y, aunque sean negativas, son mejor que nada. Antes de sentir una omisión se prefiere una pseudoatención.

En algunas fases del juego podemos hallar algunas caricias positivas. Generalmente son pocas y se dan como incidentalmente, sólo de paso, pero nunca como efecto o beneficio del propio juego. Y estas caricias positivas están mal situadas, pues se dan como premio de conductas o comportamientos inadecuados.

No me resisto a la tentación de citar un amplio texto de una agudeza sobresaliente del efecto de las caricias sobre la conducta y los Juegos. «Ya tratamos anteriormente el efecto de las caricias sobre la conducta, pero utilizando ahora el concepto de juego, podemos obtener un nuevo punto de reflexión para padres y educadores. Al reprender o castigar una conducta que valoramos como nociva o perjudicial, será muy útil observar si ésta forma parte de un juego. Si es así, estaríamos reforzando dicha conducta, preparándole para que se repita indefinidamente» (MARTORELL, 1983, p. 61).

Los Juegos son, pues, un modo fácil y seguro de cargar la Batería de Caricias de los Jugadores.

Pseudoventaja EXISTENCIAL 4.6.2.

Una ganancia de los Juegos es que confirman la Posición Existencial básica establecida en la Infancia. Aunque se ha expuesto en el capítulo anterior, recordamos que la Posición Existencial de la vida hace referencia a las creencias, ideas, decisiones acerca de nosotros mismos y de los demás adquiridas en los primeros años de la existencia. Al final de un juego se confirma la Posición. El resultado confirma un «Yo soy, o estoy bien/mal; los otros siempre están bien/mal. En el juego se reafirma «aquí y ahora» la decisión que tomé en la infancia «allí y entonces»; decisión sobre lo que creo de mí mismo y de los demás. Esto proporciona seguridad, la seguridad de lo que nos es conocido, sea derecho o torcido, acertado o falso. Recordemos el dicho: «es mejor lo malo conocido que lo bueno por conocer».

Los Juegos responden a las cuestiones básicas de la vida planteadas por Berne, ¿quién soy?; ¿Qué hago en este mundo?; ¿Quiénes son los demás? Los Juegos, aunque disparatadamente, nos dicen quiénes somos y quiénes son los otros confirmando así la Posición básica que cada cual vive, puesto que los papeles con que se comienzan y, sobre todo, terminan los Juegos, son determinados por estas Posiciones.

4.6.3. Pseudoventaja ARGUMENTAL

Los Juegos reafirman los mandatos parentales y el argumento de vida. Con tanto repetir los Juegos (recordar la pregunta: ¿qué hacemos una y otra vez?) repetimos la programación infantil, los Mandatos Parentales que, a través de las Posiciones, Cupones y los Juegos mismos, nos van llevando a realizar nuestro Guión vital.

4.6.4. Pseudoventaja EMOCIONAL

Los Juegos mantienen y refuerzan los Rebuscos aprendidos en la Infancia.

Explicábamos anteriormente que cada Juego tiene un beneficio o pago. «Familiarmente, al pago le llamamos Cupón», dice BERNE (1979b, p. 40).

En la infancia cada niño aprende a relacionar sentimientos socialmente admitidos y aceptables porque le reprimen sus sentimientos genuinos. Así luego se juega a aquellos juegos que —como premio— aportan los sentimientos que enseñaron a sentir: Rebuscos. Estos «beneficios» son caricias negativas adquiridas y justificadas por un Adulto contaminado.

Los Juegos permiten la descarga de tensión que proviene de diálogos internos entre Padre-Niño.

Los Juegos suministran ayuda a la vida psíquica de los jugadores tanto permitiendo el desahogo del mundo de las vivencias emocionales como evitando comportamientos y sentimientos no aceptados en la niñez y, por lo tanto, temidos.

Es necesario insistir en que esta ayuda es sucedánea, puesto que un Adulto no contaminado sabría ordenar adecuadamente un desahogo interior y aprovechar todos los contactos exteriores sin distorsionarlos ni evitarlos.

Las dos pseudoventajas psicológicas que se citan a continuación ayudan directamente al individuo a conseguirlo.

4.6.5. Pseudoventaja PSICOLÓGICA INTERNA

En los Juegos se descargan tensiones interiores y emociones negativas. Como decíamos anteriormente, los «diálogos internos» pertenecientes al sistema negativo: Niño (Adaptado Sumiso y Adaptado Rebelde) y Padre, en plan de Padre Perseguidor o Padre Salvador negativo, pueden producir una excesiva acumulación de emociones. Los Juegos constituyen una válvula de escape.

Se puede afirmar que los Juegos tienen una función catártica, pero negativa. No se aprendió a realizar una catarsis positiva. Se produce una homeostasis entre los Estados del Yo, que equilibra la salida de sentimientos internos acumulados dentro del individuo.

Pseudoventaja PSICOLÓGICA EXTERNA 4.6.6.

Los Juegos permiten evitar situaciones temidas. Ayudan a separaciones por miedo a la Intimidad. Esta es la más deliciosa de las Programaciones del Tiempo donde las personas se manifiestan con total libertad. Las personas invadidas por sentimientos no genuinos (Rebuscos) no la gozan, la temen y juegan para evitarla, pues no tienen permiso parental.

Los Juegos evitan otras situaciones temidas como puede ser el Éxito, el Placer, la Autonomía, y siempre a instancias del Niño Adaptado negativo.

Los Juegos ayudan a acusar a los demás, rebajar al otro, sacar sus defectos.

Los Juegos ayudan a dominar a los demás o ser dominado y protegido por ellos.

Los Juegos ayudan a mantenerse en una continua Simbiosis, es decir, en extremadas dependencias personales.

Toda esa serie de pseudoventajas psicológicas se comprenderá con más exactitud, profundidad y detalle cuando se presente particularmente la lista de Juegos.

La pseudoventaja Social es la última. También se divide como la psicológica en Interna y Externa.

Es Social porque ayuda «al empleo del tiempo» en las relaciones sociales o en las relaciones interpersonales.

Los Juegos ayudan a la gente a emplear su tiempo en relaciones sociales; con éstas llenan su tiempo. BERNE (1979 a) llega a decirnos: «La vida familiar y la material, así como la vida en organizaciones de varias clases, pueden estar basadas, año tras año, en variaciones del mismo juego» (p. 20).

Pseudoventaja SOCIAL INTERNA 4.6.7.

Es la manera de ocupar el tiempo negativamente de acuerdo al programa del juego que se está practicando y en círculos privados o ámbitos sociales reducidos: familia, grupo de trabajo diario...

Pseudoventaja SOCIAL EXTERNA 4.6.8.

Los Juegos se hacen con jugadores que se «enganchan». Así constituyen una forma de hacerse con amistades que confirman el «Rol» (ROMÁN, 1983, p. 214).

Los Juegos permiten la realización de Pasatiempos. Derivados de ellos pueden nacer otros Juegos que también ayudan a llenar y estructurar el tiempo. Sirven para aproximarse a la gente —como se viene insistiendo, en el sistema negativo de conducta— que juega a lo mismo; por ejemplo en el juego «alcohólicos». También para distanciarse.

Mediante todas estas pseudoventajas, los Juegos suplantán y eliminan las relaciones abiertas y creadoras de autonomía e intimidad, cubriendo sustitutoria y

vicariamente las necesidades de las personas. La ganancia de los Juegos Psicológicos es siempre negativa, funesta, en mayor o menor grado. Pero, siempre, será ganancia.

5. ANÁLISIS FORMAL DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

Los juegos psicológicos pueden ser estudiados de modo sistemático. Berne (1979 a) presenta los siguientes pasos:

5.1. Título y tesis del juego

Título: Es el nombre que se da al juego. Debe ser capaz de dar una idea general del mismo. Generalmente es una abreviatura, por ejemplo, «Pata de Palo». Es como una síntesis de una de las secuencias del juego.

Tesis: Es una descripción general del juego en lo referente al plano social —conducta observable— y al plano psicológico —contenido que otorga significado a lo que sucede en el plano social—.

En el ejemplo de «Pata de Palo», la tesis es ¿qué se puede esperar de un hombre con un defecto o desgracia de tener una pierna de palo?

Es la apuesta en el juego; lo que hemos llamado CEBO.

5.2. Antítesis del juego

La estructura de un juego, hemos afirmado antes, se sustenta sobre «maniobras» del Niño Adaptado, eliminando el estado Adulto. Activando este último producimos la interrupción del juego.

La antítesis en el juego «Pata de Palo» es cualificar y valorar lo que es, vale y tiene la persona con una limitación física de este género; en vez de gastar energía en demostrar lo que tiene, puede sencillamente mostrarlo usando sus límites y compartiéndolos con los demás.

En la Antítesis se puede observar la réplica que hace el segundo jugador y que admite varias opciones:

- 1º. Activar el Adulto, descartando el juego y negándose a jugar. Esto obliga al primer jugador a remodelar la tesis del juego.
- 2º. Darse cuenta de lo que necesita el primer jugador remodelando el ajuste de cuentas, las pseudoventajas que propone el jugador que tomó la iniciativa.

- 3º. Aceptar sin más los términos del juego, dejando a la persona en manos del Niño Adaptado.

La primera deshace el juego y la posibilidad de jugar. Aparece la FLAQUEZA en las opciones 2ª y 3ª.

Propósito del juego 5.3.

Representa el objetivo inmediato del juego que sin estar explícito a nivel social, es obvio a nivel psicológico, ulterior, oculto. «Es el deseo de demostrar la validez de la Tesis, desde la Posición Existencial particular en el juego» (KERTÉSZ, 1985, p. 342).

En el ejemplo «Pata de Palo» el propósito es evitar la responsabilidad propia, alegando justificaciones para evadirse. Explotar una desgracia para eludir responsabilidades.

Roles en el juego 5.4.

Stephen Karpman diagramó de forma sencilla y clara el gráfico titulado Triángulo Dramático que pone de manifiesto la índole recurrente de los papeles de Perseguidor, Salvador y Víctima que, básicamente, son los que asumen en el desarrollo de cualquier juego. Habrá mayor o menor fluidez en los recorridos por el Triángulo Dramático según que en el juego participen dos o más jugadores.

En el ejemplo «Pata de Palo» el Rol es el de Víctima.

Dinámica del juego 5.5.

La fuerza o energía psicológica que opera en cada situación, o mejor, en cada juego, es la que determina los hechos o conductas observables. El juego surge en un contexto de la evolución del sujeto y dentro de un marco de referencia cultural. Para un análisis formal y sistemático de los juegos es necesario saber en qué momento de la evolución del individuo se produce su aprendizaje. Berne manejaba la teoría psicoanalítica estudiando la dinámica de cada juego según las etapas de la fijación de la lívido. Los transaccionalistas posteriores, en desacuerdo con Berne con esa teoría, lo reemplazan y combinan con conceptos y etapas de desarrollo de la personalidad según Jean Piaget, Pamela Levin, Erick Erickson, etc.

También podemos entender la dinámica del juego según se vayan asumiendo y abandonando los sucesivos cambios en los roles, así como del ritmo en los avances y retrocesos a medida que el juego avanza.

5.6. Paradigma transaccional del juego

«Es una ilustración resumida de las transacciones fundamentales, en forma de frases» (KERTÉSZ, 1985, p. 342). Se constatan los Estados del Yo que están activos en los jugadores y la red de transacciones que establecen entre sí. Como siempre en los juegos se describe el nivel o paradigma social que ilustra lo evidente y aceptable socialmente y el nivel o paradigma ulterior, psicológico que es oculto al jugador.

5.7. Los jugadores y los movimientos del juego

Jugadores: Son el número de personas que participan en el juego; hay juegos de sólo dos personas, o de tres y más jugadores. Berne en el juego de «Alcohólico» identifica hasta cinco jugadores. Cada jugador tiene su misión específica.

Movimientos: Es menester recordar y no olvidar la afirmación de que los juegos son un medio para conseguir caricias negativas. Para conseguir el cupo determinado de caricias en un juego es necesario ejercer los movimientos que posibiliten los estímulos y las respuestas transaccionales. Los Roles del Triángulo Dramático y su alternancia en el juego ayuda a discriminar los movimientos de cada juego.

5.8. Pseudoventajas del juego

Ya fueron analizadas las 8 pseudoventajas posibles que arrojan los juegos. Cada uno de estos «beneficios» puede servir, por sí sólo, de factor desencadenante del juego. Aquí basta con mencionarlas:

1. Biológica
2. Existencial
3. Emocional
4. Argumental
5. Psicológica interna
6. Psicológica externa
7. Social interna
8. Social externa

Estas son, pues, las «ganancias» que consiguen los jugadores mediante el juego.

6. ORIGEN DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

El origen de los juegos psicológicos hay que buscarlo en la familia. La programación familiar de los juegos es la causa de que se empleen repetidamente. Se aprenden muy tempranamente. De acuerdo con Eric Berne, los juegos son pau-

tas que se aprenden en los primeros años de la infancia y pasan de una generación a otra.

«El juego favorito de un individuo puede ser rastreado hasta sus padres y sus abuelos, y puede seguirse hacia sus hijos quienes, a su vez, a menos que haya una intervención afortunada, lo enseñarán a sus nietos» (BERNE, 1979a, p. 183).

El origen de los juegos es debido a la necesidad de manipular el ambiente. Le sirve al jugador «eficazmente» para manipular a los demás. El niño comienza a jugar en los primerísimos años de su vida para obtener algo del ambiente, para obtener las caricias que haya disponibles, aunque sean negativas. Si, por ejemplo, percibe que haciéndose el tonto, el infeliz, el que no sabe nada, el despistado... obtiene atención y compasión, pues comenzará a jugar el juego llamado «Estúpido». El Niño, desde el Pequeño Profesor, inicia estas conductas.

Berne nos narra algo sorprendente. Cómo un niño de sólo 3 años, Mike, no sólo estaba listo (Pequeño Profesor) a practicar un juego, sino que —ayudado por su padre— lo percibió y abandonó.

Nos lo cuenta así: «Tanjy, de siete años, sintió dolor de estómago a la hora de comer y pidió que lo excusaran por esta razón. Sus padres sugirieron que se acostara un rato. Su hermano menor, Mike, de tres años, dijo entonces: “¡yo también tengo dolor de estómago!”, evidentemente, buscando la misma consideración. El padre le miró un momento y contestó: “¡Tú no quieres jugar este juego, ¿verdad?!” Lo que hizo que Mike soltara la risa y dijera, “¡NO!”». (BERNE, 1979 a, p. 64).

Se aprecia el origen manipulativo del juego. Si Mike hubiera sido mandado a la cama como su hermano (por unos padres alarmados o poco avisados), hubiera repetido su malestar, hasta aprender a fingirlo y usarlo como medio de «conseguir» ser objeto de atención, como su hermano. Hubiera aprendido a alegar enfermedad para conseguir privilegios para sí. A un nivel social, Mike decía sentirse mal: «No me siento bien» (Nivel Social), pero posteriormente decía: «¡A mí, como a mi hermano! debes concederme un privilegio también!» (Nivel psicológico).

Así, si el niño percibe la eficacia de llorar o hacerse el mártir, el enfermo, etc., lo repetirá.

Esto demuestra claramente que los juegos son deliberadamente iniciados por los niños pequeños. «Después de convertirse en patrones fijos de estímulo y respuestas, sus orígenes se pierden en la bruma del tiempo, y su naturaleza ulterior se oscurece en las nieblas sociales» (ibíd., p. 65).

Los juegos psicológicos se aprenden por imitación de los padres. Para Berne, los juegos son imitativos por naturaleza. Si el niño comienza a jugar para obtener algo del ambiente, ¿cómo lo puede obtener? Imitando los patrones de conducta que ve fuera de él. Aunque a veces el niño «incorpora conductas nuevas no por imitación sino porque se han mostrado efectivas» (MARTORELL, 1983, p. 72).

En la imitación de los juegos de los padres los niños aprenden a practicar roles idénticos.

Los padres enseñan, realmente, a sus hijos a jugar, aunque no se den cuenta. En la clínica se detecta que cada cual ejercita en su familia, como padre o como madre, los juegos que ya se ejercitaban en su familia en la que vivía como un ni-

ño. Así los padres asignan a sus hijos inconscientemente roles y los utilizan como herencia y complemento de sus propios juegos. Los hijos los siguen, porque, como decíamos anteriormente, los juegos les resultan eficaces para manipular y obtener su cuota de caricias.

7. CLASIFICACIÓN DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

Berne clasifica los juegos desde muy diversos puntos de vista. Algunas clasificaciones más obvias están basadas en los siguientes factores:

7.1. Por el número de los jugadores

Los más frecuentes son juegos de dos. Los hay de tres jugadores, como por ejemplo «¡Peleen los dos!» en que un tercero los pone a pelear. Se dan juegos de cinco, por ejemplo el «¡Alcohólico!». Y juegos de muchos jugadores. «¡¿Por qué no? Sí, pero!» es una muestra de este último.

7.2. Por los símbolos involucrados

Cuando se emplean símbolos para definir el juego. En el juego «Psiquiatría» se emplean palabras; ejemplo: Yo te curaré, si dependes de mí... En el juego «Deudores» se emplea dinero. Se emplean partes del cuerpo en el juego «Psicocirugía».

7.3. Por el tipo clínico y las zonas psicoanalíticas

Por el tipo clínico: Los juegos se clasifican como histérico, obsesivo-compulsivo, paranoide y depresivo.

Por las zonas psicoanalíticas: Los juegos pueden clasificarse por las zonas donde se ha fijado la lívido, en la evolución del jugador. La zona oral, la zona anal y la zona genital.

7.4. Por el ámbito social en que se dan

Esta clasificación es la que emplea BERNE (1979a, p. 73) por ser en el ámbito social donde se dan las situaciones y los contextos más frecuentes.

— *Juegos de la vida:* Todos los juegos psicológicos tienen importancia e influencia decisiva en el destino de los jugadores, en condiciones sociales

corrientes; con todo, algunos la tienen mayor y son más propensos a involucrar a espectadores relativamente inocentes. Se incluyen en este capítulo los siguientes: «Alcohólico», «Deudor», «Patéame», «Ahora te agarraré, desgraciado», «Mira lo que me has obligado a hacer».

- *Juegos Maritales*: En la vida matrimonial pueden darse todo tipo de juegos, pero algunos quedan facilitados por la misma relación matrimonial. Estos juegos no pueden separarse absolutamente de los juegos sexuales. Los principales son «Rincón», «Tribunales», «Mujer frígida», «Abrumada», «Si no fuera por ti», «Mira cuánto me he esforzado», «Querido».
- *Juegos Sexuales*: Sirven, particularmente, para explotar o luchar contra los impulsos sexuales. «Son todos ellos, efectivamente, perversiones de los instintos sexuales, en que la satisfacción se desplaza del acto sexual hacia las transacciones cruzadas que constituyen el ajuste de cuentas del juego» (BERNE, 1979 a, p. 130). Todos ellos, en un modo u otro, implican deficiencias o perversiones en lo sexual.

Los juegos incluidos aquí son: «Que peleen los dos», «Perversión», «Rapo», «El juego de la media», «Alboroto».

- *Juegos de Reunión*: Las reuniones y fiestas son apropiadas para el empleo del tiempo en Pasatiempos como ya describimos en otro apartado. Pero conforme van naciendo las amistades y al calor de las mismas, surgen los juegos dentro de las reuniones. Cuatro juegos típicos en situaciones normales aparecen en esta sección: «¿No es terrible?», «Defecto», «Schlemiel», «Por qué no-solo que».
- *Juegos de Hampa*: Se dan principalmente en ámbitos de los correccionales y establecimientos similares, prisión, etc. Usados dentro y fuera de la prisión, se refieren a los abusos profesionales entre policías, ladrones y todo el mundo de la trampa o delincuencia. Estos incluyen «Policías y Ladrones», «Cómo sale uno de aquí» y «Tomémosle el pelo Joey».
- *Juegos de Consultorio*: Los analistas profesionales, terapeutas y los pacientes deben darse cuenta, enseguida, de los juegos que se pueden jugar en situaciones terapéuticas.

Hay tres tipos según el papel del ajuste (BERNE, 1979a, p. 150):

- a) Juegos llevados a cabo para terapeutas y trabajadores sociales: «Sólo trato de ayudarte» y «Psiquiatría».
 - b) Juegos realizados por personas profesionalmente competentes, que son pacientes en grupos de terapia, como «Invernadero».
 - c) Juegos en los que participan pacientes y clientes novatos: «Indigencia», «Campesino», «Estúpido» y «Pata de Palo».
- *Juegos buenos*: Aunque Berne los describe como buenos, para nosotros, o no son juegos o no son del todo buenos, porque ya conocemos la naturaleza y las entrañas del juego. Hay que incluirlos, más bien, entre los Pasatiempos.

7.5. Por la intensidad emocional

Un modo distinto de clasificar los juegos es hacerlo según la intensidad de la tensión emocional o según el grado de gravedad. Esta intensidad emocional hace que las personas jueguen tranquilamente o los practiquen con más tensión y agresividad. BERNE (1979 a, p. 69) distingue las etapas de la siguiente manera:

- a) *Juegos de primer grado*: Son socialmente aceptables en el círculo en que se muevan los jugadores. Son juegos calmados, livianos y producen en los que los juegan, una ligera sensación negativa de inadecuación. Las pseudoventajas se sitúan a nivel de los sentimientos parásitos. Estos juegos se juegan en público puesto que están admitidos socialmente.
- b) *Juegos de segundo grado*: Son aquellos de los cuales no surge un daño permanente e irreparable, pero no son socialmente aceptables en el medio del jugador. Los jugadores los ocultan, pues los comprometen por la pérdida del oficio, salida del hogar, amistades rotas, convivencias en crisis. Son éstos ciertos juegos conyugales y juegos de la vida. Pero no provocan daños muy graves. Generalmente se efectúan en privado. Se sitúan en el nivel de las posiciones existenciales. Se refuerzan las partes menos productivas de la persona y a veces sus partes autodestructivas. Así el juego tiene como función confirmar la posición ante la vida, probando que el jugador o los otros no valen nada y no están bien.
- c) *Juegos de tercer grado*: Los juegos de tercer grado, o juegos de manos duras, son aquellos cuyo beneficio ocasiona un daño irreparable (cárcel, manicomio, hospital, cementerio). Son intensos. No sólo son socialmente inaceptables, sino que se juegan muy en serio, de modo trágico y que marcan definitivamente algunas vidas.

Los jugadores se pueden dar cuenta de esta gravedad cuando perciben que el Cambio es muy brusco y la Sorpresa grandísima; y, sobre todo, cuando el Beneficio es demasiado amargo.

Se sitúan al nivel de los mandatos y prescripciones del guión o plan de vida, confirmando los requerimientos parentales.

Hay que afirmar que el grado no va necesariamente anexo al juego. Cualquiera de los juegos puede ser jugado con manos blandas o duras; algunos, es verdad, son de naturaleza más grave que otros, pero la escalada la establecen los movimientos de los propios jugadores para no privarse de los pseudobeneficios psicológicos.

7.6. Por la Posición Existencial

Aunque ya hemos abordado este instrumento del Análisis Transaccional, es bueno recordar que toda persona posee un concepto básico de sí misma y de los demás y que este concepto juega un papel importante a la hora en que la persona quiere hacerse entender y entender a los demás. A esto lo llamamos Posición

Existencial. Tenemos la siguiente clasificación por la Posición Existencial de uno o ambos jugadores:

- a) Propósito de mostrar: Tú estás mal con juegos de competición, agresión, sacar defectos al otro, rebajarle...
- b) Propósito de demostrar: Tú estás mal con juegos que se refieren a echar la culpa del propio comportamiento al otro.
- c) Propósito de demostrar: Tú estás mal con juegos que exigen manipulación: ofreciendo ayuda para obtener estimulación, sumisión, etc.
- d) Propósito de mostrar: Yo estoy mal, exagerando el propio estar mal para ser maltratado, herido, pero no olvidado.
- e) Propósito de demostrar: Yo estoy mal, exagerando el estar mal propio, para aprovecharse de ello y así evitar responsabilidades.
- f) Propósito de demostrar: Yo estoy mal y así buscar ser siempre perdonado y salvado.

Por el Rol del Triángulo Dramático 7.7.

El Triángulo Dramático es una representación gráfica de los roles de acción identificados por el transaccionalista Karpman y que permiten diagramar los pasos que se suceden en el desarrollo de los juegos.

A estos roles falsos los hemos llamado Perseguidor, Salvador y Víctima. Y por consiguiente, hay juegos de Perseguidor, Juegos de Salvador y Juegos de Víctima.

En el sentido de los juegos en el aula, se empleará esta clasificación, por parecer la más práctica, pues es más fácil detectar el Rol en que se está dentro del juego y permite diagramar mejor los pasos que se suceden en el desarrollo del mismo.

El analista transaccional Garfield, afirma que «los juegos se dan en tres grados, como las quemaduras» (ROMÁN, 1983, p. 217). Berne ya había adoptado este enfoque, pero la comparación con las quemaduras me parece muy gráfica y didáctica. Las quemaduras de primer grado son poco dolorosas, destruyen poco tejido y desaparecen pronto. En las de segundo grado hay más dolor. La herida es más profunda. Cicatrizan en un tiempo más o menos largo después de haberles prestado atención y tratamiento. Las quemaduras de tercer grado amenazan la vida. Destruyen tejidos y nervios. Y la persona asustada pasa algún tiempo en cuidados intensivos. Del mismo modo los juegos psicológicos pueden producir un dolor más o menos superficial o pueden amenazar la vida de los jugadores.

A continuación se ofrece un inventario de los juegos psicológicos más significativos describiendo el motivo y el objetivo de los mismos, el rol básico en el Triángulo Dramático y la Posición Existencial que poseen sus jugadores.

CUADRO 6.9
INVENTARIO DE JUEGOS PSICOLÓGICOS

DENOMINACIÓN	MOTIVO	OBJETIVO	ROL BÁSICO EN EL TRIÁNGULO DRAMÁTICO	POSICIÓN EXISTENCIAL
Dame una patada	Provocar ser maltratado, castigado mejor que olvidado.	Demostrar que «estoy mal»	VÍCTIMA	-/+
Pata de Palo	Aducir defectos o desgracias de nacimiento, como excusas.	Evitar la responsabilidad.	VÍCTIMA	-/+
Abrumado	Recargarse de tareas, hasta desfallecer.	Hacerse el mártir	VÍCTIMA	-/+
¿Por qué esto ha de ocurrirme a mí?	Alardear de desgracias.	Conseguir compasión	VÍCTIMA	-/+
Alcohólico	Mejor no pensar ni sentir.	Afirmarse en «estar mal»	VÍCTIMA	-/+
Arrinconado	Se aísla y así desespera a los otros.	Mostrar que no tiene solución	VÍCTIMA	-/+
Mira cuánto me esfuerzo	Hacer lo que se puede... pero fracasar.	Librarse de la culpa del fracaso	VÍCTIMA	-/+
Campesino. Vd. Es maravillo, doctor	Expresar, al que ayuda, gran admiración.	Buscar ser inferior	VÍCTIMA	-/+
Defecto	Hallar defectos nimios en todo lo ajeno.	Todos se equivocan	PERSEGUIDOR	+/-
Ahora te agarraré	Estar al acecho de faltas	Ser superior a los demás	PERSEGUIDOR	+/-
Sí, pero	Encontrar insuficiente toda solución aportada.	Los otros no sirven	PERSEGUIDOR	+/-
El mío es mejor que el tuyo	Competir por lo que sea.	Ser superior	PERSEGUIDOR	+/-

DENOMINACIÓN	MOTIVO	OBJETIVO	ROL BÁSICO EN EL TRIÁNGULO DRAMÁTICO	POSICIÓN EXISTENCIAL
Mira lo que me has obligado a hacer	Mis errores los cometo por ti.	Culpar a otros	PERSEGUIDOR	+/-
Si no fuera por ti	Por ti no puedo hacer mi gusto.	Culpar a otros	PERSEGUIDOR	+/-
Pelead vosotros	Suscitar peleas entre otros.	No hay compromiso por mi parte	PERSEGUIDOR	+/-
Rapo (Sedución)	Provocar atracción para luego rechazar.	Vengarse: los otros son malos	PERSEGUIDOR	+/-
Alboroto	Pelear con otro para separarse.	Evitar intimidación	PERSEGUIDOR	+/-
Tribunales	Acusaciones a terceros, separarse.	Yo diré quién tiene razón	PERSEGUIDOR	+/-
Sólo trato de ayudarte	Entremetarse en asuntos ajenos.	Dominar a los otros	SALVADOR	+/-
Déjame hacerlo a mí	Anticiparse a los errores cometidos.	Consolidar la dependencia	SALVADOR	+/-
¿Qué haría Vd. sin mí?	Hacerse el necesario, el super-ayudador.	Ganar la dependencia ajena	SALVADOR	+/-
Soy profesional. (Psiquiatría)	Ayuda profesional que a veces falla.	El fracaso es del paciente	SALVADOR	+/-

El inventario de juegos citado anteriormente no pretende ser exhaustivo —hay clasificados más de 100 juegos distintos—, fundamentalmente por dos razones: la primera por la abundancia de juegos que se han descubierto y estudiado por los diversos seguidores del Análisis Transaccional, y en segundo lugar, aunque es la primera en su fundamentación, se refiere a la dificultad de hacer una clasificación a la par profunda y rigurosa. A veces tarda en verse el Cambio en el juego; y éste puede ser diverso. Lo mismo se puede afirmar de los Beneficios del mismo. Cuando se profundiza en los juegos se advierte que algunos Perseguidores parecen Víctimas, Salvadores que son manipuladores, Víctimas fastidiosas que son Víctimas aprovechadas, etc.

Los juegos psicológicos de las páginas anteriores están clasificados de acuerdo a los roles que se recorren en los vértices del Triángulo Dramático y los correlacionamos con las Posiciones Existenciales. Esta clasificación sólo indica una síntesis del juego y lo que socialmente quiere probar el jugador. En la clasificación se considera el Rol en el cual el participante obtiene las pseudo-ventajas finales.

8. LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS Y EL TRIÁNGULO DRAMÁTICO DE KARPMAN

En este capítulo estamos profundizando en las entrañas del Plan de los Juegos. Es hora de detenernos en los jugadores cuyos roles pueden ser: Perseguidor, Salvador y Víctima. El carácter repetitivo de los juegos refuerza la impresión de que las personas que juegan actúan siguiendo un papel bien aprendido. Basculan entre los diversos roles o papeles que representan en los variados escenarios y para públicos diferentes. A veces, el público sólo existe en la mente y en la fantasía del actor. Y el escenario es diferente: el hogar, la escuela, la fábrica, la universidad. Ya decía Shakespeare: «Todo el mundo es un escenario».

Los roles o papeles son comportamientos referidos a situaciones y relaciones sociales. El concepto de rol se refiere a un modo de actuar social. Y este modo puede ser vivido y realizado desde varios Estados de la Personalidad. Por ejemplo, si soy un Perseguidor, puedo hacerlo desde el Padre o el Niño.

El concepto de Estado es más amplio que el de rol. Como vimos en el capítulo dedicado a los Estados del Yo, aquel incluye un modo de sentir, pensar y actuar, estructurados coherentemente entre sí.

Estos roles o papeles sociales pueden vivirse de tres modos. Pueden ser conductas sociales *legítimas*, reales. Pueden ser una mala conducta *consciente*, para hacer daño y es una maniobra, una trampa, y finalmente, y en este sentido se tomará aquí, estos roles o papeles pueden vivirse *inconscientemente*, de una manera emocional, falsa.

En las páginas siguientes veremos en el cuadro 6.10 la diferenciación de los roles auténticos y falsos.

En los juegos psicológicos se interpretan tres roles. Ya fueron definidos y estudiados por Berne, pero ha sido Karpman quien nos los presenta diagramados de forma triangular. Los tres roles se llaman: Perseguidor, Salvador y Víctima.

Conviene ahora, al principio, diferenciar el rol Perseguidor, Salvador y Víctima, del perseguidor, salvador y víctima reales.

En lo sucesivo se inician con mayúscula los nombres de estos papeles actuales y falsos para diferenciarlos de los auténticos.

CUADRO 6.10
DIFERENCIACIÓN DE ROLES AUTÉNTICOS Y FALSOS

ROL	AUTÉNTICO	FALSO
1. PERSEGUIDOR	Profesor que reprende a un alumno que golpeó o hirió a un compañero de curso.	Profesor que hace que las reglas se cumplan de manera cruel, deshumanizada.
2. SALVADOR	Policía persiguiendo a un delincuente. Emociones auténticas. El profesor traslada a la clínica a un alumno atropellado por un coche.	Profesor que atormenta a sus alumnos que son «personas débiles». Siente rabia-resentimiento. El profesor hace los deberes a los alumnos.
3. VÍCTIMA	El profesor salva a dos alumnos que están en peligro de ahogarse. Profesor o alumno perseguido por su raza o religión.	El profesor «aconseja» sistemáticamente en todo tiempo y lugar. El profesor provoca a los alumnos y éstos le humillan. El alumno que olvida «convenientemente» los libros y luego finge desconcierto.

El Perseguidor siente ira e indignación y necesita descargarla. Después de haberla descargado se siente mejor. El Perseguidor necesita que lo teman. Se aprovecha de la situación para satisfacer sus deseos personales, manipulando así la situación. Puede estar en el rol de Perseguidor un profesor cuando se dirige a un alumno con estas palabras: Dibuja con lápiz esta lámina, pedazo de...

El perseguidor auténtico no hace un papel fingido. Pone límites necesarios al comportamiento de las personas. Cumple un deber. Un policía que persigue a un atracador, cumple un deber, le toca perseguir realmente, pero sin rabia ni

crueledad. Lo hace porque debe. Ejemplo: ¡Dibuja con lápiz esta lámina, es más adecuado! El Profesor no siente rabia ni resentimiento frente al alumno.

El Salvador necesita estar jugando a salvar, necesita que lo necesiten, por lo que no salva realmente sino que sutilmente y con el pretexto de ayudar, esclaviza a los otros, manteniéndoles sujetos a él. Esta salvación no es liberadora. Estructura las situaciones de tal modo que los otros dependan de él. La ayuda es un pretexto.

El genuino salvador ayuda a los que están en dificultades sin buscar dependencias. Asiste a las personas para que se hagan independientes y autónomas.

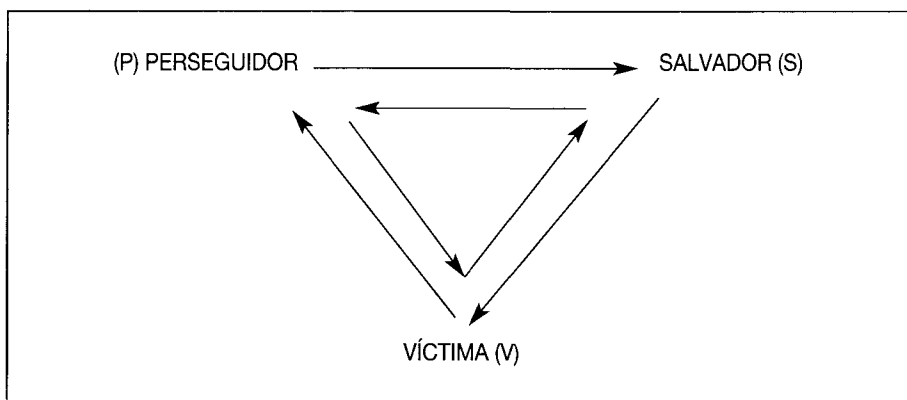
La Víctima necesita ser humillada, rebajada, ofendida. Pretende que se le hiera y rechace. Es verdad que no posee cualidades y explota esta situación afirmando su necesidad de ser perseguida o salvada. Sus carencias le alienan y le sirven de coartada para no pensar por ella misma.

La auténtica víctima sufre sin ella provocarlo; no es responsable de su situación; un enfermo con cáncer, una persona perseguida por su sexo o ideología, por ejemplo.

Todos estos roles son falsos. Se ha aprendido a desempeñarlos en los primeros años de vida.

Hemos afirmado anteriormente que Eric Berne ideó y se sirvió de estos roles para analizar los procesos de cualquier tipo de juego. No obstante, en 1968, Karpman publicó un trabajo con el título: *Drama Triangle, Script Drama Analysis*, traducido por el «Triángulo Dramático» que consigue visualizar mejor los roles de los actores o jugadores. La representación gráfica es:

FIGURA 6.11
EL TRIÁNGULO DRAMÁTICO DE KARPMAN



En relación con esto es significativo el pensamiento de Karpman cuando afirma que "en el análisis de un drama, solamente se necesitan tres roles para representar los reveses emocionales que constituyen el drama. Estos roles activos, a diferencia de los roles de identidad mencionados anteriormente, son el de Perseguidor, el de Salvador y el de Víctima» (P, S, y V en el diagrama). El drama comienza cuando es-

tos roles son establecidos o cuando los espectadores los prevén. No hay drama a menos que haya cambio de roles... El drama es comparable a los juegos transaccionales, pero el drama cuenta con mayor número de cambios por suceso, y una sola persona representa a menudo dos o tres roles al mismo tiempo. Los juegos son menos complicados y en ellos sólo se produce un cambio importante; por ejemplo, en «Sólo trato de ayudarte», hay una rotación (hacia la izquierda) en el Triángulo Dramático; la Víctima pasa a ser Perseguidor y el Salvador se convierte en Víctima (JAMES y JONGEUARD, 1979, pp. 82-83).

Debemos a Karpman este sencillo «Triángulo Dramático» donde nos explica satisfactoriamente la naturaleza dramática de las relaciones humanas. En la vida, como en el teatro, el drama se basa en los cambios. No habría drama si no hubiera cambio de papeles. Este pasar de uno a otro de los roles manifiesta las más complicadas variaciones del drama humano.

En los juegos psicológicos siempre se empieza en un rol, se pasea por los otros y termina en otro o se vuelve al inicial: en esto radica su carácter dramático. A los roles falsos los llamamos y lo repetimos una vez más:

- Perseguidor
- Salvador
- Víctima

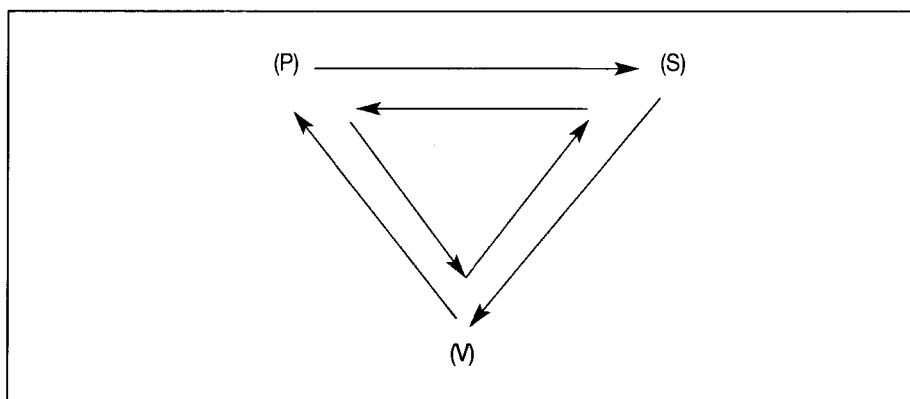
Las flechas circulan en doble dirección, de un papel a otro, indicándonos la inconsistencia con que los jugadores que actúan en el Triángulo Dramático asumen los falsos roles. El cambio de roles está programado por el Argumento de vida en cada uno de los jugadores. Los roles que se presentan en el Triángulo Dramático son falsos, pues la emoción sentida no es auténtica, acaba en racket o sentimiento parásito.

De modo resumido podemos observarlo en el cuadro siguiente:

CUADRO 6.12
**ROLES EN LOS JUEGOS.
CARACTERÍSTICAS Y ESTADOS DEL YO ASOCIADOS**

	PERSEGUIDOR	SALVADOR	VÍCTIMA
CARACTERÍSTICAS	Necesita a alguien que lo tema. Reprocha, Critica, Persigue.	Necesita a alguien que lo necesite. Da consejos que no le piden. Sobreprotege.	Necesita a alguien que lo rebaje. Se queja continuamente. Depende de los demás.
ESTADOS DEL YO	Padre Critico. Niño Adaptado Rebelde.	Padre Nutricio.	Niño Adaptado Sumiso. Niño Adaptado Rebelde.

Análisis de cada Rol del Triángulo Dramático:



8.1. El rol de Perseguidor

El Perseguidor actúa desde un Padre Crítico negativo, con prejuicios, despectivo, y que está en posesión de la verdad. También puede actuar desde un Niño Adaptado Rebelde negativo, que se opone por sistema y es negativo. Desde el Padre Crítico negativo se persigue por imitación a los padres, o personas mayores que estuvieron en contacto con el niño en la primera infancia, y desde el Niño Adaptado Rebelde negativo, por revancha.

Da caricias agresivas, negativas, descontando y rebajando a los que le rodean. Necesita que le teman, remarcando el «Tú estás mal». La Posición Existencial de los Perseguidores es Yo estoy bien-Tú estás mal. El jugador maniaco hinchado recalca el «Yo estoy bien», sin reforzar el «Tú estás mal».

8.2. El rol de Salvador

El Salvador del Triángulo Dramático está empujado por un Padre Nutricio negativo. Tiende a sobreproteger y así impedir la autonomía. Ofrece ayuda salvadora, pero realmente no quiere que la Víctima se salve. Ayuda para manipular.

Da caricias negativas de lástima, produciéndose en el que las recibe desvalimiento y reforzando la dependencia del Salvador.

La Posición Existencial es: «Yo estoy bien-Tú estás mal».

8.3. El rol de Víctima

La Víctima pretende ser humillada igual que cuando era pequeña y sólo lograba caricias negativas, agresivas del Perseguidor y de lástima del Salvador. Está em-

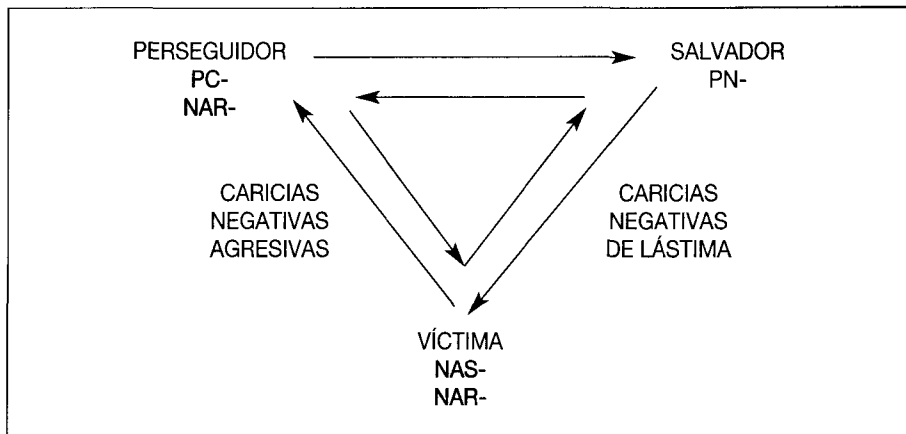
pujada, especialmente, por el Estado del Niño Adaptado Sumiso negativo. En este caso, son Víctimas amables: «pobrecito de mí». Pero cuando están orientadas por el Niño Adaptado Rebelde negativo, son amargas, vengativas, manejando y culpando a sus Salvadores y Perseguidores de todos sus males y fracasos.

La Posición Existencial que llevan es: «Yo estoy mal-Tú estás bien»: Víctimas desvalidas. O «Yo estoy mal-Tú estás mal», reforzando el mal propio y de los demás.

Es necesario afirmar que en cada rol se viven simultáneamente los demás. «Perseguidor, Salvador y Víctima son raíces y frutos a un mismo tiempo» (MAQUIRRIAIN, 1982, p. 239). Un Perseguidor engendra Víctimas a las que salva permitiéndolas jugar a hacerse la Víctima. Un Salvador produce Víctimas a las que persigue para salvarlas. Y una Víctima ofrece un comportamiento social de ser perseguida o salvada, pero ¿habrá forma más egoísta de perseguir que pasarse el día haciéndose la Víctima? Es el contenido falso, inauténtico de los roles, las trampas comunes lo que hace que en cada uno se agazape las negativas condiciones de los demás. Por esto, muchas veces, es muy dificultoso salirse de estos papeles manipuladores, ya que unos sostienen a los otros en juegos complementarios.

Lo descrito anteriormente se resume en la figura siguiente:

FIGURA 6.13
ROLES, ESTADOS DEL YO Y CARICIAS



¿Hay algún modo de romper la dinámica dentro del Triángulo Dramático? ¿Puede disponerse de opciones e instalarse en relaciones sociales sanas? La respuesta a estas cuestiones es afirmativa. Hay que hacer presente al Adulto y ofrecerle información para descontaminarlo del Padre, o del Niño o de ambos. Si un Adulto contaminado y, a veces, excluido justifica las ideas y sentimientos erróneos que mantienen los roles de Perseguidor, Salvador o Víctima, un Adulto con nuevos datos y decisión personal logrará el cambio.

Es necesaria también la intervención de los otros Estados del Yo Positivos. La intervención del Adulto no significa la negación de los otros Estados. Es éste,

más bien, el que hace de rector y guía, con el servicio de los otros, para salir de los papeles inadecuados.

KERTÉSZ (1985, p. 323) ofrece la idea, que compartimos, de acudir a determinados Estados del Yo para salir de determinados papeles.

Para dejar de Perseguir, para abandonar la Posición Existencial: Yo estoy bien-Tú estás mal, no usar el Padre Crítico Negativo y anular al Niño Adaptado Rebelde Negativo, y *con la ayuda del Adulto* se puede emplear el Padre Nutricio Positivo. Desde este Padre Nutricio sano se protege y orienta. Así se permite a la Víctima que se desahogue, exprese sus necesidades sin miedo a ser descalificado y sienta las emociones auténticas.

En vez de Salvador —Posición Existencial Yo estoy bien-Tú estás mal y un Padre Nutricio negativo— *con ayuda del Adulto* se usa el Niño Natural Sano. El Salvador no muestra ni respeta su Niño Libre. Lo tiene asfixiado. En vez de pedir lo que necesita su Niño Libre, el Salvador da a otros lo que éstos no necesitan. Amarse y satisfacer las necesidades personales de modo adecuado es, si lo dirige el Adulto, una forma sana de preocuparse por los demás.

Para salir de Víctima, para abandonar la Posición Existencial: Yo estoy mal-Tú estás bien, a veces, y Yo estoy mal-Tú estás mal y suprimir al Niño Adaptado Sumiso, *con la ayuda del Adulto* se puede usar un Padre Crítico Positivo poniendo límites a los Perseguidores y Salvadores y ordenando situaciones de modo firme y justo. También se debe potenciar usando un Padre Nutricio Positivo que protege la autonomía personal.

9. EVITAR LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS

Hemos afirmado en páginas anteriores que los juegos son programaciones negativas que proporcionan caricias negativas y cuando suministran positivas, éstas son dadas inadecuadamente. También los juegos dan Beneficios. Son en algún modo ventajosos, pues las Caricias negativas son mejor que nada. A falta de pan...

Estas dos afirmaciones nos invitan a concluir que es importante salir de tal programación que consume energía y tiempo. Pero para suprimirlos, hay que reemplazarlos por programaciones del Sistema positivo.

Es necesario insistir en que hay que suprimir los juegos, pero sustituyéndolos por algo positivo. Eric BERNE (1979 a) lo dice con estas palabras: «Debido a que hay tan pocas oportunidades de intimidad en la vida diaria, y también a que algunas formas de intimidad (especialmente si son intensas) son psicológicamente imposibles para la mayoría de la gente, la mayor parte del tiempo en la vida sería, se invierte en juegos. De ahí que éstos sean *necesarios y deseables*, y el único problema es si, jugados por determinado individuo, le ofrecen el mayor rendimiento...» (el subrayado es nuestro) (p. 66).

Se observa, pues, que generalmente no nos damos cuenta de lo negativos que son los juegos psicológicos, de las energías que se derrochan y el tiempo que se

invierte. Y esto es debido, principalmente, a su condición ulterior engañosa. Y sobre todo, al jugador puede faltarle el punto de comparación de vivir la intimidad, donde se recibe directamente lo que subrepticamente busca en los juegos: sinceridad, autenticidad, ternura e interés por uno mismo y por el otro. Cuando no se ha vivido y compartido la experiencia de que todo ser humano es valioso en sí mismo, tiene capacidades y poder para estar bien; que en la medida en que recibe aceptación, se acepta a sí mismo e incrementa su capacidad de aceptar a los demás, entonces se siente la urgencia de engancharse con los juegos.

Prosigue Berne: «Además de su función social de programar el tiempo satisfactoriamente, algunos juegos *son urgentemente necesarios* para la conservación de la salud, en ciertos individuos. El equilibrio psíquico de estas personas es tan precario y sus posiciones tan sutilmente sostenidas que *privarlos de sus juegos sería sumirlos en la desesperación y aun en la psicosis*. Esas personas lucharán duramente contra cualquier oposición a sus movimientos» (el subrayado es nuestro) (ibíd., p. 66).

El equilibrio psíquico se mantiene y enriquece principalmente por el amor que acepta a la persona de igual a igual, sin paternalismos, ni sentimentalismo, ni superficialidad social, ni exigencias posesivas. Los juegos ofrecen los sucedáneos y sustitutos falsos empleando el tiempo en la consecución de caricias espúreas.

Por eso para suprimir los juegos hay que ofrecer a los jugadores un sustituto mejor. Así como al mendigo no se le puede negar la comida fruto de la mendicidad, si no se le ofrece medios para adquirírsela él mismo, así a los jugadores no se les puede privar de lo espúreo sin ofrecer lo natural.

KERTÉSZ (1977) insiste en esa misma idea al afirmar que «la privación abrupta de este modo de llenar el tiempo y obtener “caricias”, puede llevarlos a la desesperación, depresión, psicosis, suicidio u homicidio, como suele observarse cuando uno de los cónyuges en psicoterapia, rompe un juego destructivo» (p. 155).

El panorama descubierto después de acercarnos al estudio de los juegos psicológicos quizá, no resulte en exceso alentador. El arraigo de los juegos a nivel social y personal, «me relaciono habitualmente a través de juegos», pues «yo soy así», lo confirman. Pero hay que recordar que los juegos se aprenden, que el recurso al juego para extorsionar caricias, ante la imposibilidad o dificultad de obtenerlas por otra vía, o con métodos menos destructores, es algo adquirido. Y así surge el interrogante *¿Es posible dejar de jugar?*

«Cuando hablamos de dejar de jugar juegos, no hablamos de la posibilidad, que quizá sea todavía utópica, de no jugar juegos *en absoluto*. Todo el mundo se puede enganchar ocasionalmente en algún juego. Al hablar de dejar de jugar hacemos referencia a la posibilidad de que los juegos pasen a ser una parte ocasional y poco intensa de nuestra vida» (MARTORELL, 1983, p. 93).

El adquirir nuevos modos de relacionarnos con nosotros mismos y con los demás es una tarea, ardua prolongada, y siempre compleja.

En general todos los juegos tienen una base común, pero la intensidad emocional y existencial de los jugadores es distinta. Son variables las consecuencias

de los mismos. Y va a ser la gravedad de las consecuencias la que nos permita responder afirmativamente o negativamente a la cuestión planteada.

La terminología médica aplicada a las quemaduras, primero, segundo y tercer grado de gravedad, sirve también para clasificar los juegos. Ya los describimos en páginas anteriores.

Para los juegos de tercer grado se necesita la intervención del terapeuta. Igualmente y en algunas ocasiones, en los de segundo grado. Los juegos de primer grado pueden ser abortados más fácilmente por el educador. Y éste es el motivo de todas estas páginas.

Si el educador decide dejar de practicar sus juegos, es decir, dedica tiempo a conocerlos, especialmente los que él inicia; afirmando que las viejas decisiones no tienen por qué ser permanentes y pueden ser cambiadas, está dando el primer paso para dejar de jugar.

Y a los juegos de primer orden hay que atenderlos de manera especial porque pueden derivar con el tiempo en unos de segundo, y en los más dramáticos casos, en unos de tercer grado. Y esto es debido a que los juegos tienden a escalar en intensidad.

«Y son precisamente los juegos de primer grado aquellos en los que la persona envuelta en ellos tiene más posibilidades de romperlos, porque su nivel relativamente bajo de intensidad permite que el Adulto de la persona esté más disponible» (ibíd., p. 94). Es decir, dejar de jugar juegos de primer grado no es de ningún modo un asunto secundario.

Va en ello el evitar el daño y malestar que produce el juego, poner barreras al mismo para que no escale en intensidad y, sobre todo, ayudar a facilitar y cimentar las relaciones interpersonales para que se establezcan de modo satisfactorio. Es necesario básicamente tener despierto y disponible el Adulto de la persona y querer dejar de ser jugador.

Quiero servirme de la pregunta de Martorell para continuar reflexionando sobre este tema de la evitación de los juegos psicológicos. Dicho autor se cuestiona: ¿Es conveniente abandonar los juegos?

En los párrafos anteriores hemos concluido que existe la posibilidad de dejar de jugar los juegos. Pero Berne nos ha afirmado lapidariamente la importancia de los mismos en la vida de tantas personas, que nos puede desorientar sobre si es mejor el remedio que la enfermedad. De ahí la pregunta: *¿Es conveniente abandonar los juegos?*

A nivel teórico es clara la conclusión de que es preferible vivir la Intimidad con todos los beneficios positivos que conlleva y abandonar los juegos.

Pero desde un punto de vista práctico «la supresión de un juego no implica que la persona incorpore automáticamente nuevos modos libres y autónomos de relacionarse» (ibíd., p. 96).

Con otras palabras, debe darse un equilibrio, sin precipitaciones, entre romper un juego y proporcionar una alternativa al mismo. Hay que ofrecer la posibilidad de compensar los beneficios del juego. A la vez que la persona desmonta

las implicaciones del juego, puede y debe ir adquiriendo las alternativas a la nueva relación que se intenta establecer.

Actuar en Sistema Positivo 9.1.

Para romper con los juegos es preciso positivarse, sanearse, ya que éstos vienen por vivir un Sistema Negativo. Sanear las ideas con el conocimiento de los juegos significa ahuyentar la ignorancia y vestirse con la armadura del Análisis Transaccional para combatirlos. Y sanear el proceder positivando las Caricias. He aquí un desarrollo de estas ideas.

<http://psikolibro.blogspot.com>

Conocer los Juegos Psicológicos 9.1.1.

El trabajo del Adulto, responsable de la salud psíquica del individuo y, por consiguiente, a quien le compete romper los juegos, comenzará por informarse acerca de este instrumento del Análisis Transaccional. Para dejar de jugar es preciso entender lo que sucede, una y otra vez, entre dos personas y alguna de ellas se siente generalmente mal al finalizar la transacción. Conocer, ¿cómo empiezan las transacciones?, ¿qué sucede luego? y ¿cómo terminan? Es identificar los cebos, las flaquezas, las respuestas, los cambios y los beneficios.

Pero el entender los Juegos Psicológicos no sería posible sin el conocimiento de los otros instrumentos del Análisis Transaccional.

Para ello es importante saber de los Estados del Yo que juegan; de las Caricias, aunque pueden ser negativas, y que son los beneficios, o mejor, pseudobeneficios en forma de Cupones; o de las Posturas o Posiciones Existenciales que no son conscientes y desde las que se juega; de la Programación del Tiempo, que puede ser perdido y que los juegos lo emplean.

Berne en su libro *Juegos en que participamos*, antes de profundizar en cada juego, explica brevemente los anteriores instrumentos. Nos puede servir de modelo. Por eso, se ha insistido profusamente en los aspectos básicos: repetición... cambios de papeles... beneficios finales.

Reconocer los Juegos Psicológicos 9.1.2.

En el punto anterior se trataba de responder qué son los juegos, en teoría; ahora se quiere conocer en concreto: cómo se está jugando aquí y ahora.

Cada cual deberá reconocer sus juegos favoritos. No es necesario un conocimiento propio de especialista. Pero sí enriquecerá nuestras relaciones saber qué papeles asumimos, cuál es nuestro rol favorito en el aula, en la familia, en la sociedad; si será como Salvadores, como Perseguidores o como Víctimas. Reconocer con quiénes habitualmente jugamos es reconocer los propios juegos.

Nuestro Adulto vigilará este reconocimiento de los juegos y analizará si la persona piensa de sí misma como Víctima, actuando de forma dependiente, pudiendo sostenerse sola. O quizá se vea a sí misma como Perseguidor, o reforzando continuamente la imagen de Salvador, ayudando a aquellos que no requieren de ayuda. El Adulto pues, nos ayudará a sanear nuestros juegos.

9.1.3. «Positivar» las caricias

Actuar en Sistema Positivo nos ofrece la posibilidad de cambiar todo el sistema de caricias que se producen en la comunicación. Es un camino largo, pero eficaz, para romper los juegos. Las personas necesitan caricias. Las personas practican los juegos para conseguir caricias, para llenar la batería de caricias. Cuando abandonan los juegos, abandonan el dar y recibir caricias negativas que son las recompensas del juego. Cuando dejan de practicar juegos, pueden tener en un comienzo una sensación de privación. Algo que parecía esencial para sus vidas se ha ido.

Para hacer positivas estas circunstancias, el jugador debe aprender a dar y recibir caricias positivas, pues son las mejores de todas. El hambre de caricias de una persona, satisfecha, determina la Estructuración del Tiempo, sin la necesidad de practicar juegos psicológicos. Igualmente, las hambres de contacto y reconocimiento son saturadas con las caricias. De este modo, muerta la necesidad de caricias negativas, los juegos quedan desprovistos de su más profunda motivación.

Parece oportuno recalcar la importancia de las caricias citando la afirmación tajante del transaccionalista STEINER (1982): «Las caricias son tan necesarias para la vida humana como cualesquiera otras necesidades biológicas primarias, tales como la comida, el agua y el abrigo, necesidades que, de no ser satisfechas, conducirán a la muerte» (p. 173).

El mejor caldo de cultivo para adquirir los juegos psicológicos es vivir en un ambiente donde un Padre Crítico que no está bien, por consiguiente es un Perseguidor, ofrece una serie de *reglas de Economía de Caricias*:

- No des las Caricias Positivas que corresponda dar.
- No aceptes las Caricias Positivas que merezcas.
- No pidas las Caricias Positivas que necesitas.
- No rechaces las Caricias Negativas destructoras.
- No te des a ti mismo las Caricias Positivas que necesitas.

Estas leyes de Economía de Caricias son reglas parentales muchas veces aceptadas familiar y socialmente y cuyo fruto es producir una escasez de Caricias Positivas.

El cumplimiento de estas leyes obliga a las personas a buscarlas de manera forzada, artificial y complicada, es decir, a conseguirlas a través de los juegos psicológicos.

Para romper los juegos hay que liberarse de la Economía de Caricias y, en sustitución de la misma, el comportamiento de los jugadores y los que les rodean debe regirse por las siguientes *leyes de Abundancia de Caricias*:

- Da las Caricias Positivas que correspondan.
- Acepta las Caricias Positivas que mereces.
- Pide las Caricias Positivas que necesitas.
- No aceptes las Caricias Negativas destructivas.
- Date Caricias Positivas.

La abundancia de Caricias, en su justo sentido, regulada por el Adulto, proporciona al Padre las atenciones debidas, evitando la necesidad de buscarlas siendo Perseguidor o Salvador; ofrecen al Niño Natural la intimidad anhelada; posibilitan al Niño Adaptado la adaptación y programación adecuada sin tener que jugar a ser Víctima Sumisa o Perseguidor Rebelde.

La renuncia a dar Caricias Negativas, buscando las Positivas para uno mismo y para los demás es un paso básico para dejar de jugar.

Sólo hay una caricia negativa que se puede dar y aceptar y que, en el fondo, es positiva. Es la Caricia Condicional Negativa dada como pago de algo mal hecho. Pero en este caso no se descuenta a la persona, sino a alguna conducta de la misma. Así se la educa.

«Positivar» los demás beneficios de los juegos 9.1.4.

Lo que se pretende con estos consejos orientadores para evitar los juegos es ofrecer alternativas para conseguir los beneficios que de modo espúreo aportan aquellos. Las Caricias positivas, cuya consecución motivan los juegos, sanean a la persona de modo radical. El siguiente paso es positivar las pseudoventajas existenciales. He subrayado anteriormente que los juegos aportan al jugador una confirmación existencial a través de la confirmación en sus Posiciones y Papeles o Roles, desde los que juega, y de sus Cupones o Ganancias.

El Adulto debe cambiar y mejorar la Posición Existencial pasándose al Sistema Positivo: Yo estoy bien-Tú estás bien (+/+). Si se está mal (-/+), que el Adulto tome las riendas de la Persona y hable bien de sí mismo cuando corresponda, sin dejarse dominar por su Padre Crítico exigente y desvalorizador. Si se habla bien (+/-) debe «reconocer los fallos propios sin rebajarse, y también los méritos ajenos» (KERTÉSZ, 1985, p. 328).

Respecto a los Papeles o Roles del Triángulo Dramático se ha afirmado que los juegos siempre comprenden los Roles manipuladores de Perseguidor, Salvador y Víctima. Ahora se invita a vivir los papeles auténticos, reales y no dramáticos.

En vez de Perseguidor, propio del Padre Crítico negativo y del Niño Adaptado Rebelde negativo, usar el Padre Nutricio positivo porque es lo más opuesto a la persecución. También puede optarse por el Niño Libre y siempre, por el Adulto.

En vez de Salvador, propio del Padre Nutricio negativo, usar el Padre Crítico positivo que marca límites y defiende sus derechos y necesidades.

Finalmente, es necesario usar el Adulto para evitar el rol de Víctima que el jugador lo vive dramáticamente desde el Niño Adaptado Sumiso y desde el Niño Adaptado Rebelde, ambos negativos.

Los tres roles se implican mutuamente y lo que se haga mejorando a uno sana a los demás.

Respecto a las emociones hay que recordar que los jugadores las exageran desdibujándolas y convirtiéndolas en sentimientos ilegítimos, parásitos, rebusques y cupones. El consejo orientador es invitar al Adulto a que controle las emociones auténticas y permita al Niño Libre sentir las y expresarlas. «Detectar los rebusques, liberando las emociones genuinas que encubren» (ibíd., p.328). Una manera de ayudar a detener y romper la práctica de los juegos es terminar con este tipo de exageraciones, utilizando para ello las Transacciones abiertas, claras, directas, complementarias.

Positivar las pseudoventajas psicológicas. La Psicológica interna rompiendo el diálogo interno, cerrado y arcaico entre Padre y Niño y la psicológica externa enfrentándose a las fantasías y temores externos a través de un análisis dirigido por el Adulto.

Positivar las pseudoventajas sociales. La social interna buscando, ante todo, satisfacciones íntimas. Y la social externa, dejando de malgastar el tiempo, haciendo cosas más positivas con él como participar en Rituales de modo creativo o intimando con un nuevo amigo. El tiempo puede ser estructurado con formas que están positivamente relacionadas con el aquí y ahora.

9.2. Poner al descubierto los juegos psicológicos

Una vez que hemos profundizado en el saneamiento de la persona o del jugador, se ofrece otros modos de romper o desengancharse de los juegos. Pero la ruptura de éstos no se deberá hacer sin haberse positivado primeramente. No hay que olvidar que antes de desmontar cualquier tipo de juego, es preciso facilitar al Estado Niño del Yo el mecanismo de recambio del juego, para no producir vacíos contraproducentes.

9.2.1. Desenmascarar los juegos psicológicos

Descubrir o desenmascarar un juego significa exponer al jugador, que puedo ser yo mismo u otro, lo que está sucediendo en ese momento, «aquí y ahora». Se aclaran los comienzos, los papeles, los movimientos, los cambios y los beneficios, es decir, la fórmula de los juegos. Si los conocimientos del Análisis Transaccional lo permiten, se puede diagramar dibujando las transacciones correspondientes.

Al denunciar el juego es obligatorio primeramente conocer la capacidad y la potencia del Adulto del jugador que pretende iniciar o continuar el juego y, en segundo lugar, mantener una relación al nivel de Adulto-Adulto. Si no, desenmascarar el juego ajeno pudiera ser sólo la excusa para enmascarar el de la persona que lo descubre.

Sin estas condiciones desenmascarar un juego no conduce a ruptura saludable alguna.

Cortar los juegos psicológicos 9.2.2.

Cortar los juegos significa que no siguen, sino que se rompen. Es una negativa a jugar. Es lo que Berne llama la «Antítesis» en cada juego. Sin descubrir el juego, éste queda roto voluntariamente.

Los diversos modos de cortar los juegos se pueden reducir a ignorarlos, después de haberlos detectado, por ejemplo, con un «cambio de tercio» haciéndonos los distraídos y cambiando el tema, o desvirtuando el ajuste de cuentas. Se ve la trampa, y no se cae en ella. Se opta por cortar después de haberlos detectado. Otro modo es romperlos, haciendo lo contrario de lo que se espera. Si alguien juega a Perseguidor, por ejemplo, esto significa que el segundo jugador no se hace la Víctima. Se ve el cebo y no se pica el anzuelo que lo sustenta.

Seguir los juegos psicológicos 9.2.3.

Nos referimos a no cortarlos sino a seguirlos. ¿Cuándo es conveniente esta postura? En primer lugar, cuando el Adulto del segundo jugador se da cuenta del Cebo y de su Flaqueza y no se engancha. En segundo lugar, cuando el jugador primero sufriría daños llevándole a un empeoramiento. Sólo en estos casos el seguir un juego o simularlo es adecuado, pues es la habilidad del Adulto del segundo jugador lo que hace posible que la intensidad del juego sea baja, posibilitando de este modo acciones posteriores.

Muy distinto es seguir un juego o debilidad ajena para aprovecharse luego. Esto es obra de manipuladores, estafadores y seductores profesionales.

Desgravar los juegos psicológicos 9.2.4.

Nos referimos a reducir su grado de gravedad. Es un sistema indirecto. Si no se puede desenmascarar, cortar ni seguir los juegos, habrá que buscar soluciones de compromiso, haciendo que el jugador juegue determinado juego en grado menor y con menor frecuencia. Si es posible haciéndole derivar hacia otro juego más inofensivo, menos grave, a ser posible hacia un Pasatiempo.

Al llegar al final de la descripción de los Juegos Psicológicos insistimos en el trabajo del Adulto como el Estado del Yo a quien compete la salud psíquica, personal y social del individuo. Puede romper el juego no poniendo el Cebo o no picando; no haciendo el Cambio o no aceptando el Cambio; no cobrando «Beneficios» o no aceptándolos.

En cualquier momento o engranaje de la fórmula de los juegos se puede intervenir para romperlos.

Así terminamos la explicación de los juegos psicológicos según el Análisis Transaccional encuadrados en el capítulo de la Estructuración del Tiempo. Los hemos definido como una serie de transacciones que siguen pasos repetitivos hacia un final previsible, con una parte ulterior, oculta, inconsciente. Su característica fundamental es que la transacción funciona en dos niveles; uno, socialmente aceptable, refleja el fin aparente de la comunicación; el otro, simultáneo, no consciente en ninguno de los jugadores, apunta a otros fines socialmente inaceptables. Se programan en la infancia en función de la adquisición o no de caricias y pseudoventajas. Generalmente este aprendizaje se da en la familia y durante los primeros años de vida.

Para que existan los juegos son necesarias dos o más personas que se enganchan de modo complementario picando el cebo prendido en el anzuelo. La parte consciente registra, «engancha» el componente social, lo aceptable del mensaje y la parte ulterior se filtra en nuestro inconsciente. Generalmente el nivel oculto de la comunicación influye con más fuerza en nosotros que la parte social. Éste se sustenta en las palabras y frases; y aquél, se transmite en el segundo sentido de las frases y por los restantes signos de conducta: tono y timbre de voz, ritmo del habla, expresión facial, gestos y ademanes, etc.

Los juegos se diagraman a través del modelo de Personalidad aportado por Eric Berne y estudiado en el capítulo segundo: Padre, Adulto y Niño. Los tres estados actúan en los juegos, aunque generalmente se dan exclusiones como, por ejemplo, del Adulto, del Padre Nutricio y del Niño Natural. Para que exista un juego debe darse la condición de *cambio repentino e inesperado de Estados del Yo*, de lo contrario sólo hay transacciones ulteriores, cerradas o repetitivas, pero no juego.

Los jugadores «juegan» los juegos porque obtienen ventajas, «falsos beneficios» o pseudo-beneficios. La ventaja biológica que provee estímulos sociales, lo que hemos llamado caricias en el capítulo cuarto. Lo adecuado es recibir caricias positivas, afecto, elogios, pero si éstas no llegan parece preferible para los jugadores la agresión que la indiferencia. La ventaja argumental. Al argumento lo ha definido Berne como «un plan inconsciente de vida, decidido en la infancia y luego olvidado». Los juegos hacen avanzar este Argumento. La ventaja emocional: a través de los juegos, los que los practican se evitan sentir y expresar emociones auténticas prohibidas por la familia. La ventaja psicológica, los jugadores evitan situaciones prohibidas para ellos. Y la ventaja social, llenando el tiempo con intercambios que evitan la intimidad.

A las personas que juegan hay que ofrecerles alternativas ventajosas si se desea que los abandonen. Eric Berne y la teoría del Análisis Transaccional ofrece la suya a través de una positiva Estructuración del Tiempo por medio del Aislamiento, los Rituales, los Pasatiempos, la Actividad y la Intimidad.

En nuestro trabajo hemos representado los juegos mediante el Triángulo Dramático con sus tres roles negativos: Perseguidor, Salvador, Víctima. En los juegos psicológicos siempre se empieza en un rol y se termina en otro; en esto radica su carácter dramático. Este cambio descrito en la fórmula de los juegos está programado internamente en cada uno de los jugadores y se da casi al final

del juego, quedando cada jugador con su emoción final de rebusque: depresión, confusión, etc. Los juegos se repiten una y otra vez porque el Adulto no es consciente de los mismos. En nuestro estudio se van a analizar los siguientes juegos: «*Por qué siempre me pasa a mí?*» con el rol de Víctima; «*El mío es mejor que el tuyo*», rol de Perseguidor; «*Estúpido*», rol de Víctima; «*¿Por qué no...? Sí, pero...*», rol de Perseguidor; «*Pata de Palo*», rol de Víctima; «*Alboroto*», rol de Perseguidor; «*Rapo o violación*», rol Perseguidor.

Finalmente, hemos reflexionado sobre cómo evitar los juegos a través de una actuación en sistema positivo, conociéndolos y positivando todos los beneficios de los mismos. Se trata de poner al descubierto los juegos psicológicos a través del gradiente: desenmascararlos, cortarlos, seguirlos o desgravarlos según se intervenga en uno u otro momento de la fórmula de los juegos.

CAPÍTULO

7

**CARACTERÍSTICAS
DEL CONSTRUCTO DE
LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS
DENTRO DEL ANÁLISIS
TRANSACCIONAL**

En las páginas precedentes hemos detenido nuestra atención en el estudio de los contenidos teóricos del Análisis Transaccional.

Iniciamos el trabajo con el estudio de los Estados del Yo: Padre, Adulto y Niño. Describimos el Análisis Estructural y Funcional de los mismos. A continuación profundizamos en el estudio de las Transacciones, su clasificación y las Caricias. También definimos las Posiciones Existenciales y su relación con los roles del Triángulo Dramático. Un capítulo fundamental fue el dedicado a los Juegos Psicológicos. Esperamos haber conseguido describir nítidamente y paso a paso toda su riqueza psicológica, terapéutica y educativa.

Omitimos el estudio de las Emociones auténticas y los Rebusques, el Argumento de Vida y el Miniargumento, instrumentos importantes del Análisis Transaccional, por parecernos más apropiado su conocimiento para el trabajo en clínica.

Verdaderamente el estudio de los Juegos Psicológicos es complejo. Su complejidad estriba en que trabajamos con conceptos abstractos que se refieren a contenidos que definen y explican determinadas conductas correspondientes a distintos Estados del Yo. En el fondo es la complejidad de todo constructo.

Cuando hablamos de conceptos abstractos que se refieren a contenidos nos queremos referir al estudio ya realizado en los capítulos anteriores de las bases teóricas sobre las que se sustenta el Análisis Transaccional. Y fundamentalmente el capítulo dedicado a la Estructuración del Tiempo. En el fondo, ahí está descrito el constructo de los Juegos Psicológicos y que de modo muy sucinto lo reproducimos a continuación.

Al producirse una serie periódica de Transacciones, a menudo repetitivas, con una motivación oculta y que progresan hacia un resultado previsible y bien definido, que tal es la definición del juego psicológico según Berne, se están relacionando los Estados del Yo, funcionando NO OK, las Transacciones, la Estructuración del Tiempo, las Posiciones Existenciales y las Emociones. Las Transacciones Ulteriores se relacionan con el mensaje implícito que lleva el nivel ulterior del juego, subterráneo y paralelo al nivel social. Las recompensas o pseudoventajas de los juegos son fruto y resultado previsto de las transacciones ulteriores y se relacionan, a su vez, con el aprendizaje, inconsciente, repetitivo y manipulador que se dio en la infancia para lograr caricias. Esto ayudará a confirmar el rol de Perseguidor, Salvador y Víctima combinado con las Posiciones Existenciales.

De modo más explícito aparece esta relación en la fórmula de los juegos representada por Berne. El cebo o estímulo que contiene algo oculto, ulterior, dirigido por el primer jugador a enganchar una parte NO OK y complementaria de otra persona, la flaqueza del segundo jugador, produce una respuesta en éste y

un cambio brusco de rol en aquél, que a ambos les «beneficia», ganando caricias negativas y confirmándolos en su Posición Existencial. Verdaderamente la fórmula de los Juegos Psicológicos es una red de relaciones o red nomológica donde se encuentran y relacionan los contenidos teóricos del constructo de los mismos.

Nos servimos de la imagen de Catell citada por MORALES (1987) al comparar un test o cuestionario con un reloj: «sus partes tienen funciones distintas, pero el *todo* constituye un conjunto equilibrado, y es este *todo* el que realmente interesa» (p. 450). Lo que Catell aplica a la construcción de medidas psicológicas, nosotros lo trasladamos al constructo de los juegos psicológicos. Y podemos afirmar que los contenidos de los conceptos abstractos, solos e independientes, son y funcionan de modo distinto, con matices y connotaciones diversas, pero cuando se dan todos juntos en los Juegos Psicológicos, constituyen un todo, un constructo que define y limita el marco de referencia en el que se encuentran conductas de un mismo tipo general, conductas que remiten a la vida diaria, en nuestro caso a la vida diaria en las aulas.

Abundamos, con la cautela que requiere el caso, en presentar la complejidad y relevancia del constructo de los Juegos Psicológicos. ¿Por qué? En primer lugar, *porque son complejos e implican varios pasos*. Un comportamiento, aparentemente igual a otro, puede ser o no, juego, según los matices que le antecedan, acompañen o le sigan: rigidez-distensión corporal, expresión facial, mirada, coherencia e incoherencia entre el lenguaje verbal y el corporal...

Estos matices y otros signos de conducta observables, tanto verbales como el tono o timbre de voz, el ritmo de habla, el volumen e intensidad de la misma, o no verbales, es decir, la mirada, la expresión facial, los gestos y ademanes, las posturas del tronco y la cadera del cuerpo, la distancia a la que se sitúan las personas en las interacciones, la velocidad de los movimientos, la vestimenta, los adornos, etc., hacen más compleja la relación comprobada entre estas variables.

En los juegos psicológicos, el nivel socialmente aceptado se sustenta generalmente en las palabras y las frases, mientras que el nivel ulterior, oculto, es transmitido por el segundo sentido de esas frases y *además* por los restantes signos de conducta. Este resto es captado inconscientemente e influye con poderosa fuerza en los jugadores.

Así, por ejemplo, quejarse de los otros, pedir ayuda u opiniones y rechazarlas, expresar una capacidad, etc., pueden ser conductas adecuadas o pueden ser conductas que forman parte de un juego. Todo depende de que se observe a la par algo oculto y le suceda un mal final.

Quizá sea necesaria una aclaración del término inconsciente. Cuando nos referimos al plano inconsciente no estamos hablando del inconsciente freudiano, sino a lo que afirma Kertész en el libro de SCHEINES (1985). Inconsciente es «aquello que no está consciente en determinado momento porque no se puede atender a tantos estímulos al mismo tiempo o porque es inaceptable para el propio marco de referencia» (p. 112).

En segundo lugar, es difícil apreciar los juegos psicológicos *porque el que los juega no suele reconocerlos*. Y esto, por dos razones ya mencionadas anterior-

mente. Los juegos implican transacciones ulteriores, o sea, que los jugadores no perciben generalmente que los están realizando, al menos mientras juegan. Y que las ganancias son negativas, o sea, los que los juegan quedan mal, y por tanto no es fácil que se reconozcan inmersos dentro de un juego.

Los descubridores de los juegos psicológicos, del constructo de los juegos psicológicos, los analistas transaccionales lo han hecho observando a los demás y generalmente dentro del campo de la psicología clínica.

BERNE (1979b), su descubridor y expositor principal, afirma: «Yo he visto más de diez mil juegos jugados en los últimos diez años (quinientas semanas y unos cincuenta pacientes vistos por semana), y una serie de estas dimensiones me da un sentimiento de confianza incommovible en la teoría del juego transaccional» (p. 462). K. Ernst y otros, que los refieren a los estudiantes, también se basan en sus observaciones.

La descripción de las características del constructo de los Juegos Psicológicos según el Análisis Transaccional nos ha ofrecido el marco teórico apropiado para introducirnos en el estudio pormenorizado de los mismos. Las explicaciones teóricas anteriormente expuestas sobre el constructo de los juegos psicológicos los vamos a presentar ahora describiendo cada juego. Ofrecemos una descripción general del juego, su tesis y propósito, los roles de los jugadores y los movimientos que ejecutan, las pseudoventajas y la antítesis del juego para finalizar apuntando las situaciones a estudiar en el aula con relación al mismo. Es de esperar que el desarrollo dinámico de estos siete juegos «*¿Por qué siempre me pasa a mí?*», «*El mío es mejor que el tuyo*», «*Estúpido*», «*¿Por qué no?... Sí, pero...*», «*Alboroto*», «*Pata de Palo*» y «*Rapo o violación*», nos ayudará a comprender mejor la red nomológica o red de relaciones que se encuentra implícita en los mismos.

CAPÍTULO

8

DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS SIETE JUEGOS PSICOLÓGICOS

1. JUEGO PSICOLÓGICO 1:
¿POR QUÉ SIEMPRE ME PASA A MÍ?
 - 1.1. El juego «¿Por qué siempre me pasa a mí?» en el aula.
2. JUEGO PSICOLÓGICO 2:
EL MÍO ES MEJOR QUE EL TUYO
 - 2.1. El juego «El mío es mejor que el tuyo» en el aula.
3. JUEGO PSICOLÓGICO 3: ESTÚPIDO
 - 3.1. El juego «Estúpido» en el aula.
4. JUEGO PSICOLÓGICO 4: ¿POR QUÉ NO...?
SÍ, PERO
 - 4.1. El juego «¿Por qué no...? Sí, pero» en el aula.
5. JUEGO PSICOLÓGICO 5: PATA DE PALO
 - 5.1. El juego «Pata de palo» en el aula.
6. JUEGO PSICOLÓGICO 6: ALBOROTO
 - 6.1. El juego «Alboroto» en el aula.
7. JUEGO PSICOLÓGICO 7:
RAPO O VIOLACIÓN
 - 7.1. El juego «Rapo o violación» en el aula.

Al iniciar la descripción de los siete juegos psicológicos sobre los que vamos a elaborar un cuestionario, puede resultar oportuno recordar, aunque sea a grandes rasgos, lo que afirmamos al describir la teoría general de los juegos psicológicos en el capítulo de la Estructuración del Tiempo.

Los juegos psicológicos son una forma de programar el tiempo más utilizado por las personas, y por los alumnos, más que el Aislamiento, los Rituales, la Actividad, los Pasatiempos y la Intimidad. Como estas formas, aquellas incluyen tipos y clases distintas de transacciones en intensidad, cualidad y número de caricias.

Todo juego psicológico tiene un Título que es el nombre que se da al mismo. Berne quería que fuese corto y que reuniese lo esencial del juego. Pueden parecer discutibles, humorísticos o poco académicos los títulos que Berne da a los juegos. Él quería que los títulos entrasen a formar parte del lenguaje corriente y que los pudieran comprender el mayor número de personas. Cada juego tiene una Tesis que es la descripción general del juego en lo referente al plano social y al plano ulterior o psicológico. El Propósito del juego es el deseo de demostrar la validez de la tesis.

Al hablar de los roles nos referimos al papel desempeñado por cada uno de los participantes en el juego. La dinámica del juego, en general, se refiere al momento de la evolución del individuo en que se produce su aprendizaje.

El paradigma transaccional del juego es la ilustración resumida de la red de transacciones fundamentales que se establecen entre los jugadores. También es necesario recordar que el número de personas que participan en el juego pueden ser dos o más jugadores y que los movimientos por el Triángulo Dramático posibilitan los estímulos y las caricias a los que juegan.

La ganancia final o Pseudoventaja es uno de los componentes principales que ayuda a discriminar si la conducta observada es o no un juego, pues a éstos se entra para buscar beneficios; beneficios sucedáneos, pero beneficios.

Finalmente, la Antítesis de todo juego psicológico se refiere al modo como se le puede romper, generalmente, activando el Estado del Yo Adulto. Cada juego tiene una Antítesis. Quien da con ella, deja de jugar y se convierte en una persona auténtica.

Una vez establecida la estructura en cada uno de los siete juegos, nos tendremos a observar qué situaciones de los alumnos en el aula responden a aquella.

JUEGO PSICOLÓGICO 1:

1. ¿POR QUÉ SIEMPRE ME PASA A MÍ?

❑ *Título del juego psicológico*

¿Por qué siempre me pasa a mí?

❑ *Tesis del juego psicológico*

Las personas que practican este juego se lamentan de las cosas desagradables que les ocurren —precisamente a ellos— y tienden a sentir que han sido escogidos para que les ocurran todas las cosas malas y todas las desgracias. Según ellos, sufren más desgracias que el resto de la gente y no consienten que le hagan competencia en tal asunto. Por ello se expresan en estos términos: ¿Por qué siempre me pasa a mí, precisamente a mí?

Desde el punto de vista del nivel social, esta pregunta parece justa, puesto que el que se queja parece que no ha hecho nada para merecer tales males. En el nivel psicológico, tales personas pueden no ser conscientes de que, sin saberlo, forman parte de lo que les acontece y ellos mismos estructuran las cosas de modo que algo fracase.

En el aula y ante una situación de bajo rendimiento de los alumnos, logros insuficientes de los mismos en los estudios, desgracias, castigos, reprimendas, los estudiantes pueden tender a preguntarse, como afirma ERNST (1984): «¿por qué me tienen inquina? ¿Por qué a los otros no les dice nada y a mí sí? Ni siquiera puedo respirar sin que me retrasen o castiguen. ¿Por qué siempre tengo que ser yo?» (p. 73).

❑ *Propósito del juego psicológico*

Los analistas transaccionales insisten en dos puntos que no se contraponen, sino que se complementan, al analizar el propósito de este juego. Para unos, el propósito es explotar el sentimiento de lástima y compasión y entonces se completaría con el juego «¡Pobre de mí!». Los jugadores, en esta situación, «pueden adoptar una postura o actitud física que les haga parecer víctimas. Pueden incluso emplear un tono de voz quejumbroso, confuso o triste, que es parte del drama del juego» (JAMES y JONGEWARD, 1978, p. 157).

Para otros, el propósito del jugador es la propia excusa echando la culpa de las desgracias a los demás, a la mala suerte, eliminando de esta manera la responsabilidad sobre sus actos. Nosotros lo estudiaremos haciendo hincapié en esta segunda acepción.

❑ *Roles del juego psicológico*

El rol del jugador primero es de Víctima, a la que todo le sale mal. Los otros jugadores pueden ser múltiples, pero con el denominador común de engancharse como Salvadores de los errores personales de la Víctima.

❑ *Dinámica del juego psicológico*

BERNE (1979 a) nos la ofrece, y KERTÉSZ (1977) la describe como «masoquismo inconsciente» (p. 175). El jugador fomenta inconscientemente las desdichas.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

A nivel social, aparente, pretende ser complementario desde el Adulto: ¿por qué siempre tiene que sucederme a mí? A nivel psicológico, encubierto, «¡te lo mereces por estúpido!» o «¡qué malos son!».

❑ *Los jugadores y los movimientos del juego psicológico*

El jugador que inicia como Víctima porque no le aceptan, le desprecian o critican, busca un Salvador de los desagradecidos que lo maltratan. Finaliza como Perseguidor que lanza un «estáis mal» porque hacéis que todo lo malo me suceda a mí.

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológica*: El jugador recibe caricias negativas que en el movimiento del juego pueden ser agresivas o de lástima, e incluso puede haber caricias positivas que se convierten en negativas, pues recaen sobre conductas inadecuadas.
2. *Existencial*: La posición existencial es Yo estoy mal - Tú estás bien, que se alimenta y refuerza a través del juego.
3. *Emocional*: En el juego repite y vive los rebusques de miedo y tristeza.
4. *Argumental*: Los jugadores de «¿Por qué siempre me pasa a mí?» reafirman los mandatos parentales y el argumento de vida que decidió el Niño, en los primeros años de existencia: «soy víctima de las circunstancias».
5. *Psicológica interna*: La persona jugadora mantiene un equilibrio homeostático entre el Padre, el Adulto y el Niño, «al permitir la descarga de emociones acumuladas por diálogos internos Padre-Niño» (KERTÉSZ, 1958, p. 328).
6. *Psicológica externa*: Los mandatos parentales negativos sobre la capacidad del jugador para triunfar, a pesar de las contrariedades de la vida, se confirman evitando así situaciones temidas de éxito, etc.
7. *Social interna*: A través del juego estructura el tiempo negativamente: aula, hogar, trabajo, etc.
8. *Social externa*: El juego ofrece material para dedicarse a «pasatiempos».

❑ *Antítesis del juego psicológico*

Los jugadores que se enganchan con el jugador deben darse cuenta del empleo del Padre Nutritivo negativo, actuando como Salvadores. Hay que activar el Padre Nutritivo positivo dándole permiso al Niño Libre del jugador para triunfar, alcanzar la intimidad y recibir caricias positivas. Hay que activar el Adulto, negándose a jugar.

Nos podemos servir del Adulto para contrastar la información del jugador. Las experiencias infantiles de éste fueron muy probablemente negativas. Y si entonces tomó la decisión de disponer las cosas de modo que algo siempre fracasase, aquí y ahora puede decidir lo contrario. A todo el mundo le pasan cosas desagradables. Y somos nosotros los que contribuimos, a veces, a su incremento. ¿Estás seguro de que no sabes por qué tiene que pasarte a ti?

Una vez analizado este juego, pasamos a estudiar las situaciones que se dan en el aula.

El juego psicológico

1.1. «¿Por qué siempre me pasa a mí?» en el aula

Las situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «¿Por qué siempre me pasa a mí?» son las siguientes:

- Ante la represión del profesor por haber llegado tarde a clase o no entregar algún trabajo siempre hay alumnos que se quejan de que siempre les pasa a ellos, sin percibir su culpa. *«Estoy convencido de que cuando no he hecho el trabajo que el profesor ha mandado, me saca a la pizarra.»*
- Hay quien piensa que el profesor le reprende porque le tiene manía. *«Creo que algunos profesores me reprenden porque me tienen manía.»*
- La clase como grupo suele pensar que ciertos profesores la tienen tomada con ellos. *«Hay profesores que la tienen tomada con nuestro grupo.»*
- Los alumnos suelen autocompadecerse preguntándose apesadumbradamente por qué siempre las reprimendas se las llevan ellos. *«Pienso que estoy determinado a que un profesor me reprenda.»*
- Hay alumnos muy pesimistas que piensan que lo malo siempre les ocurre a ellos. *«Soy pesimista, todo lo malo de la clase me pasa a mí.»*
- Ante un problema de falta de entrega de trabajos, llegar tarde muy a menudo, etc., hay alumnos que se justifican argumentando que son víctimas de las «circunstancias».
- La frustración en los estudios suele verse muy socorrida en los alumnos argumentándose ¿por qué siempre les pasa a ellos?
- Hay alumnos que creen sufrir más desgracias o castigos que el resto de sus compañeros. *«Aunque bago todo lo que puedo, pienso que es igual, me siguen reprendiendo, castigando y suspendiendo.»*
- El hacerse el mártir ante el fracaso escolar y echar las culpas a los demás, suele ser empleado por los alumnos para descargar sus propias conciencias.
- Hay alumnos que opinan que es increíble que les sucedan ciertas cosas, como castigos, suspensos, etc., si ellos hacen todo lo que pueden. *«Me gusta hacerme el mártir en los estudios y que los demás se compadezcan de mí, porque sé que la culpa de mi fracaso la tienen ellos.»*

JUEGO PSICOLÓGICO 2: EL MÍO ES MEJOR QUE EL TUYO 2.

❑ *Título del juego psicológico*

El mío es mejor que el tuyo.

❑ *Tesis del juego psicológico*

Este juego ha sido descrito por HARRIS (1973): «Yo creo que todos los “juegos” tienen su origen en el simple juego infantil que podemos observar en cualquier grupo de chiquillos de tres años: “El mío es mejor que el tuyo» (p. 95).

Consiste, básicamente, en competir, persiguiendo, por lo que sea: objetos, ropa, cualidades, etc. Las conductas observables que se dan en el plano social parecen aparentemente objetivas. La sociedad competitiva moderna, por otra parte, ofrece razones para legitimar los diálogos donde se afirma la superioridad personal sobre la ajena.

Sin embargo, en el nivel ulterior se vive la obligada necesidad de quedar por encima del otro. Desde: «tengo más pastel que tú»... «mis padres son mejores que los tuyos» Hasta «mi mujer es más hermosa que la tuya» las maneras de manifestarse este juego son múltiples.

Es oportuno insistir en el propósito ulterior del juego que es experimentar superioridad. Quizá no por el gusto de ser superior, sino por escapar de la posición existencial «estoy mal». Se juega a este juego en busca de un pequeño alivio momentáneo que ayuda a soportar el terrible peso del *estoy mal*.

Es ulterior en cuanto que no se expresa lo que se siente realmente. «Cuando el niño dice: “El mío es mejor que el tuyo” lo que siente en realidad es: “No soy tan bueno como tú» (HARRIS, 1973, p. 191). Cuando se juega a «ser mejor», se disimula y se olvida del «estoy mal». Es una pseudocompensación: soy superior, compito contigo, así alivio mi estar mal.

❑ *Propósito del juego psicológico*

Los jugadores se sirven de las competencias con los otros en cosas, negocios, éxito, notas, belleza, etc., para escapar del «estoy mal».

❑ *Roles del juego psicológico*

El jugador que inicia el juego parte de Perseguidor de las Víctimas que son inferiores a él.

❑ *Dinámica del juego psicológico*

La persona que juega pudo tener una evolución y un marco de referencia familiar en el cual acumular cosas, competir, alardear, evitaban en gran manera percibir los límites personales. Ahora es un defensa ofensiva.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

El nivel social parece ofrecernos información contrastada desde el Adulto: «mis dibujos son mejores que los tuyos» pero ulteriormente nos afirma: «qué mal estoy, que necesito ganar en todo», desde el Niño Adaptado.

❑ *Los jugadores y los movimientos del juego psicológico*

Inicia el juego el Perseguidor compitiendo y rebajando a la Víctimas que se enganchan en el cebo de las discusiones sobre el trabajo, vestidos, amistades, ideas u otras cosas que ocultan el anzuelo; esto le produce un alivio momentáneo o quizá descubra que otro tiene todavía mejor trabajo, mejores vestidos, etc., terminando el juego como dice HARRIS (1973) «con una buena tunda, un bofetón o una prueba devastadora de que: No es cierto: El mío es mejor» (p. 191), convirtiéndose así en Víctima.

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológica*: Las personas que juegan a «El mío es mejor que el tuyo» tienden a ser polémicas, llenando así su batería de caricias de aplausos o de descalificación; de este modo satisfacen el hambre de estímulos.
2. *Existencial*: Confirmar la posición existencial «Yo estoy mal —Tú estás bien».
3. *Emocional*: Mantienen y refuerzan los rebusques del poder y las fantasías de éxito, triunfo, etc.
4. *Argumental*: Los jugadores mantienen el plan de vida elaborado en la infancia y que está a la sombra de la conciencia, pues es preconsciente. De este modo, el Niño Adaptado sigue rigiendo a la persona con mandatos parentales de desvalía personal.
5. *Psicológica interna*: Hemos afirmado anteriormente que el jugador mantiene a través de este juego una defensa ofensiva. Es una defensa protectora en cuanto que se propone mantener una homeostasis entre los Estados del Yo.
6. *Psicológica externa*: Este juego arrincona al Niño Natural prohibiéndole vivir las emociones auténticas de afecto o amor. Muy frecuentemente se detecta en estos jugadores unas figuras parentales en la infancia que inducían a evitar el acercamiento entre personas y las relaciones de intimidad.
7. *Social interna*: Los jugadores reciben pseudoventajas con sus conductas de competitividad en su círculo social privado.
8. *Social externa*: Este juego da material para pasatiempos, que permiten llenar el tiempo en amplios círculos sociales.

❑ Antítesis del juego psicológico

Las personas que viven con el jugador deben activar al Padre Nutricio para ofrecerle mensajes de aprecio y valía personal tanto si es mejor como si no lo es, «sea mejor o peor». El Adulto no debe aceptar competiciones o discusiones si previamente no hay una clarificación del lenguaje. Igualmente puede tener por objetivo poner en claro las circunstancias de nuestra infancia subyacentes a la posición existencial del jugador y ofrecer la información de que los comportamientos actuales perpetúan tal posición.

Las grabaciones del «estoy mal» que hay en el Niño no pueden borrarse inmediatamente. Por esto HARRIS (1973) nos aconseja «empezar una colección de grabaciones que den salidas buenas a las transacciones, éxitos dentro de unos cálculos de probabilidades correctos, éxito dentro de acciones integradas que tengan sentido, que sean programadas por el Adulto, y no por el Padre o el Niño» (p. 96).

El juego psicológico «El mío es mejor que el tuyo» en el aula 2.1.

Las situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «El mío es mejor que el tuyo» son las siguientes:

- El alumno suele competir porque piensa que lo suyo es mejor que lo de los demás, y desea que esto quede claro *«Creo que lo mío es siempre mejor que lo de los demás»*.
- Las discusiones entre los alumnos suelen estar dominadas por el deseo de poner de manifiesto que lo de uno (sus estudios, el correr, el meter goles, etc.) es mejor que lo de los demás y además se intenta rebajar al otro.
- Es ineludible el deseo de presumir entre los demás por dinero, notas, mejor fuerza física, etc.
- La competencia entre los alumnos suele ponerse de manifiesto por las continuas comparaciones que entre ellos se establecerán sobre estudios, dinero, «ligues», etc. *«Cuando hablo con mis compañeros suelo dejar patente que mis ideas son mejores que las suyas.»*
- Exclamaciones como «soy fenomenal», lo que persiguen es rebajar a los demás. *«Reconozco que me gusta más que el ganar, el dejar al otro por debajo de mí.»*
- Algunos alumnos que fracasan en sus estudios suelen tratar de paliar ese fracaso ante los demás, convirtiéndose en el más gracioso, más simpático y el que mejores chistes cuenta del grupo.
- Hay alumnos que cuando discuten sobre algo siempre tienen en su boca preparado el argumento de que sus ideas son mejores que las de los demás, y, además, no piensan cambiarlas.

- El manifestar que lo de uno es mejor que lo de los otros supone el sentirse superior y entrar en una sensación de alivio.
- Hay alumnos que abusan de los débiles rebajándolos como forma de sobresalir ante los demás.

3. JUEGO PSICOLÓGICO 3: ESTÚPIDO

Título del juego psicológico

Estúpido.

Tesis del juego psicológico

Consiste en hacer algo tonto, como por accidente, que moleste persistentemente a otros como para que éstos le llamen estúpido y aquél quede confuso ante los demás. Así él se rebaja y se humilla tachándose de imbécil. En su forma más flexible, la tesis de «Estúpido» es «Me río contigo de mi propia torpeza y estupidez» (BERNE, 1979 a, p. 167).

A nivel social, el jugador manifiesta ser tratado como tonto por sus torpezas: «He hecho estas equivocaciones, por consiguiente soy estúpido».

El mismo Berne nos describe el nivel ulterior. El jugador presenta unas intenciones de ser humillado y objeto de burla, antes que olvidado. Pero a la gente le sorprende que cuando el jugador se encuentra en un apuro, queda revelado el hecho de que, en verdad, no es estúpido.

En la escuela aparecen jugadores que hacen cosas «estúpidas», en clase y fuera de ella: llevar «por error» un libro de geografía a la asignatura de inglés; entregar tarde o equivocadamente los trabajos, recibir golpes en el juego haciéndose el gracioso, etc. ERNST (1984) describe a este jugador cada vez que hace uno de estos actos «estúpidos» como observando «para ver si alguien se va a reír o a insultarlo» (p. 35). Sigue describiendo este autor al alumno/jugador con una sonrisa taimada, cada vez que hace una «estupidez» y es ridiculizado.

Propósito del juego psicológico

El reforzar el concepto de que el jugador mismo no está bien, y por esto no hace nada bien.

Roles del juego psicológico

Víctima, que exagera incluso sus errores.

Dinámica del juego psicológico

La estructura dinámica de este juego habría que basarla en los primeros años de vida y cuando las transacciones entre el Pequeño Profesor y el ambiente eran rá-

pidas y casi imperceptibles. El jugador tenía un público en su familia; al efectuar una acción estúpida, los otros se burlaban de él y éste sonreía al recibir estas caricias negativas.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

El que juega a Estúpido parece admitir desde el Adulto que comete equivocaciones tontas; pero a través del desenlace del juego lo que manifiesta ulteriormente es un Niño Adaptado que puede exagerar sus errores a fin de ser despreciado y no olvidado. Socialmente afirma: ¡Qué mal he hecho los deberes! Y ulteriormente pide: ¡Dame caricias de lástima! ¡No me olvides!

❑ *Jugadores y los movimientos del juego psicológico*

El jugador parte de Víctima con frases como «¡Qué cabeza la mía!»... «¡Cómo habré cometido semejante idiotéz!»... «¡Qué tonto soy!»... Esta víctima aparentemente atontada va a ser devorada por los Perseguidores que, enfurecidos por tantos dislates, no tardarán en llamarle «estúpido» o por Salvadores que tenderán a sobreprotegerle al que es «hazmerreír del grupo».

Pero, como afirma BERNE (1979 a), esta Víctima pasa a ser Perseguidor inteligente que soluciona lo que los demás no saben resolver, proporcionándole «la amarga satisfacción (Perseguidor) de que otras personas son todavía más estúpidas que él» (p. 169).

En los cuentos tampoco es estúpido el hijo menor que termina casándose con la más inteligente y bella.

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológica*: Las «tonterías» continuas y ampliadas del jugador le reportan caricias negativas de los Perseguidores y positivas inadecuadas, o sea, también negativas del Salvador: aplaudir bromas pesadas invita al jugador a proseguir en sus conductas, pues le reportan reconocimiento al ser centro de atención.
2. *Existencial*: Se mantiene la posición existencial Yo estoy mal - Tú estás bien. El juego ayuda a cumplir aquello de «es mejor lo malo conocido que lo bueno por conocer».
3. *Emocional*: Se refuerzan los «rebusques» de culpabilidad o de sufrimiento, en vez de permitir el auténtico sentimiento de tristeza. En general, y como venimos afirmando, en los juegos la pseudoventaja emocional prohíbe los sentimientos positivos de reconocimiento y potencia las desvalorizaciones. La risa que producen las conductas estúpidas fomentan la falsa alegría del jugador.
4. *Argumental*: Los juegos permiten que los jugadores cumplan íntegramente el papel del argumento escrito bajo la dirección de las figuras parentales. Éstos pudieron ofrecer mensajes al Niño del niño como «nunca llegarás a nada», «No sirves» o «No vales». El desarrollo de esta persona

quedará entonces en manos del Niño Adaptado. Y si el marco de referencia de cualquiera de los padres es competitivo, siendo su autoestima baja, cualquier progreso o éxito de sus hijos puede ser visto y vivido como un descenso en el propio valer. Para KERTÉSZ (1985) «el mandato parental que están enviando es “no me superes” y el hijo o hija aprende que, si demuestra sus aptitudes, papá o mamá se sentirán mal, de modo que aprenden a disminuirse, jugando a “Estúpido”» (p. 377).

5. *Psicológica interna*: La persona que juega a «Estúpido» mantiene el equilibrio homeostático entre los estados del Yo manifestando sus necesidades por una apariencia torpe para ser perdonado o por una actuación desganada o sonriendo torcidamente. Así ridiculizada o castigada de alguna manera pide indirectamente lo que quiere o necesita de los demás.
6. *Psicológica externa*: Se insiste en situaciones donde se viven el enojo, la confusión o la ofensa frente a uno mismo y a los demás, evitando así mostrarse franco y abierto en las relaciones personales.
7. *Social interna*: Las transacciones complementarias y ulteriores propias de los juegos ayudan a estructurar el tiempo negativamente en el trabajo, en la clase, etc., basándose en el comentario de las conductas equivocadas del jugador «Estúpido».
8. *Social externa*: Los jugadores tienden a ser la «comidilla» de profesores y compañeros, dando un material abundante para «pasatiempos».

□ *Antítesis del juego psicológico*

Aquellos que conviven con el jugador pueden activar el Padre Nutricio ofreciendo comprensión, no riendo sus gracias ni humillándole, y un trato de Adulto, para que no busque tontear. El individuo debe ser confrontado desde el Padre Crítico positivo de los padres al Niño del hijo: «Eso que haces y por lo cual te manifiestas como “Estúpido” no es cómico. Puedes reírte cuando estés bien, contento, con motivos reales. Y tienes permiso para mostrar tu verdadera tristeza y rabia, si deseas hacerlo».

Hay que analizar las transacciones que se dan en este juego. Recordemos que un Niño Adaptado «invita» para enganchar determinados estados del Yo de los otros jugadores, en concreto al Padre Nutricio NO OK (Salvador), al Padre Crítico NO OK (Perseguidor), o a otro Niño Adaptado Sumiso. Y en este juego es muy frecuente vivir la «transacción de la horca».

Al mencionar la transacción de la horca nos referimos al hecho de que unos fallos, desgracias, errores, reciben como respuesta la risa del Niño o el desprecio del Padre Crítico, que refuerzan el contenido perjudicial de esas conductas argumentales. La consecuencia es afirmarse en sus errores. Para romper este círculo es necesario no aprobar ninguna conducta ajena negativa de sufrimiento o desgracia o de equivocación, aunque el interesado parezca demandarlo. Lo contrario es echarles la cuerda al cuello, es decir, engancharse en el mismo juego.

ERNST (1984) reflexiona sobre la antítesis para romper el juego. Invita a que los profesores pregunten a los alumnos-jugadores: «¿Cuándo comenzaste a engañar a tus padres haciéndoles creer que eras “estúpido”?» (p. 36). Los padres son personas importantes para los niños. Son los abastecedores de caricias por antonomasia. Si un niño aprendió a recibir caricias, como sonrisas, en su infancia por ensuciarse, por equivocarse o por cometer estupideces, más tarde efectuarán los mismos movimientos aprendidos para obtenerlas de mayor. En vez de mostrarse irritado o superprotector ante acciones estúpidas es más adecuado una confrontación amistosa de Adulto a Adulto: «Puedes pedir mi atención y mi tiempo sin manipularme con torpezas».

El juego psicológico «Estúpido» en el aula **3.1.**

Algunas situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «Estúpido» son:

- Hay alumnos que se pasan el día haciendo cosas estúpidas en clase, y así llaman la atención (se les tiene en cuenta). «*Me paso el día haciendo estupideces en clase; ¡Soy famoso!*»
- Algunos alumnos alborotan y no se están quietos para llamar la atención sobre sí mismos. «*Procuro llamar la atención del profesor siempre que puedo, aunque sea haciendo el tonto.*»
- Hay alumnos que se autorrebajan cometiendo errores y exclaman: ¡No hago nada bien!
- Hay alumnos que, como despiste, están constantemente cometiendo equivocaciones tontas.
- Cuando un alumno ha cometido algún error suele exclamar: «¡Soy un estúpido! ¡Qué cabeza la mía! ¡Qué tonto soy!».
- Puede haber alumnos que cometen disparates y equivocaciones deseando hacer gracia a los que les observan. «*En clase quiero hacerme el gracioso equivocándome a menudo o haciendo verdaderos disparates.*»
- Hay alumnos que exageran sus errores para ser despreciados como víctimas.
- Existen alumnos que en ciertas ocasiones realizan conductas estúpidas, pero que luego en otras, resultan ser muy espabilados. «*Soy un tipo espabilado, aunque a veces cometo errores que yo mismo provooco.*»
- Hay alumnos que están totalmente despistados y cuando «meten la pata» suelen decir: No hago nada bien.

4. JUEGO PSICOLÓGICO 4: ¿POR QUÉ NO...? SÍ, PERO...

□ *Título del juego psicológico*

¿Por qué no...? Sí, pero...

□ *Tesis del juego psicológico*

Una persona se presenta en el grupo solicitando ayuda debido a que tiene algún problema y el resto del grupo ofrece variadas opiniones como soluciones. La primera persona hace preguntas o pide soluciones partiendo de una postura de impotencia y el resto del grupo intenta dar respuestas. Respuestas que son rechazadas sistemáticamente. A cada oferta de solución del grupo, el jugador responde con un «Sí, pero...» que sirve para que se molesten y se sientan mal ante la persona que rechazó sus sugerencias.

La tesis es: «A ver si puedes dar una solución que yo encuentre intachable». El meollo de este juego no consiste en recibir sugerencias sino en rechazarlas, no en resolver problemas sino en tranquilizarse y comprobar que todas las posibles soluciones tienen abolladuras (VALBUENA, 1995, p. 28).

«Sí, pero...» nos ha servido para describir paso a paso la fórmula de los juegos psicológicos. Es el primero que analizó Berne. Es un juego muy común, que se juega allí donde la gente se reúne en grupos de todas clases, incluso los de psicoterapia.

El nivel social que se manifiesta en «Sí, pero...» es una serie de transacciones de Adulto-Adulto. Este diálogo tiene su principio cuando el jugador pide ayuda y su fin con la última solución, también rechazada por supuesto, al problema planteado.

El cambio nos va a revelar dónde está el juego. El motivo o nivel ulterior está en un Niño exigente y terco, aparentemente pobre y desvalido que ofrece el cebo de hacerse el necesitado para mover la flaqueza de un Padre Nutricio negativo. Este terminará, en silencio, irritado al sentirse ansioso de ayuda y atrapado en la imposibilidad de hacerlo.

En el aula se puede dar también este juego. Es interesante transcribir con ciertas libertades, lo que nos afirma ERNST (1984). Un alumno estuvo hablando después de clase con un profesor y varios compañeros de estudio. Abordó el tema de las tareas a realizar en casa y dijo que jamás podría concluir la suya a tiempo.

- ¿Por qué no lo haces llegando a casa inmediatamente? Hazla y después de eso diviértete —le propuso el profesor.
- Sí —interrumpe el alumno— pero siempre estoy con hambre y deseo comer antes un bocado. Luego está mi programa favorito de televisión.
- ¿Por qué no estudias después de la cena? —sugirió el profesor.

- Sí, pero entonces tengo que hacer mis labores domésticas.
- ¿Por qué no te retiras solo a un cuarto a estudiar? —propuso una compañera.
- Sí, pero tengo que compartir mi cuarto y no hay en mi casa habitaciones tranquilas.
- Podrías ir a la biblioteca, ¿no es cierto?
- Sí, pero no me dejan salir después de comer.
- ¿Por qué no vienes a casa de uno de nosotros?
- Sí, pero mis padres pueden pensar que estoy molestando.

Silencio. Podría alargarse este diálogo hasta el infinito. ¿Qué ha sucedido? Se han reforzado las relaciones de Padre Nutricio NO OK a Niño Adaptado NO OK entre el profesor, los compañeros y el alumno. Este sentía que todos intentaban salvarlo. Con el juego puede demostrar que los Padres Salvadores no podrían decirle qué debía hacer: «¡Nadie me dirá lo que tengo que hacer. Y menos no pidiendo soluciones!». O sea que la tesis es un reto del jugador a ver si los salvadores presentan una solución a la que él no le encuentre falta.

□ *Propósito del juego psicológico*

El jugador manifiesta ulteriormente su propósito de que nadie va a decirle lo que tiene que hacer, y menos las personas que se presentan como Padre Nutricio-negativo. El nivel ulterior nos confirma que lo que pretende no es buscar una información o solución, sino satisfacer y tranquilizar al Niño Adaptado. «El propósito del juego no es el de recibir sugerencias, sino el de rechazarlas» (BERNE, 1979 a, p. 125).

□ *Roles del juego psicológico*

Es el papel de Perseguidor que parece Víctima el que inicia el juego y engancha a Salvadores.

□ *Dinámica del juego psicológico*

El jugador en los primeros años de vida optó por este juego porque le servía para enfrentarse y resentirse de las figuras autoritarias que le rodeaban. Con el desarrollo de la vida, el sentimiento que subyace en todas las jugadas es todavía de resentimiento, de incapacidad de permiso para manifestar la rabia auténtica contra figuras autoritarias salvadoras críticas o nutritivas. A través del «Sí, pero...» se evade de las mismas.

JAMES y JONGEWARD (1978) reflexionan sobre la dinámica del juego y concluyen entre otras cosas que el «Sí, pero...» es una práctica que sirve para retrasar una decisión de actuar, una toma de decisiones o la solución de problemas. En otras palabras «es una adaptación originada en la niñez por la cual algunas personas justifican indefinidamente su dilación. Ellos cuentan sus problemas a los demás, rehusan sus consejos y así demoran la solución a sus dificultades (p. 148).

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

La transacción social, aparentemente razonable, va de Adulto a Adulto. El jugador primero expone: Tengo este problema.

El mensaje oculto se da a través de la transacción ulterior encubierta donde va el cebo, el desvalimiento del Niño que está mal, que atrae y pide ayuda a fin de enganchar a algún Padre Nutricio Salvador: «Pobre de mí. Pero trata de ayudarme. Trátame con más empeño». Los Padres Nutricios están deseosos de que le agradezcan la ayuda y el Niño Adaptado les reta a ver si pueden hacerlo.

❑ *Jugadores y movimientos del juego psicológico*

El «Sí, pero...» da pie a que participen muchos jugadores. El que lo inicia actúa como un Perseguidor que parece Víctima demandando solución a su problema; los otros jugadores se entregan como Salvadores que ofrecen solución, pero es objetada y negada. Entonces aquél se torna Perseguidor ante las otras personas a las que desconcierta, se vuelven Víctimas e inadecuadas para dar soluciones una vez que se han exprimido los sesos y el cerebro y se han cansado de pensar una solución aceptable. Los otros jugadores pueden entrar entonces en el juego «Yo sólo trataba de ayudarte».

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

Sabemos ya que las razones por las cuales la gente practica juegos es para recibir un permiso final, un sentimiento favorito, etc. Son las pseudoventajas:

1. *Biológica*: Las discusiones «rationales» sobre sus problemas le permite satisfacer el hambre de estímulos.
2. *Existencial*: Confirma la posición existencial «Yo estoy bien - Tú estás mal», que le conduce a confirmarse en el pensamiento de que todos quieren dominarlos. Igualmente se refuerzan las posturas existenciales de los que integran el grupo en el que se juega.
3. *Emocional*: Refuerza el «rebusque» de resentimiento frente a las figuras autoritarias que le dan consejos.
4. *Argumental*: Así viven el argumento de no poder relacionarse de modo eficaz con las demás personas, amando a las personas y comprendiendo la complejidad de los problemas. Al ser formados como Víctimas emplearán todo su tiempo buscando Salvadores con quienes poder perpetuar su impotencia.
5. *Psicológica interna*: El Niño Adaptado es tranquilizado a través de los permisos que le dan los Padres internalizados para poder descargar sus emociones.
6. *Psicológica externa*: Evita la situación temida, pues no tiene permiso paterno para afrontar y solucionar los problemas que él podría hacer por cuenta propia sin necesidad de Salvadores.
7. *Social interna*: Estructura el tiempo negativamente.

8. *Social externa*: El Niño Adaptado manejará el material para llenar el tiempo con pasatiempos.

□ *Antítesis del juego psicológico*

Hemos escrito anteriormente que la estructura del juego se sustenta sobre las maniobras del Niño Adaptado, eliminando el estado Adulto de la persona. Para romper el juego hay que activar este último. No «picar» como Salvadores, sino preguntar: Y, en tu opinión, ¿qué deberías hacer tú? ¡Puedes decidir tú!, y, en el diálogo, observar los cambios de postura corporal, los tonos de voz y el vocabulario empleado. Con estos datos podremos estimular al Adulto del jugador y hacer que ceda su Niño inadecuado con los datos limpios y objetivos que le damos.

Es decir, si en una reunión se observa que se está jugando a «Sí, pero...» y se inician las ofertas de «¿qué harías si...?», el Adulto puede responder: «Ese es un problema difícil. ¿Qué es lo que piensas hacer tú?» De este modo se rompe el juego negándose a hacerle sugerencias tan pronto como se hace claro cómo las usa.

El juego psicológico «¿Por qué no...? Sí, pero...» en el aula 4.1.

Algunas situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «¿Por qué no...? Sí, pero...», son las siguientes:

- Hay alumnos que presentan quejas sobre los estudios, buscando ayuda, y luego rechazan todos los consejos, como diciendo: «Nadie va a decirme lo que tengo que hacer».
- Existen alumnos que solicitan ayuda a los profesores y compañeros debido a que tienen algún problema; éstos le han dado toda clase de ideas y consejos, pero cada vez que le aportan alguna solución, la persona lo rechaza con un sí, pero...
- A veces hay alumnos que piden consejos, soluciones, ideas a los compañeros y alumnos y rehusan sus consejos, demorando la solución de sus dificultades y problemas.
- Al demandar consejos y soluciones, hay alumnos que pretenden demostrar que nadie puede darle una solución aceptable, o sea, que no se rendirán nunca. «*Busco consejos en exceso, demorando y eludiendo la acción.*»
- El pedir soluciones e ir rechazándolas sistemáticamente a veces es un modo de decir: «Nadie va ha decirme lo que tengo que hacer» o «nadie es capaz de ayudarme».

5. JUEGO PSICOLÓGICO 5: PATA DE PALO

❑ *Título del juego psicológico*

Pata de Palo.

❑ *Tesis del juego psicológico*

La persona que practica «Pata de Palo» tiene algún impedimento físico o psíquico, personal o social y lo utiliza para librarse de una responsabilidad. Este defecto puede ser real o imaginario. Originalmente y su nombre lo indica, este juego se refiere al sujeto que por tener una pata de palo se libra de algunas obligaciones, puesto que no está capacitado para realizarlas. ¿Qué se puede esperar de alguien que tiene una pata de palo? Exageran la ineptitud que les reporta éste u otro defecto físico y se excusan de responsabilidades.

Ampliando el sentido podemos decir que están jugando a «Pata de Palo» los que se sirven de alguna desventaja personal o social para excusarse de responsabilidades o justificar sus fracasos. Nos dice BERNE (1979 a) que «la tesis de “Pata de Palo” es ¿qué se puede esperar de un hombre con una pierna de palo? Expuesto el problema de esa manera, por supuesto que nadie esperaría nada de un hombre con una pierna de palo, excepto que sea él mismo quien dirija su silla de ruedas» (p. 170).

Son múltiples las «Pata de Palo» que pueden ser usadas como excusas: «Soy muy bajo para jugar a baloncesto»; «me fatigo mucho al leer»; «los ruidos no me dejan dormir»; «no tengo fuerzas para nada»; «ya no estoy para estos trotes, pues mis dolores constantes de cabeza...». Son excusas físicas. También puede hacer las referidas a la personalidad: «esto nadie me lo ha enseñado»; «vengo de un hogar humilde»; «mis padres están divorciados y...»; «si hubiera tenido la familia que otros tuvieron»; «soy tartamudo y...».

Los jugadores se valen de su situación de forma innecesaria, manipulando sus limitaciones como pretexto para que otros desempeñen su trabajo. Para esto, los jugadores deben humillarse a sí mismos o dar compasión por su fragilidad.

Socialmente los motivos de excusa son válidos, porque ¿qué se puede esperar de una persona con tal problema físico, con tal enfermedad, con tales padres o educadores o profesores? El nivel ulterior nos revela a individuos que explotan una desventaja física para manipular a otros, en vez de hacer todo lo posible para progresar.

En la historia de la Humanidad ha habido personas con deficiencias y que se superaron a pesar de ellas. Demóstenes, que con un defecto de alguna tartamudez llegó a ser un gran orador de Grecia; Beethoven, ya sordo, dio a luz creaciones musicales geniales; personas que en vez de manos tienen sólo muñones y usan máquinas de escribir. Aquellos que a pesar de tener pata de palo ganan concursos de bailes modernos. Estos ejemplos tratan de aclarar la trampa de los juegos.

En el aula pueden observarse casos del juego «Pata de Palo», JAMES y JONGEWARD (1978) nos describen los siguientes: un profesor le preguntó a un alumno por qué no estudiaba con más ahínco y no hacía un esfuerzo para aprender a leer mejor. En su frustración, éste le respondió: «¿Qué espera de mí? Mis padres están separados» (p. 157). Se observa aquí la trampa del alumno: emplea una experiencia familiar desgraciada del pasado como pretexto para no tener que estudiar o realizar nada significativo. Más Patas de Palo veremos en las situaciones a estudiar en el aula.

❑ *Propósito del juego psicológico*

El propósito de «Pata de Palo» es evitar la responsabilidad propia, alegando justificaciones físicas, familiares, sociales, educativas o de antecedentes personales para evadirse.

❑ *Roles del juego psicológico*

Es el rol de Víctima en busca de un Salvador.

❑ *Dinámica del juego psicológico*

La persona ha recurrido al juego «Pata de Palo» muy probablemente para alcanzar caricias condicionales e inadecuadas en los primeros años de vida. Las condiciones de supervivencia que le transmitieron sus padres o personas sustitutas pudieron ser: vive si estás enfermo... vive si me complaces estando enfermo, reforzando así el rol de Víctima; también; «no crezcas»... «espera que alguien haga las cosas por ti», «no lo logres», «fracasa» evitando al jugador las responsabilidades y asumiéndolas ellos.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

La transacción que se da a nivel social parece de Padre-Adulto.

Profesor: Puedes preparar este discurso para declamarlo en clase (desde el Padre).

Alumno: ¿Qué declamación se puede esperar de un tartamudo? (desde el Adulto aparentemente).

El nivel psicológico:

Profesor: Puedes preparar este discurso para declamarlo en clase (desde el Padre).

Alumno: Soy impotente (soy tartamudo); que lo haga otro. (Respuesta dada desde el Niño.)

❑ *Jugadores y movimientos del juego psicológico*

Practicando los movimientos del juego se posibilitan los estímulos y las respuestas transaccionales. El jugador, Víctima, presenta su desventaja real o imaginaria para ver si hay un Salvador que cargue con las responsabilidades, deberes o tra-

bajos que le correspondería hacerlos a él. El Padre sobreprotector puede cansarse y convertirse en Perseguidor que critica la manipulación de «Pata de Palo».

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológica*: Los jugadores se sirven de conductas inadecuadas para alcanzar caricias de humillación.
2. *Existencial*: Reafirma la posición de Víctima: Yo estoy mal - Tú estás bien.
3. *Emocional*: Mantiene los «rebusques» prefijados de sentirse inferior, deprimido.
4. *Argumental*: Reafirma el mandato parental «No lo logres», «fracasa», diciéndole así que no será capaz de alcanzar lo que se propone. De este modo le lee y le hace presente el futuro.
5. *Psicológica interna*: Mientras sigue el juego, el Adulto contaminado por el Padre y por el Niño evita la responsabilidad, explicando que no deja de hacer las cosas por pereza o por irresponsabilidad, sino sólo por impotencia: ¿qué se puede esperar de quien...?
6. *Psicológica externa*: Evita el éxito dedicando sus mejores energías a aducir defectos y humillarse a sí mismo en forma innecesaria.
7. *Social interna*: Mantiene el vínculo con el grupo mientras sus componentes le desempeñan sus trabajos.
8. *Social externa*: Defensa del servicio y de la ayuda contra las personas que critican esta relación simbiótica.

❑ *Antítesis del juego psicológico*

Es necesario gritar aquí ¡Atención!, ¡Cuidado! cuando el comportamiento de alguna persona nos induzca a pensar que juega a Pata de Palo. Acaso nosotros entremos en el juego de «Análisis Transaccional» o «Psiquiatría». En este caso, se sobreanaliza a los demás opinando inadecuadamente acerca de los síntomas, conductas extrañas, etc. Se puede cometer la injusticia de no discriminar objetivamente una excusa de una verdadera debilidad, como puede ser una enfermedad real. (Como educadores, ¿es preferible dejarse engañar por un buen jugador de Pata de Palo, que ser crueles e incomprensivos con una persona que padece una deficiencia?)

Apuntad esta señal de alarma, la antítesis del juego debe ser no compadecer al jugador en exceso, sino hacer todo lo posible para progresar, pues con pata de palo se puede caminar mucho y bien. Con estos límites y desventajas la vida puede emplearse de forma ventajosa, sobreponiéndose a esta incapacidad.

Emplear el Adulto sopesando la responsabilidad de los actos del jugador y si éste pregunta: «Qué espera usted de alguien... que viene de un hogar destrozado..., fracasado en los estudios..., que no tiene fuerzas para nada..., cuya memoria es nula...?». La respuesta, traducida del pensamiento de BERNE (1979a), puede ser: «*Yo no espero nada. La cuestión es, ¿qué espera usted de sí mismo?*»

(p. 173). Darle permiso para que dé una contestación formal a esta pregunta con un tiempo prudencial para pensar la respuesta.

El juego psicológico «Pata de palo» en el aula **5.1.**

Algunas situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «Pata de Palo», son:

- Hay alumnos con defectos físicos que se aprovechan de ellos para excusarse de quehaceres y responsabilidades. *«No encaro los problemas que exigen solución; busco medios de eludirlos (defecto físico, mala memoria, dolores de cabeza).»*
- Hay quien justifica sus fracasos, mediante algún tipo de desventaja que tienen, real o imaginaria, tanto si es social, física, económica, etc.
- La estatura suele ser una excusa bastante utilizada por alumnos que fracasan en deportes.
- Hay quien, en exigencias escolares, aduce siempre como causa de su fracaso o retraso la existencia de dolores de cabeza.
- El decir que la memoria es mala, que se posee menos inteligencia que los demás, el no poseer medios, etc., suele ser un argumento bastante utilizado por los alumnos, para justificar el fracaso escolar.
- Hay alumnos que utilizan su tartamudez para zafarse de sus responsabilidades escolares, y otros que se esfuerzan por sobreponerse a ella.
- Se dan alumnos que ponen el ambiente familiar como excusa para justificar su fracaso escolar.

JUEGO PSICOLÓGICO 6: ALBOROTO **6.**

□ *Título del juego psicológico*

Alboroto.

□ *Tesis del juego psicológico*

Consiste este juego en discutir turbulenta y ruidosamente entre dos o más personas, incluyendo desvalorizaciones de parte de cada persona, con dureza y aun violencia. «El juego comienza cuando la acusación o crítica de una persona atrae al Niño que no se siente bien de otra persona, la que se pone a la defensiva» (JAMES y JOGEWARD, 1979, p. 163). Este intercambio conduce de una manera u otra a que los contendientes terminen resentidos, ofendidos y se separen violentamente.

Puede comenzar el juego con una acusación del Padre Crítico negativo de una persona al que se responde en términos parecidos o más fuertes, por otra,

hasta que se sienten justificados para darse la espalda o dar un portazo y que ambos se separen. El nivel social nos ofrece una pelea o discusión en principio justa. La separación consiguiente se da por no buscada, sino como fruto y efecto de la pelea.

Pero ha sido el Padre Crítico el que ha llevado las riendas en la discusión. Lo que se deseaba era la separación y para ello se han fabricado los motivos sociales de la misma. Separándose no se enfrentan a los problemas. Es el nivel ulterior. El jugador segundo no permanece en situación de Víctima sino que se enfrenta y sobreviene el cambio. El Perseguidor se queda como Víctima y la Víctima como Perseguidor. O ambos a la par, como Perseguidor y Víctima.

BERNE (1979 a) concreta este juego en aquellas personas «que tratan de evitar la intimidad sexual» (p. 138). Pero, la práctica nos ofrece otras situaciones a evitar y que generalmente sirven para no vivir la intimidad.

□ Propósito del juego psicológico

El propósito no es separarse porque han peleado (nivel social), sino que entraron a pelear para tener razón en el separarse (nivel psicológico). La finalidad buscada inconscientemente es el separarse. Esto diferencia este alboroto de otros muchos alborotos que se observan en peleas corrientes. Si dos personas se ofenden, por el motivo que sea, pelean, discuten, se enfrentan, es decir, manifiestan la rabia auténtica o sus consecuencias y ahí termina todo.

Pero cuando se trata del juego «Alboroto», éste sólo es el pretexto para separarse. Y así se evita afrontar algún problema al estar juntos. Es el beneficio del juego. Hay ganancias en separarse: para Berne será huir del peligro sexual, por ejemplo, la atracción sexual entre dos sujetos, director-secretaria, profesora-alumno, etc. Pueden hallarse perdidos si tienen que convivir juntos, afablemente, en el trabajo. Entonces juegan «Alboroto» como una sutil defensa inconsciente. Pelean y acumulan resentimiento para servirse de él, como un escudo protector, que les impide acercarse y justifica el separarse. Este juego también conviene a aquellas personas que intentan huir de una dependencia, de una manipulación o, simplemente, forzar una situación en la que parezca razonable el nivel social para una separación entre personas que, por lo que sea, tienen que estar juntas y no lo desean.

También se puede jugar «Alboroto» con otro propósito ulterior distinto del separarse, aunque al final se produzca la separación. Nos referimos a que el beneficio no es la separación, sino lo que implica de desafío a otra persona para hacerla quedar mal y esto, justificado inconscientemente, para dar salida a la agresividad. O sea, ¡Yo peleo. Yo te desafío con el Alboroto y así gano liberar mi rabia!... y me separo de ti! El propósito es liberar la rabia.

Como decimos, este nuevo aspecto de «Alboroto» no se contradice con el anterior, sino que se complementa. Aquí se va a trabajar desde este aspecto complementario. Un alumno, un secretario o un obrero, por ejemplo, se enfrentan, sin grandes motivos para ello, con su profesor, con su director o con su jefe a través de un desplante alborotado y público, ante una clase o un auditorio que

los contemplan. Consigue unos beneficios seguros, si los desplantados no aciertan a cortar el juego. Si la autoridad se aguanta y no responde, el desafiador queda de ganador ante los espectadores. Si la autoridad pierde los nervios y la compostura alborotando también, el desafiador la acusa de agresiva ante su público... «pero no era para tanto». Se puede concluir que siempre gana el juego el primer jugador, si el otro entra a jugar, desplazando de esta manera sutil la agresividad, y quedando por encima del afligido que lo soporta. Gana fama ante sus compañeros observadores de la escena y es el centro de atención de un pequeño héroe si gana el resto (Niño Adaptado Rebelde) o si gana los palos del agresor que responde (Niño Adaptado Sumiso).

❑ *Roles del juego psicológico*

Inicia el juego el Perseguidor que fustiga retadoramente y libera su rabia. Los otros jugadores pueden responder como Víctimas o Perseguidores.

❑ *Dinámica del juego psicológico*

El jugador ha podido quedar fijado en los primeros meses o años de su vida donde era muy difícil manifestar la rabia natural, pues era calificado de malo. Al ir construyéndose su Adulto, independizándose paulatinamente de su ambiente familiar aprendió a crecer y ser autónomo condicionado por los mandatos argumentales: «sé rabioso», «rebelde». Así concluyó que al decir «no», «no quiero», no era respetado en su verdadero sentimiento apelando, por consiguiente, a este juego como sustitutivo.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

El desafío que lleva a una separación puede presentarse a nivel social como una petición de aclaración de Adulto a Adulto sobre un problema, pronunciar bien el apellido de un alumno, por ejemplo, etc. Es un cebo atractivo, pero que no oculta el anzuelo del nivel psicológico o ulterior: este diálogo lo realiza siempre delante de un auditorio el Padre Crítico, del primer jugador para que el otro se enganche perdiendo los nervios, Niño Adaptado Rebelde, o se inhiba como un cobarde, Niño Adaptado Sumiso.

❑ *Jugadores y movimientos del juego psicológico*

La interacción de los jugadores se inicia con el jugador primero que está en el ángulo del Perseguidor y que de modo desconsiderado reta con desplantes o discusiones acaloradas y busca así liberar su rabia y conseguir la separación. Si «pican» las Víctimas desvalorizadas y temerosas, se mantiene como Perseguidor. Pero si topa con otro Perseguidor también desafiante, rencoroso y agresivo, alternativamente irán estructurando sus relaciones como Perseguidor y Víctima.

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológicas*: Con el «Alboroto» colecciona caricias de atención y de cólera.

2. *Existencial*: Tanto los Perseguidores como las Víctimas y Salvadores, confirman su posición frente a los otros: «No estás bien».
3. *Emocional*: Vive los «rebusques» de rabia.
4. *Argumental*: Avanza en su argumento de ser agresivo para evitar la intimidad y descargar la rabia a través del juego.
5. *Psicológica interna*: El Padre Crítico persigue al Niño con diálogos internos de falta de reconocimiento.
6. *Psicológica externa*: Evita disfrutar la Intimidad.
7. *Social interna*: Se mantiene en un aislamiento dentro del grupo, pero con mayor o menor reconocimiento de los demás.
8. *Social externa*: Puede llenar el tiempo alardeando ante los demás con un «¿qué tal lo hice?».

□ Antítesis del juego psicológico

Fijar metas convenientes desde el Adulto y enviar mensajes claros al Adulto del primer jugador, de que no se pelea, no porque se es cobarde, sino por no buscar espectáculo. A solas se puede razonar y analizar las conductas que obligan a jugar a «Alboroto». Decir: «no discuto aquí y ahora, prefiero hacerlo con serenidad y calma». De nada sirve fabricar acusaciones y contraacusaciones, aislamiento y resentimiento para el próximo juego de Alboroto.

ERNST (1984) nos aconseja como parte de la antítesis de «Alboroto» en el aula adquirir un conocimiento del ambiente familiar de estos jugadores. Si un alumno acostumbra a coleccionar insultos y ofensas reales o imaginadas y suficientes momentos de cólera, como treta para sentirse justificado al lanzarle un alboroto al profesor, frente a un público garantizado y obtener la máxima atención... darse cuenta de esto. No engancharse.

A los profesores, Ernst les ofrece varias posibilidades (p. 22). Evitar ser profesor tirano que estalla y grita en la clase ante «Alboroto». El uso del Padre Crítico negativo demuestra al jugador que las personas así no se atienen a razones. Lo mismo sucede con un profesor que usa su Niño Adaptado Sumiso y se manifiesta como mártir y dispuesto a ser pateado por los alborotadores. Los jugadores ganarán siempre estos juegos. Llevan las de perder los profesores plañideros o Salvadores, los camorristas, los impacientes y los tímidos. Los jugadores de Alboroto son expertos en estos terrenos.

También es beneficioso detenerse ante las siguientes preguntas: ¿Por qué un alumno juega «Alboroto»? ¿Qué obtiene de eso? Lo que desea es atención y sacar su rabia. ¿Por qué la necesita tanto? ¿Por qué en una forma tan negativa? Y ¿por qué contra mí?. Hemos afirmado que todo juego es un sustitutivo deshonesto para recibir caricias. Este es el resultado predecible de todo juego. El jugador de «Alboroto» pide atención, que se fijen en él, evitar al otro, para eso alborota, agrede, se enfrenta, etc. La antítesis es darle un suministro adicional de caricias positivas, pero no gritos o caricias de «Alboroto».

El juego psicológico «Alboroto» en el aula 6.1.

Algunas situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «Alboroto», son las siguientes:

- Cuando el profesor pronuncia el nombre de un alumno equivocadamente, éste responde de forma exagerada. *«Si el profesor se equivoca al leer mi apellido lo corrijo airadamente para quedar bien.»*
- Hay alumnos que en clase, sistemáticamente, están haciendo ruido, estrujando papeles, explotando pompas de chicle, tosiendo, etc. *«Para enfadar al profesor tiro el bolígrafo, me muevo mucho, bago crujir papeles.»*
- Algunos alumnos con el fin de crispar al profesor, están continuamente haciendo ruido, dejan caer libros, lapiceros, se mueven mucho, crujen papeles, etc.
- En ocasiones, ciertos alumnos, después de que por su mala conducta, el profesor les ha llamado la atención, suelen argumentar de forma ingenua, afirmando que la conducta del profesor ha sido exagerada ya que solamente dejaron, por ejemplo, caer su lápiz.
- Algunos alumnos minimizan su mala conducta ante los demás, exagerando la reacción del profesor y ganándose por contraposición, apoyo de sus compañeros.
- Las conductas de algunos profesores ante el alboroto de sus alumnos, suelen ir desde la timidez hasta echar a éstos de clase, pasando por mostrar temor, sufrir como víctimas de aquellos, enzarzarse con el alumno reprendido en una larga discusión, etc.
- Ciertos alumnos contestan con descaro a las llamadas de atención del profesor. *«Reconozco que aquellos que son capaces de contestar con descaro a un profesor, son muy valientes.»*
- A veces entre profesores y alumnos se dan fuertes discusiones sobre las conductas de estos últimos sin resolver el problema.
- Entre alumnos y profesores pueden darse discusiones acaloradas que suelen terminar en una separación violenta.
- Dentro de las clases hay alumnos que se enfrentan sistemáticamente con sus profesores, sin que exista una causa real para ello. *«Cuanto más alboroto, más pendiente está de mí el profesor.»*
- Ante los demás, hay alumnos que plantan cara a sus profesores, pero que no se atreverían a hacerlo si estuvieran «a solas».
- Algunos profesores prestan más atención al alumno con comportamiento ruidoso y provocativo.

JUEGO PSICOLÓGICO 7: 7. RAPO O VIOLACIÓN

□ Título del juego psicológico

Rapo o violación.

□ Tesis del juego psicológico

Es un juego generalmente dado entre un hombre y una mujer, aunque puede ser jugado entre sujetos del mismo sexo.

Consiste en provocar una atracción, la mayoría de las veces sexual, de una persona de distinto sexo. Y cuando la persona atraída da una respuesta positiva, es rechazada con ira y desprecio. Se pretende atraer, acoger para rechazar y abandonar, muchas veces con insultos. Es un juego sexual y social.

BERNE (1979 a) afirma que este juego puede jugarse «con varios grados de intensidad» (p. 133). El primer grado es «Rapo» que se da en las reuniones sociales y consiste esencialmente en el flirteo moderado. «Rapo» de segundo grado da un paso más. Y la satisfacción primordial del jugador es disfrutar mirando el desconcierto que sufre el jugador enganchado al ser rechazado. Finalmente, «Rapo» de tercer grado es un juego depravado y cínico, con intrigas amorosas que pueden terminar en asesinato, suicidio o en el juzgado.

Es necesario recordar que la intensidad se refiere a la fuerza o suavidad con que se juega y al daño que produce en quienes lo juegan. El primer grado es la versión suave y el tercer grado es la versión fuerte de un juego.

Obviamente, nosotros estudiaremos «Rapo» de primer grado. Su conocimiento nos permitirá orientar a los jugadores para que no escalen los siguientes grados.

Como juego sexual en el primer grado podemos recordar el ejemplo de una mujer que hace algo para atraer a un hombre: miradas pícaras, cierto exhibicionismo con formas provocativas de cruce de piernas o subirse la falda, pedir que le bajen o suban la cremallera, etc. Cuando el hombre ha picado el cebo ulterior por su flaqueza (pensando que la mujer está disponible sexualmente) y se acerca buscando la acogida, es rechazado violentamente. «¡Violación! ¿Cree usted que soy una cualquiera?».

En el aula se puede afirmar con cierta probabilidad que el juego es «Rapo» si una alumna, muy frecuentemente, coquetea con alumnos y con profesores, éstos le responden y se enganchan y luego aquélla rechaza con dureza insinuaciones más atrevidas. Lo mismo si el «coqueteo» es de un hombre, un Don Juan, que atrae a la mujer para, en cuanto se rinda, cambiarla despreciativamente por otra.

El nivel social presenta unas transacciones en la superficie que a primera vista son sinceras, de Adulto a Adulto, por lo que el rechazo subsiguiente parece merecido. Sin embargo, el nivel ulterior, psicológico, ofrece una transacción de Niño a Niño. Esta, generalmente, es no verbal. Es precisamente la envoltura no

verbal: flirteo, sonrisa cómplice, postura corporal, vestimenta, etc., la más significativa. El cambio se produce cuando la persona que inició el juego se siente «inocente» y justifica su enojo debido a las insinuaciones sexuales hechas por la otra persona. Pero ya le ha demostrado al otro posteriormente que es malo y, a sí mismo, la fuerza de atracción sobre los demás. Se inicia con una invitación sexual, coqueteo a nivel social, e invitación o provocación de Niño a Niño, nivel ulterior y se termina con un rechazo sexual.

«Rapo» no siempre tiene una connotación sexual, aunque presente la misma dinámica. Nos referimos a personas pagadas de su coquetería y narcisismo que parecen darse a otros, acercarse amistosamente. Es el nivel social. Su cebo lo lanza enmascarando el propósito del nivel ulterior que se revela con el cambio. Rechazan a la persona que responde a su acogida postiza para ir a pescar otras nuevas. A las que también rechazarán, ganando de este modo el beneficio de afirmarse a sí mismo: ¡qué poder y atractivo tan arrollador es el mío!

❑ *Propósito del juego psicológico*

El propósito del juego es infligir la humillación al otro. El jugador satisface su venganza, su poder sobre el otro, pero con la apariencia de que no es un cualquiera.

❑ *Roles del juego psicológico*

El orgullo, la coquetería, el donjuanismo, ubican el rol en el ángulo del Perseguidor buscando y exagerando pretextos para descargar su venganza. El triángulo dramático rotará y los roles cambiarán a Víctima y Salvadores.

❑ *Dinámica del juego psicológico*

Para HARRIS (1973) «la dinámica de este juego se inicia a los dos o tres años de edad» (p. 292), cuando el jugador aprende a manejar ciertos elementos de manipulación de los sentimientos paternos. Los padres gozan viendo hacer cosas y gozan dando cosas a su hijo/a. Éstos esperan conseguir todo lo que quieren... incluso prohibiendo ser tocados, abrazados o besados si no sacian sus apetencias y se inician en el campo de la provocación y de la manipulación. La seducción proporciona recompensas ya en la más tierna edad, generalmente en las niñas. «Papá mira a la muñequita, y la niña coquetea y papá le da un caramelo o un juguete, y así recibe el premio por su coquetería» (p. 289). Es un placer para el padre y para la hija. De aquí se pasa a jugar con los chicos y con los hombres.

❑ *Paradigma transaccional del juego psicológico*

La transacción social parece que surge del Adulto: «¿Eres nuevo en esta clase?»; «¿Me abrochas este botón?». Pide información o ayuda. Pero los tics y la cercanía y lejanía corporal enmarcarán la invitación ulterior sexual o de ayuda de Niño a Niño: «¡Mira qué irresistible soy!». Tragado el anzuelo oculto por el cebo se manifiesta lo ulterior con el cambio transaccional: «¡Quién crees que soy yo!»; «¡Los hombres sólo piensan en el sexo!».

❑ *Jugadores y movimientos del juego psicológico*

Se puede iniciar el juego del «Rapo» sexual insinuando la seducción a través del acercamiento corporal de Niño a Niño de los jugadores. El jugador primero anteriormente afirma que está disponible sexualmente. Es Víctima seductora. Si el jugador segundo responde enganchándose con su flaqueza, deseo sexual o vanidad como conquistador Perseguidor, el primero varía su actitud de Niño Natural sexual y pasa a Padre Crítico Perseguidor rechazando al segundo que se siente Víctima. El Perseguidor descarga su agresividad: «¡Violación!». El Niño Adaptado Víctima recibe la patada: «¡Ahora te he cogido!»; «Y, iyo pensaba que podría confiar en ti...!».

❑ *Pseudoventajas del juego psicológico*

1. *Biológica*: El Perseguidor satisface el hambre de estímulos a través de los intercambios beligerantes y sexuales y de la descarga de su agresividad contra los que han picado el cebo.
2. *Existencial*: Refuerza su posición existencial «Yo estoy bien - Tú estás mal». En la variante sexual: «Yo soy inocente, limpia - Tú eres - sucio». En lo social: «Yo soy fenomenal, puedo ayudarte - Tú eres un pobrecito».
3. *Emocional*: Recibe las caricias a las que está acostumbrado de ser admirado por su cuerpo, su poder sobre el otro, su atracción sexual. Justifica sus rebusques de prepotencia, abandonando a la Víctima.
4. *Argumental*: El juego «Rapo» con sus recompensas, hace avanzar el argumento basado en una explotación o lucha contra los impulsos sexuales. El ambiente familiar pudo favorecer esto en vez de celebrar el sexo como algo positivo. Se responde hacia mensajes como «será mejor que andes con cuidado» en lo referente al sexo. El juego confirma la desconfianza en el otro sexo.
5. *Psicológica interna*: El Padre interno permite y vigila para satisfacer la atracción sexual del Niño. Un Niño tiene miedo al sexo a causa del Padre interno y a lo que puedan pensar los demás. El juego permite al Niño jugar con el sexo, a través de la incitación y el rechazo proyectando así la culpa a los jugadores que se enganchan.
6. *Psicológica externa*: Evita la situación temida de acercarse demasiado a la gente, propio de la intimidad de la relación sexual.
7. *Social interna*: Tiende a estructurar el tiempo jugando a seducir.
8. *Social externa*: Le permite jugar pasatiempos para evitar solucionar sus problemas o demorarse en efectuar cambios.

❑ *Antítesis del juego psicológico*

Exige saber discriminar muy claramente las genuinas expresiones de sentimiento de amor y de ternura en los diversos movimientos del juego. Hay que darse cuenta de que el juego finaliza cuando la persona que lo inició se siente inocen-

te y justifica su enojo debido a las insinuaciones sexuales hechas por la otra persona. Atención, pues, cuando la manzana parece sabrosa, deslumbra por la finura y el brillo de su piel. No morderla por atractiva que sea.

Si el Niño de una persona jugadora es encantador y delicioso para los demás, que el Adulto tome las riendas, y si el Niño quiere disfrutar del sexo, procuremos que el Adulto se asegure de que todo marcha como debe marchar. No olvidemos que el Niño puede desear hacer uso de las otras personas. El Niño puede desear manipular a otra persona. Y ésta no puede echar fuera a su Adulto o a su Padre, para que las emociones se adueñen de la misma en las situaciones de juego.

El Adulto analizará el posible tabú y manipulación de lo sexual que ha existido en la familia. Como dice HARRIS (1973), el Adulto discrimina y ordena los datos del problema y así la persona puede ser libre para mostrarse afectuosa a nivel de Adulto y a nivel de Niño, pudiéndose decir a sí misma y a los otros: «Oye, es perfectamente adecuado y completamente honesto que te muestres cariñosa (con la gente) abrazándola físicamente» (p. 294). Esto es una forma de dominio del Adulto sobre el Niño que quiere jugar y sobre el Padre que quiere regañar.

El Padre afirma «debería darte vergüenza» o «anda con cuidado», el Niño sólo quiere jugar con el sexo y el Adulto se ocupa de las consecuencias del juego: ¿qué saca del «Rapo» el jugador? ¿Qué peligros entraña? ¿Qué riesgos? ¿Qué consecuencias? Aquél concluirá que no se puede perjudicar a la persona prosiguiendo el juego. El que posee un buen Adulto, tiene la opción de jugar al juego hasta un punto determinado y decir entonces: «Bueno, encantado de conocerte, pero de aquí no se pasa» (p. 299). El Adulto vigilará, estará al quite, y eso salvará y romperá el juego.

ERNST (1984) presenta su antítesis en los casos de «Rapo» entre profesores y alumnos. Indica la necesidad de «mantener el papel Adulto de profesor y el papel ocasional de apoyo de Padre durante las horas de trabajo con los estudiantes» (p. 101). Es necesario evitar aquellas formas de familiaridad que en interpretación de los alumnos tengan ciertas connotaciones sexuales.

Entre los estudiantes se practica otra estrategia para romper el juego. Si un muchacho descubre que una muchacha provoca, tienta y da la espalda, le dirá a sus amigos que ella es coqueta, y si la misma muchacha es llamada coqueta por varios compañeros, ellos tenderán a dejarla en paz. Los muchachos que busquen su compañía serán los que deseen ser incitados y rechazados (p. 103).

El juego psicológico «Rapo o Violación» en el aula 7.1.

Algunas situaciones a estudiar en el aula con relación al juego «Rapo» son las siguientes:

- Algunas personas entablan un estrecho lazo de amistad con otras, pero, una vez que han logrado extraer de aquéllos todo lo que podía interesarles, las rechazan.

- Algunos/as alumnos/as coquetean con los/as profesores/as de una forma un tanto descarada, pero, cuando alguno de los/as profesores/as por la causa que sea desea ir más allá, estos/as les rechazan de forma ostentosa. *«Procuro coquetear con mis profesores/as para ver cómo son, pero rechazando el que alguno pueda acercarse más de lo que yo pretendo.»*
- Suele darse entre los/as alumnos/as un cierto flirteo mediante guiños de ojos, posturas corporales atrevidas, etc.
- Entre los alumnos se suele dar, sobre todo si son nuevos, que se sientan atraídos por otros y que luego sean inmediatamente rechazados.
- Entre los profesores también se da el que atraigan amistosamente a un/a alumno/a y que luego, sin causa aparente, lo rechacen.
- Suele darse entre profesores y alumnos un coqueteo moderado.
- Puede observarse en algunas clases que hay situaciones de seducción con conductas de acercamiento corporal, mostrar las piernas, etc.
- El presumir de conquistador/a es algo muy generalizado en las aulas. *«Presumiendo de conquistador quedo muy bien ante la clase.»*
- Hay alumnos/as que juegan a atraer y a rechazar a otros sin importarles los sentimientos de los demás.
- La admiración por «Don Juanismo» en el aula es algo que gusta mucho a algunos alumnos/profesores.
- En algunas clases se observan comportamientos que pueden ser interpretados con connotaciones sexuales.
- *«Disfruto vivamente en quitar los tíos de mis amigas en las fiestas, guateques, etc., para luego dejarlos colgados.»*

Hasta aquí la descripción pormenorizada de los siete juegos psicológicos. Se han podido observar los conceptos y los contenidos, relacionados a través de diversas variables y niveles. En todos ellos aparecen los Estados del Yo funcionando de modo no OK. Esto provoca sentimientos inauténticos según se pase de un rol de Víctima a Perseguidor o Salvador, es decir, los jugadores van rotando de una esquina del triángulo dramático de Karpman a otra y así indefinidamente consiguiendo de este modo las pseudoventajas que aportan los juegos.

También aparece en todos los juegos descritos la antítesis de los mismos. Es el momento en el que el Estado del Yo Adulto controla al Padre Nutritivo negativo o a otro Estado del Yo que funciona negativamente y dirige entonces la estructuración del tiempo sin necesidad de jugar.

Finalmente hemos descrito algunas situaciones que se dan en el aula y que pueden servirnos para detectar la existencia de juegos psicológicos.

CAPÍTULO

9

A MODO DE CONSEJO ORIENTADOR FINAL

A la hora de concluir este trabajo de investigación y ofrecer un consejo orientador, es necesario empezar recordando lo que se afirmó al inicio del mismo. Es la teoría del Análisis Transaccional la que ha ordenado los principios y constructos relacionados con los hechos observables generalizados, llamados juegos psicológicos.

La teoría del Análisis Transaccional ha orientado la investigación, en cuanto que nos ha señalado los hechos significativos que hemos estudiado, es decir, los juegos psicológicos en el aula. El Análisis Transaccional nos ha ofrecido un sistema conceptual, que permite la representación simbólica de los mismos. Por eso, invitamos a un conocimiento profundo del mismo.

La teoría del Análisis Transaccional nos ha indicado las áreas no exploradas de investigación científica. A la observación y explicación teórica de los juegos psicológicos hemos sumado un estudio empírico de los mismos.

En la descripción de cada juego psicológico hemos presentado la antítesis del mismo, o sea, el modo de romperlo y pasar a una comunicación sana entre los alumnos y entre éstos y los profesores. Esto no es óbice para que presentemos unas conclusiones orientadoras finales sobre cómo mantener un clima de comunicación sin necesidad de recurrir a ellos.

Y lo iniciamos con una afirmación global: las personas, alumnos y profesores, que poseen unos Estados del Yo armónicos facilitarán el clima de la clase.

Se invita a los profesores y alumnos a potenciar un Adulto bien informado, cada uno según su edad, sobre la realidad del aula, la esfera de sus competencias y su área de responsabilidad en la misma. Van a poder afrontar, de este modo, los problemas de la comunicación de un modo más correcto y ello les evitará ambigüedades y conflictos.

Su Estado del Yo Padre, con unos esquemas de valores y pautas de conducta actualizados, sin estereotipos ni prejuicios distorsionantes de la realidad actual del aula, les ayudará a evitar procesos conflictivos en la comunicación, a los que hemos denominado juegos psicológicos.

Un Estado del Yo Niño de profesores y alumnos que pueda manifestar sin temor sus necesidades y deseos y viva en el ambiente del aula sin una programación excesiva de normas coercitivas, conseguirá lograr la autonomía para manifestar sus sentimientos verdaderos.

En definitiva, unos Estados del Yo armónicos de las personas vinculadas a la educación impartida en el aula se referirá siempre y positivamente a vivir la vida en un clima de espontaneidad, percepción y conocimiento para comprender el mundo de intimidad; y negativamente, a evitar enseñanzas opresivas, desagradadas.

bles y arbitrarias. Con palabras de Eric BERNE (1979a) afirmamos que «los padres, deliberada o inconscientemente, enseñan a los niños, desde su nacimiento la manera de comportarse, de pensar, sentir y percibir. La liberación de semejantes influencias no es asunto fácil... Realmente tal liberación únicamente es posible del todo porque el individuo empieza el camino en un estado autónomo, esto es, capaz de conciencia, de espontaneidad e intimidad, y tiene alguna discreción en cuanto a qué partes de las enseñanzas de sus padres aceptará» (p. 194).

Y nuestro trabajo es una colaboración y ayuda a la liberación de las influencias negativas de los juegos psicológicos. El conocimiento de los juegos psicológicos nos ofrece la posibilidad de diagnosticar su presencia o ausencia, y en qué medida se dan los siete juegos que versan sobre aspectos fundamentales de la evolución psicológica personal de los alumnos, como es la manera de afrontar las adversidades y justificaciones, la autoafirmación, los momentos de enfrentamiento, alboroto y descarga de rabia entre ellos y con los profesores o el descubrimiento del propio cuerpo. Estas conductas se dan en la familia, en el grupo y en el aula. Nosotros las hemos pretendido describir en el aula, en la interacción alumno-alumno y alumno-profesor, pudiendo así detectar qué alumnos juegan, qué juegos son los favoritos de cada aula, quiénes emplean más juegos, si los chicos o las chicas y qué clase de juegos.

El material adquirido sobre cada alumno y cada grupo de los mismos que juegan determinado juego psicológico es muy abundante. Nos ofrece qué estados del Yo están actuando de modo dominante en él, qué tipo de transacciones emplean fundamentalmente en sus relaciones interpersonales, qué clase de caricias está pidiendo que se le den, cuál es la Posición Existencial en su vida, si exageran el «Yo estoy bien - Yo estoy mal» o «Tú estás bien - Tú estás mal». Y fundamentalmente nos lleva a la comprensión de cómo estructura el tiempo y por consiguiente cómo lo programa para satisfacer el «hambre de estímulos y caricias», para satisfacer el «hambre de estructuras», y para satisfacer el «hambre de posturas» ordenando su tiempo de manera que le sirva de fuente de caricias.

Es verdad que el estudio de los juegos como el de cualquier realidad educativa y, por consiguiente, del Análisis Transaccional, no se puede abarcar exhaustivamente. Este trabajo es una aportación que necesita ser ampliada desde otras ópticas. Se precisan estudios dedicados exclusivamente a investigar, a través de las herramientas que nos proporciona el modelo experimental, sobre los roles del Triángulo Dramático, sobre los Estados del Yo, sobre los juegos psicológicos en otras edades y situaciones, etc. Es decir, queda abierto al camino del estudio experimental en el que se trate de probar directamente las hipótesis que se deriven de la red de relaciones del constructo. Esto ayudará a esclarecer puntos concretos y esenciales de la propia red del Análisis Transaccional.

Finalmente, para enriquecer la visión psicológica sobre el adolescente de 14 o 15 años, y sobre los jóvenes también se precisa estudiar los juegos complementarios a los estudiados aquí y que pueden ser jugados por los profesores, padres o tutores.

Sabemos por lo anteriormente expuesto que cada uno de los Estados del Yo tiende a sensibilizar a los Estados del Yo de las otras personas. El profesor o el

alumno que active un Estado del Yo para lanzar un estímulo puede determinar, en cierto modo, el Estado del Yo que va a utilizar la persona que responde a tal estímulo. Queremos decir con ello que cada Estado del Yo tiende a sensibilizar a otros. Y máxime cuando éstos no son armónicos, como lo hemos podido ver con el Padre Nutritivo negativo, Padre Crítico negativo, Niño Adaptado Rebelde negativos ambos. Éstos preparan la aparición del conflicto. Y si el clima del aula es dirigido por los mismos, la convivencia tenderá a estar minada por una red de juegos psicológicos. Todos estos Estados desembocan en conflictos de convivencia.

Nuestra alternativa a los juegos psicológicos es ofrecer la posibilidad de que profesores y alumnos adquieran la autonomía para que a cualquier Estado del Yo de la otra persona que emita o lance el estímulo pueda responderse desde cualquiera de estos Estados del Yo: Padre Nutritivo positivo, Padre Crítico positivo, Adulto y Niño Libre.

Desde estas últimas páginas se invita a cooperar en la posibilidad de descubrir y adquirir Estados del Yo armónicos iniciando a las personas implicadas en el proceso educativo a seguir el camino de la autonomía a través de la percepción consciente de las cosas en «el aquí y el ahora», y no en otra parte, en el pasado o el futuro; en el camino de la espontaneidad para expresar los propios sentimientos verdaderos que tiene a nuestra disposición el Niño y, finalmente, en el camino de la intimidad, es decir, de la franqueza, libre de juegos psicológicos, de una persona consciente.

Por el contrario, y como contrapartida, los Estados del Yo no armónicos potencian los juegos psicológicos. Si en el aula se emplea abusivamente el Estado el Yo Padre Crítico Negativo se ejercerá el rol de Perseguidor; si el de Padre Nutritivo Negativo, el de Salvador; si el de Niño Adaptado Sumiso, el de Víctima.

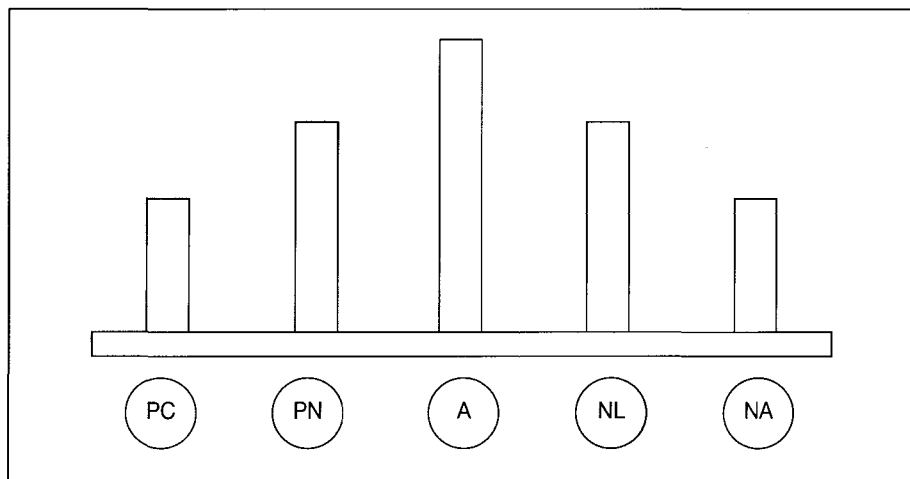
Hemos recordado de modo sintético las conductas del Padre y del Niño que favorecen o dificultan los juegos psicológicos. Se ha dejado para el final presentar al Estado del Yo Adulto. Se afirmó en la parte teórica de esta investigación que en todo juego el Adulto se empequeñece, se desplaza o desaparece distraído y atrapado con el entretenimiento del Padre o del Niño.

El Adulto cuya premisa es la reflexión y el pensamiento y que tiene por función transformar los estímulos del medio en información, es dirigido y olvidado en los juegos psicológicos por las órdenes del Padre y los miedos del Niño. Para romper todo juego, por consiguiente, es necesario, según el Análisis Transaccional, potenciarlo para analizar, opinar y decidir con eficacia. A él le corresponde examinar los datos presentados por el Padre y el Niño y comprobar si son apropiados a las circunstancias. El Adulto, de este modo, hace de árbitro entre el Padre y el Niño enganchados destructivamente en los juegos.

Todas las transacciones que se produzcan entre el Adulto del alumno y el Adulto del profesor presentarán las ventajas que permitan crecimiento y buena comunicación. Esta comunicación interpersonal ayudará a construir la meta final, es decir, construir una personalidad equilibrada.

En el siguiente egograma ideal la persona es dirigida por el Adulto, informado, responsable, autónomo. Tiene un Padre Nutritivo que vive y deja vivir y un Padre Crítico que señala lo que hay que hacer y decir sin disminuir la estima propia y ajena. Su Niño Libre vive las emociones auténticas, genuinas y claras en su expresión, acompañado de un Niño Adaptado, suficientemente flexible para no ahogar la vitalidad ni entorpecer la autonomía.

EGOGRAMA EQUILIBRADO



Hasta aquí hemos afirmado la importancia del desarrollo armónico de nuestros Estados del Yo. Pero, *¿cuál puede ser, en general, la postura a adoptar frente a los que se relacionan con nosotros a través de juegos psicológicos?* En primer lugar es necesario saber que los juegos son algo importante para las personas. No será una postura educativa ayudar a participar en los juegos. Tampoco ayudar a los educadores a que descubran los juegos de los alumnos sólo para desenmascararlos, sin dar otras alternativas.

Es necesario subrayar que los juegos son algo muy importante para los jugadores hasta que se encuentra alguna manera de alcanzar las metas. Si un educador despoja de sus juegos favoritos a los educandos, los deja desolados y vulnerables.

Las personas juegan porque los juegos les ayudan a sobrevivir. Y al decir sobrevivir nos referimos a ser competentes y tener éxito en y por los juegos psicológicos. «Cuando los juego, siempre “gano”. Cuando me quitan *mis* juegos, me veo forzado a entrar en juegos que no conozco y entonces pierdo» (GREER, 1979, p.174).

Por eso es necesario conocer la teoría de los juegos psicológicos según el Análisis Transaccional, y máxime, en el campo de la educación en el aula. ¿Por qué? Porque el educador puede descubrir los juegos que inicia él. Si se da cuenta del

camino en que se ha metido, puede encontrar maneras más adecuadas para alcanzar la misma meta y su juego quedará apartado. Le resultará innecesario.

En segundo lugar, y este es el objetivo fundamental de esta investigación, el educador, el tutor o el profesor, puede descubrir un juego cuando los alumnos lo propongan, pero, en vez de exhibirlo y descubrirlo a los demás, se negará simplemente a jugarlo. El aforismo popular «dos no riñen si uno no quiere», podemos traducirlo por «dos no juegan si uno no quiere».

Consideramos importante la cita textual de Greer, y, aunque es larga, la transcribimos totalmente:

«Con frecuencia, la gente me pregunta si el rechazo es algo destructivo para la otra persona. La respuesta es no. Puesto que el juego de la otra persona no queda al descubierto, ésta no queda atrapada. Puede sentirse frustrada y tratar una y otra vez de que usted juegue con ella, pero tarde o temprano comprenderá que usted no quiere jugar y buscará a algún otro. Y, con toda seguridad, algún otro jugará con ella. Sin embargo, con usted, o dicha persona viene derecha o mejor que ni se le acerque. Nadie se ha ofendido jamás porque algún otro se niegue a participar de su misma "enfermedad"». (p. 175)

Los juegos psicológicos son algo muy importante para las personas, pues les permite evitar el enfrentarse con la realidad y les proporcionan satisfacción y caricias. Afirmamos una vez más que las caricias pueden obtenerse sin necesidad de recurrir a los juegos.

El mejor terreno, el menos propicio a juegos psicológicos, es llenar el ambiente del aula de caricias y de estímulos positivos de reconocimiento proporcionados a las personas y a sus conductas. Se afirmó ya en el capítulo de las caricias: las personas que no puedan obtener el reconocimiento directo, las caricias positivas, caricias dirigidas al Padre, al Adulto y al Niño, procurarán obtenerlas por medio de juegos, que son, sin duda ninguna, una fuente abundante de las mismas.

Igualmente, se creará una situación adversa para los juegos si se satisface el hambre de estructura del tiempo. Es la ventaja o pseudoventaja que ofrece el juego. La alternativa a éste es estructurar el tiempo del aula creando niveles de comunicación (Padre, Adulto y Niño) a través de Actividades, Pasatiempos, Rituales, Aislamiento e Intimidad. A través de estas formas de estructurar el tiempo se sentirán las personas reconocidas por lo que son y por lo que hacen, y con permiso para protegerse y ejercer su poder personal.

Finalmente, la satisfacción del hambre de postura existencial. Los juegos la llenan con su pseudoventaja existencial. Se satisface esta hambre por medio de la caricia y del reconocimiento: «Yo estoy más o menos bien - Tú estas más o menos bien», cada día y espero que toda la vida. Y este es el reto de la educación y de los educadores: ayudar a los alumnos a alcanzar el sentimiento y el pensamiento de «Yo estoy más o menos bien - Tú estás más o menos bien».

Bibliografía

- AJUARIAGUERRA, J. de (1979). *Manual de psiquiatría infantil*. Barcelona: Toray-Masson.
- ALLEN, J. R. y ALLEN, B. A. (1997). «A new type of Transactional Analysis and one version of script work with a constructionist sensibility». *Transactional Analysis Journal*, 27, 2, 89-98.
- ARES PARRA, A. (1983). «Validez metodológica, aportaciones y limitaciones del Análisis Transaccional». *Análisis Transaccional y psicología humanista*, 4, 18-33.
- BARRIOS, M. J. (1992). *El Análisis Transaccional y los límites del método científico*. Sevilla: Alfar.
- BERNE, E. (1944). «The Problem of Masturbation». *Diseases of the Nervous System*, 10, 3-7.
- BERNE, E. (1947). *The Mind in Action*. Nueva York: Simon and Schuster.
- BERNE, E. (1949a). «The Nature of Intuition». *Psychiatric Quarterly*, 23, 203-226.
- BERNE, E. (1949b). «Some Oriental Mental Hospitals». *American Journal Psychiatry*, 106, 376-383.
- BERNE, E. (1950). «Cultural Aspects of a Multiple Murder». *Psychiatric Quarterly*, 24, 250-269.
- BERNE, E. (1952). «Concerning the Nature of Diagnosis». *International Record of Medicine*, 165, 283-292.
- BERNE, E. (1953a). «Concerning de Nature of Communication». *Psychiatric Quarterly*, 27, 185-198.
- BERNE, E. (1953b). «Principles of Group Psychotherapy». *Indian Journal Neurology and Psychiatry*, 4, 119-137.
- BERNE, E. (1954). «The Natural History of a Spontaneous Therapy Group». *International Journal Group Psychotherapy*, 4, 74-85.
- BERNE, E. (1955a). «Intuition IV. Primal Images and Primal Judgement». *Psychiatric Quarterly*, 29, 634-658.
- BERNE, E. (1955b). «Group Attendance. Clinical and Theoretical Considerations». *International Journal Group Psychotherapy*, 5, 342-403.
- BERNE, E. (1956a). «Comparative Psychiatry and Tropical Psychiatry». *American Journal Psychiatry*, 113, 193-200.
- BERNE, E. (1956b). «The Psychological Structure of Space With Some Remarks on Robinson Crusoe». *Psychoanalytic Quarterly*, 25, 549-567.
- BERNE, E. (1957a). *A Layman's Guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. Nueva York: Simon and Schuster.
- BERNE, E. (1957b). «Ego States in Psychotherapy». *American Journal Psychotherapy*, 11, 293-309.
- BERNE, E. (1957c). «Intuition V. The Ego Image». *Psychiatric Quarterly*, 31, 611-627.
- BERNE, E. (1958a). «Transactional Analysis: A New and Effective Method of Group Therapy». *American Journal Psychotherapy*, 12, 735-743.
- BERNE, E. (1958b). «Group Therapy Abroad». *International Journal Group Psychotherapy*, 8, 466-470.
- BERNE, E. (1959a). «Principles of Transactional Analysis». *Indian Journal Psychiatry*, 1, 215-221.
- BERNE, E. (1959b). «Psychiatric Epidemiology of the Fiji Islands». En *Progress in Psychotherapy*, Vol. 4. Grune and Stratton, Nueva York, 1959, 310-313.
- BERNE, E. (1959c). «Difficulties of Comparative Psychiatry: The Fiji Islands». *American Journal Psychiatry*, 116, 104-109.
- BERNE, E., STARRELS, R. J. y TRINCHERO, A. (1960a). «Leadership Hunger in a Therapy Group». *Archives of General Psychiatry*, 2, 75-80.
- BERNE, E. (1960b). «"Psychoanalytic" Versus "Dynamic" Group Therapy». *International Journal Group Psychotherapy*, 10, 98-103.

- BERNE, E. (1960c). «The Cultural Problem Psychopatology in Tahiti». *American Journal Psychiatry*, 116, 1076-1081.
- BERNE, E. (1960d). «A Psychiatric Census of the South Pacific». *American Journal Psychiatry*, 117, 44-47.
- BERNE, E. (1961a). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. Nueva York: Grove Press. Nuestras citas están sacadas de la versión castellana: *Análisis Transaccional en Psicoterapia* (1981). Buenos Aires: Psique.
- BERNE, E. (1962a). «Intuition VI. The Psychodynamics of Intuition». *Psychiatric Quarterly*, 36, 294-300.
- BERNE, E. (1962b). «In Treatment». *Transactional Analysis Bulletin*, 1, 10.
- BERNE, E. (1962c). «Teaching Group Therapy». *Transactional Analysis Bulletin*, 1, 11-18.
- BERNE, E. (1962d). «The Obesity Problem». *Transactional Analysis Bulletin*, 1, 28.
- BERNE, E., BIRNBAUM, R., POINDEXTER, R. y ROSENFELD, B. (1962e). «Institutional Games». *Transactional Analysis Bulletin*, 1, 12.
- BERNE, E. (1962f). «Classification of Positions». *Transactional Analysis Bulletin*, 1, 23.
- BERNE, E. (1963a). *The Structure and Dynamics of Organizations and Groups*. Philadelphia: Lippincott.
- BERNE, E., HAIBERG, G. y SEFNES, W. R. (1963b). «Destiny and Script Choices». *Transactional Analysis Bulletin*, 2, 59-60.
- BERNE, E. (1964a). *Games People Play*. Nueva York: Grove Press. Nuestras citas son de la traducción castellana: *Juegos en que participamos* (1979a). México: Diana.
- BERNE, E. (1964b). «The Intimacy Experiment». *Transactional Analysis Bulletin*, 3, 113.
- BERNE, E. (1964c). «More About Intimacy». *Transactional Analysis Bulletin*, 3, 125.
- BERNE, E. (1964d). «Trading Stamps». *Transactional Analysis Bulletin*, 3, 127.
- BERNE, E. (1964e). «Pathological Significance of Games». *Transactional Analysis Bulletin*, 3, 160.
- BERNE, E. (1964f). «Principles of Transactional Analysis». *Current Psychiatric Therapies*, IV, 35-45.
- BERNE, E. (1964g). «Review: Four Books on Group Therapy». *American Journal Orthopsychiatry*, 34, 584-589.
- BERNE, E. (1966a). «The Public Eye». *Transactional Analysis Bulletin*, 4, 81.
- BERNE, E. (1966b). «Recent Advances in Transactional Analysis». *Current Psychiatric Therapies*, VI, 20-32.
- BERNE, E. (1966c). *Principles of Group Treatment*. Nueva York: Oxford University Press. Nuestras citas son de la traducción castellana: *Introducción al Tratamiento de Grupo* (1985). Barcelona: Grijalbo.
- BERNE, E. and others as discussants. (1967a). «Characterological Aspects of Marital Interaction». *Psychoanalytic Forum*, 2, 7-29.
- BERNE, E. (1968a). «Staff-Patient Staff Conferences». *American Journal Psychiatry*, 125, 286-293.
- BERNE, E. (1968b). *The Happy Valley*. Nueva York: Gove Press.
- BERNE, E. (1969a). «Editor's Page». *Transactional Analysis Bulletin*, 8, 7-8.
- BERNE, E. (1969b). «Introduction to Reparenting in Schizophrenia». *Transactional Analysis Bulletin*, 8, 45-47.
- BERNE, E. (1969c). «Reply to Dr. Shapiro's Critique». *Psychological Reports*, 25, 478.
- BERNE, E. (1970a). «Eric Berne as Group Therapist». *Transactional Analysis Bulletin*, 9, 75-83.
- BERNE, E. (1970b). *Sex in Human Loving*. Nueva York: Simon and Schuster.
- BERNE, E. (1971). *What Do You Say After You Say Hello?*. Nueva York: Grove Press. Nuestras citas son de la traducción castellana: *¿Qué dice usted después de decir Hola?* (1979b). Barcelona: Grijalbo.

- BERNE, E. (1979a). *Juegos en que participamos*. México: Diana.
- BERNE, E. (1979b). *¿Qué dice Ud. después de decir Hola?* Barcelona: Grijalbo.
- BERNE, E. (1981). *Análisis Transaccional en Psicoterapia*. Buenos Aires: Psique.
- BERNE, E. (1985). *Introducción al tratamiento de Grupo*. Barcelona: Grijalbo.
- BLAKENEY, R. (1979). *Manual de Análisis Transaccional*. Buenos Aires: Paidós.
- BOYD, M. (1973). «Confusión Rackets». *Transactional Analysis Journal*, 2 (1), 57-58.
- BOWBLY, J. (1967). *Maternal care and mental health*. Nueva York: Socken Books.
- BOWBLY, J. (1986). *Vínculos afectivos: Formación desarrollo y pérdida*. Madrid: Morata.
- BLOOMFIELD, L. y GOODMAN, H. A. (1976). «Transactional Analysis. Approach to Children's Feelings». *Transactional Analysis Journal*, 6 (3), 323-325.
- BRAVO GARRIDO, M. A. (1986). «Nuevos paradigmas de investigación educativa y A.T.». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 12, 203-211.
- CAPARRÓS, A. (1980). *Los Paradigmas en Psicología. Sus alternativas y sus crisis*. Barcelona: Horsori.
- CARDON, A. (1981). *Jeux pédagogiques et Analyse Transactionnelle*. París: Les Editions d'Organisation.
- CARDON, A., LENHARDT, V. y NICOLAS, P. (1983). *L'analyse transactionnelle, outil de communication et d'évolution*. París: Les Editions d'Organisation.
- CASADO, L. (1991). *La nueva pareja*. Barcelona: Kairós.
- CASADO, L. (1994). *Psicología del desarrollo de la organización*. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces.
- CASADO, L. (1999). *Organizaciones Triunfadoras*. Barcelona: Gestión 2000.
- CASALE, F. del (1986). *Desarrollo motivacional desde el Análisis Transaccional y la Terapia Refocalizadora*. Buenos Aires: Nueva Visión.
- CASTO, M. (1983). *Análisis Transaccional para profesionales de la salud*. Barcelona: del autor.
- CATTELL, R. B. (1972). *El análisis científico de la personalidad*. Barcelona: Fontanella.
- CIRIGLIANO, G. y FORCADE, H. (1984). *Análisis Transaccional y Educación (I)*. Buenos Aires: Humanitas.
- CLARKSON, P. (1992). *Transactional analysis psychotherapy: An integrated approach*. London/New York: Taristock/Routledge.
- COWLES, L. y BOYD, H. (1980). «Play and games are not the game». *Transactional Analysis Journal*, 10 (1), 5-7.
- CREMA, A. (1977). *La filosofía humanista del Análisis Transaccional*. REALAT, 2, 54.
- CREPELLE, A. (1998). «Self, role and personhood: differences and interferences». *Transactional Analysis Journal*, 28:3, 54-64.
- CHALVIN, D. (1979). *Vivre heureux en Famille. Analyse Transactionnelle et vie Familiale*. París: Les Editions ESF.
- CHANDEZON, G. y LANCESTRE, A. (1984). *El Análisis Transaccional*. Madrid: Morata.
- DE DIEGO, C. y MASSÓ, M. F. (1986). *El Análisis Transaccional*. Madrid: Apuntes del curso 101 y del curso 202.
- DELAUNAY, D. (1991). *Venta y Análisis Transaccional*. Bilbao: Deusto.
- DE MATA, J. L. (1987). *El Análisis Transaccional*. Madrid: Pro manuscrito.
- DÍEZ-BENAVIDES, M. (1978). *Breviario de Análisis Transaccional*. México: Diana.
- DOUGLAS, L. (1986). «Is Adolescent Suicide a Third Degree Game and Who is the Real Victim?». *Transactional Analysis Journal*, 16 (3), 165-169.
- DREGO, P. (1996). «Cultural Parent oppression and regeneration». *Transactional Analysis Journal*, 261, 339-346.

- DUSAY, J. (1971). «Eric Berne's Studies in Intuition». *Transactional Analysis Journal*, 1 (1), 34-36.
- DUSAY, J. (1973). «Egograms and the Constancy Hypothesis». *Transactional Analysis Journal*, 2 (3), 50-55.
- DUSAY, J. y STEINER, C. (1976). *L'Analyse Transactionnelle en Therapie de groupe*. París: Editions Universitaire.
- DYER, M. (1978). *Tus zonas erróneas*. Barcelona: Grijalbo.
- ENGLISH, F. (1971). «The Substitution Factor: Rackets and Real feelings (I)». *Transactional Analysis Journal*, 1 (4), 27-32.
- ENGLISH, F. (1972). «Rackets and Real feeling (II)». *Transactional Analysis Journal*, 2 (1), 23-25.
- ENGLISH, F. (1984). *Aventures en analyse transactionnelle*. París: Desclée de Brouwer.
- ENGLISH, F. (1987). «El episcenario y el juego de la "Patata caliente"». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 16, 517-522.
- ERICKSON, E. (1970). *Infancia y Sociedad*. Buenos Aires: Home.
- ERICKSON, E. (1971). *Identidad, juventud y crisis*. Buenos Aires: Paidós.
- ERNST, K. (1977). *Games Students Play*. California: Adrian Road. Nuestras citas son de la traducción castellana: *Juegos en que participan los estudiantes* (1984). México: Diana.
- ERNST, K. (1978). «Les sentiments parasites et l'enclos OK». *Actualités en Analyse Transactionnelle*, 2 (7), 117.
- ERSKINE, R. G. y ZALCAMP, M. (1979). «The racket sistem. A model for Rackets Analysis». *Transactional Analysis Journal*, 9 (1), 51-59.
- ERSKINE, R.G. (1977). «Détacher les élastiques». *Actualités en Analyse Transactionnelle*, 1 (1), 29.
- ERSKINE, R. G. (1991). «Transference and transactions: Critique from an intrapsychic and integrative perspective». *Transactional Analysis Journal*, 21, 2, 63-76.
- ESCRIBANO, G. (1992). *Analyse Transactionnelle et psychologie clinique*. Grenoble: Psicom Editions.
- FENSTERHEIM, B. (1977). *No diga Sí cuando quiera decir NO*. Barcelona: Grijalbo.
- FREIXAS GUINJOAN, T. (1986). «Intervención desde la dirección para aumentar la Oknes del centro». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 12, 225-226.
- GARDON, A. y MERMET, L. C. (1982). *Vocabulaire de l'Analyse Transactionnelle*. París: Les Editions d'Organisation.
- GILL, V. (1986). «T.A. in education». *Institute of Transactional Analysis*, 15, 8-9.
- GREER, A. (1979). *En el cielo no hay adultos. Una ética de la vida a la luz del Análisis Transaccional*. México: Diana.
- GRODER, H. (1968). «Four Contribution». *Transactional Analysis Bulletin*, 7 (26), 49-52.
- HARDING, D. (1986). «"Confrontation" The Game People Play». *Transactional Analysis Journal*, 16 (2), 99-109.
- HARRIS, Th. (1969). *I'm ok.-You're ok*. Nueva York: Harper and Row. Nuestras citas son de la traducción castellana: *Yo estoy bien-Tú estás bien* (1973). Barcelona: Grijalbo.
- JAMES, M. (1979). *Le nouveau jeu des familles. A.T. pour les parents*. París: Inter- Editions.
- JAMES, M. (1981). «El Análisis Transaccional en los ochenta. El núcleo interno y el espíritu humano». *Psicología y Psiquiatría humanista*, 0, 15-27.
- JAMES, M. (1982). *Libre*. México: Fondo Educativo Interamericano.
- JAMES, M. y JONGEWARD, D. (1978). *El libro de todos. Análisis Transaccional para estudiantes*. México: Fondo Educativo Interamericano.
- JAMES, M. y JONGEWARD, D. (1979). *Nacidos para triunfar. Análisis Transaccional con Experimentos Gestalt*. México: Fondo Educativo Interamericano.

- JAMES, M. y SAVARY, L. (1981). *Cómo lograr una nueva personalidad. Autoterapia por A.T.* Buenos Aires: Lidium.
- JANIS, I. L. (1987). *Formas Breves de consejo*. Bilbao: Desclée de Brower.
- JOHNSON, D. (1997). «Working styles: the application of the concept of Drivers to owner managers of small busines». *Transactional Analysis Journal*, 27:1, 49-52.
- JONGEWARD, D. y SCOTT, D. (1979). *Mujer triunfadora*. México: Fondo Educativo Interamericano.
- JONGEWARD, D. y SEYER, Ph. (1989). *En busca del éxito. Análisis Transaccional en la práctica*. México: Limusa.
- KARPMAN, S. (1968a). «Fairy Tales and Script Drama Analysis». *Transactional Analysis Bulletin*, 7 (26), 39-43.
- KARPMAN, S. (1968b). «Drama Triangle, Script Drama Analysis». *Transactional Analysis Bulletin*. 7 (26), 15-20.
- KARPMAN, S. (1971). «Options». *Transactional Analysis Journal*, 1 (1), 79-87.
- KARPMAN, S. (1974). «Overlapping egograms». *Transactional Analysis Journal*, 4 (4), 16-19.
- KARPMAN, S. y D'ANGELO (1976). «Feeling Rackets: Notes from state of the Art Winter Congress». *Transactional Analysis Journal*, 6 (3), 339-346.
- KERTÉSZ, R. y otros (1977). *Introducción al Análisis Transaccional. Los Juegos Psicológicos*. Buenos Aires: Paidós.
- KERTÉSZ, R. (1985). *Análisis Transaccional Integrado*. Buenos Aires: Ippem.
- KERTÉSZ, R. e INDUNI, G. (1981). *Manual de Análisis Transaccional*. Buenos Aires: Connatal.
- KERTÉSZ, R. y KERMAN, R. (1985). *El manejo del stress*. Buenos Aires: Ippem.
- KERTÉSZ, R. (1993). *Análisis Transaccional en vivo*. Buenos Aires: Ippem.
- KRACK, M. y otros (1981). *L'analyse Transactionnelle (méthodes d'application en psychologie clinique)*. París: Privat.
- LAMIELL, J. T. (1987). *The Psychology of Personality. An Epistemological Inquiry*. Nueva York: Columbia University Press.
- LANDSHEERE, G. (1977). *Cómo enseñan los profesionales: Análisis de las interacciones verbales*. Madrid: Santillana.
- LAPLANCHE, J. y PONTALIS, J. B. (1979). *Diccionario de Psicoanálisis*. Barcelona: Labor.
- LASSUS, R. (1995). *El Análisis Transaccional*. Barcelona: Salvat.
- LEAHEY, T. (1985). *Historia de la Psicología*. Madrid: Debate.
- LEENHARDT, V. (1980). *L'Analyse Transactionnelle, concepts et procedures*. París: Retz.
- LEVIN, P. (1973). «A Think Structure" for Feeling Fine Faster». *Transactional Analysis Journal*, 3 (1), 38-39.
- MARTÍNEZ, M. (1982). *La Psicología humanista. Fundamentación epistemológica, Estructura y Método*. México: Trillas.
- MARTORELL YPIÉNS, J. L. (1983). «¿Qué nos pasa una y otra vez?». *Análisis Transaccional en la familia*. Madrid: Marsiega.
- MARTORELL YPIÉNS, J. L. (1998). *El análisis de juegos transaccionales. Una aplicación en el Conflicto Familiar*. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid.
- MASSÓ, M. F. (1981). La conflictividad en las organizaciones examinada por el A.T. *Revista de Psiquiatría y Psicología Humanista*, 0, 67-73.
- MASSÓ, M. F. (1995). *Curso de formación avanzada de Análisis Transaccional*. Madrid: Apuntes de clase.
- MAQUIRRRAIN, J. M^a (1982). *El Arte de vivir. 1. La trayectoria humana a la luz del Análisis Transaccional*. Madrid: Dosbe.

- MOISO, C. (1985). «Ego states and transference». *Transaccional Analysis Journal*, 15 (3), 194-201.
- MONTANER, R. (1981). *Conócete a ti mismo mediante el Análisis Transaccional*. Barcelona: Maes-
tro Pérez Castro.
- MORALES VALLEJO, P. (1987). *Problemas metodológicos en la medición de actitudes*. Madrid, tesis doctoral, inédita. Universidad Complutense.
- NOVEY, T. B. (1994). «Letter from the editor». *Transaccional Analysis Journal*, 24 (3), 154-156.
- NOVAK, J. D. (1998). *Conocimiento y aprendizaje*. Madrid: Alianza.
- OLLER VALLEJO, J. (1987). «El aislamiento: una forma básica de adaptación, positiva y negativa, además de la sumisión y la rebeldía». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 16, 527-534.
- OPI, J. M. (1999). *Técnicas de Negociación Transaccional. Psicología de la venta a través del Análisis Transaccional*. Barcelona: Gestión 2000.
- PÉREZ ÁLVAREZ, M. (1996). *Tratamientos psicológicos*. Madrid: Universitas.
- RAMÍREZ, H. y ESCOBAR, M. E. (1981). *Podemos cambiar. Análisis Transaccional. Una manera de lograrlo*. Medellín: Impresos urgentes.
- ROBINSON, B. A. (1975). «TA and Piaget». *Transaccional Analysis Journal*, 5 (2), April, 127-130
- ROF CARBALLO, J. (1961). *Urdimbre afectiva y enfermedad*. Barcelona: Labor.
- ROF CARBALLO, J. (1972). *Biología y psicoanálisis*. Bilbao: Descleé de Brouwer.
- ROF CARBALLO, J. y otros (1976). *La familia, diálogo recuperable*. Madrid: Karpós.
- ROGERS, C. (1978). *Orientación Psicológica y psicoterapia*. Madrid: Narcea.
- ROGERS, C. (1981). *El proceso de convertirse en persona*. Buenos Aires: Paidós.
- ROGOLL, R. (1986). *El Análisis Transaccional*. Barcelona: Herder.
- ROMÁN, J. M. y otros (1983). *Análisis Transaccional. Modelo y aplicaciones*. Barcelona: Ceac.
- ROMANINI, M. T. (1982). «Personal transactional analysis of some cases of infantile autism». *Transaccional Analysis Journal*, 12, 100-104.
- SÁEZ ALONSO, R. (1984). «El comportamiento emocional». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología*, 6, 18-24.
- SÁEZ ALONSO, R. (1988). *Análisis Transaccional y Educación. Estudio de los juegos psicológicos en el aula*. Tesis doctoral. Universidad Complutense de Madrid.
- SÁEZ ALONSO, R. (1990). «Análisis Transaccional». *Diccionario de Ciencias de la Educación* (pp. 1744-1746). Madrid: Paulinas.
- SÁEZ ALONSO, R. (1990). «Juegos Psicológicos». *Diccionario de Ciencias de la Educación* (pp. 1170-1173). Madrid: Paulinas.
- SÁEZ ALONSO, R. (1990). «El educador y los permisos: la motivación de conocimiento». *Bordón*, 42 (2), 371-380.
- SÁEZ ALONSO, R. (1998). «Análisis Transaccional e intervención psicoeducativa de menores en desamparo y conflicto social». En E. González (Coord.), *Menores en desamparo y conflicto social* (pp. 327-354). Madrid: Editorial CCS.
- SÁEZ ALONSO, R. y SALINERO, C. (1999). «El Análisis Transaccional como instrumento de mejora de la Relación Médico-Paciente. Unidad Didáctica V». En Varios, *Empatía. Entrevista Médico-Paciente. Técnicas de Interacción. Ayuda*. Madrid: Phalma Consult Services.
- SÁEZ ALONSO, R. y LARRÁN GARCÍA, C. (1990). *La educación en la autoestima*. Madrid: S.M.
- SÁEZ ALONSO, R. y LARRÁN GARCÍA, C. (1991). *Respuesta educativa a la vivencia de abandono*. Madrid: S.M.
- SÁEZ ALONSO, R. (1993). «The Educator and Licenses. Motivation to know». *European Education*, 25 (3), 81-96.

- SCHEINES, G. (1985). *Los Juegos de la vida cotidiana*. Buenos Aires: EUDEBA.
- SCHIFF, J. y DAY, B. (1979). *All my children*. Nueva York: G.P. Putnam's Sons.
- SECADAS, F. y PASTOR, E. (1981). *Psicología evolutiva: 3 años*. Barcelona: Ceac.
- SENLE, A. (1981). *Los juegos psicológicos*. *Boletín Instituto Análisis Transaccional*, 1, 3-10.
- SENLE, A. (1985). *¿Quiere sentirse bien? Cambie su vida con el Análisis Transaccional*. Barcelona: Ceac.
- SERRANO, P. y otros (1993). *Análisis de contenido y Análisis Transaccional. Estudio Graffiti*. Barcelona: PPU.
- SHAPIRO, S. (1953). «Transactional Aspects of Ego Therapy». *American Journal of Psychology*, 56, 479-498.
- SHAPIRO, S. (1969). «Critique of Eric Berne's contributions to subself theory». *Psychological Reports*, 25, 283-296.
- SINELNIKOFF, N. (1999). *Las psicoterapias. Inventario crítico*. Barcelona: Herder.
- SPITZ, R. (1956). «Hospitalism genesis of psychiatric conditions in early childhood». *Psychoanalysis Quart*, 25, 549-567.
- STAPLETON, R. J. y STAPLETON, D. C. (1998). «Teaching business using the case method and Transactional Analysis. A constructivist approach». *Transactional Analysis Journal*, 28, 2, 220-230.
- STEINER, C. (1966). «Script and Counterscript». *Transactional Analysis Bulletin*, 5, April, 133-135.
- STEINER, C. (1969). «A Script Checklist». *The Drama Review*, 13, 110-114.
- STEINER, C. (1970). «A Fairy Tale». *Transactional Analysis Bulletin*, 9, 146-149.
- STEINER, C. (1971). «The stroke economy». *Transactional Analysis Journal*, 9, 123-130.
- STEINER, C. (1978). *Alcoholismo: una aplicación del Análisis Transaccional*. México: V siglos.
- STEINER, C. (1982). *Libretos en que participamos*. México: Diana.
- STEINER, C. (1992). *Los guiones que vivimos*. Barcelona: Kairós.
- STEINER, C. (1997). «TA as information theory». *Transactional Analysis Journal*, 27, 1, 15-23.
- TORRES ÁLVAREZ, E. (1986). *La teoría de la personalidad en el Análisis Transaccional*. Tesis doctoral, inédita, Universidad del País Vasco.
- TSCHORNE, P. (1981). «Aplicación del Análisis Transaccional en una dinámica de grupo con adolescentes». *Actas del Primer Congreso Nacional de Psicología Humanista*. Barcelona, 20-22.
- VALBUENA DE LA FUENTE, F. (1979). *La comunicación y sus clases. Aplicaciones a diversos campos de la actividad humana*. Zaragoza: Luis Vives.
- VALBUENA DE LA FUENTE, F. (1995). «Juegos y maniobras en el periodismo». *Cuadernos de Información y Comunicación*, 1, 13-40.
- VÁZQUEZ BANDIN, C. (1987). «Los juegos psicológicos como trance hipnótico». *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 14, 425-429.
- VÁZQUEZ SOUTO, M. (1980). «¿Qué es el A.T.? II; Posiciones existenciales». *Psicodeia*, 57, 199-203.
- VERGUARD, J. M. y BLIN, P. (1994). *El Análisis Transaccional*. Barcelona: Gestión 2000.
- WAGNER, A. (1967). «Transactional Analysis and Acting». *Tulane Drama Review*, 11, 81-88.
- WILLIAMS, R. y WILLIAMS, J. (1980). «The Assessment of Transactional Analysis Ego States Via the Adjective Checklist». *Journal of Personality Assessment*, 44 (2), 121-129.
- WOOLLAMS, S. y BROWN, M. (1978). *Transactional Analysis*. Dexter, Michigan: Huron Valley Press.