

BERNE Y LAS BASES FILOSÓFICAS DEL AT.

Trabajo de investigación

Coordinador: Josep Lluís Camino.

Equipo investigador: Josep Lluís Camino, Aranzazu Coca, Marta Garés, Mercedes Sáez y Montse Vilardell.

Convencidos de la necesidad de la investigación en el ámbito de las ciencias y con el fin de llevar más adelante el conocimiento básico del AT., formamos desde ACAT un equipo con la finalidad de investigar la epistemología del AT., desde su fundador: E. Berne, inquietud ésta que se recogió en el X Congreso Español de AT., celebrado en Barcelona, del 7 al 9 de Julio de 2000.

Según se ha expuesto por diferentes participantes, a partir del análisis y repetición de las palabras que consideramos clave en los textos revisados: *Fenomenología*, *Existencialismo* y *Temporalidad*, hemos llegado a la conclusión de que las bases filosóficas del AT berniano, que fundamentan su especial epistemología y por ello su base científica y metodológica, son: la *Fenomenología* y el *Existencialismo*.

Me corresponde, dentro de esta investigación, clarificar los conceptos filosóficos de la Fenomenología y del Existencialismo y señalar las conexiones de ambas líneas filosóficas con los contenidos fundamentales del AT.

Fenomenología

La Fenomenología está destinada a distinguir entre la verdad y la mera apariencia, a partir de su método, consistente en re-considerar todos los contenidos de conciencia.

Como método es una nueva “forma de ver” las cosas, basándonos en la intuición fenomenológica, que nos puede llevar a captar lo esencial del propio fenómeno, que se percibe en una pura descripción, que hace el sujeto, de lo que se muestra por sí mismo, en el aquí y ahora.

En otras palabras, no podemos hablar de un entendimiento de los otros, para la comunicación auténtica, sin un cambio en nuestro propio entendimiento, un cambio de aquella identidad que esté alterando el conocimiento de nosotros mismos, de nuestro reales objetivos y de la forma que tenemos de valorarnos. La forma en que experimento mi propio “yo” deriva de la forma en que me relaciono con otros “yoes” y con la sociedad.

La comunicación fenomenológica es “eidética”, en el sentido de que capta lo esencial del otro sujeto y de sus mensajes en una intuición emocional. Es intencional desde el sujeto que quiere realmente comunicarse.

Uno de los principales representantes de esta filosofía es Edmund Husserl (1859-1938).

Existencialismo

La filosofía Existencial deriva de la fenomenología y lo que hizo Heidegger (1889-1976), uno de sus principales representantes, es interpretar el concepto de *Dasein*, palabra alemana que significa: “estar-en-el-mundo”. Pero ¿cómo hay que estar en el mundo para una *existencia auténtica*? Las respuestas que se dan a esta pregunta ontológica reflejan los diferentes autores de esta línea de pensamiento.

Para Heidegger la intencionalidad de la conciencia se basa en la temporalidad de la existencia humana y el *Dasein* encuentra su sentido en el “ser-con”. O sea, existir con los demás y con el mundo, por eso es tan importante “encontrarse”, “comprender” y “hablar”. En este hablar dialogando –nos dirá Heidegger- es donde habita el ser humano, “la palabra es la casa del ser”.

Pero este existir auténtico exige una “cura”, un “cuidado”, es decir: supone una preocupación y una responsabilidad. De aquí que la angustia existencial no se considere algo negativo, sino algo inevitable y señal de haber asumido la responsabilidad de mi propio ser en el mundo y con los otros (*Dasein*).

Por su parte, Sartre (1905-1980) rechaza la hipótesis del inconsciente, para dar paso a un análisis existencial en que los complejos y los proyectos inauténticos del sujeto se comprenden desde el punto de vista de la relación con los otros. La pregunta existencial es una elección ante la vida, elección responsable que da vida al sujeto, pero también contribuye a cierto grado de angustia propia de una humanidad reflexiva, en que el ser para sí se aprehende del ser para los otros: en el compromiso y la solidaridad.

La capacidad constante de poder re-decidir mi sistema de vida y valores, esa es la libertad ineludible, la elección creadora de mi persona. Un ser en el mundo como ser en situación es la posición existencial ante la vida, mi actitud ante las circunstancias, aunque éstas no dependan siempre de mí. Soy libre en la manera de asumir mi condición humana, en esto radica la autonomía.

Naturalmente, como ya se ha señalado, ello implica una insatisfacción radical, como respuesta característica de toda persona y, por tanto, un cierto grado de ansiedad tolerable y no una base necesaria para la patología.

Dos son las palabras básicas que resumen estas dos filosofías íntimamente relacionadas: autenticidad y autonomía.

Resumiendo, podemos precisar brevemente algunos de los aspectos fundamentales de la Fenomenología y del Existencialismo, que más influyen en la psicología social del AT.:

- 1.- Toda conciencia me vincula al mundo, que son los otros.
- 2.- Toda conciencia es esencialmente intencional, no está cerrada en sí misma, sino que se proyecta. Si conciencia es ir hacia las cosas, el fenómeno es lo que se manifiesta, lo que aparece a esta conciencia: el “fenómeno” surge de la correlación entre conciencia y mundo.
- 3.- Los fenómenos se conocen por intuición, se niega la mera percepción racionalista o sensorial, se trata de una subjetividad trascendental.
- 4.- Al ser humano le compete esencialmente la decisión. En este sentido el sujeto se crea a sí mismo y a su mundo y es el responsable de su conducta y su felicidad. En esto

consiste la “elección existencial”: el sujeto es el responsable por la elección de su existencia, su proyecto de vida –Guión en Berne- que puede ser auténtico o inauténtico. Esta inautenticidad es la base de las psicopatologías de la personalidad.

5.- La libertad de cada persona es irrenunciable. Frente a algunas corrientes deterministas: voluntad de poder para la libertad. Esa libertad del individuo se mide por el grado de resistencia que hay que superar.

La metodología del AT

Desde nuestro punto de vista, la teoría expuesta repercute y se expresa en la metodología del AT, entre otros, en estos aspectos básicos:

1.- La intuición emocional, representa la empatía con el cliente y sustituye la transferencia de otras líneas psicoterapéuticas, como en el caso del psicoanálisis tradicional.

Para Berne, las operaciones de terapia que desarrolla el “terapeuta de Guiones” no son actos intelectuales cuidadosamente planeados, porque eso destruiría la autenticidad de la comunicación terapeuta-cliente.

2.- Descontaminar puede ser mejor que interpretar. Aunque la interpretación se contempla desde el AT como una de las 8 técnicas básicas de psicoterapia, sin embargo se realiza en forma de interrogación; por eso en los textos se cita, generalmente entrecomillado. O sea, interpretación dialogada; por eso advierte Berne: “No jugar a psicoanálisis, variación sueños”, tampoco intelectualizar.

3.- El método diagramático y descriptivo para expresar los Estados del yo y las Transacciones especialmente. Este método resulta muy pedagógico y el terapeuta no clasifica a la persona, sino que espera a descubrir el molde que ésta se ha creado.

Por eso decimos que el AT es ideográfico o sea descriptivo y, en consecuencia, la teoría debe adaptarse al diseño de cada uno. Berne (1983: 278) hace referencia especial cuando en “precauciones generales” dice que “jamás se adelante al material clínico ofrecido por el paciente”.

4.- Terapia breve: por trabajar el aquí y ahora desde la conciencia actual del sujeto, el *Dasein* heideggeriano, lo que representa la mayoría de edad del cliente, por su toma de decisiones. Berne dice: “Jamás presione cuando haya resistencia” (id)

Análisis de los “instrumentos” del AT y su relación con los marcos filosóficos señalados

De los 10 instrumentos que establece Kertész (1985:34), y reconociendo que Berne solamente señala 4, a los cuales realmente se puede reducir los otros, nosotros pasaremos revista a 8 de estos instrumentos.

1.-PAN: Descripción de los Estados del yo y descontaminación en un proceso de terapia. Al ser humano le compete esencialmente la decisión y re-decisión desde el

estado Adulto, con terapia o sin ella, para adherirse a un contrato de autenticidad. Estos estados del yo son realidades fenomenológicas y no únicamente símbolos como es el caso del psicoanálisis de Freud.

2.- TRANSACCIONES: Kertész (id.) sugiere que aquí empieza la fase interpersonal o de intercambios sociales. Efectivamente, el ser humano se hace o se convierte en humano a través de las relaciones que establece con otras personas, es el “ser con” del existencialismo de Heidegger y de Sartre. Por eso Berne estaba convencido de que su psicología era una psicología social.

3.- POSICIÓN EXISTENCIAL: Se trata de analizar la actitud más frecuentemente adoptada ante los eventos cotidianos, en especial ante las frustraciones. Nuestra capacidad de tolerancia a la frustración. Nos conviene conocer la realidad de una existencia adecuada o inadecuada, ya que somos los responsables de nuestro estar bien o no estarlo.

4.- ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO: Estas 6 maneras de estructurar nuestro tiempo conectan directamente con el concepto de temporalidad existencial, que se manifiestan en el *Dasein*, como formas de estar-en-el-mundo, lo que hace que nuestro tiempo (que es todo lo que tenemos) sea rentable y eficaz de cara a una autenticidad en la existencia.

5.- JUEGOS PSICOLÓGICOS: Son artilugios de incomunicación, porque en el fondo no hay intención de comunicarse. Tal como dice Berne: “Los juegos son, por definición, explotadores, y por ende, inherentemente malos desde el punto de vista existencial” (1983:344). Para Jaspers (1958, I:456): “De la comunicación no existencial o inauténtica surge espontáneamente la insatisfacción”.

6.-EMOCIONES: Estas pueden ser auténticas o inauténticas, a estas últimas también podemos clasificar como resentimientos, palabra que utiliza Max Scheler, de la línea fenomenológica, en su obra El resentimiento en la moral (Scheler, 1998).

Berne en su obra antes citada (1983:349) habla de que: “A la larga, el paciente debe asumir la tarea de vivir en un mundo en donde Papá Noel no existe. Se ve entonces enfrentado con los problemas existenciales de la necesidad, la libertad de elección y el absurdo, todos los cuales eludía hasta entonces en alguna medida al vivir con las ilusiones de su guión. El sentimiento fundamental es de desilusión, y que se dé o no contaminado por el resentimiento es cosa que depende de la habilidad del terapeuta. Quizá sea ésta su tarea existencial fundamental: conseguir el divorcio entre la desilusión y el enojo.”

7.- DRIVERS: Son conductas repetitivas (eterno retorno de lo mismo) que confirman una forma de estar-en-el-mundo equivocada o errónea, lo que da paso directamente al análisis del Argumento de vida y Guión. Lo que otro existencialista Ludwig Binswanger, discípulo de Heidegger, denomina como existencia frustrada (“Tres formas de existencia frustrada”).

8.- GUIÓN DE VIDA: “Un plan de vida basado en una decisión tomada en la infancia (el Argumento), reforzada por los padres, justificado por acontecimientos subsiguientes y que culmina en una alternativa elegida” (Berne, 1985: 488). Como vemos se trata de una elección, por tanto nada más lejos que una interpretación determinista, que se escapa a la capacidad del sujeto para una toma de conciencia y re-definir su vida, que es

lo que pretende el terapeuta de guiones, según la ortodoxia berniana. La terapia es para el cambio de guión de vida, cuando el paciente es “hamártico” (1985: 489), palabra que explica Berne en el glosario, que quiere decir “el que tiene un final autodestructor y trágico” o sea, erróneo, según el origen griego de la palabra, del verbo “amartano”, con significado de equivocarse de camino, sin final.

Bibliografía

- Berne, E.: (1981). **Análisis Transaccional en Psicoterapia**. Buenos Aires: Psique.
Berne, E. (1983). **Introducción al Tratamiento de Grupo**. Barcelona: Grijalbo.
Berne, E. (1985). **¿Qué dice Vd. después de decir hola?** Barcelona: Grijalbo.
Binswanger, L. (1972). **Tres formas de existencia frustrada**. B. Aires: Amorrortu.
Heidegger, M.(1962). **Ser y Tiempo**. México: FCE.
Husserl, E. (1999). **Investigaciones lógicas**. Madrid: Alianza.
Jaspers, K. (1958). **Filosofía**. Madrid: Revista de Occidente.
Kertész, R. (1985). **Análisis Transaccional Integrado**. B. Aires: IPPEM.
Sartre, J.P. (1998). **El existencialismo es un humanismo**. México: FCE.
Scheler, M. (1998). **El resentimiento en la moral**. Madrid: Caparrós.

XI CONGRESO ESPAÑOL DE ANÁLISIS TRANSACCIONAL. 7-Septiembre-02

EL AT., VIA DE ENCUENTRO ENTRE CULTURAS

Josep Lluís Camino Roca.
Coordinador del trabajo de investigación.