



Taibi Kahler

EBMA 1977

Subject Area/ Area of Contribution: *Miniscript and
Five Drivers*

Work Cited: "The Miniscript," *TAJ*, 4(1), 26-42 (1974)

EL MINIGUIÓN

*Taibi Kahler
con Hedges Capers*

Traducción: Rubén Parra Tarín

OBJETIVO

El propósito de éste artículo es presentar un concepto que promueve la teoría del contraguión¹; define secuencias de no-Okeidad; se centra en el segundo a segundo² de la conducta³ del guión entrelazado, así como en el segundo a segundo de la conducta de guión individual; un concepto que vincula segundo a segundo la conducta con el guión de vida⁴; y finalmente sugiere una teoría de la transmisión de guiones específica, transacción por transacción.

SUPUESTOS

En «*Los Juegos que Juegan los Alcohólicos*» Steiner⁵ define el contraguión como «una aceptación de las demandas culturales y sociales que son transmitidas a través del Padre.»⁶ Después, Steiner dice que el contraguión nunca tiene éxito debido a que los mandatos de la madre bruja o el padre secuestrador son más potentes que el contraguión. Cuando Berne habla del guión de un triunfador, en «*¿Qué Dice Usted Después de Decir Hola?*»⁷, sugiere que la regla básica parece ser que el pago final de ese guión proviene del Padre Nutritivo a través de los lemas del contraguión. «Un no ganador obtiene sus pagos finales de un Padre Controlador a través de mandatos. Un perdedor es llevado hacia un pago final malo por las provocaciones y seducciones del Niño loco de su padre, el cual tienta a sus demonios autodestructivos.»⁸

El concepto de Miniguión sugiere que hay contraguiones no-OK y contraguiones OK. Shulamit Peck⁹, Taibi Kahler y otros han construido un diagrama de dos matrices de guión (como se muestra en la Figura 1).

(Acaba de completarse un artículo que explica esta idea y que fue elaborado en base al análisis estructural y del guión).

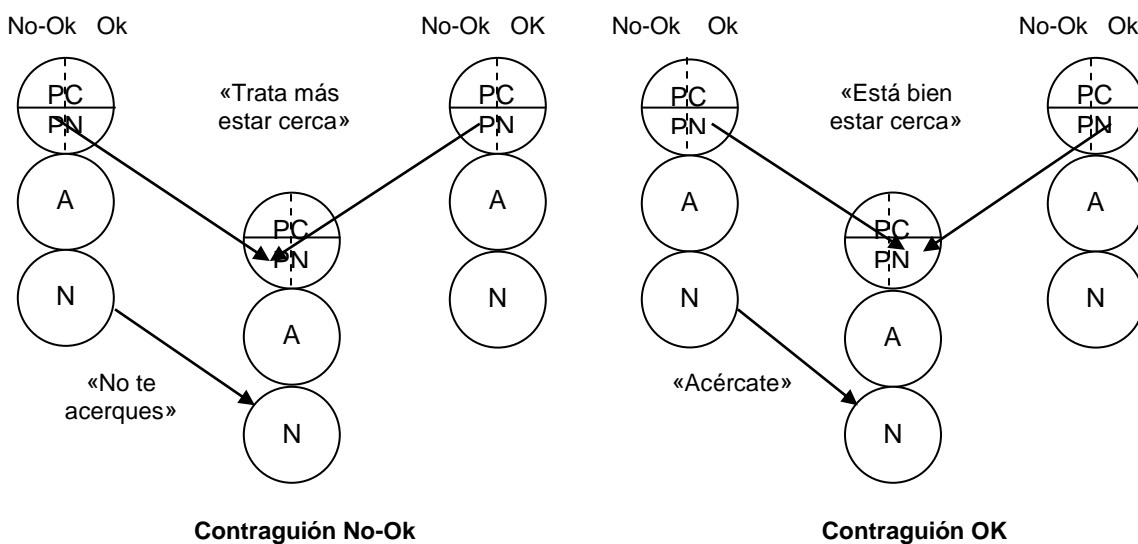


Figura 1.

Hay 5 lemas o **impulsores** de contraguión no-OK, los cuales provienen del Padre Nutritivo no-OK, o parte Rescatadora. Éstos impulsores de contraguión parecen ser útiles, pero sólo invitan a que ocurran los mandatos del guión no-OK. Los cinco lemas del contraguión OK, o **permisores**, provienen del Padre Nutritivo Ok, o de la parte que da permiso. Estos permisores de contraguión fortalecen los

mandatos del guión OK y producen un Triunfador, una persona que construye su propio destino a través de la autenticidad.

Capers cree que toda la conducta humana comienza con el Pequeño Profesor, como el iniciador, al igual que el concepto de Kahler del bucle interno, produciendo la siguiente teoría de OKeidad. Cuando el Pequeño Fahrquahr nace, él es completamente dependiente de mamá y papá, cuando ellos están en su OKeidad y cuando están en su no-OKeidad.

El Pequeño Profesor de Fahrquahr siente que alguna vez él tendrá que ser más autosuficiente. Mamá y papá cargan una o dos baterías dentro de él y su vida inicia. Cuanto más Ok estén sus padres, tanto más se cargará su batería OK. Cuanto más no-Ok estén, más se cargara su batería no-OK. Cada batería debe tener cierto nivel de carga antes de ser usada. Su Pequeño Profesor intuye esto y empieza a activar un mecanismo interno, el cual le ayudará a tener padres con él a lo largo de su vida. En consecuencia, el establecimiento y el propósito del estado del yo Padre. Este estado del yo funciona como una grabadora que se enciende cuando es necesario. El Pequeño Profesor de Fahrquahr sobrevivirá si puede mantener la batería cargada. Si mamá y papá cargan primero la batería no-OK, por medio del descuento y de caricias negativas¹⁰, el pequeño no puede iniciar su propia batería OK --esto debe hacerse inicialmente desde una fuente externa-- así que Fahrquahr activa su grabadora del Padre no-OK y se golpea a sí mismo cuando mamá y papá no están cerca para hacerlo por él. Este Padre actúa como un generador para cargar la batería (Ver la figura 2).

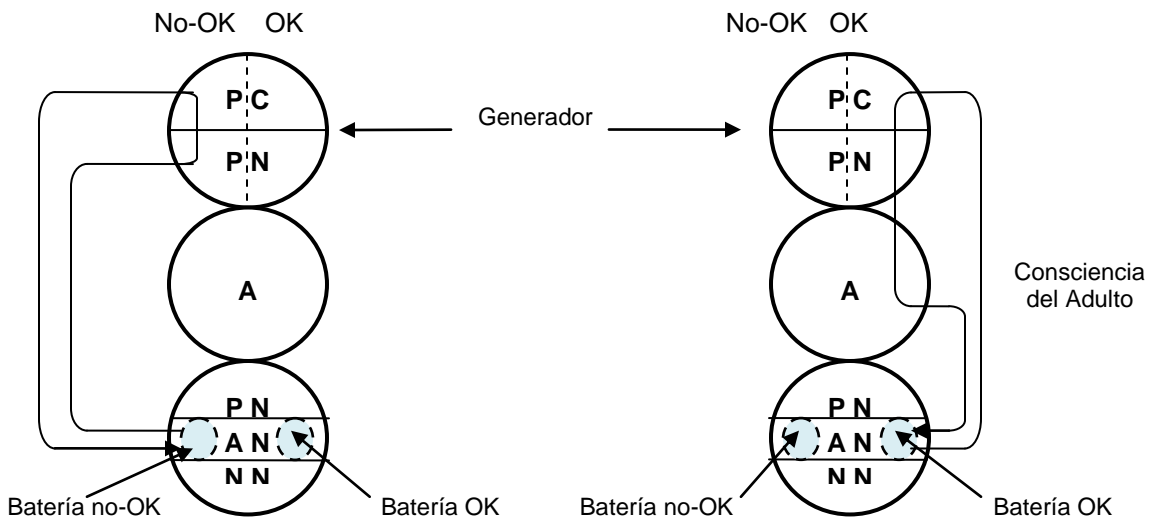


Figura 2.

Figura 3.

Este ciclo --desde el Pequeño Profesor a través de la batería del no-OK, al Padre generador del no-OK, y regresando a la batería del no-OK-- auto-perpetua la No-OKeidad en la existencia de Fahrquahr.

Por otro lado, cuantas más caricias positivas le den mamá y papá, tanto más se cargará la batería OK de Fahrquahr, permitiendo así una secuencia de auto-perpetuación de la OKeidad: de la batería Ok del Pequeño Profesor, a través del Padre generador del OK y regresa a la batería OK (ver figura 3). (Esta teoría sugiere secuencias primarias internas, consistentes con la secuencia del miniguión.)

Estos patrones internos ofrecen una explicación para la aceptación de descuentos o caricias que se vuelven impulsores (relacionados con descuentos o caricias negativas) o permisos (relacionados con caricias positivas). Fahrquahr debe tener algo de carga en sus baterías para poder existir. Si no tiene una fuente suficiente para cargar su batería OK, y su batería no-OK está fallando, él buscará un descuento o una caricia negativa para cargar su batería no-OK, para continuar con vida. Cuando Fahrquahr decida que no puede soportar el dolor de ésta búsqueda y al Padre golpeándolo para mantener cargada su batería no-OK, se arriesgará a cargar su batería OK, o apagará todos los generadores, acallará todos los estímulos externos y renunciará hasta la muerte.

Esta explicación encaja con la idea del continuo de pasar de perdedor a ganador y luego a triunfador sugerido por Muriel James y Dorothy Jongeward en «*Nacidos para Triunfar.*»¹¹

DEFINICIÓN DEL MINIGUIÓN

El miniguión es una secuencia de conductas, que ocurre en cuestión de minutos, o incluso de segundos, que resulta en un patrón de refuerzo de por vida.

El miniguión no-OK es una secuencia de conductas no-OK (patología), que ocurre en cuestión de minutos, o incluso de segundos, que da como resultado el refuerzo del guión de vida no-OK. El miniguión OK es una secuencia de conductas OK, que ocurre en cuestión de minutos, o incluso de segundos, que resulta en el refuerzo de una conducta autónoma, auto-dirigida y libre de guión.

El miniguión es también un concepto fácilmente aplicable al análisis estructural, transaccional, de juegos y de guiones, así como una herramienta para usar en el tratamiento.

HISTORIA DEL MINIGUIÓN (Por Taibi Kahler)

Durante el verano de 1971, mientras leía el libro «*Análisis Transaccional en Psicoterapia*»¹² de Berne, me di cuenta por primera vez de la importancia de identificar un guión en un periodo muy corto de tiempo haciendo que el Adulto sea consciente de lo que siente el Pequeño Profesor. Me fascino el relato de Berne sobre el escenario de la Sra. Sayers.¹³ En unos instantes, se había observado su guión de vida. Recuerdo haber pensado «ahí es dónde está». Una hormiga llamó mi atención. El día estaba caluroso. Me metí a la piscina.

El mes de Mayo siguiente, empecé a ver claramente los guiones de vida de algunos pacientes en periodos muy cortos de tiempo. Por ejemplo, el Sr. Litun, se puso de pie y anunció que tenía un elogio (Yo lo había invitado a elogiarse --o acariciarse a sí mismo-- después de haber asistido a un fabuloso taller de caricias dirigido por Hedges Capers). Primero acarició a todos en el grupo, luego se volvió hacia mí y dijo: «Oh, presumo. Mantuve mi contrato dejando salir a mi Niño Libre en el trabajo todos los días la semana pasada, ¡y me siento genial!». Esta secuencia proporciona un ejemplo excelente de la importancia de conocer el guión de vida del paciente. Un terapeuta que no se centra en los guiones, podría haber acariciado al Sr. Litun por presumir, por haber mantenido su contrato, o por haber sido un Niño Libre. Sin embargo, cualquiera de esas caricias sólo habrían reforzado sus conductas del guión, porque el Sr. Litun tenía un guión de «Hasta»; específicamente, «No puedo abrirme con la gente hasta que cheque el terreno primero». Esto fue exactamente lo que pasó --él «checó el terreno» primero acariciando a la gente primero, luego «se abrió» elogiándose.

Llamé a esto un *miniguión*, pensando que esos ejemplos eran una caja adentro de otra caja, o un espejo de un espejo. Tales ejemplos constituyeron mi primer artículo para el *Transactional Analysis Journal*. Aunque pude detectar intuitivamente algunos guiones de vida en un corto periodo de tiempo, mi conciencia no era lo suficientemente Adulta como para permitirme instruir a otros.

Después de recibir la noticia que debía reescribir el artículo para el *Journal*, me senté una noche con la intención específica de descubrir por qué el miniguión no era una secuencia de juegos, sino algo más que eso, y qué variables tenían en común los miniguiones que había visto. Revisé la fórmula del guión de Berne¹⁵ y postulé que el miniguión era el núcleo del guión de vida. Seguía sintiendo que los contraguiones tenían algo que ver con las dinámicas del miniguión.

Especulé que el contraguión era el comienzo observable del miniguión. Compartí esto con Pete Stuntz, quién me dijo que él estaba llegando a la misma conclusión, habiendo utilizado mi idea en grupos desde la vez que escribí por

primera vez el artículo para el *Journal*. Comencé enfocándome en los mandatos del guión, pensando en ellos como mensajes de cómo sentirse o de cómo no sentirse¹⁶ y en términos de resultados conductuales, como fue sugerido por los Goulding.¹⁷ Quería clasificar tantos contraguiones como pudiera en la menor cantidad de categorías posibles. Descubrí que al definir operativamente cinco prescripciones de contraguión básicas, podía encajar todas las otras que invitaban a la no-OKeidad en una de estas cinco. Al centrarme en éstas cinco prescripciones de contraguión no-OK básicas, observé una secuencia consistente primero del contraguión, luego el mandato de guión y luego, a veces, el Niño Vengativo (o aquella parte del Niño Adaptado que evidencia el enojo y el rencor, y la rebelión no-OK),¹⁸ y luego el pago final del miniguión --o los sentimientos de desesperanza, rechazo y de no ser querido y amado. Pete Stuntz comentó sobre cómo esta secuencia podría encajar en un triángulo, con el Niño Vengativo al centro, porque él pensaba que una persona podía ir al Niño Vengativo desde cualquier punto del triángulo. Sin embargo, esto no resultó ser correcto, ya que el Niño Vengativo es parte del Niño Adaptado y, por lo tanto, requiere una secuencia de prescripciones de contraguión, a un mandato de guión, al Niño Vengativo.

Aunque el triángulo está asociado con el Triángulo Dramático de Karpman¹⁹, el triángulo del miniguión ha sido diseñado descansando en su base, mientras que el Triángulo Dramático se balancea sobre este punto. Chuck Jones y Steve Winners sugirieron formas de llenar el Triángulo Dramático con el triángulo del miniguión, pero esto probó ser inaplicable en algunos casos. La idea desencadenó mi desarrollo del concepto de miniguiones entrelazados en Febrero, 1973, en un taller del Instituto de Análisis Transaccional de San Diego.

Había dado una conferencia y había compartido el concepto del miniguión con aquellos asociados con el *Halcyon Institute*, y la gente comenzó a diseminar el concepto. Algunas personas empezaron a modificar y dar conferencias sobre el concepto sin entender por qué algunas de sus interpretaciones eran inapropiadas. Esto invitaba tanto a la confusión del concepto como a la confusión de autoría. Casi todos fueron honestos, y sin embargo, algunos, como John Kesterson²⁰, contribuyeron en áreas específicas del desarrollo del miniguión.

Luego vino Hedges Capers. Hedges me dio Permiso para crecer en el AT desde el primer día que nos conocimos. Él fue uno de los primeros en ver el potencial del miniguión, aunque yo había recibido algunas caricias alentadoras del consejo editorial de ITAA. Hedges no sólo afinó el enfoque teórico del concepto del miniguión pensando en algunas de sus inconsistencias, sino que también le proporcionó una nueva dimensión al descubrir y desarrollar el miniguión OK, que ayudó a definir los patrones de conducta OK y destacó los patrones de conducta

No-OK. Éste enfoque enfatiza que el miniguión no-OK comienza con un lema de contraguión (impulsor) no-OK y estructura una secuencia de no-OKeidad, mientras que el miniguión OK empieza con un lema de contraguión OK (permisor). Esto enfatiza que cada impulsor (no-OK) tiene un permisor complementario (OK), por lo que se producen cinco polaridades de contraguión. El descubrimiento de Hedges también enfatiza que una persona puede saber si está en su guión o no lo está, al darse cuenta de cuando está en su miniguión No-OK o en su miniguión OK. (He escuchado a personas decir «Él está dentro/fuera de su miniguión». Esto es inexacto, ya que la conducta del miniguión será OK o será no-OK).

El Miniguión No-Ok

Se ha hecho una buena terapia, y se seguirá haciendo, trabajando con los mandatos del guión y con el pago final del guión.²¹ Sin embargo, existe una herramienta mejor y más rápida: el miniguión. El miniguión no es un nuevo tipo de guión, sino más bien una herramienta para ser utilizada en el establecimiento del tratamiento para capacitar al paciente para reorientar su vida.

Las cuatro partes del miniguión No-OK son: *impulsores del contraguión*; *frenadores* (o mandatos del guión); *Niño Vengativo*; y *pago final del guión*.

En los miniguiones no-OK están los impulsores de contraguión, que son mensajes que parecen invitar a la persona a salir de su frenador, pero que a la larga solo lo invitan a profundizar más en este. Por ejemplo, para un frenador de «Sentirse inadecuado», un impulsor de contraguión podría ser «Sé perfecto» (consigue un diez en todo). El mensaje a nivel visceral es «Tú eres inadecuado». Para que el Niño deje de sentirse inadecuado, cree que debe «Ser perfecto» (conseguir siempre un diez). Si no obtiene todos los dieces, se ha preparado para sentirse aún más inadecuado. Por lo tanto, el impulsor del contraguión no es una salida del guión, sino en realidad, una invitación a profundizar más en este.

El pequeño Fahrquahr acaba de nacer. Tiene una visión 20-20 y ve la vida y las personas con mucha claridad. Debido a que mamá y papá viven bajo la influencia de sus propios mensajes no-OK, insisten en que él no ve la vida claramente y lo invitan a ponerse unos lentes de guión muy similares a los que usan ellos. Con estos lentes de guión, Fahrquahr verá una imagen de la vida consistente con esa distorsión descrita como realidad por sus padres. Después de poco tiempo, verán al Pequeño Fahrquahr volverse ciego por usar esos lentes. Entonces ellos deciden que para que no se quede ciego, afinaran sus lentes en la parte superior de tal manera que podrá ver un poquito la parte de los impulsores

del contraguión. A medida que Fahrquahr crezca buscará personas que vean el mismo tipo de distorsiones --ya sean amigos o pareja.

La conducta del Niño Vengativo es una conducta rencorosa. Cuando una persona esta en su Niño Vengativo está diciendo «Te lo voy a demostrar»²³ La posición del Niño Vengativo incorpora partes no-OK del Padre Crítico así como del Niño Vengativo, una parte del Niño Adaptado. Un Niño Vengativo activo se puede ver en los juegos de «Te pillé, desgraciado» o «Defecto»; o mediante, por ejemplo, bromas pesadas. En el siguiente ejemplo podemos ver la conducta pasivo-agresiva del Niño Vengativo: el Pequeño Fahrquahr tiene un frenador de «Me siento confundido» (Eres estúpido). Se le pide que saque la basura. Al hacerlo, la derrama por el costado del contenedor de basura en el césped (Niño Vengativo); regresa con su madre que, furiosa, le grita: «Eres un estúpido...». Él consigue su pago final el ser llamado «estúpido» (Niño Adaptado) y, al mismo tiempo, aunque él es el desvalido (posición base de «Yo estoy no-OK - Tú estás OK»), cree que él está haciendo que la madre se enoje por las acciones de su Niño Vengativo. La morosidad es otra maniobra pasivo-agresiva del Niño Vengativo.

Así como la rebeldía no-OK se refleja en la conducta del Niño Vengativo, y la rebeldía OK se refleja en la conducta del Niño Libre, así se refleja el Niño Vengativo en la conducta del antiguión no-OK: 1) «Es posible que ellos hayan estado viviendo en su contraguión, y la aparente rebeldía es meramente un estallido del guión»; 2) «Por el contrario, ellos pueden haber estado viviendo en sus guiones, y haber cambiado a sus contraguiones» 3) «Pueden tener diferentes directivas de guión de cada padre, o de una establecida a otra»; 4) «Pueden estar siguiendo meramente una directiva de guión especial que les dice que se rebelen»; 5) «La persona puede ser una 'falla de guión' que se ha desesperado en cumplir las directivas de su guión y simplemente se ha dado por vencido».

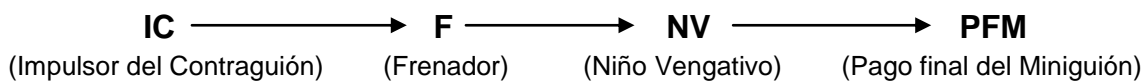
Entre los ejemplos de la conducta del antiguión OK (la rebeldía del Niño Libre) se incluyen: 1) «Es posible que ellos hayan encontrado el rompehechizos y se hayan liberado de sus guiones»; y 2) «Es posible que ellos se hayan liberado y 'salido de su guión' a través de sus propios esfuerzos o con la ayuda de la psicoterapia.»²⁴

El pago final del miniguión puede incorporar conductas tales como sentirse solo, no deseado, no amado, arrinconado, desesperado, que no vale la pena, etc Esta cuarta ubicación --el pago final del miniguión-- es llamada final porque la persona puede elegir tener pagos finales en cualquiera de las cuatro posiciones.

La Secuencia del Miniguión No-OK

El miniguión no-OK es un patrón de conducta observable. Cualquier No-OKeidad se verá reflejada en el miniguión no-OK. Primero, la persona actúa bajo la influencia del impulsor de contraguión; luego actúa bajo la influencia del frenador (el cual puede surgir como conducta del Niño Vengativo para evitar el sentimiento no-OK); luego, posiblemente, él se mueva en la conducta de pago final del miniguión. Esto puede escribirse como una fórmula, y diagramarse como en la figura 4.

Fórmula del Miniguión No-OK



Triángulo del Miniguión

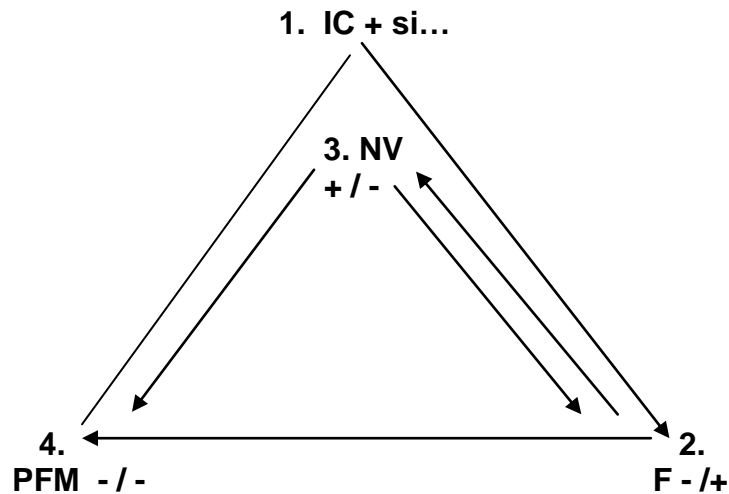


Figura 4.

La posición de una persona cuando está en su Impulsor de Contraguión es Yo estoy OK Si... La posición de una persona cuando está en su Frenador es Yo estoy no-OK - Tú estás OK, la cual es una posición de «Alejarse de». La posición de una persona cuando está en su Niño Vengativo es Yo estoy Ok - Tú estás no-OK, la cual es una posición de «Deshacerse de». La posición de una persona cuando esta en la conducta de Pago Final del Miniguión es Yo estoy no-OK - Tú estás no-OK, la cual es una posición de «A Ningún Lado».²⁵

Una persona avanzará a esa posición en su miniguión que proporciona refuerzo para su (s) posición (es) de vida no-OK.

Figura 5 refleja las «necesidades» relativas que tiene una persona para mantener constante un espacio vital.²⁵ Para mantener este espacio de vida, una persona estaría en su miniguión OK aproximadamente una octava parte de su tiempo, reforzando así la posición Yo estoy OK - Tú estás OK lo suficiente como para mantener esa posición. Él pasaría la mayor parte del tiempo de su miniguión no-OK (transacciones) en su frenador; la segunda parte más en su pago final del miniguión; y la última parte menos tiempo en su Niño Vengativo.

Cada segundo del día, una persona se encuentra en su miniguión OK o en su miniguión no-OK. Cuando está en su miniguión no-OK, está generando energía para fortalecer su guión de vida (no-OK). Estará reforzando uno (raramente dos) de seis de estos guiones de vida. Berne describe cada uno: 1) Nunca; «Yo nunca lo logro. Cuando era niño mis padres me prohibían hacer las cosas que quería hacer». 2) Siempre; «Si eso es lo que quieres hacer, entonces puedes pasar el resto de tu vida siempre haciéndolo. Hiciste tu lecho de pecado, ahora tienes que acostarte en él». 3) Hasta; «No puedes divertirte hasta...» 4) Después; «Puedes divertirte por un rato, pero luego comenzarán tus problemas. Si la vida es buena, algo malo pasará. Las cosas tienen que equilibrarse». 5) Una y otra vez; «Casi lo logro, pero no del todo; Hago lo mismo una y otra vez. Si tan sólo...». 6) Final Abierto; «No he hecho planes para después de mi retiro, la menopausia, cuando los hijos dejen la casa, etc.»²⁶

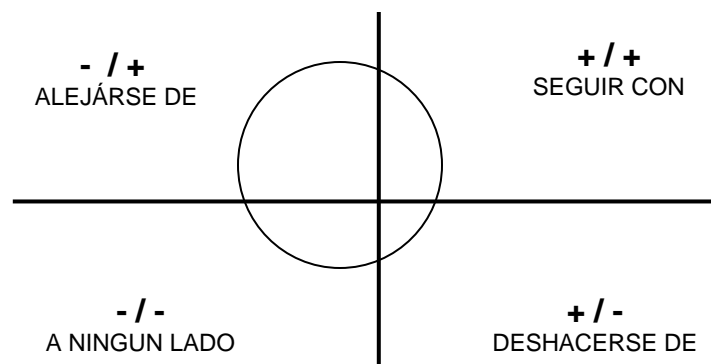


Figura 5.

Impulsores de Contraguión

Las observaciones de varios miles de personas sugieren firmemente que hay cinco --y solo cinco-- impulsores de contraguión básicos: «Sé Perfecto», «Trata más», «Apúrate», «Complace» y «Sé fuerte». Cada impulsor de contraguión es como una puerta que lleva a una escalera que conecta con una serie de sótanos. El primer nivel, de posición de Yo estoy no-OK - Tú estás OK, está lleno de rackets como depresión, confusión, preocupación, inadecuación, culpa, etc. El segundo nivel, de posición Yo estoy OK - Tú estás no-OK está lleno de rackets como enojo y orgullo. El sótano más profundo, Yo estoy no-OK - Tú estás no-OK está lleno de rackets tales como soledad, desamor, aislamiento, rechazo, etc. Antes de que una persona pueda sentir cualquiera de estos rackets, primero tiene que pasar por una o más de estas cinco puertas de impulsores de contraguión para entrar al sótano de su no-OKeidad.

El impulsor de contraguión «Apúrate» invita a la persona a hacer las cosas rápidamente, a hablar rápidamente o más rápido. La persona bajo la influencia de éste impulsor, cree que debe hacer todo «ahora mismo». Puede interrumpir a las personas cuando hablan, «apresurándolos» para que terminen la frase, mira su reloj con frecuencia, golpetea sus dedos con impaciencia, porque está bajo la influencia de su «Apúrate». Este impulsor de contraguión es simbolizado por el Conejo Blanco, que insiste «¡Se me ha hecho tarde, se me ha hecho tarde, para una cita muy importante!» y Alicia tiene que darse prisa para atraparlo.

Cuando una persona está bajo influencia de su impulsor de contraguión «Sé perfecto», se esfuerza por alcanzar la perfección, o espera que otros lo hagan. Puede usar palabras grandilocuentes, decir más de lo que se le pregunta, o cubrir todos los temas. Cree que tiene que dar una información muy amplia para que los demás entiendan «perfectamente» lo que quiere decir. Tiene la idea errónea de que si no es perfecto, eso significa que él No está OK. La de la oruga pedante de *Alicia en el País de Las Maravillas* que exigía una gramática perfecta simboliza al «Sé Perfecto».

Cuando una persona está bajo la influencia de su impulsor de contraguión «Trata Más», invita a otros a intentarlo con él. Puede que no responda las preguntas directamente, que repita preguntas, haga pausas, que se vaya por la tangente o diga cosas como «Se me hace muy difícil», o «No lo sé» (cuando realmente sí lo sabe). Un ejemplo del impulsor «Trata Más» es cuando un hombre está atrapado por arenas movedizas con un sitio seguro a su alcance. Si lucha (o si trata más), se hundirá. Si se mueve inteligente y lentamente podrá alcanzar el lugar seguro.

Cuando una persona está bajo la influencia del impulsor «Sé fuerte», es estoica y contiene sus sentimientos. Puede hablar en un tono monótono y mostrar

pocos signos de emoción. Los guerreros de Esparta fueron programados desde pequeños a creer que los sentimientos eran signo de debilidad y que un hombre debía ser fuerte.

Cuando una persona está bajo la influencia del impulsor «Complace» se siente responsable de «hacer» sentir bien a los demás. Puede estar siempre de acuerdo con los demás. Para él puede ser importante que los demás lo quieran, y puede buscar constantemente la aprobación de los demás. Puede mirar alrededor antes de contestar una pregunta, asentir con la cabeza frecuentemente, alzar sus cejas, decir «hum, hmm» con frecuencia, o interesarse en averiguar «¿Cómo lo estoy haciendo?». Este es el niño bueno o cariñoso.

EL MINIGUIÓN OK (Por Hedges Capers)

Así como la parte no-OK del miniguión invita a la persona a estar no-OK, la parte OK la invita a estar OK. Las cuatro partes del miniguión OK son: el *permisor*, el *acelerador*, el *Niño Libre*; y el *celebrador del éxito* (¡wow!)

Cuando una persona ve su miniguión no-OK en el pizarrón, se enfrenta a la decisión de aferrarse a él o de renunciar a él y tomar algunas nuevas decisiones. Hemos observado reacciones de «¡Guau! Puedo verlo» y «Puedo cambiar eso», así como a personas asustadas que dicen «¿Y ahora qué voy a hacer?». Cuando una persona considera un cambio, las grabaciones del Padre suenan más fuerte que nunca. Éste es el fenómeno del paciente desesperado que «ahora se enfrenta a sus miedos arcaicos, que antes había evadido, entrando en juegos, cumpliendo así su guión.»²⁸ Con frecuencia esto se parece mucho a escribir un nuevo guión. En éste punto, el terapeuta dibuja el miniguión OK al lado del miniguión no-OK en el pizarrón y lo explica, y junto con el paciente exploran las partes OK de su miniguión (ver figura 6).

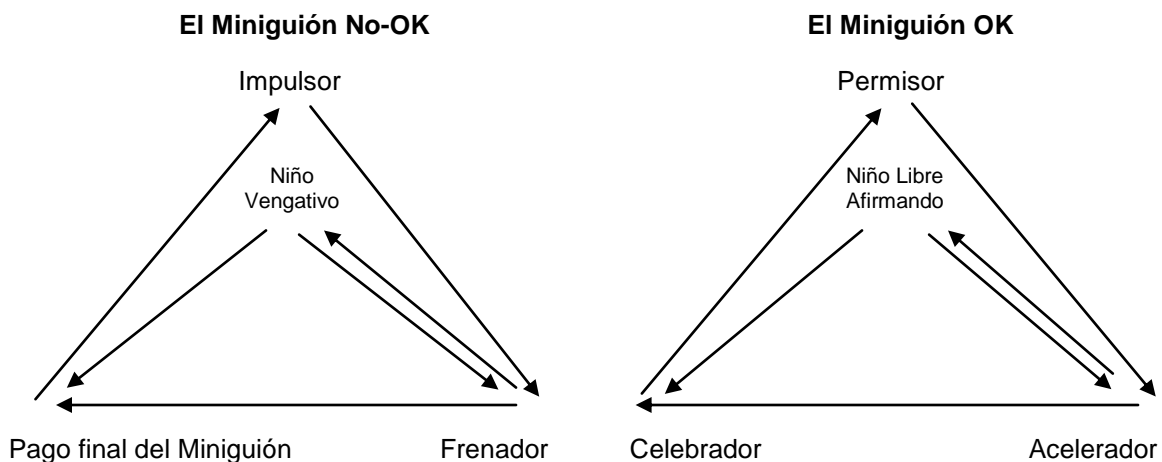


Figura 6

«¿Qué puedes sustituir por el impulsor?»: Los permisores nutritivos y dadores de vida comienzan con «Está Bien... ». Con humor, esperanza y apoyo, el terapeuta pregunta «¿Qué necesita tu Niño?», «¿Qué quiere tu Niño?». Para el impulsor «Sé perfecto»; el permisore puede ser «Está bien cometer un error; Está bien fallar; Está bien ensuciarse». Estos mensajes reparentales²⁹ seleccionados por el paciente, quien conoce sus propias necesidades, forman la base de sus permisores, que son la antítesis de sus impulsores. No es humanamente posible ser perfecto, o hacer que los demás sean perfectos. La persona puede decepcionarse con ese impulsor poco realista; «Está bien ser humano; No tienes que dar una buena impresión».

El impulsor «Apúrate» deja a la persona tratando de llegar a otro lugar. Su permisore es «Está bien vivir ahora, tomarse su tiempo». «Tienes tiempo para hacer todo lo que tú quieras». En lugar de «Trata más», el permisore es «Está bien hacerlo; está bien terminar lo que estás haciendo; está bien hacerlo bien; está bien ganar; Me gustas así como eres - eres hermosa; La vida puede ser divertida».

Cuando una persona está en su «Complace», necesita saber que está bien confiar en sus propios juicios y atender sus propias necesidades. Necesita saber que es digno de ser amado (a) y que su valía no depende del juicio de otras personas. Está bien para él no ser responsable de los sentimientos de otras personas. Está bien que acepte la responsabilidad por sus propios sentimientos.

La antítesis de «Sé fuerte» es el permisore «Sé abierto» --acercarse, sentir y expresar sus sentimientos. «Está Bien no ser fuerte» «Está Bien ser humano».

Para cada impulsor hay un permisore, como se muestra en la tabla 1:

TABLA 1	
Impulsor	Permisore
Sé Perfecto	Está bien ser tú mismo
Apúrate	Está bien tomarte tu tiempo
Trata Más	Está bien hacerlo
Complace	Está bien que te consideres y te respetes
Sé Fuerte	Está bien abrirse (y ocuparse de sus propias necesidades)

Estos permisores están disponibles para todos nosotros y, en este momento, parecen ser inclusivos. El hecho de que un paciente esté en terapia le muestra que tiene algún Permiso para vivir y ser. Así que así como volvemos impotente al impulsor dándole la opción de un permisore (de un Padre no-OK a un

Padre OK), así negociamos el frenador con el mandato del guión. Le damos permiso al cliente para desobedecer los mandatos principales del guión y para hacer algo que él elija, en lugar de los mensajes «No vivas». En una de sus primeras conferencias, el Dr. Berne respondió a una madre que preguntaba sobre los niños que juegan «*Tienes que escucharme*», que ésta es una posible posición del criminal. Ella estaba consternada porque él decía que les das a tus hijos una gran variedad de opciones y ellos eligen lo que necesitan o quieren. Tú no puedes culparte ni atribuirte el crédito por las elecciones específicas que ellos hacen. Nunca he conocido a un padre que les diera a sus hijos solo mensajes malos. Podemos concentrarnos en los buenos. En los aceleradores, estamos ayudando al cliente a ver y recordar las opciones positivas que le dieron, o a elegir los nuevos mensajes (reparentalizar) que quiere.

Para la amplia gama de mensajes de «No vivas», existen los mensajes correspondientes de «Vive» o «Ve». De la misma manera nos ocupamos con las actividades del Niño Vengativo. Las acciones del Niño Vengativo pueden ser reemplazadas por la conducta apropiada del Niño Libre --y los sentimientos del pago final del miniguión pueden ser abandonados y reemplazados por un sentimiento de elección «Guau». En lugar de sentirse inadecuado --sentir confianza. En lugar de sentirse no amado --sentirse amado. En lugar de sentirse rechazado --sentirse aceptado.

Es importante que la persona esté en su Adulto cuando se discutan éstos métodos con él. Al poner los dos miniguiones en el pizarrón, pidiéndole que rellene los mensajes y los sentimientos, aumentan las posibilidades de que esté en su Adulto. No es suficiente saber acerca de nuestra no-OKeidad. Mantenerse en el miniguión OK ayuda al paciente a abandonar la desesperación y a tener esperanza.

La Secuencia de Ponerse Bien

Conforme una persona, en terapia, está «mejor» y cambia de perdedor a no-triunfador y luego a triunfador, está empezando a escuchar más los mensajes y mandatos OK que aquéllos no-OK. Se quita el audífono (junto con los lentes, un regalo de papá y mamá), y empieza a escuchar en el «aquí y ahora». Esto es, en esencia, parentalización --darse a sí mismo Permiso para escuchar y responder a los mensajes que forman el miniguión OK. Reparentalizar con el miniguión consiste en escuchar (OK) sin «el audífono» a alguien a quien se ha amado o apreciado. Esto le permitirá para descubrir sus nuevas opciones de miniguión OK y elegir sus nuevos pagos finales del miniguión OK.

Ponerse bien (Yo estoy OK -- Tú estás OK) significa cambiar de lo negativo, del miniguión no-OK, a lo positivo, al miniguión OK, lo cual implica forzosamente eliminar el guión de vida (no-OK). Hay un patrón definitivo en ponerse bien. Primero la persona eliminará la cuarta posición en el miniguión no-OK (el pago final del miniguión); luego, eliminará la posición tres (la posición del Niño Vengativo), después eliminará la posición dos (el frenador); y al final eliminará sus impulsores. Esto no sólo se ha observado, sino que es lógicamente coherente.

Dado que una persona gasta diez unidades de tiempo por día en su conducta del impulsor, puede escalar en su frenador siete de esas veces, en su Niño Vengativo cinco de esas veces, y en el pago final de su miniguión sólo tres veces de las diez originales. Debido a que el miniguión no-OK es una secuencia ya sea de 1-2, 1-2-3, 1-2-3-4, 1-2-4 o 1-2-3-4; al enfocarnos en la posición uno, la persona reduce el número de veces que sería capaz de escalar en cualquiera de las otras tres posiciones. Reduciendo el número de veces que está en su impulsor por tres, la persona eliminará, por lo tanto, su pago final de miniguión, dejándolos siete veces en su impulsor, cuatro veces en su frenador y dos veces en su Niño Vengativo. Si reduce aún más su impulsor, por dos, habrá eliminado el Niño Vengativo, y al reducir éste por otros dos él habrá eliminado los frenadores.

Debido a que el miniguión no-OK es una secuencia, una persona no puede sentir ninguno de los rackets (preocupación, culpa, depresión, enojo, confusión, desesperanza, etc.) sin pasar primero por uno de los cinco impulsores de contraguión. Esto significa que una persona que detiene su conducta de impulsor no escalará de nuevo a los sentimientos racket. Detener la conducta del impulsor es, sin duda, más fácil que enfocarse en un sentimiento de racket como la depresión y tratar de detenerla. Usando una palabra diferente, cambiando una expresión facial, ajustando una postura, cambiando un tono, alterando un gesto podemos cambiar los sentimientos resultantes de inadecuación, confusión, culpa, preocupación, enojo, depresión, etc.

La Tabla del Miniguión No-OK

El miniguión no-OK es el núcleo del que surge el guión de vida (No-OK). Al principio, el pequeño Fahrquahr imita los patrones de conducta que percibe. (Las secuencias de miniguión no-OK se han observado en bebés de un año.) Después, el pequeño Fahrquahr comienza a integrar y elaborar en base a los patrones percibidos, «requeridos» por papá y mamá. Selecciona sus frenadores en muy temprano en su vida, junto con ciertos rackets, y luego agrega otros rackets reforzados a su colección. Sus cinco impulsores son seleccionados por mamá y papá de modo que se implanta una clasificación definitiva. Estos impulsores de

contraguión fueron implantados en los primeros años, pero las formas específicas de implementarlos no se fijaron hasta entre los seis y los doce años.

El miniguión difiere de la fórmula de Berne para el guión, por la inclusión del contraguión. La fórmula de Berne es:

Influencia Paterna Temprana → [Contraguión→] Programa → Obediencia
→ Conducta Importante → Pago Final.

La fórmula del guión de Berne era lineal; esto es, crecía en función del tiempo. La semilla del miniguión crece en dos dimensiones --intensidad y expansión. A medida que el pequeño Fahrquahr envejece, cuanto más permanece en la No-OKeidad, más cumplirá con los mensajes no-OK que ha aceptado. Si hubiera aceptado un mensaje de «sentirse inadecuado», estará más se quedaría en su guión de vida No-OK y permitiría con más intensidad que volviera ese mensaje de sentirse inadecuado. La conducta importante inicia originalmente como un fenómeno conductual³¹ (palabras, tonos, gestos, postura y expresiones faciales). Esta conducta importante crece expandiéndose en otros aspectos conductuales más importantes del guión de vida (no-OK), tales como divorcios, hospitalizaciones recurrentes, suicidios, intentos, etc.

La tabla del miniguión es útil para identificar el miniguión No-OK, para el tratamiento de grupos y para fines personales.

Esto brinda a la persona la ventaja de identificar los momentos y las formas específicas en las que entra en su no-OKeidad. La sección de impulsores al ser completada refleja ejemplos típicos de esas conductas de contraguión. Por medio de un escrutinio minucioso de las transacciones, segundo a segundo, una persona puede llenar tanto su tabla de miniguión no-OK, como su tabla de miniguión OK.

Así como los juegos se pueden interrumpir en cualquier momento, también puede serlo el miniguión no-OK. Sin embargo, detener el miniguión No-OK en el nivel inicial del impulsor de contraguión, asegura que no se sentirán más rackets. Al igual que todos los juegos inician con un descuento³², así sucede con todos los miniguiones no-OK. Al detener los juegos, uno no detiene su miniguión no-OK. Al detener sus impulsores lo que uno hace, sin embargo, es detener sus juegos, rackets, posiciones no-OK y el guión de vida no-OK.

TABLA DEL MINIGUIÓN

El miniguión No-OK y el Análisis Estructural, Transaccional, de Juegos y de Guiones

	Sumisión (sentimientos internos)		Conducta importante				
Impulsores	Física	Psicológica Descalificación interna	Palabras	Tonos	Gestos	Postura	Expresión facial
Sé Perfecto	Tensión	Deberías de hacerlo mejor	«Por supuesto» «Obviamente» «Eficazmente» «Claramente» «Yo pienso»	Duro Correcto	Contando con los dedos. Cintura torcida Rasca la cabeza	Erecta. Rígida.	Severa
Trata Más	Estómago Apretado Hombros tensos	Debes esforzarte más	«Es difícil» «no puedo» «voy a tratar» «yo no sé»	Impaciente	Apretado. Moviendo los puños.	Sentado hacia adelante. Hombros en las rodillas.	Ceño ligeramente Apretado. Mirada perpleja.
Complace	Estómago Apretado	No eres lo suficiente bueno	Tú sabes” “Podrías” “Querrias”	Alto Quejumbroso	Manos entrelazadas	Moviendo la cabeza	Cejas levantadas Mirada lejana
Apúrate	Ansioso	Nunca vas a terminar	“Te tienes que apurar” “Vamos”	Arriba y abajo	Golpeando con los dedos	Movimientos rápidos	Ceño marcado Ojos movibles
Sé Fuerte	Rígido Entumecido	No puedes dejarte ver débil	«Sin comentarios» «no me importa”	Duro Monótono	Manos rígidas	Rígido una pierna sobre la otra	Plástico Dura fría
Frenadores					Brazos cruzados		
Niño Vengativo							
Pago Final del Miniguión							

El miniguión no-OK refleja el análisis estructural al presentar la secuencia de no-OKeidad que puede atravesar una persona. Esta secuencia comenzará con un descuento interno que activará uno o más de los cinco impulsores. Cuando él viene a otra persona activamente, con su conducta del miniguión no-OK, está evidenciando el análisis transaccional. El análisis del juego, según lo observado por John Kesterson, se refleja en dos personas que realizan transacciones desde sus impulsores de contraguión a nivel social, y desde sus frenadores, Niño Vengativo, o posiciones de pago final del miniguión en el nivel ulterior. El análisis

de guiones también es explicado por el concepto de miniguión no-OK. Una dinámica integral de la transmisión de un guión es la invitación a otro a aceptar su propio impulsor, el frenador, el Niño Vengativo o el pago final del miniguión. La mamá y el papá del pequeño Fahrquahr lo invitaron a aceptar uno o ambos de sus impulsores, para que así él pudiera ver la vida como ellos. Cuando a una persona con un impulsor de «Sé perfecto» se le pregunta algo como ¿Cuánto es dos más dos?, si está en su miniguión no-OK, bien podría responder «Esa es una función básica del sistema al que se está refiriendo». Él está «siendo perfecto» tanto en la teoría de las matemáticas como en gramática. Si la otra persona tiene un impulsor entrelazado como «Sé perfecto» o «Trata más», o «Complace», puede ser impulsado a ser perfecto, tratar más o a complacer a otros haciendo más «preguntas inteligentes y perfectas», por lo tanto tiene una simbiosis de guión, o una relación de guiones no-OK entrelazados con esa otra persona. Tal entrelazamiento de miniguiones no-OK, invitaría a la no-Okeidad con mayor frecuencia y rapidez, con la ayuda de la parte no-OK de la otra persona. Cuando una persona está en su impulsor de «Trata más» puede repetir las preguntas, no contestar las preguntas directamente, hacer una pausa o decir «No te sigo», con el ceño fruncido, o con una apariencia perpleja. La invitación al otro, es para que acepte este impulsor y «Tratar más» para que la persona inicial entienda.

Fanita English ha sugerido el fenómeno de la papa caliente o del epiguión.³³ Tal fenómeno existe en las cuatro posiciones del miniguión no-OK, no sólo en la intensidad de la papa caliente (Niño Vengativo). Por lo tanto, se sugiere un fenómeno de la papa caliente, que es coherente con la idea de Frank Ernst de la invitación a pasar los rackets de una persona a otra.³⁴

Miniguiones Entrelazados

Eric Berne descubrió la dinámica del miniguión no-OK en uno de sus grupos:

La Sra. Sayers estiró su brazo sobre el pecho de la Sra. Catters para alcanzar un cenicero al final de la mesita auxiliar. Al momento de retirar su brazo, perdió el equilibrio y casi se cae del sofá. Se recuperó justo a tiempo, se rió como para quitar importancia, y murmuró un «¡Perdón!» y se acomodó para continuar fumando. En ese momento, la Sra. Catters desvió su atención del señor Troy el tiempo suficiente para murmurar «¡Disculpe!». Aquí, condensada en pocos segundos, está la historia de la vida de la Sra. Sayers. Ella trata de ser cuidadosa, pero hace las cosas de una manera torpe. Casi lo estropea todo, pero es rescatada justo a tiempo. Ella se disculpa pero luego, alguien más toma la culpa.³⁵

Son evidentes los elementos de dos miniguiones no-OK entrelazados. La Sra. Sayers tiene un impulsor «Trata más» (ser cuidadosa); dos frenadores que son «sentirse inadecuada» (torpe) y «no sientas lo que estás sintiendo» (la risa de desaprobación); y, finalmente, sentimientos de dolor (por estropearlo) como pago final del miniguión. La Sra. Catters tiene los impulsores de «trata más» (deja de atender al Sr. Troy) y «Complace» (disculpe); un frenador de «sentirse culpable» (toma la culpa), que probablemente la llevará a la depresión como pago final de su miniguión.

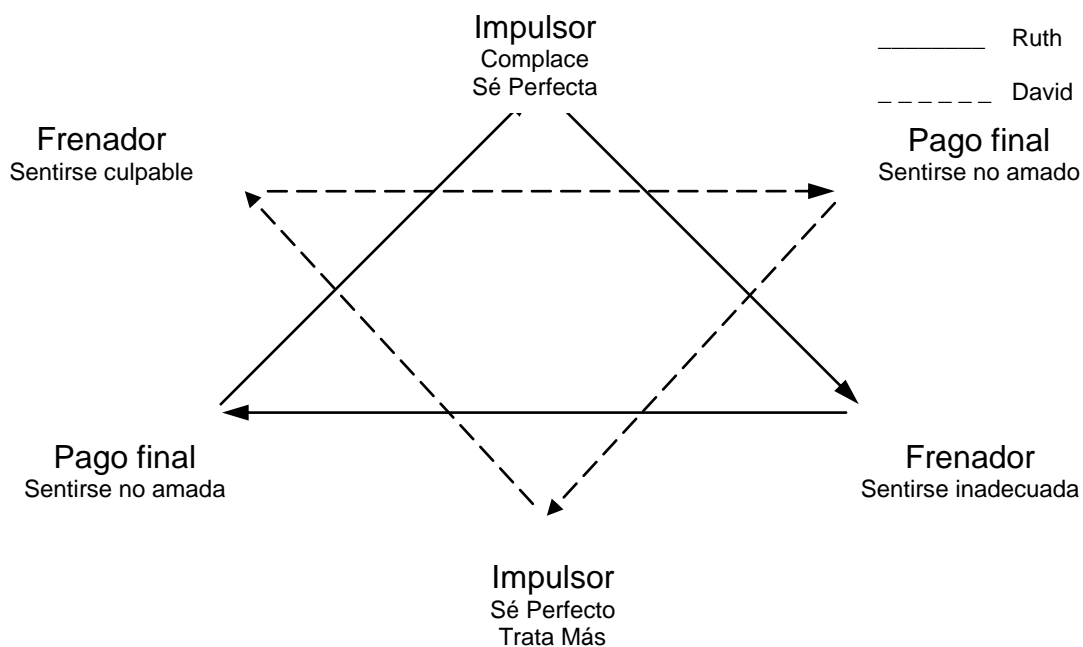
Una persona elegirá a otra (como pareja) sobre la base de un miniguión no-OK entrelazado. Al enfocarse en la dinámica de entrelazar miniguiones no-OK, un consejero matrimonial podrá predecir la probabilidad de éxito y el tiempo potencial gastado en la condición no-OK. Por ejemplo, una persona con un «Sé perfecto» buscará a una persona con un «Complace». Se puede diagramar un ejemplo de estos miniguiones no-Ok entrelazados, como en la figura 7.

Cuando Ruth está en su impulsor de «Complace y Sé perfecta», David está siendo invitado a «Sé perfecto», con lo cual él está de acuerdo, ya que él tiene ese impulsor. Él, en este punto, juega un juego sutil de «Te pillé, desgraciada», «Obviamente, debiste haber pensado en...» (Niño Vengativo). Después, ella responde con su frenador de sentirse inadecuada. David entonces se siente responsable de la inadecuación de ella y se siente culpable; ella también se siente responsable de él y se retira con su depresión como pago final del miniguión de no ser amada. Él observa su retirada y cambia a su propio pago final de miniguión que es el aislamiento. Ruth puede volver al ciclo tratando de complacerlo, y así sucesivamente, *ad infinitum*.

Ruth y David originalmente se conocieron en una fiesta en la que los hombres ponían sus lentes de guión en una mesa, y las mujeres ponían los suyos en otra. Mientras pasaba el tiempo y jugaban, los hombres se probaban los lentes de las mujeres y cada mujer se probaba cada par de lentes de los hombres. David y Ruth descubrieron que podían ver a través de los lentes del otro --fue amor a primera vista. Cuanto más se acercaban, tanto más no se veían y más se alejaban sus imágenes de la realidad, cada uno invitando a profundizar más al otro en su miniguión no-OK y su guión de vida (no-OK).

La base de todas las conductas de miniguiones (no-OK) entrelazados, es la simple creencia de que «Yo Puedo hacerte sentir (bien o mal) con lo que te digo» y/o «Tú puedes hacerme sentir (bien o mal) con lo que me dices». Esta simple creencia es la clave para todos los guiones, así como para la no-Okeidad del individuo. Cuando un paciente abandona la creencia de que los demás son

responsables de lo que él siente, extinguirá su conducta no-OK. El segundo mensaje más perjudicial es «No pienses». Si la persona obedece a esta «regla», no puede entender su problema, ser consciente de su frenador, examinar su decisión pasada y considerar hacer una nueva decisión. «No pienses» significa que no conectes a tu Adulto.³⁶



**Miniguiones Entrelazados
Figura 7.**

El Miniguión en la Terapia

El miniguión es una herramienta valiosa para el tratamiento, ya que brinda al terapeuta un medio para identificar y tratar el guión de vida (no-OK) rompiendo la conducta del miniguión no-OK. Este miniguión no-OK sigue un orden definido, una secuencia predecible que permite confrontar aquí y ahora la conducta del guión. Por ejemplo, un terapeuta puede confrontar a un paciente que continúa «Tratando Más» al no responder directamente una pregunta, con un contrato de respuestas directas. A un paciente que mira hacia otro lado («Compláceme») antes de responder, se le puede ofrecer un contrato para mantener el contacto visual. Si él «lo olvida», el terapeuta puede repetir el contrato o usar su Niño Libre moviendo su cabeza para atraer la atención del paciente. Si el paciente sigue «olvidando» el contrato «esquivándolo», esto significa que tiene un fuerte «Trata más» y posibles problemas con su enojo. (Es posible que tenga un guión de «Nunca»).

Cuando un paciente viene a una entrevista inicial, se utiliza la siguiente secuencia. Permítale hablar durante unos minutos y escriba su miniguión no-OK. (Es posible concentrarse en las palabras, tonos, gestos, posturas y expresiones faciales, para identificar el miniguión no-OK de una persona en pocos minutos, incluso si ella está hablando del clima). Se le muestra la secuencia, sin etiquetas, preguntándole si es correcta (no diciéndoselo). El miniguión es una herramienta increíblemente poderosa. Como cualquier herramienta, esta puede ser utilizada de manera OK o de manera no-OK. Utilizar esta herramienta de una manera no amenazante, con el Padre Nutritivo OK y con el Niño Libre OK, cuando sea apropiado, ofrece una invitación óptima al paciente para entrar a su miniguión OK.

Cuando el paciente ve y acepta su secuencia de No-OKeidad, se le ofrece un contrato para cada posición del miniguión no-OK. Luego se le explica que todos estos contratos pueden cumplirse deteniendo la conducta (impulsor) de la posición uno.

Entonces se ofrece al paciente una explicación del miniguión no-OK .

El pago final del miniguión es sólo un sentimiento racket; no tiene poder en sí mismo; se puede poseer, examinar, aceptar, rechazar o reemplazar. Las actividades del Niño Vengativo del paciente son un patrón de comportamiento de marioneta, y esa conducta fue una vez valiosa, pero ahora ya no funciona, y él puede elegir comportarse de una manera diferente. El frenador se registra y la grabación se va a quedar allí --el paciente hizo una decisión algún tiempo antes de aceptar ese mandato, porque parecía más apropiada en ese momento. Se le dice que ya no es apropiada y que puede tomar una nueva decisión. La creencia de que el paciente puede entender sus impulsores y decidir no vivir más bajo su influencia, es más potente y más aceptada. Ésta decisión es con frecuencia la decisión más fácil de tomar. La decisión referente al frenador (la conducta del Niño Vengativo) y la conducta del pago final del miniguión, son todas decisiones viscerales, basadas en un tipo de pensamiento concretizado que puede ser mejor comprendido por un niño y resulta difícil para una persona que usa el pensamiento racional para hacerle frente. El pensamiento que entró en la decisión de aceptar los impulsores fue hecho por el paciente en un momento en que no era lo suficientemente mayor para utilizar el pensamiento racional. Este tipo de pensamiento es más fácil de redecidir que los otros. Una persona que decide no vivir bajo la influencia de sus impulsores no puede estar bajo la influencia de sus frenadores; ni participará en las actividades de su Niño Vengativo ni aceptará el pago final de su miniguión.

Se está haciendo una buena terapia cuando una persona elige dejar los sentimientos malos y consigue tener sentimientos buenos. Cuando una persona

reconoce las secuencias no-OK está en su Adulto (fuera de los sentimientos malos). Un paciente frecuentemente dice «¡Wow!» indicando que ha aprendido algo y que lo siente --y en éste punto, la terapia ha comenzado.

Aunque se utilicen las técnicas tradicionales, un enfoque aquí-y-ahora es la manera más rápida de detener el miniguión no-OK. Si, por ejemplo, una persona pide que se le haga una regresión³⁷, o tener un Niño temprano catectizado, es lo suficientemente Adulto como para usar su Adulto, en lugar de la regresión, para observar su conducta de aquí-y-ahora. Sólo cuando una persona se niega a catectizar su Adulto después de varias invitaciones del terapeuta, es adecuado utilizar una técnica que intente «sacudir los rackets». Inmediatamente después, el Adulto puede analizar la secuencia no-OK que permitió que ocurrieran tales sentimientos de racket. Un gramo de prevención vale una tonelada de curación.

Los terapeutas del AT han indicado que a una persona le toma dos años eliminar su guión de vida no-OK. Con el miniguión, las personas, de manera visceral, han eliminado sus guiones de vida no-OK en siete meses.

Un terapeuta debe ser consciente de su propio guión de vida y de su miniguión no-OK, de forma que no tenga riesgo de entrelazarse con sus pacientes. Algunos pacientes eligen al terapeuta en base a cómo pueden entrelazarse en la conducta de miniguión No-OK con él. Esto es inconsciente, pero puede persistir. La observación, preferiblemente grabada en video, de las sesiones de terapia, es un medio valioso para rastrear no sólo el miniguión del paciente, sino también cualquier conducta de entrelazamiento del miniguión no-OK que pueda existir entre el terapeuta y el paciente (Las grabaciones han resultado ser valiosas).³⁸

Ejemplos

Un terapeuta que tiene un impulsor de «Trata más» de alto grado puede «tener dificultad» para conseguir contratos.

Un terapeuta que tiene un impulsor de «Complace» de alto grado, por lo general será muy querido, sin embargo, dispone a los pacientes a ponerse bien para él (Complace), en lugar de ser ponerse bien para ellos mismos. Al asentir, alzando las cejas, diciendo «hmm» o «OK» después de que el paciente hable, el terapeuta puede estar en su «Complace», disponiendo al paciente para que lo complazca. Esto parece como que el terapeuta es reflexivo y concienzudo y bueno para dar caricias. El refuerzo, si se hace desde el «Complace», establece la transferencia rápidamente (ya que «Complace» normalmente da lugar a una escalada de Yo estoy no-OK, la otra persona no «necesita» temer a un Padre Crítico) y quizás permanentemente, a menos que el terapeuta pare su impulsor.

Un terapeuta puede evitar engancharse con su impulsor «Trata más» escuchando cuidadosamente las configuraciones que se presentan.

Paciente: «Realmente tengo un problema» (Pausa) Esta es una invitación al terapeuta para «Tratar más» («¿Qué es lo que quieres?»). No se requiere de una respuesta del terapeuta.

Los siguientes son ejemplos clínicos de terapeutas en entrenamiento trabajando con pacientes:

Terapeuta: «¿En qué situaciones te sientes deprimido?», «¿Cuándo te sientes más deprimido?» (Dos preguntas seguidas sin una respuesta significan un «trata más»).

Paciente: «Bueno, es difícil de concretar» («Trata más»).

Terapeuta: «¿Harías esto ahora?» («Harías» es «complace», «Harás» es Adulto.)

Paciente: «Sí, si realmente quieres que lo haga» («Complace»).

Terapeuta: «¿Exactamente qué sientes ahora en la boca de tu estómago?» («Sé perfecto»).

Paciente: «Ojalá pudiera decírtelo, me siento tan confundido.» («Complace», confusión.)

Paciente: «...entonces me puse en contacto con...»

Terapeuta: (interrumpiendo) «...con ese mismo viejo enojo, y luego qué?» («Apúrate»).

Paciente: «¿Cuál enojo era ese?» («Trata más»)

Mientras el terapeuta no entre en sus impulsores, el paciente permanecerá en su miniguión OK con él (un resultado de cargar su batería OK), o entrará en sus impulsores con la esperanza de enganchar al terapeuta. Si el terapeuta elige no engancharse, el paciente puede escalar a su posición favorita en su propio miniguión No-OK (por ejemplo, Yo estoy no-OK – Tú estás OK, «porque me confundes mucho»; Yo estoy OK –Tú estás no-OK, «porque tú no sientes nada, ¡porque te estoy pagando para que me ayudes!»; Yo estoy no-OK –Tú estás no-OK, «porque si me callo seguirás analizándome y pensando que soy un tonto, y si digo algo tú darás un salto»).

Un terapeuta debe ser Potente antes de que pueda dar «Permiso».³⁹ Cuando un terapeuta es auténtico y coherente (congruente en palabras, tonos,

gestos, posturas, expresiones faciales) con su Permiso al paciente, está en su miniguión OK. Al estar fuera de su miniguión No-OK y no dejarse enganchar por los impulsores de un paciente, establece su Potencia con esa persona. Entonces, antes de que el paciente acepte el Permiso, debe sentir que el terapeuta no va a estar en su propio miniguión no-OK.

Más-que-Corazonadas

Puede haber guiones de vida no-OK primarios y secundarios. Cuanto más temprano en la vida se forma el guión, más fuerte es. Los guiones «Hasta» y «Después» son ejemplos de guiones primarios tempranos (al nacer o preverbales). Estos guiones pueden ser producto de frenadores, mientras que los guiones secundarios, tales como el «Final Abierto», pueden ser resultado de los impulsores. Eliminar uno de los seis guiones de vida sin el uso del miniguión, por medio de las técnicas tradicionales del AT, no siempre da lugar a un cambio a la posición «Yo estoy OK – Tú estás OK». ⁴⁰ Las conclusiones de Janov ⁴¹ son consistentes con esto. Él ha observado en cientos de casos que cuando un paciente que ha tenido un impulso visceral de «esperar hasta que... para hacer algo» (guión Hasta) pasa por un nacimiento primal, él ya no manifiesta ninguna conducta (F, NV, PFM). En cualquier terapia, los impulsores están presentes -una invitación a escalar a los sentimientos del racket y más no-Okeidad.

El orden de los impulsores puede ser útil al predecir el guión de vida no-OK. Por ejemplo, una persona con un impulsor número uno de «Sé perfecto» probablemente tendrá un guión «Hasta», con frenadores de «no te acerques», «no confíes», «siéntete culpable», «siéntete inadecuado» y «no seas niño» o «no te diviertas». Él pasará la mayor parte de su tiempo no-OK en su Niño Vengativo (Yo estoy OK – Tú estás no-OK), jugando «Te pillé, desgraciado» o «Defecto», escalando raramente a un pago final de miniguión. Si lo llega a hacer, los rackets serán sentirse no amado o no deseado. Puede ser un Adulto constante ⁴², por haber tenido que ser el «hombre de la familia», ya sea porque fue el mayor o porque su padre no estaba cerca. Sus juegos también pueden incluir *Abrumado; Sólo trato de ayudarte; Francmasonería; o Ellos estarán contentos de haberme conocido*. Se le invitará a casarse con una mujer que tenga «Complace» como primer impulsor.

El Dr. Taibi Kahler, Miembro Provisional de Enseñanza, es miembro del personal del Instituto de Análisis Transaccional de San Diego.

El Dr. Hedges Capers, Miembro de Enseñanza, es el Director del Instituto de Análisis Transaccional de San Diego.

REFERENCIAS

1. Steiner, Claude. «Script and Counterscript», *TAB*, V:18, April, 1966, p.143.
2. Berne, Eric. *What do you say after you say Hello?*. New York: Grove Press, 1972, p. 233.
3. Ibid. p. 42.
4. Berne, Eric. *Sex in Human Loving*. New York: Simon and Schuster, 1970.
5. Steiner, Claude. «Script and Counterscript». *TAB*, V:18, April, 1966, p. 134.
6. Steiner, Claude. *Games Alcoholics Play*. New York: Grove Press, 1971, p. 47.
7. *What do you say after you say Hello?* p. 205.
8. Ibid.
9. Peck, Shulamit. Presented at the Eric Berne Seminar in San Francisco, September, 1973.
10. Kahler, T. and Cooper, T. «Classifications of Strokes and Discounts», unpublished ms.
11. James, M. and Jongeward, D. *Born to Win*. Menlo Park: Addison-Wesley, 1971, p. 1.
12. Berne, Eric. *Transactional Analysis in Psychotherapy*. New York: Grove Press, 1961.
13. Ibid. p. 123.
14. Capers, Hedges. WAVATAS Workshop, West Lafayette Indiana, Fall, 1971.
15. *What do you say after you say Hello?* p. 419.
16. Stuntz, Edgar. «Second order structure of the parent», *TAJ*, II:2, April 1972, p. 61.
17. Goulding, Mary and Goulding, Robert. Personal Communication.
18. Selinger, Zelig. Paper presented at the Ninth Annual Summer Conference, San Francisco, California. August, 1971.
19. Karpman, Stephen. «Fairy Tales and Script Drama Analysis», *TAB*, VII:26, 1968, p. 40.
20. Kesterson, John. «Miniscripts and Games», unpublished ms.
21. *What do you say after you say Hello?* pp. 110, 113..
22. Ibid. p. 107.
23. Selinger, Zelig. Paper presented at the Ninth Annual Summer Conference, San Francisco, California. August, 1971.
24. *What do you say after you say Hello?* pp. 132, 133..
25. Ernst, Franklin. «The OK Corral: The Grid for Get-On-With», *TAJ*, I:4, October 1971, p. 231.
26. *Sex in Human Loving*, p. 163-171.
27. Harris, Amy. «Good Guys and Sweethearts», *TAJ*, III:1, January 1972, pp. 13-19.
28. Berne, Eric. *Principles of Group Treatment*. New York: Oxford University Press, 1966, p. 278.
29. Schiff, Jacqui. «Reparenting Schizophrenics». *TAB* VIII: 31, July 1969, pp. 49-50.
30. *Born to Win*, p. 1.
31. *Transactional Analysis in Psychotherapy*, pp. 75-76.
32. Schiff, Jacqui. Personal Communication.
33. English, Fanita. «Episcript and the 'Hot Potato' Game», *TAB* VIII: 32, Oct 1969, pp.77-82.
34. Ernst, Franklin. «Psychological Rackets in the OK Corral», *TAJ* III:2, April 1973, pp. 19-23.

35. *Transactional Analysis in Psychotherapy*, p. 123.
36. Kahler, T. and Stuntz, E. «Treating Stupid Players», *TAJ* III:2, April 1973, p. 33.
37. Schiff, Jacqui. «Reparenting Schizophrenics». *TAB* VIII: 31, July 1969, pp. 58-60.
38. Such supervision is being done at the San Diego Institute for Transactional Analysis.
39. Crossman, Pat. «Permission and Protection», *TAB* V:19, July 1966, pp. 152-154.
40. Kahler, Linda. Personal communication.
41. Janov, Arthur. «Primal Scream» (film) 1971.
42. Born to Win. P. 219.