



**Vann Joines**

**EBMA 1994**

**Subject Area/Area of Contribution:** Integration of Transactional Analysis with Other Theories and Approaches: Integration of Paul Ware's Theory of Personality Adaptations with Redecision Therapy, Developmental Theory, Traditional Diagnosis, and TA Theory

**Works Cited:** "Using Redecision Therapy with Different Personality Adaptations," *TAJ*, 16 (3), 152-160 (1986)

"Diagnosis and Treatment Planning Using a Transactional Analysis Framework," *TAJ*, 18 (3), 185-190 (1988)

## **Uso de la Terapia de Redecisión Con Diferentes Adaptaciones de la Personalidad**

*Vann Joines*

Traducción: Rubén Parra Tarín

Revisión Técnica: Gloria Noriega Gayol

### **Resumen**

**La terapia de redecisión es una herramienta poderosa para el cambio terapéutico. Sin embargo, no puede ser usada con éxito de la misma manera con cada cliente. El trabajo de Paul Ware sobre las adaptaciones de la personalidad proporciona una excelente guía para acercarse a diferentes clientes e identificar los principales problemas del tratamiento para obtener los máximos resultados. Combinando esta información con el enfoque de la redecisión, el terapeuta puede aumentar en gran medida su eficacia al tratar a los diferentes tipos de clientes.**

## **Introducción**

La mayoría de los profesionales de la terapia de rededición han experimentado que el proceso de rededición fluye sin problemas con algunos clientes, mientras que con otros se desvanece. Esto da lugar a que los terapeutas asuman con frecuencia que la terapia de rededición «simplemente no funciona» con ciertos clientes. Sin embargo, en mi experiencia, el problema no está en el modelo, sino en la forma en que el terapeuta aborda al cliente.

El trabajo apasionante de Paul Ware (1983) sobre las adaptaciones de la personalidad sirve como una guía útil sobre cómo establecer contacto con los clientes y reconocer el área objetivo para el tratamiento y el área a evitar. En relación al trabajo de Ware, la aplicación más efectiva de la terapia de rededición variará de acuerdo a las adaptaciones de un cliente en particular.

## **Terapia de rededición**

La terapia de rededición está compuesta por tres amplias categorías de trabajo: la contratación, la clarificación del impasse y el trabajo de rededición (McNeel, 1977). La contratación especifica los objetivos del tratamiento y evita que este se convierta en un «juego» psicológico. La clarificación del impasse ayuda a preparar al cliente para el trabajo de rededición reprogramando al Padre, descontaminando al Adulto y desconfundiendo al Niño. El trabajo de rededición implica el trabajo emocional a través de experiencias tempranas, permitiendo así una rededición en el Niño que lleva a un cambio conductual.

La terapia de rededición (Goulding y Goulding, 1979) comienza al indicar el problema que se presenta, contratando para el cambio deseado y confrontando los «engaños» o formas en que el cliente intenta descontarse a sí mismo, al terapeuta o la realidad de la situación. A través de estos pasos, el terapeuta identifica el racket del cliente y el juego(s) utilizado para mantener el racket. El terapeuta también identifica la posición existencial (la creencia sobre uno mismo y los demás) en la que el cliente se mueve al final del juego. El racket más la posición existencial, son utilizados como estímulos para suscitar una escena temprana en la que estos fueron experimentados por primera vez por el cliente. Entonces se invita al cliente a re-experimentar la escena temprana en primera persona, de forma activa, y en el presente. El terapeuta hace que el cliente tome la parte del otro significativo, o de los otros significativos, en la escena, así como también la propia parte del cliente; el terapeuta escucha los mandatos que se le

dieron al cliente en ese momento, así como la decisión temprana del cliente en respuesta a esos mandatos. Se invita al cliente a sentir el poder y la satisfacción de la decisión temprana que mueve su energía del Niño Adaptado al Niño Natural. El terapeuta hace que el cliente se quede con la decisión inicial hasta que surja espontáneamente una «redecisión». La redecisión da lugar a una nueva conducta que requiere una práctica continua para sentirse cómodo. El terapeuta da caricias positivas y apoyo para la nueva conducta. Los diagramas de guiones dibujados por el terapeuta ayudan al estado del yo Adulto a reforzar lo que experimentó el estado del yo Niño.

La terapia de redecisión generalmente se hace en un grupo con el fin de proporcionar un mayor apoyo y caricias positivas para el cliente. Sin embargo, también se puede usar en terapia individual. Para crear un entorno propicio para el cambio se utilizan normas y técnicas específicas. La función del terapeuta es apoyar al Niño Natural, enfatizar el poder y la responsabilidad personal, separar el mito de la realidad, enfrentar la incongruencia y modelar un comportamiento saludable (McNeel, 1977).

Dando el tiempo adecuado, la mayoría de los clientes experimentan una protección suficiente en el ambiente propicio creado para entrar en el proceso de redecisión. Sin embargo, algunos clientes no se sentirán seguros al ingresar a un grupo o, una vez en un grupo, se defenderán firmemente contra cualquier vulnerabilidad. Incluso en sesiones individuales, puede tomar mucho tiempo y muchas pruebas del terapeuta antes de que ellos se abran. En tales casos, la información sobre las adaptaciones de la personalidad puede ayudar al terapeuta a encontrar la mejor manera de usar la terapia de redecisión para facilitar el cambio. El material sobre adaptaciones de la personalidad también puede permitir al terapeuta usar la terapia de redecisión de manera más fluida con todo tipo de clientes.

### **Adaptaciones de la Personalidad**

Paul Ware sugiere que los individuos hacen seis tipos básicos de adaptaciones de personalidad, según cómo sobrevivieron en su familia de origen o en cualquier grupo que sustituya a su familia de origen. Una persona puede manifestar cualquiera de estas adaptaciones y estar saludable o estar en cualquier parte del continuo tradicional de la psicopatología. Por lo tanto, las adaptaciones no implican ni salud ni patología, sino simplemente un estilo adaptativo. Los seis tipos básicos de adaptaciones de personalidad son:

1. Soñadores Creativos, tradicionalmente llamados Esquizoides;
2. Brillantes Escépticos, tradicionalmente llamados Paranoides;
3. Manipuladores Encantadores, tradicionalmente llamados Antisociales;
4. Críticos Juguetones, tradicionalmente llamados Pasivo-Agresivos;
5. Adictos al Trabajo Responsables, tradicionalmente llamados Obsesivo-Compulsivos; y
6. Entusiastas Exagerados, tradicionalmente llamados Histéricos.

Las primeras tres adaptaciones se describen como adaptaciones «primarias» porque se desarrollan en los primeros tres años de vida en respuesta a cómo los padres interactúan con el niño. Ware cree que cada individuo tiene al menos una de estas adaptaciones primarias o de supervivencia; es decir, cuando se siente amenazada, cada persona vuelve a una o más de estas adaptaciones.

Las últimas tres adaptaciones son «secundarias», ya que se desarrollan en los segundos tres años de vida en respuesta a lo que los padres enfatizan sobre cómo relacionarse con el mundo exterior. Los individuos pueden o no, tener una o más de estas adaptaciones secundarias. Algunas personas nunca superan los problemas básicos de supervivencia en su propio desarrollo.

Son posibles varias combinaciones de adaptaciones. Algunas personas solo tienen adaptaciones primarias. Sin embargo, la mayoría de las personas tienen una adaptación primaria predominante y una secundaria predominante. Finalmente, algunos individuos tienen más de una adaptación primaria o más de una secundaria, o ambas.

Cada adaptación tiene su forma única («puerta abierta») de hacer contacto con el mundo, una «puerta objetivo» para el tratamiento y una «puerta trampa» donde las personas tienden a quedarse atoradas. La mayor vulnerabilidad, y por lo tanto la mayoría de las defensas, se encuentra en el área de la «puerta trampa». Irónicamente, es también ahí donde aparecerá el mayor cambio como resultado de la terapia, pero ocurrirá trabajando con el área objetivo y no con el área trampa.

La puerta abierta será, o bien un pensamiento, un sentimiento o una conducta, y a través de ella el terapeuta puede establecer contacto y establecer una buena relación con el cliente. Cuando un cliente se mueve de una adaptación a otra, el terapeuta debe cambiar el enfoque para mantener un contacto efectivo y continuar dirigiendo el tratamiento al área objetivo donde es más probable que se realice el cambio.

## **Históricos**

Para los Entusiastas Exagerados o Históricos, la puerta abierta para hacer contacto es el sentimiento. Como ellos tratan con el mundo principalmente a través de sentimientos, necesitan integrar el pensamiento para estar completos. Por lo tanto, aunque el pensamiento es la puerta objetivo para el tratamiento, el camino es a través de los sentimientos. Los Entusiastas Exagerados tienden a sentir lateral o superficialmente. Si el terapeuta les invita a sentir en profundidad, se moverán hacia el pensamiento. El terapeuta puede hacer un mejor contacto con los sentimientos del Histórico, operando desde el Padre Nutritivo y el Niño Natural.

El siguiente paso es incluir el estado del yo Adulto para obtener el pensamiento del cliente. La conducta es la puerta trampa. Como ya están haciendo todo lo posible para «Complacer a otros», la conducta es el área en la que se sienten más vulnerables. Por consiguiente, las confrontaciones de la conducta con los Históricos los llevan a sentirse a la defensiva, quedarse atorados o abandonar el tratamiento. El terapeuta sabio evitará usar un estado del yo Padre Crítico. A medida que los Históricos responden al tratamiento, se comportan de manera más apropiada en lugar de reaccionar de forma exagerada, un cambio que se efectúa trabajando más con el pensamiento que con la conducta del Histórico.

El proceso de rededición generalmente fluye fácilmente con los Históricos porque se sienten de forma natural, y el trabajo de la contratación y la clarificación del impasse provocan su pensamiento. El principal engaño con este tipo de clientes suele ser «supongo» o «no puedo», los rackets son tristeza y miedo, y los principales mandatos son «No pienses», «No crezcas» y «No seas importante». La puerta de escape que debe cerrarse es la de: huir, incluyendo el suicidio.

## **Obsesivo-Compulsivos**

Los Adictos al Trabajo Responsables u Obsesivo-Compulsivos, hacen contacto con el mundo principalmente a través del pensamiento. Necesitan integrar el sentimiento para estar completos. Aunque el sentimiento es la puerta objetivo para el tratamiento, el camino a sus sentimientos es a través de su pensamiento. Los Obsesivo-Compulsivos piensan lateralmente, de la misma manera que los histéricos sienten lateralmente. Si el terapeuta invita a este cliente a pensar en profundidad, comenzarán a surgir los sentimientos. El estado del yo Adulto es el que se usa para contactar el pensamiento, y el Padre Nutritivo y el

Niño Natural son importantes para invitar al cliente al área objetivo del sentimiento. Como la conducta es la puerta trampa, las confrontaciones del Padre Crítico no funcionan. Los Obsesivo-Compulsivos ya están haciendo todo lo que saben para «ser perfectos». Una vez que responden al tratamiento, los Obsesivo-Compulsivos se despiertan, se relajan, juegan y dejan de verse tan perfectos. El camino hacia ese cambio de conducta es provocado por sus sentimientos en lugar de confrontar su conducta.

La terapia de redecisión con los Obsesivo-Compulsivos es bastante directa porque la puerta abierta es el pensamiento y la puerta objetivo es el sentimiento. El trabajo generalmente pasa de la contratación, a la clarificación del impasse y al trabajo de redecisión que libera las emociones. Los engaños son «más», «mejor» y «capaz de»; Los rackets son ansiedad, culpa y depresión. Los principales mandatos son «No seas un niño», «No seas importante» y «No sientas». La puerta de escape a cerrar es la de: trabajando hasta la muerte.

## **Paranoides**

Trabajar con Brillantes Escépticos o Paranoides es parecido a trabajar con Obsesivo-Compulsivos en que tienen las mismas puerta abierta, puerta objetivo y puerta trampa. La principal diferencia es que los Paranoides tienen aún menos estado de yo Niño disponible. Además de «Ser perfectos», también se les enseñó a «Ser fuertes» y actúan como si no tuvieran ningún sentimiento vulnerable. Son pensadores agudos, pero a veces perciben estímulos erróneos y se vuelven delirantes. El estado del yo usado para establecer contacto es el Adulto. El estado del yo utilizado para provocar el área objetivo del sentimiento es el Padre Nutritivo. Los paranoides no responderán bien al Niño Natural en las primeras etapas del tratamiento porque es probable que vean la diversión como tonta o infantil y sean escépticos respecto a la motivación del terapeuta. También competirán o pelearán con cualquier Padre Crítico dirigido contra ellos. De vez en cuando, el terapeuta verá destellos del Niño Natural. Es importante acariciar y apoyar positivamente al Niño a fin de generar confianza, entendimiento y seguridad para que el Niño salga más lejos. Por lo tanto, el mayor cambio se verá en su conducta, y este se logrará trabajando con sus sentimientos.

Con los Paranoides el proceso de redecisión suele proceder lentamente porque les lleva más tiempo confiar en el terapeuta y en el proceso terapéutico. Tienen dudas sobre ceder control al terapeuta, hacer trabajo de dos sillas o moverse a los sentimientos. Gran parte del esfuerzo inicial del terapeuta consiste en establecer y mantener la confianza siendo consistente y confiable. Una vez que

el Paranoide se siente seguro de ser vulnerable con el terapeuta, él o ella estarán dispuestos a pasar por el proceso de redecisión. Gran parte del trabajo consiste en descontaminar al Adulto y reprogramar al Padre para que sea seguro que el Niño salga. El trabajo de redecisión crítica gira en torno a ellos sintiendo su miedo, experimentando apoyo e incorporando la protección que necesitan para dejar de lado su control excesivo. Los engaños a tener en cuenta incluyen «deberías», «habrías» y «necesitarías» del Padre y el «ser capaz de» del Niño. Los rackets generalmente son ansiedad y enojo. Los principales mandatos son «No sientas», «No confíes» y «No seas un niño», y la puerta de escape a cerrar es: homicidio.

## **Esquizoides**

Con los Soñadores Creativos o Esquizoides, la conducta es la puerta abierta. La conducta utilizada es la pasividad en retirada. El pensamiento es la puerta objetivo, el área que necesita integración para que el individuo se vuelva completo. El pensamiento se hace internamente pero no se comparte externamente. Los Esquizoides necesitan compartir pensamientos externamente, obtener caricias por pensar y llevarlo al cierre solucionando problemas. Con los Esquizoides, es importante establecer contacto con un estado del yo Padre Controlador que comunique expectativas claras que ellos están activos. El terapeuta tiene que interrumpir el pensamiento interno del Esquizoide y sacarlo de ahí. Luego, el terapeuta, usando el estado del yo Adulto, puede trabajar con su área objetivo de pensamiento. El área para alejarse de la puerta trampa es el sentimiento. Se supone que los Esquizoides «Sean fuertes» y no tengan sentimientos y necesidades. Cuando se sienten mal, se sienten atorados porque tratan de ignorar los malos sentimientos, lo cual no funciona. Mientras trabajan en el área objetivo del pensamiento, el mayor cambio se verá en los sentimientos. Ellos resolverán problemas en lugar de retirarse y sentirse mal, y se volverán más animados y emocionados.

La clarificación del impasse es una parte clave del proceso de redecisión con los clientes Esquizoides y, a menudo, es necesaria antes de que puedan hacer un contrato claro. Dado que ellos tratan de evitar un problema en lugar de solucionarlo, el terapeuta debe volver a traerlos continuamente al problema con una fuerte afirmación de que ellos son competentes y pueden resolverlo. El trabajo de redecisión en sí mismo, suele realizarse tanto con los pensamientos como con los sentimientos. Un engaño frecuente que usan los Esquizoides es sustituir el pronombre «eso» por «yo» y usar verbos pasivos en lugar de verbos activos. Es fundamental conseguir que ellos experimenten su propio poder y responsabilidad personales en la situación. El racket es a menudo, entumecimiento y confusión.

Los principales mandatos son «No pienses», «No seas importante», «No te sientas enojado o emocionado», «No disfrutes», «No pertenezcas» y «No seas sano». La principal puerta de escape a cerrar es la de: volverse loco.

## **Pasivo-Agresivos**

Con los Críticos Juguetones o Pasivo-Agresivos, también la conducta es la puerta abierta. Estas personas a menudo son más difíciles de tratar porque hacen contacto con una conducta pasiva agresivamente. Por ejemplo, un cliente Pasivo-Agresivo podría decir airadamente, «¡Dios mío, seguro que hace calor en esta habitación!» y esperar que alguien más haga algo al respecto. El sentimiento es la puerta objetivo para el tratamiento. La puerta trampa es el pensamiento. Se supone que deben «Tratar duro» y, por lo general, terminan yendo y viniendo en una lucha de poder interno, sin llegar a ninguna parte. Para hacer contacto con el Pasivo-Agresivo, el terapeuta necesita usar el Niño Natural y jugar con ellos. Si el terapeuta usa el Padre, el cliente se involucrará en una lucha de poder con el terapeuta. Cualquier intento de usar el Adulto usualmente se escuchará como Padre. Una vez que el terapeuta ha establecido una relación utilizando el Niño Natural, es útil incluir el Padre Nutritivo para poder trabajar con el área objetivo de los sentimientos. A medida que los Pasivo-Agresivos lidian con los sentimientos, especialmente con el dolor, el mayor cambio se verá en su pensamiento. Se moverán fuera de una posición de *cualquiera/o* y dejarán de luchar.

La principal forma de usar la terapia de redecisión con el Pasivo-Agresivo es permanecer al lado de su Niño Natural, jugando continuamente con ellos. A menudo es infructuoso intentar hacer contratos o cualquier otra cosa que involucre de manera directa el pensamiento del cliente. Paradójicamente, acariciar al Niño Rebelde y aconsejar en broma contra el cambio suele ser mucho más productivo. La mejor postura para el terapeuta es ser arrastrado pateando y gritando a través del proceso terapéutico protestando el cambio del cliente a cada paso. Al hacer esto, el terapeuta se hace cargo de la resistencia para que el cliente no tenga que usarla como defensa y, por lo tanto, es libre de usar su energía para moverse en una dirección positiva. Los Pasivo-Agresivos son dolorosamente conscientes de su impasse, y el juego les ayuda a renunciar. El trabajo de redecisión en un punto posterior a menudo es útil para liberar el dolor asociado con las primeras luchas de poder con los padres y para experimentar la capacidad de sobrevivir sin luchar. Los principales engaños para los Pasivo-Agresivos son «no sé» y el uso de «pero». Los rackets son, frustración y confusión. Los principales mandatos son «No lo hagas», «No crezcas», «No sientas» y «No te acerques». La puerta de escape a cerrar es: volverse loco.



## **Antisociales**

Los Manipuladores Encantadores o Antisociales son otra adaptación en la cual la conducta es la puerta abierta. Hacen contacto con una conducta agresiva activamente. Intentan encantar o intimidar a otros para obtener la ventaja en una situación. Para crecer, necesitan integrar el sentimiento, que es la puerta objetivo. Su puerta trampa es el pensamiento. Los Antisociales usan principalmente al Pequeño Profesor (el Adulto en el Niño) e intentan engañar y hacer tontos a los demás. Intentan «Ser fuertes» y «Complacer a otros» de una manera confiable. No usan el Adulto para pensar en las consecuencias a largo plazo. Para mantenerse al día con ellos, el terapeuta necesita usar a su Pequeño Profesor también para confrontar y exponer los intentos de engaños al terapeuta. Al agregar un Adulto, el terapeuta tiene la ventaja porque los Antisociales usarán juegos, que son patrones muy predecibles. El terapeuta puede predecir a dónde van, llegar antes de que lo hagan y sorprenderlos. Los Antisociales estarán intrigados e inicialmente se involucrarán en la terapia para descubrir cómo puede hacer eso el terapeuta. Usando el Padre Nutritivo, el terapeuta puede moverse hacia el área objetivo de los sentimientos preguntando qué es lo que realmente deseaban y suponían que no podían obtener directamente, lo que les llevó a probar algo torcido en su lugar. Si el terapeuta intenta trabajar solo desde el Adulto, los Antisociales correrán en círculos alrededor de él o ella. El terapeuta se quedará aún más atrás si él o ella trabajan desde el Padre. Los Antisociales prueban mucho antes de comprometerse con el proceso terapéutico para determinar si el terapeuta tiene integridad y seguirá siendo confiable. A medida que tratan con los sentimientos y se permiten ser reales en lugar de fingir, el mayor cambio se verá en su pensamiento. Ellos empiezan a usar su Adulto para considerar las consecuencias a largo plazo y para resolver problemas y satisfacer sus necesidades en cooperación con otras personas en lugar de tratar de engañar a los demás.

Dado que los Antisociales luchan contra estar en una posición vulnerable, no comenzarán a trabajar inicialmente en la redecisión o «fingirán» hacerlo como un engaño. Por lo tanto, la etapa inicial de la terapia de redecisión con los Antisociales consiste principalmente en confrontar los engaños hasta que comiencen a actuar de manera directa. Por lo tanto, la clarificación del impasse comprende la mayor parte del trabajo, y la redecisión funciona en las últimas etapas para ayudarlos a lamentar el abandono temprano que experimentaron. Inicialmente casi todas las conductas son una contradicción. Por lo tanto, es importante esperar para hacer el contrato hasta que empiecen a hablar de manera directa sobre los cambios que quieren hacer. Incluso entonces es útil dejar la carga de la prueba en ellos para demostrar a través de la acción que son sinceros

acerca de lo que dicen. Sus rackets son, enojo y confusión. Los principales mandatos son «No confíes», «No lo hagas», «No te sientas asustado o triste» y «No pienses» (es decir, para resolver problemas; piensa en ser más astuto y hacer tontos a los demás). La puerta de escape a cerrar es: el homicidio.

### **Adaptaciones Combinadas**

Dado que la mayoría de las personas tienen una combinación de adaptaciones, el terapeuta necesita seguir al cliente cuando él o ella se muevan de una adaptación a otra y altere el enfoque en consecuencia. Se necesitan diferentes estrategias para trabajar con las diferentes combinaciones de adaptaciones. Además, las propias adaptaciones de la personalidad del terapeuta facilitaran naturalmente el trabajo, más con algunos clientes que con otros, pero con el tiempo el terapeuta puede volverse hábil para trabajar con cualquiera de las adaptaciones. A continuación se presentan algunas descripciones básicas de las combinaciones típicas y los enfoques de tratamiento correspondientes.

### **Paranoide e Histórica**

Los individuos con una adaptación primaria Paranoide y una adaptación secundaria Histórica tienden a operar en extremos. Ellos se mueven entre representar la parte Histórica de su personalidad y ser críticos con ellos mismos y con otros desde la parte Paranoide. A menudo comienzan abiertos y confiados con los demás y no establecen límites apropiados para protegerse a sí mismos. Luego, cuando resultan heridos, se mueven a una posición sospechosa, definiendo a los demás como No-OK y manteniéndolos al margen mientras se golpean internamente. Una persona con una estructura Maníaco-Depresiva a menudo tiene estas adaptaciones junto con el Antisocial.

El problema principal del tratamiento para las personas con una combinación de adaptaciones Paranoide e Históricas es integrar el pensamiento y el sentimiento para que no se muevan entre tales extremos. Necesitan aprender a establecer límites apropiados tanto con los demás como consigo mismos para que no permitan que otros abusen de ellos ni reaccionen de manera exagerada. A medida que el sentimiento y el pensamiento se integran, comienzan a poseer su poder y aprobación y ya no son tan vulnerables a la crítica del comportamiento.

## **Paranoide y Obsesivo-Compulsivo**

Las personas con una adaptación primaria Paranoide y una adaptación secundaria Obsesivo-Compulsiva tienden a ser inteligentes y con frecuencia exitosas en su trabajo o profesión. Su fuerza está en su capacidad de pensar. Tienden a tener problemas para permitirse sentir y estar cerca de los demás. También son sensibles a la crítica conductual. Buscan caricias principalmente por hacer, ponen mucha energía para controlarse a sí mismos y a los demás, y sienten miedo de que, si se acercan demasiado, otros verán sus imperfecciones.

Tratar a estos individuos implica ponerlos en contacto con sus sentimientos y experimentarse a sí mismos como OK teniendo sentimientos y sin tener que permanecer «en control». El sentimiento más importante a tratar es su miedo. A medida que se permiten sentir miedo y reciben el apoyo y la protección que necesitan, comienzan a sentirse seguros de estar cerca de los demás.

## **Paranoide y Esquizoide**

Una característica notable de los individuos que tienen adaptaciones primarias tanto Paranoide como Esquizoide es la retirada. Tienden a contenerse y se aseguran de que las cosas estén seguras antes de revelar mucho sobre ellas mismas. Son pensadores muy creativos y brillantes, pero no siempre comparten su pensamiento con los demás, tienden a preferir actividades solitarias. A menudo son inventores o científicos de investigación. Tienen dificultades para confiar en los demás y para permitir que otros se acerquen. Aprendieron temprano a ser fuertes, a no tener sentimientos y necesidades y ser autosuficientes.

Los principales problemas de tratamiento para estas personas son aprender a confiar en los demás, experimentándose como OK teniendo sentimientos y necesidades, compartiendo su pensamiento externamente y llevándolo al cierre mediante la resolución de problemas y la adopción de medidas. Al hacer estas cosas, interactúan más libremente con los demás y comienzan a satisfacer sus necesidades de intimidad. El terapeuta debe ir lento al principio y ser confiable y consistente para establecer la confianza.

## **Paranoide y Pasivo-Agresivo**

Una característica importante de las personas con una adaptación primaria Paranoide y una adaptación secundaria Pasivo-Agresivo, es su necesidad de

controlar. Tienen miedo de ser vulnerables y tienden a mantener a los demás al margen. A menudo son habladoras y se relacionan libremente con otros a un nivel superficial, pero tienden a manchar a otros para justificar su falta de intimidad. A menudo estaban muy controlados y experimentaban dificultades cuando eran niños. Como resultado, aprendieron a tratar de controlar las situaciones para protegerse de ser heridos.

Tratar a las personas con una combinación de adaptaciones Paranoide y Pasivo-Agresiva implica establecer confianza al permanecer confiable y consistente mientras tratan de encontrar imperfecciones y luego lentamente ayudándoles a experimentar que pueden tener sentimientos y seguir estando bien. Los sentimientos más importantes para que experimenten son miedo y dolor. A medida que experimenten estos sentimientos, necesitarán la protección y el cuidado que se perdieron cuando eran niños. Obtener esto les permite sentirse seguros con las personas y comenzar a permitir que otros se acerquen. Trabajar con esta combinación de adaptaciones es complicado porque, mientras que el pensamiento es la puerta abierta para los Paranoide, es la puerta trampa para los Pasivo-Agresivos. Además, ser juguetón es la forma de establecer contacto con el Pasivo-Agresivo, pero el Paranoide desconfiará. Por lo tanto, el terapeuta debe seguir de cerca cuando el cliente cambia las adaptaciones y se muestra ligeramente juguetón o pasa a pensar como corresponde.

## **Paranoide y Antisocial**

Las personas que tienen adaptaciones primarias Paranoide y Antisocial son buenos emprendedores. Tienen el brillante pensamiento del Paranoide más el pensamiento creativo del Antisocial. La parte Paranoide mantiene a la parte Antisocial en línea, y la parte Antisocial evita que la parte Paranoide sea tan rígida. Esta poderosa combinación puede resultar en un individuo altamente inteligente y carismático. Las personas con estas adaptaciones a menudo se convierten en líderes en sus campos y con frecuencia entran en los negocios, el derecho, la política, la religión o la medicina. Su dificultad está en las relaciones íntimas. Básicamente, no confían en otras personas y tratan de mantenerse en una posición ascendente para no ser vulnerables.

El área objetivo para tratar a estos individuos es el sentimiento. Necesitan desarrollar confianza y experimentar que es seguro permitir que otras personas se cierren y se abran emocionalmente. El terapeuta debe ir despacio y permanecer confiable y consistente al tiempo que combina pensamientos y confrontaciones de «Pequeño Profesor» para lograr que el cliente deje de amedrentar a todos. A

medida que el cliente se abre, el terapeuta debe estar disponible para su Niño de una manera enriquecedora que contrarreste el abandono emocional que el cliente experimentó cuando era niño. El resultado es que la persona describe cómo relajarse, acercarse a los demás y satisfacer sus necesidades de intimidad en lugar de permanecer en una posición superior para no ser vulnerable.

### **Esquizoide e Histórica**

Las personas con una adaptación primaria Esquizoide y una adaptación secundaria Histórica son individuos cariñosos que ponen mucha energía en atender los sentimientos y necesidades de otras personas, con frecuencia en detrimento de las propias. Estos clientes tienden a esperar que otras personas estén tan preocupadas por los sentimientos del cliente como el cliente lo está de los sentimientos de los demás y se molestan cuando esto no sucede. A veces parecen un poco inseguros porque, con ambas adaptaciones, el pensamiento es el área objetivo. Estas personas a menudo se mueven de involucrarse con otros cuando se sienten positivos a retirarse de los demás cuando se sienten molestos. Son personas creativas que a menudo tienen dificultades para decidir qué acción tomar en una situación particular.

El enfoque del tratamiento para las personas con adaptaciones primaria Esquizoide y secundaria Histórica, es involucrar el pensamiento nutriéndolos y formulando preguntas para involucrar al Adulto. Un Padre limitante y firme es necesario a veces, para detener la escalada de sus sentimientos de indefensión. Cuando comienzan a pensar, reclaman su poder, solucionan problemas y establecen límites apropiados con los demás, mantienen sus sentimientos positivos y se mantienen comprometidos, tomando la acción apropiada cuando es necesario.

### **Esquizoide y Obsesivo-Compulsivo**

Las personas con una adaptación Esquizoide primaria y una adaptación secundaria Obsesivo-Compulsivo tienden a ser amables, solidarias y comprensivas. Están preocupados por hacer lo correcto, son responsables y generalmente ponen primero los sentimientos y las necesidades de otras personas. Tienen dificultades para decir «no» y tienden a cuidar a otras personas en su propio detrimento. Estas personas son excelentes empleados. Trabajan duro y largo, hacen las cosas bien y, a menudo, descifran las cosas por su cuenta. Son leales, dedicados y piden poco por ellos mismos. La principal dificultad que

tienen es satisfacer sus propias necesidades cuando se rodean con otras personas. Por lo general, se retiran para hacer cosas por sí mismos. Disfrutan estando solos porque luego pueden concentrarse en lo que quieren.

Tratar a estos individuos implica ayudarlos a recuperar su sentido de importancia y su derecho a ocupar espacio y hacer demandas al mundo. Un Adulto claro y un Padre Nutritivo firme y cuidadoso son importantes para dar a estos clientes el permiso para hacer valer sus derechos en relación con los demás. A medida que experimentan la expectativa firme del terapeuta de que son activos y se ocupan de sus necesidades, sienten el permiso para afirmarse. Ser más activos y reclamar su espacio en el mundo da lugar a que sean más animados y juguetones en sus interacciones con los demás. Entonces ya no es necesario que se retiren para satisfacer sus necesidades.

### **Esquizoide y Pasivo-Agresivo**

Cuando Esquizoide es la adaptación primaria y Pasivo-Agresivo es la adaptación secundaria, los individuos tienden a adoptar una postura pasiva en relación con la resolución de problemas. Buscan a otras personas para que les proporcione soluciones y a menudo transmiten una sensación de futilidad cuando se enfrentan a la hora de actuar ellos mismos. Pueden ser obstinados, aferrándose a lo suyo cuando están enojados y alguien está tratando de interactuar con ellos. Lo mejor es dejarlos solos hasta que estén listos para hacer otra cosa. En general, son amigos y empleados leales. Son fáciles de llevar, pero también pueden ser cambiantes. Necesitan aprender cómo actuar cuando se enfrentan a un problema en lugar de deprimirse o hacer pucheros.

El principal problema de tratamiento con estos clientes es ayudarlos a integrar el sentimiento y el pensamiento para resolver problemas. Es útil mantenerse atento para establecer una relación con ellos y también para comunicar expectativas claras y firmes para la terapia con el fin de darles permiso para estar activos. Después de establecer una buena relación, el terapeuta debe concentrarse en el pensamiento al hacer que el cliente piense en voz alta y luego en sentimientos para integrarlos. A medida que esto sucede, se vuelven más activos en sus interacciones con los demás y se mueven para actuar cuando surgen problemas en lugar de sentirse molestos, retirarse y volverse pasivos. Como resultado, todo su comportamiento adquiere un aspecto más ligero.

## **Antisocial e Histérico**

Una adaptación primaria de Antisocial y una adaptación secundaria Histérica, resulta en una persona que es dramática y que capta la atención. Un hombre tenderá a ser del tipo que es amigo de todos, siempre se ríe y bromea, pero no se parece mucho a nadie. Se relaciona de manera ligera y superficial y está aterrorizado por la intimidad. Una mujer a menudo será seductora y se vengará de los hombres. Ella interpretará el «vampiro» o «sirena» usando el sexo para manipular mientras teme la verdadera intimidad. A estas personas les va bien en el teatro u otras artes escénicas donde pueden llamar la atención de un público admirador a una distancia segura.

El principal problema de tratamiento para estas personas es ayudarlos a resolver su miedo a la intimidad. Es importante que tengan una relación de confianza y cuidado con el terapeuta en la que puedan experimentar intimidad en un contexto seguro con un riesgo mínimo. Desarrollar una relación de este tipo lleva tiempo y un terapeuta que pueda resistir las pruebas del cliente. El terapeuta debe enfrentar suavemente los engaños sutiles que estos clientes usan para fingir estar cerca cuando no lo están, y gradualmente ayudarlos a arriesgarse a ser reales con los demás. Esto implica trabajar con los sentimientos que rodearon el abandono que experimentaron cuando eran niños y revertir la decisión que tomaron de no volver a confiar en nadie. También deben aprender cómo reparar el daño, cuando resultan heridos en relaciones actuales, en lugar de intentar vengarse. A medida que estos clientes aprenden a confiar y resolver problemas con otros, comienzan a verse reales y humanos. Ya no están aterrorizados por la cercanía y comienzan a establecer relaciones personales satisfactorias.

## **Antisocial y Obsesivo-Compulsivo**

Las personas que tienen una adaptación Antisocial primaria y una adaptación Obsesivo-Compulsiva secundaria a menudo se desempeñan bien en los negocios. La parte Obsesivo-Compulsiva ayuda a mantener la parte Antisocial en línea, y la parte Antisocial ayuda a evitar que la parte Obsesivo-Compulsiva sea demasiado tediosa y aburrida. La persona puede promocionar y vender con la parte Antisocial, seguir usando la parte Obsesiva-Compulsiva y entregar un buen producto de manera responsable. La dificultad principal para tal individuo es sentirse cómodo en las relaciones personales cercanas.

La terapia consiste principalmente en ayudar a estos clientes a aprender cómo lidiar con los sentimientos y sentirse cómodos con la cercanía. El terapeuta

debe estar al tanto de la conversación de ventas fluidas, enfrentar suavemente la evitación de sentimientos, guiarlos hacia sus propios sentimientos y enseñarles cómo usar los sentimientos para interactuar con los demás y resolver problemas. Este proceso lleva tiempo y requiere una relación de confianza y seguridad con el terapeuta. A medida que estos clientes aprenden a integrar los sentimientos con el pensamiento y el comportamiento, y a usar los sentimientos en relación con los demás, comienzan a relajarse y a disfrutar de relaciones cercanas y satisfactorias.

### **Antisocial y Pasivo-Agresivo**

Cuando la adaptación primaria es Antisocial y la adaptación secundaria es Pasivo-Agresiva, los individuos tienden a invertir mucha energía en las interacciones con los demás. Sin embargo, estas interacciones son generalmente superficiales y sin mucha proximidad. La intimidad es difícil para estas personas. Adoran la emoción y el drama y generalmente los sustituyen por la intimidad. También pueden ser muy destructivos en sus relaciones. No confían en los demás, y a menudo buscan airadamente la venganza por las injusticias que sentían cuando eran niños. Por lo tanto, pueden ser muy dañinos al sentirse justificados en lo que hacen.

Tratar a estos clientes implica una confrontación y un claro establecimiento de límites desde un lugar lúdico y solidario. El cliente generalmente evaluará al terapeuta de todas las maneras posibles antes de establecer la confianza. El terapeuta debe ser paciente, confiable y consistente. Una vez que las pruebas hayan terminado, el cliente será muy leal. El área objetivo para el tratamiento está permitiendo que el cliente maneje sus sentimientos y aprenda a tener en cuenta los sentimientos de otras personas. A medida que esto sucede, el pensamiento y la actitud del cliente hacia el mundo cambian y él o ella se suavizan, se preocupa por los demás y aprende a tener relaciones más satisfactorias.

### **Adaptaciones Múltiples**

Además de las diversas combinaciones descritas anteriormente, las adaptaciones tercera y cuarta también pueden ocurrir en el mismo individuo. Estos simplemente alterarán ligeramente la personalidad en la dirección de esas adaptaciones. Al tener en cuenta la información general sobre cada una de las adaptaciones, el terapeuta puede ajustar el enfoque de tratamiento en consecuencia. A medida que el terapeuta adquiera más experiencia trabajando con las diversas combinaciones de adaptaciones, él o ella aprenderán estrategias



generales para facilitar el proceso, aunque cada persona debe ser respetada como un individuo único.

## **Conclusión**

La terapia de redecisión es una herramienta poderosa para permitir el cambio personal. Su efectividad con los clientes con diferentes adaptaciones de personalidad está determinada por qué parte del enfoque general se usa y en qué secuencia. Para muchas de las adaptaciones, la confianza es un tema básico. En tales casos, es poco probable que los individuos ingresen inmediatamente al proceso de redecisión, pero necesitarán tiempo para evaluar al terapeuta para asegurarse de que sea confiable y consistente. Solo entonces, los clientes están dispuestos a ser liderados a través de un proceso que implica lidiar con sus problemas más vulnerables. Conociendo esta información sobre adaptaciones de la personalidad y las características principales de las diferentes combinaciones, el terapeuta puede establecer contacto de tal manera que permita la confianza y dirija el tratamiento al área objetivo que con mayor probabilidad resulte en una resolución, al tiempo que evita la trampa en la que termina a menudo el individuo. De este modo, la teoría de las adaptaciones de la personalidad mejora mucho el poder de la terapia de redecisión como un enfoque de tratamiento.

*Vann Joines, M.Div., Es Presidente del Southeast Institute for Group and Family Therapy, Chapel Hill, Carolina del Norte, EE. UU. Es Didacta y Supervisor Clínico Certificado de ITAA y el Presidente del Comité de Exámenes de la Junta de Certificación de ITAA Envíe las solicitudes de reimpresión a Vann Joines, Southeast Institute, / 03 Edwards Ridge Rd., Chapel Hill, Carolina del Norte, U.S.A. 27514.*

## **REFERENCIAS**

- Ware, P. (1983). Personality adaptations. *Transactional Analysis Journal*, 13, 11-19.
- McNeel, J. (1977). The seven components of redecision therapy. In G. Barnes, (Ed.), *Transactional Analysis After Eric Berne* (pp. 425-441). New York: Harper & Row.
- Goulding, M., & Goulding, R. (1979). *Changing lives through redecision therapy*. New York: Brunner/Mazel.