

MODELO ORIGINAL DE BERNE DE LOS ESTADOS DEL YO . DISCUSIÓN TEÓRICA

Por **Petrüska Clarkson, Ph. D.** Maria Gilbert, M.A. Londres

Publicado en *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 13, 1986: 309-314.

Traducción: Montserrat de la Mata y Carmen Bernia.

PARTE I

Resumen:

Este trabajo discute el modelo estructural original de Berne de los Estados del Yo, clarificando en particular la concepción del autor sobre el Estado del Yo Adulto integrado. Según este modelo original de Estado del Yo, la meta psicoterapéutica es la consecución de un Estado del Yo Adulto totalmente integrado, sin interferencias, completas o parciales, de experiencias personales arcaicas o de material introyectado no integrado. La contribución esencial de Berne, de que los Estados del Yo Padre, Adulto y Niño son fenómenos existenciales y no constructos teóricos es subrayada y elaborada en este trabajo

El Análisis Transaccional, como en principio fue desarrollado por Eric Berne (1957), es una teoría integradora de psicología intrapersonal e interpersonal y de psicoterapia que intenta combinar la claridad del conductismo y la profundidad potencial del "insight" psicoanalítico con un sistema de valores humanísticos. El propósito de la primera parte de este artículo es el recordar, tanto a la comunidad académica como a los estudiantes de Análisis Transaccional, lo primero que Berne escribió sobre los Estados del Yo.

Creemos que debido a la popularización excesiva de las simplificaciones conductistas del Análisis Transaccional en sus primeros años, el valor del modelo original de Berne se ha obscurecido. Este artículo es un intento de ayudar a corregir ese desequilibrio y definir algunas consecuencias prácticas de usar este modelo de Estados del Yo. No es nuestra intención el discutir este modelo en relación con el modelo funcional (comportamental), tal y como se ha hecho excesivamente en otras ocasiones Nahler, 1978, Erksine y Trautman 1981, Drego 1981). Tampoco queremos explorar y contrastar el modelo fenomenológico original de Berne a costa de interpretaciones comportamentales, sino complementarias.

En sus escritos, Berne ha sido con frecuencia inconsistente y contradictorio como muchos otros creadores. Tal vez sea tarea de esta generación de clínicos de Análisis Transaccional el reparar el análisis original de Estados del Yo del aluvión de modelos confusos que hoy están en uso. También creemos que la articulación de este modelo de Estados del Yo tiene un valor o un significado particular para establecer un puente conceptual con clínicos procedentes de otras tradiciones, tales como el psicoanálisis, la psicoterapia con gestalt y la hipnoterapia de Erickson.

lo tanto no necesito preocuparme". Con la ayuda de estos pacientes Berne identificó y utilizó ambos aspectos diferentes de su personalidad. Se podían observar dos diferentes Estados del Yo conscientes, uno el de un Ego maduro y otro equivalente a un Estado del Yo más primitivo. Fue muy importante que ambos fueran conscientes y que ambos pertenecieran al sistema de Estados del Yo. Berne comprobó que uno, no solamente tiene que saber con qué clase de Adulto tienes que entendértelas sino también que clase de Niño y que éstos pueden ser fenomenológicamente operativos en el mismo adulto maduro en diferentes momentos, con frecuencia dándose cuenta cada Adulto de ellos de la existencia del otro, uno Adulto y otro Niño. Para su conveniencia, él denominó a estos aspectos de funcionamiento Niño y Adulto, respectivamente. Al utilizarlos con su paciente clínicamente, comenzó a denominarlos, de forma familiar, el "Adulto" y el "Niño".

“Un Estado del Yo puede ser descrito fenomenológicamente como un sistema coherente de sentimientos y, operacionalmente, como un conjunto de modelos comportamentales coherentes o, pragmáticamente, como un sistema de sentimientos que motivan una serie relacionada de modelos comportamentales (Berne, 1977:123). Un Estado del Yo Niño es una serie de sentimientos, de actitudes y de modelos de comportamiento que son reliquias de la infancia del individuo (Berne, 1977:75). Cuando Berne escribe sobre "El Estado del Yo Niño se está refiriendo a una multitud de Estados del Yo Niño que representan la historia infantil de un individuo en vívidos fragmentos fenomenológicamente reales y sensoriales que son accesibles para ser revividos en el presente por la persona adulta. Este niño de 3 años del abogado, representa a un solo Estado del Yo Niño, hay, potencialmente, millones de éstos que pueden interferir con el funcionamiento efectivo de una persona adulta en relación con una utilización apropiada del principio de la realidad..

El Estado del Yo Adulto se caracteriza por una serie de sentimientos, actitudes y comportamientos autónomos que están adaptados a la realidad del aquí y ahora (Berne, 1961:75). El paciente tenía un Estado del Yo dentro del cual se sentía como un abogado y actuaba como tal, y otro dentro del cual se sentía como un Niño

masoquista de determinada edad y actuaba como tal. Al comienzo del tratamiento habían sido diseccionados y separados por la intervención terapéutica consistente en definir y fortalecer el límite (la frontera) entre ambos. La clarificación de las diferencias entre estas dos series de Estados del Yo coincidió con una gran mejoría de las circunstancias y la vida del paciente. Su "Estado del Yo Adulto purificado" se liberó de las actitudes arcaicas a través del proceso de "descontaminación" y por tanto en adelante pudo proceder a responder de forma efectiva y satisfactoria a las vicisitudes de su vida.

El Adulto integrado es, por tanto, una persona biológicamente madura con total respuesta emocional y una serie de valores que le guían y que él considera, que moderan sus necesidades en relación con los recursos posibles que le proporciona el medio. Esta conceptualización corresponde con considerable exactitud a la formulación de Federn: "personalidad integrada, por tanto, significa mantener el control no sólo de las reacciones parciales del Ego sino también de los diferentes Estados del Yo. Esto requiere una catexis fuerte y confiable de un Estado del Yo permanente y maduro. Todas las psicosis son enfermedades del Ego, por lo tanto toda psicopatología es debida a un psico y organogénesis característicamente anormal del Ego" (Federn, 1977: 218). Por lo tanto, una persona madura con un Estado del Yo Adulto integrado, muestra una sexualidad totalmente desarrollada y una capacidad para responder de forma apropiada a su contexto de vida. Por ejemplo: llora y se lamenta por la muerte de una persona amada, expresa ira de forma apropiada y segura, para movilizar la energía necesaria para los cambios que desea, y experimenta y expresa alegría y felicidad. Los Estados del Yo Niño (arcaicos) no son necesarios y pueden ser un impedimento para el funcionamiento emocional adulto completo.

Más adelante, Berne también identificó una serie de sentimientos coherentes, de actitudes y comportamientos introyectados de las figuras parentales. A esto Berne lo llamó "Estado del Yo Padre" (Berne, 1961:76). Esto se corresponde con lo que Federn llama "presencia psíquica" (Federn, 1977). La persona en la que predomina el Padre, habitualmente o en momento determinado, no actúa como "su madre de hecho está reproduciendo, sin darse cuenta, el comportamiento total de su madre, incluyendo sus inhibiciones, su forma de razonar y sus impulsos. Por ejemplo, los Estados del Yo arcaicos, que representan una fijación, de su madre (Niño). Por ejemplo: cuando una persona llora puede estar catectizando su propio Estado del Yo Niño (reviviendo un hecho de su historia personal en el que ha llorado), su Estado del Yo Padre (en el que está reproduciendo el comportamiento lloroso de uno de sus padres) o puede estar dando una respuesta Adulta de llorar en respuesta a un dolor correspondiendo a un hecho del aquí y ahora. Puede haber muchos Estados del Yo Padre introyectados que sean representaciones más o menos completas de figuras parentales significativas, pero que no procedan de la infancia del individuo. Estas introyecciones parciales o completas pueden corresponderse con los conceptos psicoanalíticos de objeto total o parcial (Klein, 1986), pero con mayor frecuencia son interferencias en el buen contacto con la realidad existente.

Fairbairn, ya en 1952, formuló una teoría del Ego en la que lo dividía en tres partes: el ego libidinal (que busca el objeto excitante y satisfactorio), el Ego anti-libidinal (el saboteador interno crítico u objeto persecutorio) y el Ego-central (que observa y experimenta), "ellos asumen un modelo dinámico en relación unos con los otros" (Fairbairn 1984:171). Nuestra comprensión de esta relación dinámica indica que ella es equivalente al diálogo interno entre los diferentes aspectos de Estados del Yo, y que tiene un valor especial a la hora de explicar lo que Berne llamaba Influencia Parental (Berne 1961:76). Berne, sin embargo, entendía que el Estado del Yo Padre introyectado, no sólo saboteaba sino que también apoyaba y protegía. Una forma de describir esta forma de relación dinámica es decir que consiste en transacciones intrapsíquicas entre diferentes objetos totales y parciales introyectados y otras estructuras del Ego endopsíquicas.

La contribución más importante de Berne ha sido la identificación de estos Estados del Yo. Así, Padre, Adulto y Niño son tres categorías de fenómenos existenciales, no constructos teóricos. "Padre, Adulto y Niño representan a personas reales que ahora existen o que una vez existieron, que tienen nombres legales e identidades cívicas" (Berne 1961: 32). El Padre o el Niño pueden ser activados voluntaria o involuntariamente en cualquier momento y ser experimentados como una realidad objetiva con la misma vitalidad que tuvieron en la experiencia original en detrimento de una exacta percepción de la realidad del Adulto. De todos los análisis postfreudianos, Berne fue el que dedicó su vida profesional a estudiar la articulación entre procesos transaccionales internos (intrapsíquicos) y externos (interaccionales). En esta línea el Análisis Transaccional aporta una gran contribución a la Teoría de las Relaciones Personales (tal y como es conocida en Estados Unidos) o a la Teoría de las Relaciones Objetales (como se la denomina en Inglaterra).

La utilización correcta y discriminativa de la nomenclatura de los Estados del Yo debiera hacer obvio algunos de los malentendidos en relación con el Análisis Transaccional que han aparecido debido a la popularización de los modelos comportamentales. Es importante cuando se utiliza la teoría de los Estados del Yo, el comprender y especificar claramente a qué modelo de los Estados del Yo nos estamos refiriendo. El artículo de Erksine y Trautman es particularmente útil en este sentido. Por ejemplo: cuando vemos a una persona llorar, ello no quiere necesariamente decir que esté expresando su Estado del Yo Niño. Se puede diagnosticar como Padre, Adulto o Niño de forma operacional, según apliquemos uno de los cuatro criterios de diagnóstico (comportamental, social, histórico y fenomenológico), tal y como expresó el propio Berne en *El Análisis Transaccional en psicoterapia* (1977:75).

Para dar otro ejemplo, la expresión sexual generalmente se asocia con el "Niño Libre" en el modelo de Estados del Yo comportamental o "funciona". En el modelo estructural, la expresión sexual en una persona madura psicológica y emocionalmente es diagnosticada como Estado del Yo Adulto y, dentro de este modelo, la sexualidad procedente de un Estado del Yo Niño se consideraría evolutivamente inmaduro y posiblemente patológico.

Además, hablar sin mayor cualificación de "tres Estados del Yo" es técnica, teórica y clínicamente utilizar una denominación errónea. Dentro del modelo tal como Berne lo articuló al principio, hay un amplio número de Estados del Yo. Hay, sin embargo, tres categorías o series de Estados del Yo: Estado del Yo Padre, Estado del Yo Adulto y Estado del Yo Niño. Esto se corresponde con el pensamiento de Federn (1977) y de Horowitz (1979).

Según este modelo, si un terapeuta utiliza el Estado del Yo Padre en su trabajo con un paciente, está trabajando con un Estado del Yo introyectado, no asimilado y no integrado, procedente de su pasado personal y por lo tanto no está en buen contacto con la realidad existencial del aquí y ahora en el encuentro terapéutico.

En términos del modelo original, la meta psicoterapéutica consistiría en la consecución de un Estado del Yo Adulto totalmente integrado, sin interferencias parciales o totales de experiencias personales arcaicas o de objetos introyectados no integrados. En términos gestáltico-existenciales entendemos que esto es similar a conseguir en el aquí y ahora un "Dasein" orgánico, sin recurrir a interrupciones del contacto con uno mismo o a relaciones que representan gestalten arcaicas o fijaciones (Perls, Hefferline y Goodrnan, 1969). Ha habido considerables avances en las aplicaciones clínicas de este modelo el Estado del Yo en Estados Unidos, Inglaterra y Europa. Estos avances sólo recientemente están siendo plasmados por escrito. La Parte II de este artículo es una contribución a este intento.

MODELO ORIGINAL DE BERNE DE LOS ESTADOS DEL YO APLICACIONES CLÍNICAS CON ÉNFASIS EN LA REVISIÓN DE LA INFANCIA

Por **Petrúška Clarkson, Ph. D.** Sue Fish B.Soc.Sc. (Material clínico de Renée Walinets)

PARTE II

Publicado en *Revista de Análisis Transaccional y Psicología Humanista*, 13, 1986: 314-324.

RESUMEN

Esta segunda parte del artículo se construye sobre el modelo original de Berne de Estados del Yo, tal y como ha sido presentado en la primera parte mostrando cómo puede ser aplicado en el trabajo clínico. Resumiremos brevemente los más importantes métodos de tratamiento del Análisis Transaccional seguido de una discusión detallada de cómo utilizar la reparentalización en conjunción con estos para conseguir estabilidad cuando se está bajo stress. (s.u.s.) ilustrado con el relato personal de un paciente de su propia experiencia.

El Análisis Transaccional tradicionalmente utiliza tres formas básicas para dirigir la terapia: 1) Descontaminación y fortalecimiento del Estado del Yo Adulto. 2) Redecisión del Estado del Yo Niño en un revivir relevante que es respuesta a un volver a vivir el incidente original traumático o a una serie de incidentes. Y 3) reparentalización que implica la decatectización del Estado del Yo Padre original esquizofrenogénico y la incorporación voluntaria a través de un nuevo Estado del Yo Padre (generalmente el del terapeuta). Proponemos la discusión de una cuarta aproximación a la terapia con Análisis Transaccional que podríamos llamar de "revisión de la infancia" y que se utiliza por sí solo o en conjunción con los métodos anteriores dentro de un marco integrativo. A nuestro entender esto no ha sido conceptualizado de una manera formal hasta la fecha, aunque creemos que muchos terapeutas que trabajan con Análisis Transaccional incluyen estas ideas en su trabajo terapéutico. Nuestra meta en la terapia es lograr el funcionamiento de la personalidad a través de un Adulto integrado, tal y como era la concepción, original de Berne, con una madurez psicológica y biológica y la capacidad para una respuesta emocional espontánea hacia la realidad presentes en todos sus valiosos aspectos tanto objetivos como interpersonales. Para conseguir esto deben eliminarse las "contaminaciones" (distorsiones históricas cargadas de prejuicios o emociones presentes en la realidad actual).

"Las contaminaciones no se extraen del Adulto sino que se desprenden como las capas externas de un fruto (tipo cebolla) (aclaración de las traductoras). Es, metafóricamente, como cuando se limpia el casco de un buque para dejarlo libre de crustáceos, algas, etc., que entorpecen su navegación" (Berne 1961: 33).

Fig. 1: Estados del Yo antes
y después de la

descontaminación

En relación con las etapas siguientes en la terapia, nosotros nos ponemos del lado de Ken Mellor (1980) que escribe sobre el uso integrado de la redecisión (Goulding y Goulding, 1979) y la reparentalización (Schiff y colab., 1975). La redecisión se realiza en el Estado del Yo Niño en el contexto de una relación con un terapeuta con una potente permisividad. Se realiza una decisión (redecisión) del Niño en respuesta al estímulo patogénico que causó la fijación del Estado del Yo Niño original. La reparentalización no siempre es un procedimiento radical, sino que puede implicar técnicas regresivas transitorias para tratar temas muy específicos (Ken Mellor 1980, Russell Osnes 1974) y el proporcionar nuevos mensajes parentales en relación con dichos temas. Ninguno de estos autores establece como meta la consecución de un funcionamiento de un Adulto integrado sin interferencias de introyecciones históricas o reliquias arcaicas. Su meta es cambiar o influenciar o proveer una nueva introyección en el Niño arcaico de forma que la persona se sienta lo suficientemente segura para implementar una redecisión y/o nuevos comportamientos. En el modelo radical de reparentalización total (Schiff y colab., 1975) se provee una nueva experiencia parental proporcionando una regresión completa que permite al Niño atravesar de nuevo su ciclo evolutivo de forma más sana. Esto no lo hace en respuesta al estímulo patógeno sino a un nuevo estímulo al mismo tiempo que obtiene un continuo apropiado de respuestas de un nuevo "buen padre"

Fig. 2.- Decatectización del viejo Estado del Yo Padre e incorporación del nuevo Estado del Yo Padre del terapeuta.

Con gente no-psicótica el terapeuta puede proveer un nuevo Padre pero al mismo tiempo puede dejar intacto parte del antiguo Padre de forma que el cliente puede recurrir a fuentes de información que aún pueden serle valiosas sin tener que introyectar totalmente al terapeuta como Padre. El proceso de auto-reparentalización de James (1974), implica que la persona se proporciona a sí misma mensajes de un nuevo Padre, sin tener que introyectarlo necesariamente del terapeuta. Esto es posible con personas no-psicóticas debido a su relativa integridad de personalidad frente a la fragmentación que se da en la psicosis.

En este punto de la terapia en la mayoría de las circunstancias el cliente estará funcionando de forma efectiva como un Adulto integrado. Sin embargo, bajo stress, la persona todavía puede necesitar utilizar repertorios existentes de experiencias. Esto implica que cuando la persona entre en Estado del Yo Padre se encontrará con opciones tanto del antiguo como del nuevo Padre.

Fig. 3: El antiguo y el nuevo Padre asequibles simultáneamente para el sujeto

La salud del Adulto integrado depende de lo sano que sea su repertorio de padres opcionales, pero la pregunta que surge en ciertas circunstancias es: "¿cómo crear un banco de memorias arcaicas que puedan actuar apoyando al Niño en su funcionamiento dentro de la realidad del Adulto del cliente en el aquí y ahora?". La meta sería conseguir que el cliente tuviese suficientes Estados del Yo Niño sanos que hubieran sido activados en la terapia como un sistema de apoyo estable y válido, al mismo tiempo que un banco de memorias que ayudasen a un funcionamiento del Estado del Yo Adulto. La diferencia entre el Adulto y los nuevos Estados del Yo Niño es que el banco de memorias de este Niño está en relación con la intemporeidad psíquica (un estado incrementado de sugestionabilidad) mientras que el Estado del Yo Adulto se predica en una realidad consensualmente definida en el aquí y ahora dentro de una realidad no hipnótica (Conway y Clarksob 1986).

El cambio de un marco de referencia permanente o la cura se produce cuando el nuevo Padre y los nuevos Estados del Yo Niño han arraigado en el Adulto y bajo la presión del stress (s.u.s.) se mantienen estables.

Fig. 4: Nuevo Padre y Estado del Yo Niño funcionables bajo la presión M stress.

Modelo original de Berne de los estados de; yo

El resultado final debería ser que el anterior Padre patogénico y el lesionado Niño resultasen disfuncionales, debido a su no utilización a causa de que el Adulto integrado decidiría extraer únicamente las experiencias recientemente creadas. Este es el modelo de modificación comportamental por excelencia para extinguir los patrones de respuesta afectivas, comportamentales, psicológicos y/o cognitivos. Esto tiene particular importancia cuando existe una lesión en el Estado de; Yo Niño que no puede ser curada solamente a través de la redecisión y de la reparentalización selectiva. Puede haber tanto daño en un área particular que sea necesario que el cliente catectice al Niño y haga una sustitución neurológica y fisiológica que se mantenga duradera. El Adulto es, de este modo, abastecido con una historia-soporte que reemplace la historia patogénica en el Estado del Yo Niño.

Fig. 5: Anulación de los Estados del Yo Padre y Niño patogénicos

En el proceso de revisión de la infancia los clientes catectizan a través de un contrato unos niveles de edad fisiológicamente más jóvenes, específicamente aquéllos en los que hay deficiencias experienciales o evolutivas y se permiten crear nuevos Estados del. Yo Niño con respuestas positivas sanas y fructíferas en relación con una variación de situaciones que pueden ir desde situaciones conflictivas muy estresantes a otras apacibles y positivamente recuperadoras. Esto le proporciona una experiencia correctora emocional, sensorial y fisiológica que se basa en el nuevo Estado de; Yo del Niño que al mismo tiempo no deja de ser una realidad asequible como un recurso histórico opcional..Esto es particularmente importante para aquellos clientes que utilizan sentimientos elásticos cuando están en un Estado de; Yo lesionado y estresado por las experiencias de la vida, la enfermedad o la catástrofe; en estos casos la fuerza de la redecisión puede necesitar un apoyo adicional que parta de un estrato experiencial psiconeurológico. En psicoterapia, pensamos que los nuevos Estados del Yo Niño efectivamente pueden ser creados, pero frecuentemente esto se produce de un modo arbitrario y casual. Esta aproximación a través de la revisión de la infancia permite

una provisión sistemática y muy exacta de los Estados del Yo NiPlo evolucionados que requerimos y cae dentro de la categoría de terapia de sustitución.

Esta aproximación se asemeja a la descrita por Milton Erikson (1980) en su 11 Hipnoterapia innovadora (Vol. IV) en la descripción que hace de una experiencia emocional hipnótica correctora, y la historia de "El hombre de Febrero" tal y como la utilizó para crear una realidad interna autoconsistente para una persona que necesitaba una nueva infancia realmente experimentada que actuase como fuerza y recurso en su funcionamiento como Adulto. Nosotros

Revista de Análisis Trama<xi~ y Psicología Humanista

Petrůska Ciarkson

usamos un proceso parecido esencialmente con la inclusión de componentes emocionales, fisiológicos y comportamentales en el punto exacto y concreto en que existe una laguna en la organización cronológica y neurofisiológica del individuo.

En el siguiente ejemplo clínico el cliente presenta su propia experiencia de revisión de la infancia durante un "taller regresivo" y lo relaciona con el modelo original de Berne de los Estados del Yo.

(Nota: un "taller regresivo" típicamente implica cuatro períodos de tiempo de entre 90-120 minutos/día, a lo largo de varios días).

1. F-1 proceso de grupo tiene como meta el establecer y mantener el Estado del Yo Adulto autónomo en funcionamiento con el apoyo y la confrontación de la comunidad.

Nuestra preocupación es ofrecer a los participantes una oportunidad amplia y potencialmente estresante para generalizar sus experiencias terapéuticas y regresivas a sus relaciones cronológicamente adultas con sus compañeros. Aquí los problemas que aparecen generalmente diagnostican las dificultades que existen para establecer los cambios personales en el "mundo exterior" y frecuentemente constituyen la base para contratos terapéuticos que son los mojones que marcan la ruta psicoterapéutica en este período de trabajo.

2. Durante el período de **psicoterapia**, el psicoterapeuta trabaja con pequeños grupos realizando descontaminación de contratos; terapia con el Estado del Yo Niño, (por ejemplo, redecisión o trabajo de

Nº 13 Arlo 96

catarsis); o terapia con el Estado del Yo Padre (por ejemplo re-parentalización del Padre). La meta es resolver temas del guión de vida para establecer cambios cognitivos y fisiológicos efectivos en los Estados del Yo arcaicos o introyectados (Erksine, 1980).

3. Durante el período **regresivo** (mejor llamado **revisión de la infancia**) los clientes crean, programan y acceden a nuevos Estados del Yo Niño al permitirse la regresión a niveles más tempranos de desarrollo psicofisiológico (escogidos, a través de contrato, en su consulta con el terapeuta) utilizando nueva parentalización específica realizada por "padres" contratados para un período de tiempo limitado. El efecto no es muy diferente al que se produciría conviviendo en una gran familia con niños de diversas edades (aunque se trata de personas mayores). Schiff (1970) que fue pionero en la aproximación de re-parentalización lo describe muy bien en "Todos mis hijos". Sin embargo, es muy importante tener en cuenta que la mayoría de nuestros clientes no son esquizofrénicos, sino profesionales de la salud mental que están en sus cabales y que encuentran esta forma de regresión terapéutica y preventiva del "agotamiento". También utilizamos un modelo teórico diferente de Estados del Yo que intenta la catexis de un Estado del Yo Adulto estable.

4. También se dedica un período de tiempo a la **integración cognitiva** que proporciona una oportunidad específica a clientes y personas que están en entrenamiento y a ayudantes, para cuestionar, comentar y buscar supervisión **sobre** aspectos de su propia experiencia o

Modelo original de Berne de los estados de yo

la de otras personas y relacionarlo con las distintas teorías de evolución infantil y su aplicación en la práctica clínica y en la parentalización en general.

El relato de nuestro cliente selecciona los períodos regresivos de terapia y de revisión de la infancia para mostrar cómo los entendió y cómo los utilizó en este taller en particular, al que asistió.

"Yo había estado en terapia con los autores de este artículo durante casi 5 años, los últimos tres bajo entrenamiento. Había trabajado la mayor parte de los temas no resueltos, para bloquear los cuales yo utilizaba antes grandes cantidades de energía. Poco a poco fui abandonando mi argumento de vida "nunca" y la pasividad que me hacía mantenerme en este guión. Mi funcionamiento ha sido espontáneo, lúcido y con capacidad para la intimidad. Y sin embargo, todavía siento que, bajo stress, podría, si no hiciera nada en contra, revertir al no pensar, al mantenerme apartada y a sentir la desesperanza sin futuro de solución, con el mismo intenso dolor que lo hacía en el comienzo de mi terapia, cuando por primera vez experimenté el dolor en lugar de bloquearlo, reflejando físicamente este bloqueo en una rigidez tensional de la musculatura de mi cuello y hombros. Necesitaba una experiencia regresiva que tuviera la misma **intensidad psíquica** pero con una **resolución positiva**.

Durante un fin de semana de trabajo de entrenamiento, los autores me hablaron de su modelo s.u.s. y yo inmediatamente comprendí cómo debería utilizarlo. Yo me había apuntado para un ejercicio de regresión que iba a durar tres días y que me ofrecería la oportunidad de

319

hacer la terapia necesaria con el Niño arcaico y la exteropsique (antiguo Padre) y luego crear la experiencia de un Nuevo Niño introyectado con un Nuevo Padre. Sabía que todavía tenía tendencia a ser pasiva a la hora de pensar y que necesitaba trabajar más el mandato "no pienses". Yo sabía que todavía tenía una sensación de no pertenencia y envidiaba a otras personas que podían salir y entrar, sin miedo, de la oficina del terapeuta (de los cuales yo pensaba que "rebasaban los límites").

Yo sabía que una vez había llorado cuando mi terapeuta relataba un mito y que había deseado ser capaz de llegar a comprender el mundo clásico y antiguo; de tener permiso para acceder a un mundo que yo definía como excesivo para mí y reservado a personas educadas y de clase media; yo necesitaba defender mi derecho a pensar por mí misma.

También recordaba tres incidentes específicos de mi infancia en los cuales esos mandatos fueron reforzados y para darme a mí misma la oportunidad de utilizar bien el tiempo decidí, tratar primero el "no pertenezca".

Cuando era niña, y tenía entre tres años y medio y diez años, viví con ocho familias diferentes, debido en parte a la guerra. Entre familia y familia, volvía con mi madre o con mi abuela, pero mi madre nunca tenía un hogar propio. Ella y mi padre constantemente estaban desahuciados.

1. La vieja experiencia del nido

Recuerdo llegar a la cuarta familia muy entusiasmada porque iba a encontrar a dos niños que conocía de otra casa. Fui derecha al jardín y quedé encantada al ver manzanos y perales. Las peras eran grandes y

maduras. Había conseguido coger una cuando escuché una voz detrás y por encima de mí, viniendo de alguna parte de las escaleras de la casa en que yo iba a estar, gritando con profunda y terrible voz de mando, "STOP% Me quedé helada y decidí que tenía que permanecer quieta y callada, no coger nada y recordar que yo no pertenecía a esa casa.

Terapia

Yo representé aquella escena; cuando yo alcanzaba la fruta, uno de los terapeutas gritaba ¡STOP! El otro terapeuta me animaba a contestar gritando, a enfadarme; yo lo hacía con éxito. Entonces ella sugirió que yo me permitiera a mí misma excitarme y que en el momento en que la voz decía ¡STOPI, continuara mi excitación hasta llegar a un *ll* *crescendo* a través de los mandatos "no te excites" y "no consigas lo que deseas%

Experiencia del Niflo Nuevo

En el período de regresión, yo pedía que la puerta se abriera para mí luego de que yo hubiera tocado el timbre, golpeado la madera y hecho mucho ruido y que entonces alguien me llevara por toda la casa y contestara todas mis preguntas. Yo quería hacer todo esto como la simpática niRa de siete años que, estaba segura, había sido yo. Dí golpes y toqué el timbre y casi lo deje cuando los perros ladraron, pero decidí continuar igual y toqué el timbre largo y con fuerza. Mi terapeuta abrió y dijo "¡Hola!, me alegro mucho de verte" y abrió completamente la puerta. Me aseguró que se me esperaba y se me quería. Más tarde el otro terapeuta (que en la regresión era el padre), recorrió la casa conmigo. Descubrí que estaba particularmente interesada en las habitaciones que tenían cantidad de

Nº 13 Aflo 86

— --- — — ————

Petrúška Clarkson

trozos de cosas para trabajar con papel, pegamento, cordel, máquina de escribir. Yo tengo ahora una **memoria de infancia internalizada** de la llegada, bienvenida, interés y curiosidad satisfecha del interior de una casa en la que yo era querida. Tengo apenas algunos recuerdos de escenas agradables sucedidas dentro de la casa. Me siento aceptada y puedo utilizar esta memoria si alguna vez me siento temerosa, si tengo que ir a un sitio nuevo, o siento que yo no pertenezco. Experimento una diferente sensación de confianza de estar donde yo estoy la mayor parte del tiempo.

2. Experiencia del Niño Viejo

Cuando por primera vez dejé mi hogar a los tres años y medio, lo que recordaba era el ocultar mi cara ante lo que estaba sucediendo, que mis padres no estaban allí y de acallar mis sentimientos y pensamientos, aparentando una agradable felicidad. Los mandatos eran "no pienses% "no demuestres tus sentimiento? y "no sepas lo que sientes% El contra-guion era losé feliz para los demás".

Terapia

Yo representé esta escena en presencia de los "padres de la regresión% Yo había ya realizado el ejercicio sobre la ira (ira contra mi madre por no estar allí), descontaminando mi creencia de que era porque ella no se preocupaba y yo era mala o dejaba de hacer algo: esto se realizó en parte haciendo algo de eso otra vez y en parte creando una **nueva experiencia de niño**. En este tiempo mis nuevos padres me permitían estar con ellos, llorar y apoyarme durante esto, decir adiós a tanta gente como yo quería y no a

Modelo original de Berne de los estados de yo

más, y entonces, cuando yo estaba preparada, permitirme salir de mí misma aun cuando estaba llorando amargamente. Yo no olvidaré el dolor de mis gestos de adiós pero, sin embargo, que aquello eran tan real y mi dolor era manejable y que era mío y se me permitía tenerlo. Podía confiar en mis sentimientos y expresarlos.

Experiencia del Niño Nuevo

Y

En la regresión siguiente decidí tener entre tres años y medio y cuatro y para estar segura yo dejé que los mayores (los terapeutas) supieran

1 e 0
como me sentía y que era lo que yo quería. La parte que más y mejor recuerdo es cuando entré en una habitación donde estaban varios jóvenes; ellos me dijeron con descortesía y groseramente que me fuera. Me marché, encontré a mi "mamá" y le conté lo asustada y triste que me sentía y ella me escuchó y me comprendió. La pregunté si había hecho yo algo mal y ella me explicó que a veces los adolescentes se comportaban de ese modo. No había nada malo en mí o en ellos.

La importante Experiencia del Niño Nuevo me permitió creer, a un nivel más allá del Permiso, que yo podía decir a la gente mis sentimientos, que mis sentimientos podían ser oídos, eran importantes y serían comprendidos, dado que yo elegía la gente adecuada y me hacía a mí misma comprensible. Yo no tengo que fingir. Yo "no imagino" cosas que suceden a mi alrededor y no me importan.

Experiencia del Niño Viejo

Cuando tenía entre once y doce años volví a mi casa y viví con mi padrastro

321

que era un miembro fanático e inflexible de un Partido político; mi madre era también muy activa en el mismo Partido, pero estaba mejor preparada para tomar en cuenta los puntos de vista de otras personas. Yo fui a una Conferencia en la que se exponían ideas revolucionarias, algunas de las cuales estaban en desacuerdo con las creencias de mis padres. Yo estaba muy excitada y entusiasmada y volví a casa para contar a mi madre y a mi padrastro este excitante suceso, como yo lo veía entonces. Mi padrastro estaba furioso. Discutí con ellos hasta las tres de la madrugada (el que ellos permanecieran levantados hasta tan tarde era un reflejo de la gravedad de mi desviación). Finalmente me rendí y decidí que yo probablemente abandonaré su Partido cuando fuera más mayor, pero no se lo diré a ellos y nunca volveré a decirle a la gente lo que yo pensaba realmente. Yo era una traidora y la mayor decepción de sus vidas.

Terapia

Pedí a los dos terapeutas que fueran mis padres mientras les decía que dejaba su Partido político e iba a tener mis propios sentimientos y mis propias ideas. Dije esto con firmeza, expresándome con claridad y senti con agrado que yo conservaba el real respeto y compasión que yo tengo hacia mis padres; ellos realizaron cosas buenas en sus vidas y tuvieron infancias por lo menos tan difíciles de superar como la mía, y ello sin los beneficios de la terapia.

Experiencia del Niño Nuevo

Regresé a los diez años y pedí a mi "nueva madre" que me leyera un Mito Griego. Me leyó la historia de Eco y yo le hice todas las preguntas que

322
necesité hasta que pude entender cada aspecto de la historia que yo quería saber. Ella no sabía las respuestas a algunas preguntas y eso estaba bien; ella dijo lo que pensaba podía ser una respuesta pero dijo que nosotros podríamos probablemente encontrar más respuestas o respuestas diferentes. Es así como yo he respondido a mis hijos, pero necesitaba esta experiencia para mí misma. Más tarde le hice a uno de los terapeutas masculinos muchas preguntas y él dijo que yo era muy inteligente y que él no podía contestar a todo. Esto me asombró

porque yo siempre pensé que un hombre lo suficientemente formado como para ser Doctor, debería saber más que yo. Él dijo que nunca había pensado acerca de las interesantes cosas que yo le había estado preguntando y que podía pensar algunas respuestas por mí misma si yo lo quería hacer. Lo hice así y él se entusiasmó auténticamente ante mi inteligencia. De esta manera yo sé que soy bastante inteligente para contestar y buscar respuesta a las cosas, que soy suficientemente lista para preguntar.

La manera en que yo pienso y lo que yo pienso tiene validez y la gente puede sentirse encantada, y no consternada, si yo pienso cosas nuevas y se las cuento.

Gran parte de mi reciente trabajo ha sido sobre el pensar y yo estoy muy agradecida de que este modelo fue desarrollado de modo que me ha permitido reflexionar acerca de lo que yo necesitaba y sobre cómo conseguirlo. Yo tengo algunas **experiencias de Niño Nuevo** sólidamente integradas a las que puedo recurrir todas las veces que sienta que no **pertenezco, que no pienso, que no siento, que no pienso en mis propios sentimientos y que no dejo ver que soy**

Nº 13 Aflo 86

Petrüska Clarkson

inteligente. Estoy segura que los cambios de mi guión son ahora estables ante el stress y yo quiero crear más **Experiencias de Niño Nuevo** para permitir a esta parte mía florecer y crecer%

RESUMEN

En la PARTE II de este artículo hemos desarrollado el modelo estructural, para incorporar métodos terapéuticos que puedan ser utilizados para ayudar a desarrollos individuales tales que puedan permanecer Estables bajo el Stress (o "sussed"). Enfrentado con el stress el organismo puede desplazarse hacia su mayor área de debilidad. En términos de; modelo original de Berne de los Estados del Yo, una persona con una vida de stress aquí y ahora, puede ser empujada a buscar ayuda de las reservas de experiencia, es decir, de sus estados del NiPío o de uno de sus introyectados Estados del Yo Padre. Si estas reservas tienen poco que sea de ayuda o mucho que sea destructivo, el organismo será incapaz de permanecer estable bajo el stress y volverá al guión. Nosotros hemos encontrado que el proporcionar nuevas experiencias de reparentalización y de "revisión de la infanciO permite al Estado del Yo Adulto integrado poner estas experiencias positivas bajo el stress y así conseguir mayor estabilidad, como se ha visto en el material que uno de nuestros clientes nos ha proporcionado generosamente.

RO-Vint

Modelo original de Berne de los estados del yo

BIBLIOGRAFIA

- Berne, E. (1957). Ego States in Psychotherapy, *The American Journal of Psychotherapy*. (11, pp. 293-309).
- Berne, E. (1961). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. U.K.: Souvenir Press.
- Berne, E. (1975). *Transactional Analysis in Psychotherapy*. U.K.: Souvenir Press.
- Berne, E. (1977). *Intuition and Ego States*, U.S.A.: Harper & Row.
- Conway, A. & Clarkson, P. (1985). *Everyday Hypnotic Induction*. (En prensa).
- Drego, P. (1981). *Ego State Models*, Tasi Darshan, Vol. 1. N2 4. New Delhi.
- Dusay, J.M. The Evolution of Transactional Analysis in Graham Barnes Ed. in **Transactional Analysis after Eric Berne**, Harper's College Press, 1977.
- Eríckson, M. (1967). *Advanced Techniques of Hypnosis and Therapy*. New York: Glume and Stratton.
- Erickson, M. (1980). *Innovative Hypno-therapy*. Vol. IV. New York: Iringdon Publishers Inc.
- Erskine, R. (1980). Script cure: behaviocural intrapsychic and physiological. *Transactional Analysis Journal*, Vol. 1, 10, NO 2.
- Erskine, R. & Trautman R. (1981). Ego State Analysis: A Comparative View. *Transactional Analysis Journal*, Vol. 11, NO 2.
- Fairbair, W.R.D. (1984). *Psycho-analytic Studies of the Personality*. London: Routledge & Kegan Paul.
- Federn, P. (1977). *Ego Psychology and the Psychoses*. London: Maresfield Reprints.
- Goulding, R. & Goulding, M. M. (1979). *Changing Lives through Redecision Therapy*, New York: Brunner/Mazel, Inc.
- Horowitz, Mardi J. (1979) *States of Mind*. New York: Plenum Press.
- Kahler, T. (1978). *Transactional Analysis Revisited*. Arkansas, U.S.A.: Human Development Publications.

Petrúška Clarkson

Klein, M. (1984). *Envy, Gratitude and other Works*. London: The Hogarth Press and Institute for Psychoanalysis.

James, M. (1974). *Self-Reparenting: Theory and Process*. *Transactional Analysis Journal*. Vol. 4. NO 3.

Mellor, K. & Andrewartha, G. (1980). *Reparenting the parent in support of redecisions*. *Transactional Analysis Journal*. Vol. 10. N° 3.

Osnes, Russell, E. (1974). *Spot Reparenting*. *Transactional Analysis Journal*. Vol. 4. N° 3.

Penfield, W. (1952). *Memory Mechanisms*. *Arch. Neurology & Psychiatry*. Vol. 67, pp. 178/198.

Perls, Hefferline and Goodman. (1969). *Gestalt Therapy*. New York. Julian Press.

Schiff, J. and Day, B. (1970) *All My Children*. New York Pyramid Publications.

Schiff, J. et al (1975). *Cathexis Reader. Transactional Analysis Treatment of Psychosis*. New York. Harper and Row.

Weiss, E. (1950). *Principles of Psychodynamics*. New York: Grune and Stratton.

Petrúška Clarkson
Maria Gilbert
Sue Físh

,METANOIA
Group and Psychotherapy Training Institute
11, Tring Avenue
LONDON W5 30A
(Gran Bretaña)