

**DESENREDAR EL ÁRBOL FAMILIAR: UTILIZANDO
EL CUESTIONARIO DEL GUIÓN TRANSGENERACIONAL
EN LA PSICOTERAPIA DEL TRAUMA TRANSGENERACIONAL**

Gloria Noriega Gayol

Traducción: Victoria Cadarso Sanchez

Resumen

El Cuestionario del Guion Transgeneracional (CGT) se presenta como una herramienta útil para desvelar el guion transgeneracional en el árbol familiar. El CGT se usa para planificar el tratamiento. El trauma transgeneracional ha sido introyectado a través de las transacciones verbales y no verbales entre los estados del yo Niño y el Padre de los miembros de la familia, y se presentan como diálogos internos. Cuando los clientes no son conscientes de las voces en su cabeza, estas se pueden proyectar a través de transacciones ulteriores, juegos psicológicos, transferencias psicodinámicas e identificación proyectiva en sus relaciones actuales, lo que les lleva a re-actuar el trauma a través de generaciones futuras. El tomar consciencia de esta secuencia puede proporcionarles a los individuos la oportunidad de entender y desenredar el árbol familiar. Estas ideas se ilustran con un ejemplo de caso.

Palabras clave

Guion transgeneracional; Cuestionario del Guion Transgeneracional (CGT); guiones transgeneracionales; mecanismos de guion; transmisión de guion; transacciones ulteriores; juegos psicológicos; transferencia; psicodinámica; identificación proyectiva; diálogos internos; sistemas familiares transgeneracionales; patrones relacionales inconscientes.

Le pregunté a la hoja si tenía miedo porque era otoño y las otras hojas se estaban cayendo. La hoja me contestó: «No, durante toda la primavera y el verano estaba completamente viva. Trabajé duro para ayudar a nutrir el árbol y ahora mucho de mí está en el árbol. No estoy limitada por su forma. Yo también soy todo el árbol». (Thich Nhat Hanh, 1991, p. 117).

Los seres humanos son como los árboles: ambos tienen raíces, troncos, ramas y hojas y están conectados a un sistema familiar y a la Madre Tierra por sus raíces. En otoño, las hojas se caen y se convierten en la tierra que nutre las raíces del árbol para la siguiente primavera. Cuando nuestros ancestros se mueren, ellos también se convierten en la tierra que nutre las raíces de nuestro árbol familiar. Esto es un campo de energía común que perdura en el árbol o la familia a través de las futuras generaciones.

Durante algunos años, he estado usando el Cuestionario del Guion Transgeneracional (CGT) en mis talleres sobre guiones transgeneracionales. Recientemente, también he usado el CGT con mis clientes en terapia individual. Esto ha sido útil para muchas personas de diferentes culturas y se ha convertido en una herramienta práctica para desarrollar la conciencia y empezar a trabajar con sus sistemas familiares internos y externos.

Los guiones transgeneracionales son patrones sistémicos inconscientes que las personas repiten en familias, grupos y organizaciones a través de creencias, emociones y comportamientos que recrean la historia y los acontecimientos de vida que han experimentado sus ancestros. Los guiones transgeneracionales pueden ser sanos o tóxicos. En los primeros, los temas de pertenencia, aceptación, desarrollo, productividad, éxito, amor y equidad se repiten, entre otras cosas; en los últimos, se dan temas sobre adaptación, dependencia, co-dependencia, abandono, rechazo, peligro, abuso, violencia, ilegitimidad, infidelidad, traición, aislamiento, enfermedad grave, muerte prematura, suicidio, homicidio y encarcelamiento, entre otros. Un plan de tratamiento para trabajar con temas transgeneracionales en psicoterapia requiere la conciencia de ambos tipos de guiones para reforzar el primero y cambiar el segundo a través de una relación empática con el cliente y utilizando varias técnicas diseñadas para facilitar la integración en el estado del ego Adulto del cliente.

1. HISTORIA DE CASO

Carlos vino a terapia porque se quería separar de su amante/pareja, Mara. Estaba desesperado, ansioso y deprimido porque había fallado en sus decisiones. Estaba cansado por la manera en que se había desarrollado la relación a lo largo de los años. No le gustaba la manera en que ella le estaba tratando hasta ahora y se sentía abusado por ella. Carlos trabajaba duro, tenía un buen salario, pero siempre estaba preocupado por el dinero.

Varias veces, después de una discusión dura con Mara, Carlos dejaba la casa de forma impulsiva y se iba a un hotel. Después de un par de días, la solía llamar, hablaban, llegaban a acuerdos entre ellos, que escribían, y Carlos volvía a casa. Cuando le pregunté por qué no mantenía su primera decisión, él contestó: «No puedo soportar estar solo».

Según hablaba me di cuenta de que miraba al techo o al suelo en vez de mirarme a mí, por lo que evitaba el contacto directo. Su cara expresaba mucha tensión y falta de ener-

gía. Carlos es un hombre alto, con sobrepeso, y mostraba una actitud amable conmigo. Me dijo: «Yo solía ser un hombre saludable. Ahora padezco ciertos problemas de salud porque he ganado mucho peso, tengo la tensión alta y no duermo bien». Estaba teniendo pensamientos obsesivos sobre su relación con Mara y también estaba preocupado por su trabajo. En su trabajo su jefe le apreciaba, pero trabajaba excesivamente.

Hace ocho años, Carlos dejó a su mujer y a una hija adolescente para irse a vivir con Mara, una viuda con cuatro hijos. En ese tiempo Mara era amorosa con él y, en sus palabras: «Me sentí querido por una mujer por primera vez en mi vida». Los dos llegaron a acuerdos de cómo funcionar en pareja, incluyendo irse a vivir a la casa de Mara, ver crecer juntos a los hijos de ella, y llegaron a un acuerdo financiero para montar una empresa nueva juntos.

Con el tiempo, Carlos se dio cuenta de que Mara no estaba realmente interesada «en su empresa juntos» y desconfiaba su planificación financiera. En su lugar, ella estaba desarrollando «sus propios proyectos personales» (artesanía), que no estaban generando dinero. Como resultado de esto, Carlos estaba pagando todos los gastos de Mara y de sus hijos. Él también estaba disgustado, porque Mara ya no era cariñosa con él y siempre encontraba excusas para no tener sexo.

Carlos seguía casado. Su mujer e hija estaban resentidas con él, pero ni él ni su mujer habían tomado la iniciativa de divorciarse. Él seguía pagando todos sus gastos también, porque su mujer no trabajaba, y su hija, que ahora tenía 24, tenía una carrera, pero seguía desempleada. Dijo: «Sé que un divorcio justo sería la solución, pero me siento culpable y avergonzado de hablar con mi mujer».

A la edad de 12, Carlos decidió rescatar a su padre, cuyo trabajo en las vías del tren le dejaron con manos sangrientas y una salud seriamente dañada. De ahí en adelante la vida de Carlos estuvo enfocada en liberar a su padre de ese trabajo y, al hacerlo, se convirtió en el proveedor financiero de la familia.

De niño, Carlos había tenido una relación distante con su madre, a la que tenía miedo, y, como dijo, era una «mujer muy dura». Cuando era adolescente se sentía inseguro en su relación con las mujeres y no tenía amigos.

En aquel entonces, un tío paterno llamado Juan le aconsejó no interactuar con las chicas para no distraerse de sus estudios y su trabajo. Esto llevó a Carlos a reprimir su anhelo de amor. Vale la pena resaltar que el tío Juan era una figura parental importante para Carlos, porque como Carlos dijo: «Él era el único de la familia que me dio consejo y estaba interesado en mi bienestar».

De joven adulto, Carlos vivió una fantasía «platónica» con una chica porque tenía miedo de ser rechazado si le hablaba a ella de sus sentimientos. Por más de un año la observa-

ba desde la distancia hasta que la vio besando a un novio. Después de eso, Carlos decidió casarse, aunque no estaba enamorado de su futura esposa. Cuando le pregunté por qué hizo esto me dijo: «Porque es algo que las personas tienen que hacer».

Después de 3 meses en terapia, le dije a Carlos que se podía autorreparentar, un método muy poderoso creado por Muriel James (1974, 1981) en el que los clientes aprenden a utilizar su estado del ego Adulto para desarrollar un nuevo estado del ego Padre para sí mismos a través de ciertos ejercicios. En esta sesión le introduje a Carlos a una fantasía guiada con el fin de crear un nuevo diálogo interno con un nuevo Padre, que le escuchaba y respondía a las necesidades de su Niño en un momento específico de su vida. Cuando acabamos me dijo: «Yo no me he amado a mí mismo y por eso he estado tan asustado de estar solo». De ese momento en adelante se sintió más seguro y empezó a planificar una decisión consciente. Carlos se tomó su tiempo, alquiló un apartamento, habló con calma con Mara y dejó la casa dispuesto a aprender a vivir solo. Sin embargo, después de una semana se empezó a sentir solo y con miedo de volver a la misma situación. Por ello invité a Carlos para que participara en un taller de 4 días sobre los guiones transgeneracionales que había programado en México.

2. EL CUESTIONARIO DEL GUIÓN TRANSGENERACIONAL

El Cuestionario del Guion Transgeneracional (CGT) es una herramienta útil y práctica para comprender el guion familiar transgeneracional. Sirve como un punto de partida tanto para los clientes como para los psicoterapeutas. Las respuestas al CGT ayudan al cliente a reflexionar conscientemente sobre su historia, ayudan a los psicoterapeutas para crear un plan de tratamiento y ayudan a ambos a tomar consciencia de los patrones relacionales inconscientes (Noriega, 2010).

En el taller, Carlos respondió al Cuestionario del Guion Transgeneracional (Tabla 1) y también participó en varios ejercicios y en el proceso de grupo. Disfrutó estando con las personas del grupo, compartió algunos de sus sentimientos y escuchó los sentimientos de otros. Se sintió aceptado por el grupo y se divirtió.

Después de que los participantes se presentaran y se hiciera un contrato para el taller, yo invité a los participantes para que respondieran al CGT y luego compartieran de lo que se habían dado cuenta en grupos de dos. Esto les ayudó a desarrollar confianza y aprender de las observaciones y la retroalimentación del otro.

Tabla 1.

Cuestionario del Guion Transgeneracional respondido por Carlos

Cliente: Carlos	Edad: 48	Sexo: hombre	Fecha: 9 de agosto de 2017
Describe abajo, utilizando nombres y adjetivos, tu percepción de lo que sabes o imaginas acerca de la personalidad y relación de las siguientes personas. Complétalo siguiendo los números.			
1. Mi abuelo por parte de padre era...	3. La relación de mis abuelos por parte de padre era...	2. Mi abuela por parte de padre era...	
Borracho, irresponsable, alegre y agresivo con mi abuela.	Muy mala, terminaron en la misma casa, aunque cada uno en su lado (su vínculo era solo para los hijos).	Sumisa, casi no hablaba. Entregó a mi padre a la cuñada cuando mi padre tenía 8 años. Solía contener su rabia y siempre mostraba mal humor.	
4. La relación entre mi padre y su padre era...	6. La relación de mi padre con sus hermanos es...	5. La relación entre mi padre y su madre era...	
Respetuosa, pero mi padre estaba en desacuerdo con él. Mi padre le rescató muchas veces de sus deudas y crisis económicas.	Buena hasta ahora, pero con restricciones de poder expresarse afecto mutuamente.	Muy superficial, nunca se mostraron amor el uno al otro.	
7. Mi abuelo por parte de madre era...	9. La relación de mis abuelos por parte de madre era...	8. Mi abuela por parte de madre era...	
Muy agresivo cuando bebía. Extremadamente mal humor. Murió muy joven por problemas de hígado.	Tremendamente difícil, agresión extrema.	Muy dura con su marido e hijas, irresponsable, manipuladora. Vivió 102 años.	
10. La relación de mi madre con su padre era...	12. La relación de mi madre y sus hermanos era...	11. La relación entre mi madre y su madre era...	
Respetuosa, pero mi madre no estaba de acuerdo con sus acciones.	Buena, se apoyaban mutuamente porque perdieron a sus padres a una edad temprana.	Respetuosa, tenían más conversaciones, pero con un afecto reservado.	

Cliente: Carlos	Edad: 48	Sexo: hombre	Fecha: 9 de agosto de 2017
13. Mi padre es...	15. La relación de mis padres o padrastros es...	14. Mi madre es...	
Muy callado, trabajador, proveedor. Sufrió abandono a una edad temprana, pero es muy objetivo y fuerte. Es difícil para él mostrar amor.	Respetuosa y aguantando los problemas para no hacer daño a los hijos.	Una mujer muy dura, que educa a los hijos con principios estrictos. Ahora está muy enferma y es chantajista extrema.	
16. La relación con mi padre o padrastro es...	18. La relación con mis hermanos y hermanastros es...	17. Mi relación con mi madre es...	
Muy buena, pero con dificultad para mostrar afecto. Un vínculo muy bueno y amor entre nosotros. El tío Juan me aleccionó cómo ser un hombre de éxito.	Con mis cuatro hermanos buena, pero solo eso. Desde el pasado muy limitada con un hermano. Extremadamente respetuosa, pero sin mostrar afecto.	Buena, eso es todo. No está de acuerdo con nuestra forma de ser y actuar. Actualmente es una chantajista extrema con su enfermedad.	
19. Mis parejas significativas han sido...	21. Mi relación con mis parejas significativas ha sido...	20. La relación conmigo mismo es...	
Agresiva, autoritaria, viene de un matriarcado, con frecuentes peleas y reconciliaciones entre nosotros. Recientemente he terminado la relación con ella.	Ambas han sido malas. Elegí a la primera porque me tenía que hacer una vida. Me involucré con la segunda desde la parte rescatadora y he tenido muchos años de problemas y decepciones.	Desorientado, sufriendo todo el tiempo, no encuentro un camino de paz, miedo de tomar decisiones, cansado, apagado, crisis de edad.	
22. Mis hijos son...	24. La relación entre mis hijos es...	23. Mis hijas son...	
		Está lejos de mí, me respeta y me ama, pero solo me busca por el dinero.	

Cliente: Carlos	Edad: 48	Sexo: hombre	Fecha: 9 de agosto de 2017
25. La relación con mis hijos es...		26. La relación con mis hijas es...	
		Buena, eso es todo. Solo hablamos de trabajo y nos vemos una vez al mes.	
27. La relación entre mis hijos y sus parejas es...		28. La relación entre mi/s hija/s y sus parejas...	
		No sé si tiene una pareja.	
29. Lo que mis nietos están repitiendo es...	30. Lo que se repite en mi familia es...	31. Lo que estoy repitiendo yo es...	
	Falta de amor, soledad y depresión.	Falta de autoestima, miedo, dudas a la hora de tomar decisiones y sufrimiento constante.	

Nota: responder de la 22 a la 29 solo si tienes hijos (en este momento Carlos no tenía nietos).

Describo este taller en más detalle en otro lugar (Noriega Gayol, 2016, p. 119).

En su CGT Carlos escribió que su abuela paterna entregó a su padre, a la edad de 8 años, a una tía (pregunta 2) y que creía que esto podía ser el origen de su constante miedo al abandono, algo que había "heredado" de su padre. Carlos también descubrió que con Mara él estaba siguiendo un guion de pareja similar a aquel de sus padres y abuelos (preguntas 3, 9 y 21); eso quiere decir estar involucrado con una mujer dura, autoritaria, manipuladora, como las que están en su árbol familiar (preguntas 8, 14 y 17).

Lo que más le costó a Carlos aceptar es que Mara le hubiera estado explotando financieramente. Ella había cambiado completamente de cómo era cuando se conocieron, pero él seguía fantaseando con que algún día se convertiría en la mujer que él había amado y que él creía que le amaba a él. De hecho, estaba repitiendo la relación "platónica" que él había tenido antes de casarse.

Después del taller, yo estaba intrigada por el uso que le daba Carlos a la palabra “respetuoso” en varios momentos en su CGT para describir las relaciones entre los miembros de su familia, incluyendo a sus hermanos. Cuando le pregunté, en una sesión individual, acerca de qué significaba esto para él, describió el comportamiento al que se refería. Resultó claro para ambos que, de hecho, estaban evitando expresar sus pensamientos sinceramente como una manera de evitar confrontaciones poco respetuosas. Carlos no sabía cómo establecer un diálogo sincero y respetuoso con las personas, en vez de utilizar un impulsor “Agrádame” (Kahler, 1974) tomado de un mensaje de contraguion de su familia. Sin embargo, en el taller, en los últimos días, se dio a sí mismo la oportunidad de establecer contacto visual con otras personas, hablar sinceramente y pedir lo que quería sin sentirse rechazado si los demás rehusaban hacer algo por él.

Con Mara, al principio de la relación, su fantasía era que tenían una relación auténtica y sincera porque ella se abría y hablaba de sus sentimientos. Pero más tarde, cuando él intentó tener ese tipo de relación “sincera”, se enredó en discusiones, desde una posición de Víctima, hasta que ya no pudo contener su enfado. Fue mejor salir corriendo. Carlos había estado viviendo un guion típico, autodestructivo, de desamor (Steiner, 1974).

3. LOS MECANISMOS DE LA TRANSMISIÓN DEL GUIÓN Y EL CGT

Basada en investigaciones previas (Noriega, Ramos, Medina Mora & Villa, 2008), yo propuse cuatro mecanismos de transmisión del guion que se dan en las familias a través de la comunicación inconsciente: (1) transacciones ulteriores; (2) juegos psicológicos; (3) la psicodinámica de la transferencia; y (4) la identificación proyectiva. Estos mecanismos se pueden utilizar como diagnóstico y tratamiento en psicoterapia (Noriega, 2010).

Mi interés en este tema empezó hace varios años, después de leer el libro de Eric Berne (1972/1974) *¿Qué dice usted después de decir «hola»?* Me fueron especialmente interesantes los capítulos de transmisión del guion. Unos años más tarde, cuando yo estaba llevando a cabo mi propia investigación, participé en un seminario de un año de duración acerca del psicoanálisis y la genealogía, basado en la teoría de Jacques Lacan e impartido por el Dr. Nestor Braunstein, de la universidad UNAM en la Ciudad de México. Como parte de mi viaje, yo desarrollé mi teoría acerca de los mecanismos de transmisión del guion y el uso del CGT, que he estado enseñando a lo largo de los últimos años en talleres en varios países.

En la sección siguiente, yo describo cada uno de los cuatro mecanismos e incluyo ejemplos de la historia de la familia de Carlos, correlacionándolos con los números de sus respuestas al CGT (ver Tabla 1).

4. TRANSACCIONES ULTERIORES

Nuestros pensamientos, sentimientos y comportamientos mantienen viva la relación que tuvimos una vez con nuestros padres y el tipo de relaciones que nuestros padres tuvieron con sus padres, nuestros abuelos. Estas pueden ser sanas o tóxicas y están introyectadas en el sistema interno del individuo, y se pasan hacia abajo a través del sistema familiar externo.

Las transacciones ulteriores ocurren en dos niveles simultáneamente: el social y el psicológico (Berne, 1966). La tercera regla de la comunicación de Berne cita que “«el resultado comportamental de una transacción ulterior está determinada al nivel psicológico y no al nivel social»” (p. 225).

A través de las transacciones ulteriores, los mensajes no verbales del guion del estado del yo Niño de los padres y los abuelos puede ser introyectado inconscientemente en el estado del yo Padre de sus descendientes (como C3 o el estado del yo Niño en el Padre). Como Berne dijo (1961), esto conlleva “«las reliquias del infante que de hecho existió en un momento, en una lucha con las reliquias de los padres que de hecho existieron»” (p. 66). Las transacciones ulteriores utilizadas en un sistema familiar pueden ser introyectadas dentro de los diálogos internos de uno o más miembros de una familia. Yo llamo a esto “transacciones introyectadas” (Noriega Gayol, 2016, p. 122). Este tipo de transacción — debido a sus dobles mensajes— normalmente es manipulativa, porque el nivel psicológico esconde un mensaje del emisor. En los guiones transgeneracionales, los mensajes ocultos son inconscientes para ambas partes, pero generalmente pretenden manipular a un descendiente para satisfacer las necesidades de un ancestro. “«En la vida cotidiana los padres envían mensajes a sus hijos que son paralelos a otras situaciones significativas de su propia experiencia e historia... Estos mensajes ocultos aparecen normalmente en la vida adulta de los niños como comportamientos repetitivos o patrones relacionales»” (Noriega, 2004, p. 316). Como escribió Berne (1961): “«Operativamente un guion es un conjunto complejo de transacciones, por naturaleza recurrentes, pero no necesariamente recurriendo, ya que una presentación completa puede requerir toda una vida»” (p. 116). A través de sus respuestas al CGT, las personas pueden darse cuenta de transacciones recurrentes en sus vidas que también fueron recurrentes en las vidas de sus ancestros.

La respuesta al número 20 del CGT, “Relación conmigo mismo”, está dirigida a demostrarle al cliente las voces en su cabeza. La respuesta de Carlos fue: “«Desorientado, sufriendo todo el tiempo, no encuentro un camino de paz, miedo de tomar decisiones, cansado, apagado, crisis de edad»”. De la historia de Carlos, que se ve en sus respuestas a las preguntas del CGT 1, 4, 13 y 16, parece ser que su abuelo paterno y su padre manipulaban a los hijos inconscientemente para rescatar a sus padres cuando los hijos todavía eran niños. Más tarde, Carlos continuó repitiendo este guion en su relación con Mara,

sus hijos y otras personas. Esta inversión de roles de la familia de origen produce guiones codependientes en los que la persona se hace cargo de las necesidades de otras personas, descontando sus propias necesidades (Noriega Gayol, 2013).

En el taller, después de compartir respuestas como las que acabo de escribir en pequeños grupos y de recibir retroalimentación de algunas personas, Carlos se dio cuenta de que estaba mostrando una actitud de sufrimiento la mayor parte del tiempo como una “invitación”, de forma no verbal, para que otros le rescataran de su sufrimiento. También se manipuló a sí mismo a través de diálogos internos inconscientes, de forma que evitaba disfrutar de la vida y era incapaz de superar a sus ancestros. Carlos se dio cuenta de que esta descripción de sí mismo estaba basada en manipular a otras personas utilizando el sufrimiento como una forma de obtener la atención y el amor que necesitaba. Estaba confundido acerca de la diferencia entre amor y ser rescatado, porque rescatar a su padre fue la única manera que encontró para mostrar su amor y estar cerca de él (CGT, preguntas 13 y 16). También descubrió que su afirmación acerca de “una crisis de edad” se correspondía con su padre trabajador en la pregunta 13, porque su padre murió a la edad de 49, casi la edad que Carlos tenía en ese momento. De hecho, la mayoría de los hombres de su familia murieron jóvenes.

En los años recientes, he estado investigando las transacciones ulteriores en los sistemas familiares internos y externos. El trabajo extensivo de Schwartz (1995) acerca de las diferentes “partes” de la personalidad, presentadas como sistemas familiares internos, me inspiró para utilizar un abordaje semejante basado en la teoría de los estados del ego del análisis transaccional como una forma de trabajar con los guiones familiares transgeneracionales. Estas voces en nuestra cabeza pueden tener identidades específicas de nuestros ancestros y se pueden manifestar de diferente manera en individuos que están neuróticos, tienen desórdenes de la personalidad o están psicóticos. Yo considero que Carlos está neurótico.

Cuando se presta atención a los propios pensamientos, las personas pueden encontrar algunas identidades de experiencias de vidas pasadas de sus ancestros y de la relación entre ellos. Esta toma de consciencia es útil para diferenciar entre, por una parte, una adaptación leal a la familia de origen (como en el caso de Carlos) y, por otra, una adaptación opositora a las figuras parentales (u otras personas significativas), que fue el caso de Mara (Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973); y claro, esto es parte del guion (que fue el caso con Mara). Debido al origen inconsciente de estas voces, las identidades y las relaciones entre ellas también pueden aparecer en sueños. Es importante tomar nota, sin embargo, de que los clínicos no deberían forzar a los individuos a afrontar estos temas, porque sus mecanismos de defensa han de ser respetados, aunque estos se manifiesten como juegos psicológicos, dinámicas de transferencia y contratransferencia o identificación proyectiva.

5. JUEGOS PSICOLÓGICOS

Berne (1964) definió un juego como:

Una serie continua de transacciones complementarias ulteriores que progresan para conseguir un resultado predecible. Descriptivamente es una combinación de transacciones, recurrentes, con frecuencia repetitivas y superficialmente creíbles, con una motivación oculta o, más coloquialmente, una serie de movimientos con una trampa o artilugio. (p. 48)

Los juegos psicológicos contienen un mensaje oculto, un deseo inconsciente de entender o darles significado a los temas no resueltos del pasado, aun cuando la intención de la transacción social parece como algo diferente (Noriega, 2004, p. 317).

Tradicionalmente, los juegos fueron descritos por Berne (1964) con distintos nombres según si intervenían dos o más personas. Karpman (1968), en el triángulo dramático, describió los intercambios de los roles de Salvador, Víctima y Perseguidor entre los participantes de un juego. Sin embargo, los juegos son re-actuaciones repetitivas de temas previos no resueltos, bien en la vida de la persona o que proceden de la historia de vida de los ancestros. Se experimentan fenomenológicamente re-actuando los temas no resueltos del pasado una y otra vez. Por lo tanto, la repetición ocurre cuando un individuo de forma inconsciente busca resolver un tema no resuelto del pasado o una situación traumática.

Por ejemplo, cada vez que Carlos decidía separarse de Mara y sus hijos para irse a vivir solo, no podía soportar más de una semana sin sentir una ansiedad intolerable y un sentimiento de abandono. Por ello, se arrepentía y descontaba las razones que le habían llevado a tomar la decisión de separarse. Entonces se traicionaba a sí mismo llamando a Mara y después de unos días estaba viviendo la misma situación de nuevo con ella.

Carlos creía que sus sentimientos intolerables eran porque amaba a Mara. Sin embargo, yo creo que surgían porque no sabía cómo estar consigo mismo y estaba esperando de forma inconsciente ser rescatado por Mara para cubrir sus necesidades infantiles de amor y atención que no recibió de su madre. En el CGT (en la pregunta 14), Carlos describe a su madre como “«una mujer dura y con principios muy estrictos para educar a sus hijos, ahora muy enferma y una chantajista extrema”». Por otro lado, Carlos, en la pregunta 17, describe a su madre como “«buena, eso es todo”». Desde el pasado, ambos están en desacuerdo con sus maneras de ser y actuar. “«Actualmente es una chantajista extrema con su enfermedad”». La excusa de Mara para no tener sexo con Carlos es que ha sido diagnosticada con fibromialgia, pero eso no la limita para tener amigos y ser amable con otras personas.

Por lo tanto, a través de los juegos psicológicos, Carlos está repitiendo las dificultades de pareja de sus ancestros de por lo menos 4 generaciones y ahora ha empezado a ver que

su hija y los hijos de Mara aparentemente también están presentando dificultades a la hora de establecer relaciones de pareja (preguntas 3, 9, 15, 21 y 28) (Carlos no adoptó a los hijos de Mara, pero estaba pagando todos sus gastos y estaba involucrado con ellos como si fueran sus propios hijos).

Al final del juego, el pago refuerza las creencias de guion y los sentimientos *racket* del guion familiar. Sin embargo, cuando los clientes se dan cuenta, a través de una relación empática con el terapeuta o en un proceso de grupo empático, se pueden dismantelar estos juegos y convertirlos en una oportunidad para que el cliente entienda el significado oculto a través del conocimiento que haga de su historia y la de su familia. Con frecuencia también utilizo el sistema de guion (Erskine, 2015, p. 115) como una herramienta para tomar consciencia de la secuencia reforzadora de un guion transgeneracional e incluir esta en las “experiencias reforzadoras”, esto es, las experiencias emocionales de los padres y abuelos del cliente.

6. PSICODINÁMICA DE TRANSFERENCIA

Berne (1961) afirmó que “los guiones pertenecen al ámbito de la transferencia de fenómenos, esto quiere decir que son derivados o, más precisamente, adaptaciones de reacciones y experiencias infantiles” (p. 116). Más tarde, Moiso (1985) escribió:

Un estudio de estas resistencias llevó al desarrollo de lo que llamamos el Abordaje Psicodinámico del AT. En este abordaje el terapeuta, aceptando una relación pseudo-simbiótica transferencial, analiza cuidadosamente con el paciente esos mensajes ulteriores que parece que están dirigidos a él (transacciones transferenciales) para desvelar la naturaleza exacta de la relación de transferencia y el contenido de la estructura Parental proyectada. (p. 196)

Un día recibí un mensaje de Carlos diciendo que tenía que viajar por motivos de trabajo y que me llamaría para hacer otra cita. Le llamé inmediatamente y le pedí que viniera antes de irse. Cuando nos encontramos, resultó obvio para ambos que estaba intentando hacer conmigo lo mismo que hizo en otras relaciones: irse impulsivamente sin explicación. Me dijo honestamente que estaba enfadado porque yo le había dicho que iba a viajar durante un par de semanas, lo que le había hecho sentirse abandonado por mí. Esa fue una sesión importante para Carlos, porque se dio cuenta de cómo solía manipular a las personas para que le rescataran en vez de aprender cómo hablar sinceramente acerca de sus sentimientos y tomar decisiones conscientes. De esa sesión en adelante, empezó a hacer el duelo de sus fantasías de que las personas cambiaran para satisfacer sus necesidades. Acerca de Mara dijo: “Por primera vez, me estoy sintiendo desconectado de ella. Me doy cuenta de que

ya no la amo, de que he sido emocionalmente dependiente de ella como mi padre lo era de mí [pregunta 16] y mi abuelo alcohólico era de mi padre [pregunta 4]”. Ambos chicos anhelaban el amor de sus madres (preguntas 2 y 14). También descubrió que inconscientemente había aprendido a manipular a las personas del lado de su madre (preguntas 8, 14 y 15). Después de la sesión hizo un contrato consigo mismo: “«Tratarme bien a través de la aceptación incondicional y empatía y amarme a mí mismo»”. También hizo un plan para reorganizar su vida.

7. IDENTIFICACIÓN PROYECTIVA

La identificación proyectiva es un término que introdujo Melanie Klein (1975/1994) para describir un mecanismo basado en las fantasías en el que el sujeto introduce a su persona (su *self* o sí mismo), en su totalidad o parte, dentro del objeto que se pretende dañar, poseer o controlar (Laplanche & Pontalis, 1968/1987, p. 189). De esta manera, una persona proyecta en otra sus sentimientos desagradables e inaceptables, provocando que la otra experimente esos sentimientos. De esa forma el primero puede culpar o desvalorizar al último.

Ogden (1992) describe este proceso como:

La presión sobre el infante de comportarse de una manera congruente con la patología de la madre, y la amenaza siempre presente de que, si el infante no logra cumplir, dejaría de existir para la madre. Esta amenaza es el músculo detrás de la demanda de conformidad: “«Si no eres lo que yo necesitaba que tú fueras, tú no existes para mí»”. (p. 16)

Este mecanismo influyó la reacción de Carlos inconscientemente cuando, de forma impulsiva, canceló su terapia conmigo debido a su enfado y miedo de ser abandonado porque yo iba a viajar. Estos sentimientos se pasaron a Carlos transgeneracionalmente a través de la identificación proyectiva, como los sentimientos de *racket* en un sistema de guion (Erskine, 2015) de por lo menos dos generaciones previas (por lo que sabemos de las respuestas de Carlos al CGT). Varias veces hizo algo similar con Mara, dejando la casa impulsivamente, movido por su enfado, cuando se sintió incapaz de controlar el comportamiento de ella.

Ogden (1992) amplió las definiciones anteriores por escrito: “«La identificación proyectiva es un proceso psicológico que es de una vez un tipo de defensa, un modo de comunicación, una forma primitiva de relaciones objetales y un camino para el cambio psicológico»” (p. 21). Y continuó escribiendo: “«La identificación proyectiva representa un aspecto de la transferencia»” (p. 69).

La identificación proyectiva es, por lo tanto, una forma de transmitir los sentimientos *rac-ket* (English, 1971) en un sistema familiar. Para Carlos, fue significativo darse cuenta de que había introyectado el sufrimiento de sentimientos proyectados por los hombres de su familia. Él entendió que él estaba sacrificándose a sí mismo trabajando excesivamente, enfermado y rescatando a personas en crisis económicas como una manera de dar y recibir el amor que necesitaba. Esto se puede observar en las respuestas de Carlos en el CGT acerca de la relación entre su padre y su abuelo (pregunta 4) y la relación de Carlos con su propio padre (pregunta 16).

Los cuatro mecanismos de la transmisión del guion que hemos descrito están interrelacionados y vinculados. Sus manifestaciones inconscientes en el sistema familiar interno y externo de un cliente se puede observar a través de las preguntas del CGT.

8. CONCLUSIONES

El caso de Carlos es un ejemplo de un sistema familiar transgeneracional. Su CGT muestra un trauma transgeneracional de abuso, abandono y sufrimiento llevado a cabo a través de una inversión de roles en su familia de origen. Una inversión de roles significa que un hijo o hija toma el lugar de uno u otro padre y el padre se mueve a la posición de niño, dando lugar a un guion de codependencia en el que el cliente se ocupa de las necesidades de otros sin tener en cuenta sus propias necesidades (Noriega Gayol, 2013).

Tal y como se describe en este artículo, Carlos fue la cabeza de turco en su sistema familiar. Su abuelo paterno, a la edad de 8, fue entregado a una tía y terminó como un alcohólico. El padre de Carlos empezó trabajando como un niño en las vías del tren y tomó la responsabilidad de mantener a su madre y hermanos. En la tercera generación, Carlos decidió liberar a su padre de ese duro trabajo rescatando a su padre y convirtiéndose en el proveedor económico de su familia y también de la familia de Mara. Desde ese momento Carlos se dedicó a estudiar y trabajar, adaptándose de forma sumisa al consejo de su tío paterno Juan (pregunta 16), sin tener en cuenta sus necesidades de sentirse querido por una mujer y, al mismo tiempo, interrumpiendo su propio desarrollo afectivo.

En la historia de Carlos también podemos observar otra situación traumática que influyó sus relaciones de pareja. Movidó por su frustración al ver a la chica de sus sueños con un novio, Carlos decidió casarse con una mujer que no amaba pero que sería aceptada por su familia. Cuando conoció a Mara, también la idealizó, aunque terminó dándose cuenta de que estaba permitiendo ser abusado y manipulado por ella, alguien que era similar a la descripción de las mujeres de su árbol familiar (preguntas 8, 14 y 17). Desafortunadamente, en la cuarta generación, la hija de Carlos puede estar repitiendo el guion familiar porque se sintió abandonada por su padre y se convirtió en una mujer manipuladora y poco productiva.

Un trauma transgeneracional suele ser un “epiguión” (English, 1969) en el que el guion hamártico o guion destructivo se pasa de una generación a la siguiente. English comparó el epiguión con un “juego de la patata caliente” en el que una persona es sacrificada para evitar el sacrificio de las demás. En el caso de Carlos, él decidió sufrir trabajando duro y no disfrutando de su propia vida para rescatar a su padre mágicamente, que fue similar a lo que su padre hizo con su abuelo (preguntas 1, 4, 13 y 16). De esta manera Carlos, inconscientemente, seguía desarrollando el guion familiar de sufrimiento basado en convertirse en un rescatador de otras personas, esto es, sacrificarse a sí mismo por el bienestar de otros (que al final significaba Mara y sus hijos).

Schützenberger (1998), una líder de la psicoterapia transgeneracional, describió los vínculos ocultos en el árbol familiar desde diferentes perspectivas. Después de explicar las ideas y conceptos fundamentales de Boszormenyi-Nagy y Spark (1973) acerca de las “lealtades invisibles”, Schützenberger escribió: “En algún lugar, las obligaciones son el su-perego dentro de nosotros. O si usamos la terminología de Eric Berne, son el Padre-madre o padre-dentro de nosotros” (p. 29). Yo prefiero utilizar el modelo de los estados del yo estructurales de segundo o tercer orden y describirlo como el Niño dentro del estado del ego Padre de generaciones previas.

Volviendo a Carlos, pasados 6 meses del taller que hemos descrito anteriormente continuó viviendo solo y vino a sesiones individuales semanalmente. Había aprendido a ser responsable de sí mismo en vez de echarles la culpa a otras personas y querer que cambiaran. Estaba muy animado a comprar nuevos muebles para su apartamento y ropa para sí mismo. Visitó a una nutricionista, perdió peso y estaba aprendiendo a cocinar para sí mismo. También estaba yendo al gimnasio, donde hizo unos cuantos amigos. Carlos continuó visitando a sus padres cada semana y empezó a darse cuenta de su sobreadaptación y la relación simbiótica entre los miembros de su familia. Empezó a ahorrar dinero para viajar y comprarse un apartamento. Carlos decidió no estar en una relación de pareja en ese momento porque primero quería divorciarse de su mujer y ver si podía recobrar la relación con su hija. Carlos estaba empezando a sentirse contento cuando iba a una película o un restaurante solo. Era consciente del sufrimiento de su diálogo interno, pero capaz de salir de ahí y sentirse orgulloso de sus logros. Para Carlos, todo esto representó un descubrimiento al darse cuenta del trauma acumulativo (Lourie, 1996) en su guion transgeneracional. Todavía necesita la protección y el apoyo de la psicoterapia, y continuamos trabajando para integrar sus varios estados del ego en un Adulto en proceso de integración (Tudor, 2003).

Yo creo que la relación más importante que tenemos es la que tenemos con nosotros mismos, porque a través de nuestros diálogos internos seguimos repitiendo las creencias y sentimientos de generaciones pasadas o experiencias recientes, hasta que nos damos cuenta

de los diálogos internos. En la cultura mejicana, las personas se acuerdan de honrar a sus ancestros el Día de los Muertos, 2 de noviembre. Esta tradición amorosa se ha resaltado recientemente en la película de Disney *Coco* (Anderson & Unkrich, 2017). Mantenemos una memoria de respeto, honor y aceptación de los miembros de nuestras familias, aunque nuestros ancestros hicieran algo con lo que no estuviéramos de acuerdo. Esto es posible cuando entendemos que ellos, pese a haber vivido situaciones difíciles, lo hicieron lo mejor que pudieron con lo que tuvieron. En este sentido, podemos liberar a nuestros ancestros para que descansen en paz, sin rechazarlos o competir con ellos, mientras que nos damos permiso a nosotros mismos para trascenderlos.

9. REFERENCIAS

- ANDERSON, D. K. (productor) & UNKRICH, L. (director) (2017). *Coco* [largometraje de animación]. Estados Unidos: Pixar.
- BERNE, E. (1961). *Transactional analysis in psychotherapy: A systematic individual and social psychiatry*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Grove Press.
- BERNE, E. (1964). *Games people play: The psychology of human relationships*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Grove Press.
- BERNE, E. (1966). *Principles of group treatment*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Grove Press.
- BERNE, E. (1974). *¿Qué dice usted después de decir «hola»? La psicología del destino humano* [What do you say after you say hello? The psychology of human destiny]. Barcelona: Grijalbo. (Trabajo original publicado en 1972).
- BOSZORMENYI-NAGY, I. y SPARK, G. M. (1973). *Invisible loyalties*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Harper & Row.
- ENGLISH, F. (1969). Episcrpt and the "hot potato" game. *Transactional Analysis Bulletin*, 8 (32), 77-82.
- ENGLISH, F. (1971). The substitution factor: Rackets and real feelings. Part 1. *Transactional Analysis Journal*, 1 (4), 27-32. doi:10.1177/036215377100100408
- ERSKINE, R. G. (2015). The script system: An unconscious organization of experience. En R. G. Erskine (ed.), *Relational patterns, therapeutic presence: Concepts and practice of integrative psychotherapy*. Londres, Reino Unido: Karnac Books.
- JAMES, M. (1974). Self reparenting: Theory and process. *Transactional Analysis Journal*, 4 (3), 32-39. doi:10.1177/036215377400400307
- JAMES, M. (1981). *Breaking free: Self-reparenting for a new life*. Menlo Park, CA, Estados Unidos: Addison-Wesley.
- KAHLER, T. (con Capers, H.) (1974). The miniscript. *Transactional Analysis Journal*, 4 (1), 26-42. doi:10.1177/036215377400400110
- KARPMAN, S. B. (1968). Fairy tales and script drama analysis. *Transactional Analysis Bulletin*, 7 (26), 39-53.
- KLEIN, M. (1994). *Envidia y gratitud* [Envy and gratitude]. Barcelona, España: Paidós. (Trabajo original publicado en 1975).
- LAPLANCHE, J. y PONTALIS, J. B. (1987). *Diccionario de psicoanálisis* [Dictionary of psychoanalysis] (traducción de F. Cervantes Gimeno). Barcelona, España: Editorial Labor. (Trabajo original publicado en francés en 1968).
- LOURIE, J. B. (1996). Cumulative trauma: The nonproblem problem. *Transactional Analysis Journal*, 26, 276-283. doi:10.1177/036215379602600402
- MOISO, C. (1985). Ego states and transference. *Transactional Analysis Journal*, 15, 194-201. doi:10.1177/036215378501500302
- NORIEGA, G. (2004). Codependence: A transgenerational script. *Transactional Analysis Journal*, 34, 312-322. doi:10.1177/036215378501500302
- NORIEGA, G. (2009). On receiving the 2008 Eric Berne memorial award for mechanisms of transgenerational script transmission. *Transactional Analysis Journal*, 39, 8-13. doi:10.1177/036215370903900102
- NORIEGA, G. (2010). Transgenerational scripts: The unknown knowledge. En R. G. Erskine (ed.), *Life scripts: A transactional analysis of unconscious relational patterns* (pp. 269-290). Londres, Reino Unido: Karnac Books.
- NORIEGA GAYOL, G. (2013). *El guion de la codependencia en relaciones de pareja: diagnóstico y tratamiento*. [The codependence script in couple relationships: Diagnosis and treatment]. Ciudad de México, México: Manual Moderno.
- NORIEGA GAYOL, G. (2016). Changing transgenerational scripts. En R. G. Erskine (ed.), *Transactional analysis in contemporary psychotherapy* (pp. 119-137). Londres, Reino Unido: Karnac Books.
- NORIEGA, G., RAMOS, L., MEDINA MORA, M. E. y VILLA, R. A. (2008). Prevalence of codependence in young women seeking primary health care and associated risk factors. *American Journal of Orthopsychiatry*, 28 (2), 199-210. doi:10.1037/0002-9432.78.2.199
- OGDEN, T. H. (1992). *Projective identification and psychotherapeutic technique*. Londres, Reino Unido: Karnac Books.
- SCHÜTZENBERGER, A. A. (1998). *The ancestor syndrome: Transgenerational psychotherapy and hidden links in the family tree* (traducción de A. Trager). Londres, Reino Unido: Routledge.
- SCHWARTZ, R. C. (1995). *Internal family systems therapy*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Guilford.
- STEINER, C. (1974). *Scripts people live: Transactional analysis of life scripts*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Bantam Books.
- THICH, N. H. (1991). *Peace is every step: The path of mindfulness in everyday life*. Nueva York, NY, Estados Unidos: Bantam Books.
- TUDOR, K. (2003). The neopsyche: The integrating adult ego state. En C. Sills & H. Hargaden (eds.), *Ego states (Key concepts in transactional analysis: Contemporary views)* (pp. 83-108). Londres, Reino Unido: Worth Publishing.

Gloria Noriega Gayol es doctora certificada en Análisis Transaccional y es formadora y supervisora en psicoterapia AT. Es directora del Instituto Mexicano de Análisis Transaccional (IMAT) en la Ciudad de México. Gloria fue presidente de la ITAA y en 2008 le concedieron el Eric Berne Memorial Award por su investigación en los mecanismos de transmisión del guion y la codependencia como contribución a la teoría y práctica del análisis transaccional (Noriega, 2009). Se la puede contactar en Agrarismo 21, Colonia Escandón, Ciudad de México, CP 11800, México; email: gnoriega@imat.com.mx