

ÍNDICE

Presentación	13
--------------------	----

CAPÍTULO PRIMERO

ESTRUCTURA DE LA PERSONALIDAD: LOS ESTADOS DEL YO. EL NÚCLEO ESPIRITUAL. SALUD Y PSICOTERAPIA DE LOS ESTADOS DEL YO

1. Procedencia de los estados del yo: el modelo estructural	17
1.1. El constructo "estado del yo"	17
1.2. Análisis estructural de los estados del yo	20
1.2.1. Análisis estructural de primer grado	20
1.2.2. Análisis estructural de segundo grado	22
1.3. Activación de los estados del yo estructurales	26
2. El aspecto social de los estados del yo: el modelo funcional	29
2.1. El problema del diagnóstico: clases del mismo	29
2.2. El diagnóstico social: análisis funcional de los estados del yo	30
2.3. La descripción gráfica del diagnóstico	37
3. Algunas cuestiones teóricas en relación con los estados del yo	39
3.1. La confusión entre lo estructural y lo funcional	39
3.2. La delimitación temporal de los estados estructurales	41
3.3. Las limitaciones del diagrama	44
3.4. Los estados del yo y las instancias freudianas	46
4. El núcleo espiritual de la personalidad	49
5. Salud, psicopatología y psicoterapia de los estados del yo	52
5.1. Valoración de los estados del yo	52
5.1.1. Aspectos positivos y negativos de cada una de las funciones	25
5.1.2. Propuestas para el cambio	54
5.2. Psicopatología y psicoterapia de los estados del yo	55

5.2.1. Psicopatología y psicoterapia funcional.....	57
5.2.2. Psicopatología y psicoterapia estructural.....	59

CAPÍTULO 2

PSICOLOGÍA SOCIAL: PADRE CULTURAL, SIMBIOSIS, COMPORTAMIENTOS IMPRODUCTIVOS, CARICIAS, TRANSACCIONES, JUEGOS PSICOLÓGICOS Y JUEGOS DE PODER

1. El Padre Cultural.....	69
1.1. El concepto de Padre Cultural.....	69
1.2. Salud y patología en el Padre Cultural.....	72
2. Evolución relacional de los estados del yo: la simbiosis.....	73
2.1. La simbiosis natural.....	73
2.2. Patología de las simbiosis.....	74
3. Comportamientos improductivos.....	83
3.1. Concepto y niveles.....	83
3.2. Psicoterapia de los comportamientos improductivos.....	87
4. Caricias.....	89
4.1. Concepto de caricias.....	89
4.2. Tipos de caricias.....	91
4.3. Patología y psicoterapia de las caricias.....	95
4.3.1. Salud y caricias.....	95
4.3.2. La ley de la economía de caricias.....	96
4.3.3. El filtro de caricias.....	98
4.3.4. Terapia de las caricias.....	99
4.3.5. La insaciabilidad.....	102
5. Transacciones.....	103
5.1. Concepto.....	103
5.2. Tipos de transacciones.....	104
5.3. Reglas de la comunicación.....	108
5.4. Valoración de las transacciones: patología y psicoterapia.....	109
6. Los juegos psicológicos.....	115
6.1. Concepto de juego psicológico.....	115
6.2. Clases de juegos psicológicos.....	119
6.3. La fórmula del juego psicológico.....	120
6.4. Los roles del juego.....	122
6.5. Juegos típicos.....	126

6.6. El diamante dramático.....	129
6.7. Psicoterapia de los juegos psicológicos	131
7. Los juegos de poder	134
7.1. Concepto	134
7.2. Tipos de juegos de poder y de respuesta a los mismos	135
7.2.1. La familia Todo o Nada.....	136
7.2.2. La familia Intimidación.....	138
7.2.3. La familia Mentiras.....	141
7.2.4. La familia de los juegos de poder pasivos	142
7.3. Psicoterapia de los juegos de poder.....	143

CAPÍTULO TERCERO

PSICOLOGÍA DE LOS PROCESOS COGNITIVOS: LAS POSICIONES VITALES. LA REDEFINICIÓN. EL DESCUENTO

1. Las posiciones vitales	149
1.1. El enfoque constructivista de Berne	149
1.2. Las posiciones vitales simples.....	151
1.3. Las posiciones triples	156
1.4. Génesis de la posición vital.....	157
1.5. Psicoterapia de las posiciones vitales.....	158
2. La redefinición	161
2.1. Marco de referencia y mecanismos de redefinición	161
2.2. Psicoterapia de la redefinición.....	165
3. El descuento	166
3.1. Concepto y significado del descuento.....	166
3.2. Clases de descuento	166
3.3. Psicoterapia del descuento	169

CAPÍTULO CUARTO

PSICOLOGÍA DE LOS PROCESOS AFECTIVOS

1. El tratamiento de las emociones y los sentimientos en Análisis Transaccional.....	173
1.1. Planteamiento general del tema: Los fenómenos afectivos en el Análisis Transaccional.....	173
1.2. Aportaciones desde otros modelos	176
2. El dinamismo emocional	180

2.1. Nociones generales.....	180
2.2. El aprendizaje emocional.....	183
2.2.1. La proporcionalidad.....	184
2.2.2. Los comportamientos frenados y aprendidos	185
2.3. Las emociones prohibidas y sus sustitutas.....	187
2.3.1. La educación prohibitiva de alguna emoción.....	187
2.3.2. La sustitución emocional	188
2.3.3. El sistema de parasitismo emocional.....	194
2.3.4. Grados de libertad emocional.....	196
3. Psicoterapia del aprendizaje emocional	196
3.1. El diagnóstico de la distorsión	196
3.2. La reeducación emocional	202
3.2.1. Los principios básicos.....	202
3.2.2. El "cómo" de la reeducación.....	204
4. Añadiendo complejidad	208
4.1. El proceso emocional visto de cerca.....	209
4.2. La interpretación del estímulo.....	211
4.3. Ampliando la gama afectiva	215

CAPÍTULO QUINTO

PSICOLOGÍA DE LA MOTIVACIÓN: LAS TENDENCIAS BÁSICAS. LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO. EL GUIÓN DE LA VIDA. EL MINIGUIÓN

1. Las tendencias básicas.....	221
1.1. La motivación en Análisis Transaccional	221
1.2. Las seis hambres de Berne	222
2. La estructuración del tiempo	224
2.1. Las diferentes maneras de emplear el tiempo.....	224
2.2. Consideraciones sobre la intimidad.....	230
2.3. Psicoterapia de la estructuración el tiempo.....	233
3. El guión de la vida	236
3.1. Concepto general	236
3.2. Los elementos del guión.....	239
3.3. La formación del guión.....	243
3.3.1. El guión, en términos evolutivos	243
3.3.2. La matriz del guión y los mandatos parentales	245
3.4. Los principales mandatos y decisiones de guión	250

3.5. Tipos de gui3n	257
3.5.1. La clasificaci3n de Berne basada en el 3xito logrado en el cumplimiento de los propios objetivos	257
3.5.2. La clasificaci3n de Berne basada en la forma de estructurar el tiempo	259
3.5.3. La clasificaci3n de Steiner basada en los estilos b3sicos de vida.....	261
3.5.4. La clasificaci3n de Steiner basada en la gravedad del gui3n	32
3.5.5. La tabla clasificatoria de Wahking combinando las modalidades de Berne y Steiner.....	265
3.5.6. La clasificaci3n seg3n el 3mbito del gui3n.....	265
4. Psicoterapia del gui3n de la vida	271
4.1. El an3lisis del gui3n.....	271
4.2. Psicoterapia del gui3n	275
5. El minigui3n	277
5.1. El concepto de minigui3n	277
5.2. La din3mica del minigui3n negativo.....	280
5.3. El minigui3n positivo.....	282
5.4. Diagn3stico y psicoterapia del minigui3n.....	283
Referencias bibliogr3ficas.....	291
3ndice de figuras.....	299
3ndice de tablas	303

PRESENTACIÓN

No es infrecuente encontrar en las librerías, en la sección de Psicología, algún libro de Análisis Transaccional. Tampoco lo es encontrarlo en la sección de libros de autoayuda. Y es que Eric Berne creó el modelo del Análisis Transaccional con un lenguaje deliberadamente sencillo (aspiraba a que lo pudiera entender un niño), cosa que ha convertido sus obras —inicialmente— en fáciles, cómodas de leer, y aparentemente sencillas. Tanto que leyendo un libro de Análisis Transaccional la persona seguramente acabará conociéndose bastante más que antes de leerlo.

Pero esa aparente simplicidad tiene el peligro de la simplificación. Y eso puede ayudar probablemente al autoconocimiento, pero no facilita a los psicoterapeutas la tarea de reflexionar y hurgar en los entresijos y complejidades, tanto de la teoría como de la práctica, del modelo analítico-transaccional. En el mercado podemos encontrar, entonces, una cierta variedad de libros y autores sobre el tema, pero no van dirigidos a psicólogos o psicoterapeutas (o, al menos, no sólo a ellos). Para obtener una información más profunda sobre la psicoterapia con este modelo, hay que recurrir casi exclusivamente a revistas especializadas o a alguna recopilación no sistemática de artículos de los autores transaccionalistas.

El objetivo de esta obra es llenar ese vacío de un tratado global y unitario, destinado a psicoterapeutas. Se ha estructurado en dos volúmenes, independientes entre sí, en el que cada uno tiene una entidad propia y una utilidad práctica en sí mismo. En este primer volumen se presentan los conceptos básicos de la teoría de la personalidad y de la psicopatología y propuestas para la psicoterapia en relación con los mismos. El segundo volumen dará por sabidos estos conceptos fundamentales y se centrará en el marco general de la psicoterapia analítico-transaccional y el tratamiento que hace de los trastornos de personalidad y algunos síndromes.

Berne fue, inicialmente, un psiquiatra psicoanalista. Era un canadiense, de origen judío —como tantos genios de la Psicología, empezando por Sigmund Freud y continuando por Erich Fromm, Abraham Maslow,

Kurt Goldstein, Fritz Perls, Víktor Frankl, J. L. Moreno, Aaron Beck, y un largo etcétera—, muy enfrascado en los estudios sobre la intuición (publicó seis artículos sobre el tema, entre 1949 y 1962), al que impactaron los descubrimientos del neurocirujano Penfield, que trabajaba, como él, en la Universidad de McGill, sobre las posibilidades de activar áreas del cerebro que llevaban a una reviviscencia del pasado.

Estos descubrimientos, junto con la influencia de Federn y de Weiss, explícitamente reconocidas por Berne, significan el arranque de su teoría sobre los estados del yo. A ellos habrá que añadir, como fuente de inspiración y nutrición para Berne, el pensamiento sistémico, y el mismo psicoanálisis del que procedía (Adler, Erikson...) y del que fue expulsado—o mejor, digamos “no admitido”— ya que en 1955 le negaron la entrada en el San Francisco Psychoanalytic Institute en el que él había estudiado (cosa que le supuso un gran disgusto, pues había estado haciendo muchos equilibrios para entrar). Por suerte, este hecho, vivido en forma muy dolorosa, lejos de hundirle, le empujó a desarrollar su teoría en forma independiente, e inicia los San Francisco Social Psychiatry Seminars. Otra fuente de gran impacto fue René Spitz, con sus publicaciones sobre el marasmo infantil como consecuencia de la privación de estímulos en los bebés, que le llevó a enfatizar la importancia del contacto a través del constructo que denominó “caricia”. También desde la antropología de Gregory Bateson, Margareth Mead, Ruth Benedict y la teoría de la comunicación del mismo Bateson, Claude Shannon, Warren Weaver y la cibernética de Norbert Wiener le llegaron elementos sobre los que reflexionar y que integrar.

El Análisis Transaccional es un modelo psicoterapéutico encuadrado en la corriente experiencial-humanista, con un enfoque sistémico. Por otra parte, Berne estaba fuertemente comprometido con la posibilidad de observación en la vida cotidiana de buena parte de los fenómenos y procesos a que se refiere, en los que ocupan un lugar preferente los relativos a la comunicación, tanto en cuanto realidad de presente como de un pasado que ha ido configurando los aspectos más íntimos del funcionamiento psíquico del individuo. Posteriormente se han ido detallando, ampliando y matizando los astutos hallazgos del fundador, y ahora goza de muy interesantes aportaciones fenomenológicas que describen, diagnostican y predicen los procesos invisibles que transcurren en el interior de la persona. A la vez, como buena parte de la gestación del modelo tuvo lugar en el vientre de las psicoterapias grupales del propio Eric Berne, el modelo tiene la capacidad versátil de poder ser utilizado tanto en terapia individual como grupal.

La nueva teoría fue desarrollándose progresivamente a partir de la reflexión y la práctica clínica de Berne y los participantes en sus seminarios de San Francisco y Monterrey. El carácter evolutivo del propio Análisis Transaccional hace que algunos de sus conceptos sufran una cierta falta de claridad teórica por la transformación que fueron viviendo a lo largo de su historia, como ocurre, por ejemplo, con los estados del yo o el papel del inconsciente en la formación del guión. De todas formas, precisamente esa voluntad de ir avanzando desde la reflexión y las evidencias empíricas de sus éxitos clínicos hacen del modelo un conjunto rico, lleno de recursos para el diagnóstico de la personalidad y los trastornos mentales y de sugerencias para el tratamiento de éstos.

ESTRUCTURA DE LA PERSONALIDAD:
LOS ESTADOS DEL YO. EL NÚCLEO ESPIRITUAL.
SALUD Y PSICOTERAPIA DE LOS ESTADOS
DEL YO

1. Procedencia de los estados del yo: el modelo estructural

1.1. El constructo "estado del yo"

La concepción de la estructura de la personalidad en el Análisis Transaccional gira en torno al constructo "estados del yo". El creador del modelo, Eric Berne, los describió en los siguientes términos:

Fenomenológicamente, un estado del ego se puede describir como un sistema coherente de sentimientos relacionados a un sujeto dado, y operacionalmente como un conjunto de normas coherentes de conducta; o pragmáticamente, como un sistema de sentimientos que motiva a un conjunto relacionado de normas de conducta (Berne, 1976, p. 15).

Podemos citar como fuente de inspiración de este concepto a dos grandes líneas: la procedente de Federn y Weiss, desde el campo de la psicología dinámica, y la procedente de los estudios sobre el cerebro desde la neuropsicología, especialmente de Penfield, Jasper y Roberts.

Federn, uno de los psicoanalistas con los que se analizó Berne, y al que cita explícitamente, había formulado (Federn, 1953) el concepto de "estados del yo" a los que entiende como algo así como "momentos del yo", bloques de tiempo psíquico. Para Federn hay miles de esos bloques, que recogen un determinado estilo mental y corporal en un momento dado, maneras de sentirse la persona, como tal, con los contenidos vitales correspondientes. Es una experiencia continua en que la persona se vive como una unidad en el espacio y el tiempo. Casi podríamos decir que son "estados de conciencia" o "estados de identidad". Berne recoge de Weiss la descripción de los estados del yo como "la realidad verdaderamente experimentada del ego mental y corporal con el contenido del período vivido" (Weiss, 1950, cit. en Berne, 1976, p. 17) y recoge de éste tres tipos de experiencia:

Weiss habla del "residuo infantil del estado del ego de la persona adulta, el que por lo general permanece dormido, pero, en cualquier caso, puede ser redesper-

tado" y es una especie de "ego niño o pueril". Por otra parte existe otra clase de influencia a la que llama "presencia psíquica". Se trata de "la imagen mental de otro ego", a veces uno paternal, que afecta las emociones y la conducta del individuo. Este autor describe las diversas situaciones en las que a) el estado del ego residual infantil, b) el estado presente del ego, o c) la presencia psíquica, respectivamente, pueden determinar la respuesta del individuo (Berne, 1976, p. 17).

De esos bloques, unos pueden memorarse fácilmente en una persona sana, otros con dificultad y otros están reprimidos. Federn habla del "engrama", como persistencia de unidades importantes, disponibles para influenciar la vida psíquica de la persona en un momento dado.

Los hallazgos del neurocirujano Wilder Penfield sobre la estructura de la memoria confirmaron a Berne la permanencia de estados del yo antiguos en un funcionamiento normal, es decir, de la reactualización de bloques psíquicos del pasado coexistiendo simultáneamente en la conciencia con el contenido psíquico propio de la novedad del presente. Penfield mostraba cómo, cuando una persona se instala en un "estado del yo" correspondiente a un momento anterior de su vida, no se trata sólo de recordar, sino de revivir sentimientos y comportamientos, actitudes y patrones que acompañaron dicho momento.

Berne asumió el concepto de "estados del yo" y lo fue sistematizando, en base a las observaciones clínicas que iba realizando en su trabajo como psicoterapeuta individual. Primero distinguió, a partir de Penfield, dos estados, entendiendo que había dos tipos básicos de momentos del yo: los momentos psicológicos naturales, correspondientes al contacto con el presente, y los traumáticos, que reviven bloques psíquicos anteriores.

Pero con un paciente (al que llamó "Don Segundo") se encontró con que en algunos momentos no estaba en ninguno de los dos, sino repitiendo el patrón de sentimientos pensamientos y comportamientos de su padre, lo que encajaba a la perfección con las observaciones de Weiss sobre la "presencia psíquica" de la imagen mental de otro ego. A partir de ahí (en 1954), elaboró una sistematización de tres estilos de momentos del yo y dedujo que debía haber tres "órganos" o estructuras que se encargasen de los estímulos internos y externos, y no dos, como había pensado inicialmente, cada una de las cuales percibía el mundo según la función que pretenden cumplir. Dibujó estos tres órganos en forma de tres círculos superpuestos.

- El superior representaba la Exteropsique, que almacena y repite introyecciones, como en el caso de Don Segundo.
- El del medio representaba la Neopsique, u órgano que tiene un funcionamiento secundario, en contacto con el momento actual.

- El de abajo representaba la Arqueopsique, u órgano con un funcionamiento primario, que repetía estados del yo arcaicos. Algunos de ellos (uno o dos, tres sólo muy raramente) corresponden a fijaciones traumáticas que pueden interferir con la prueba de la realidad.

Según Berne (1961), cada uno de estos órganos psíquicos da lugar a estructuraciones unitarias psicobiológicas de actitudes, sentimientos y comportamientos típicos, que se observan a través de tres tipos de estados del yo. Cada uno de ellos incluye:

- procesos cognitivos: percepciones, intuiciones, razonamientos...
- procesos afectivos: emociones, sentimientos...
- comportamientos práxicos ligados a unos valores u objetos motivacionales subyacentes.

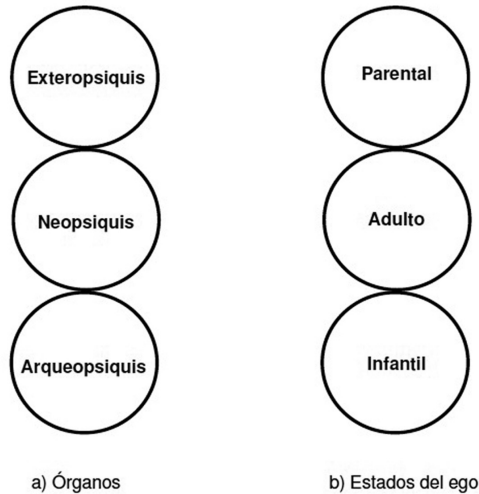
— La Exteropsique organiza un patrón de estado del yo procedente de las figuras parentales. Su origen es externo en el sentido de dar preeminencia a la asimilación del estilo que aquéllas manifiestan. Tiende hacia la imposición de normas. Su estilo de conducta repite la de uno de los progenitores.

— La Neopsique genera un patrón autónomo, adaptado y sensible a la realidad del momento, en que se tiene en cuenta tanto lo interno como lo externo. Tiende a la búsqueda de solución de problemas.

— La Arqueopsique da lugar a un estado del yo que manifiesta vestigios de la infancia. Su origen es interno y está pendiente, ante todo, de la subjetividad. Tiende al comportamiento impulsivo y a mostrar comportamientos desfasados del momento y la situación, repitiendo actuaciones y sentimientos de la época infantil.

Al patrón generado por la Exteropsique le asignó la denominación de estado del yo Parental (aunque habitualmente se le designa en castellano, como haré aquí, como estado del yo Padre, o simplemente Padre, o P); al patrón procedente de la Neopsique le denominó estado del yo Adulto (o Adulto, a secas, o A); y al originado por la Arqueopsique, estado del yo Infantil (que se ha traducido como estado del yo Niño, nomenclatura que yo utilizaré, o Niño, o N). Los nombres de los estados del yo se escriben con mayúscula, para diferenciarlos de cuando hablamos de los padres, adultos y niños en su sentido habitual. Berne (1976, p. 29) dibujó la equivalencia entre los órganos psíquicos y los estados del yo (o estados del Ego) en la siguiente forma:

FIGURA 1: REPRESENTACIÓN DE LOS ÓRGANOS PSÍQUICOS Y LOS ESTADOS DEL YO (Berne, 1976, p. 29)



Posteriormente, Berne prescindió de seguir refiriéndose a los órganos y se centró en los estados del yo que éstos generaban, diagramándolos también con los tres círculos, de modo que acabaron confundiendo ambos conceptos. Clarkson y Gibert (1988) consideran que los órganos son estructuras, mientras los estados del yo son entidades de experiencia. También Woods (2003) se ocupa de recalcar que los estados del yo no son objetos, sino metáforas para captar el sentimiento que el yo tiene de sí mismo, en base a tres tipos de experiencias subjetivas.

1.2. Análisis estructural de los estados del yo

Nace así la teoría de la estructuración de la personalidad en tres estados del yo, que Berne definió más tarde como: “un patrón consistente de sentimientos y experiencia relacionado directamente con un patrón consistente de conducta correspondiente”. (Berne, 1973, p. 484)

1.2.1. Análisis estructural de primer grado

Esta triple distinción de estados del yo es la que dará lugar a un análisis del psiquismo en base a la estructura activa en un momento dado. Es lo que se llamó el “análisis estructural de primer grado”. Día a día, Berne iba comprobando en su consulta cómo sus pacientes se compor-

taban en esos tres estilos básicos distintos, cada uno de ellos acompañado de gestos, tonos de voz, expresiones emotivas y actuaciones prácticas propias y diferenciadas de los otros dos.

En cuanto al contenido de cada uno de ellos, podemos distinguir (yendo de arriba hacia abajo, siguiendo la figura anterior):

a) Estado del yo Padre (o estado del yo Parental, o P-2):

Alberga en sí el concepto enseñado sobre la vida. Contiene lo que hemos grabado de nuestras figuras parentales (padres, cuidadores, maestros, personas con autoridad sobre nosotros o a las que les conferimos ascendiente moral, grupos culturales influyentes). Aquí nos encontramos conductas aprendidas, información sin análisis, prejuicios, opiniones, costumbres, y también podemos encontrar ideales, convicción de poder y seguridad... Cuando actuamos desde nuestro estado del yo Padre, manifestamos conductas similares a las de estas figuras y, a la vez, nuestra manera de ver la vida y nuestro pensamiento repiten también los suyos, es decir que de alguna manera los copian.

El estado del yo Padre constituye un conjunto de sentimientos, actitudes y patrones de conducta que se asemejan a los de una figura parental.

M. James y D. Jongeward refieren una graciosa anécdota que explicita una actuación típica del estado del yo Padre:

Una recién casada sirvió jamón cocido al horno y su marido le preguntó por qué le había cortado los dos extremos. Ella le contestó: "Pues porque mi madre siempre lo hizo así".

Cuando la suegra les visitó, él le preguntó por qué cortaba los dos extremos del jamón. Ella contestó: "Porque así lo hacía mi madre".

Y cuando la abuela los visitó, él le preguntó a ella también por qué cortaba los dos extremos del jamón y ella contestó: "Porque esa era la única manera de que me cupiera en la cazuela" (James y Jongeward, 1971, p. 97)

b) Estado del yo Adulto (o A-2):

Comprende las conductas en el análisis de la información que se posee en un momento dado, incluyendo la reflexión sobre la experiencia de la vida. La procedencia de los datos puede ser, pues, interna o externa. Su visión de la vida es razonada y su conducta no predecible, a diferencia del estado del yo Niño, que tiende a reproducir las experiencias infantiles, y del estado Padre, que tiende a reproducir los comportamientos de las figuras parentales.

Berne se refiere a él como el estado del yo que se caracteriza por un conjunto autónomo de sentimientos, actitudes y conductas que se adaptan a la realidad actual, y en otro lugar lo define como “un estado del ego orientado hacia el tratamiento objetivo y autónomo de los datos y del cálculo de posibilidades” (Berne, 1974, p. 483). El Adulto organiza y procesa las informaciones que obtiene a través de los sentidos y del pensamiento por medio del razonamiento lógico. Las fuentes a través de las cuales el Adulto recoge, imagina y utiliza las informaciones son tanto los otros dos estados del yo como la realidad exterior. El Adulto no puede realizar decisiones autónomas, y mantener el control social en una situación sin contar con cierta colaboración del Niño, ya que éste tiene a su cargo el pensamiento intuitivo y las emociones que —cuando son sanas— orientan a la hora de tomarlas.

En el estado Adulto nos encontramos con juicios, información analizada, reflexión y decisiones reflexionadas, cálculo de posibilidades, realismo y sentido de la oportunidad y adecuación al momento y circunstancias.

c) Estado del yo Niño (también llamado N-2):

Berne lo definió como “un estado del yo arcaico” (Berne, 1974, p. 483), y comprende lo que sentíamos e interpretábamos cuando éramos pequeños y también la forma de actuar pertinente. Berne lo describía como reliquia arcaica de un período temprano significativo de la vida y como un conjunto de sentimientos, actitudes y patrones de conducta que son reliquias de la infancia del propio individuo.

Un ejemplo de sujeto adulto en estado Niño puede ser esa madre que va a despedir a su hijo al autobús que le lleva de “colonias” y no puede evitar que se le salten las lágrimas porque irremediablemente recuerda y reproduce interiormente el susto y la pena que tuvo la primera vez que de pequeña se separó de su madre con ocasión de unas vacaciones.

En el estado Niño podemos encontrar las emociones, intuiciones, creatividad, biología, impulsividad, curiosidad, sentimientos de indefensión, desvalimiento e impotencia, egocentrismo, fantasía, capacidad de goce y manipulación, pensamiento mágico y creencias mágicas, alegría, miedo, rabias y rabietas o dolor y pena que vivimos en nuestra infancia.

1.2.2. Análisis estructural de segundo grado

Las personas nos diferenciamos psicológicamente, entre otras cosas, por lo activados que tenemos uno u otro estado del yo y por los diferentes contenidos de los mismos.

El análisis de los estados del yo, tal como fue formulado inicialmente por Berne, se llama análisis estructural de primer grado, y suele diagramarse conforme al modelo inicial que aparece en la figura 1. Berne (1974), más tarde, detalló el diagrama "completo" rodeando los tres estados del yo con una línea que les dotaba de una sensación de globalidad conjunta y hacía referencia a todo lo que una persona pueda sentir, pensar, decir o hacer, pero no lo empleó por parecerle más práctico el diagrama habitual referido.

Pero Berne se encontró con que, de cara a la práctica terapéutica, podía darse una discrepancia entre lo objetivable y lo subjetivo, lo que ve el terapeuta y la realidad estructural. Por ejemplo: una persona puede aparecer como Niño enfadado, por ejemplo, y estar repitiendo un comportamiento parental (del N de su padre). Esto le llevó a afinar el diagnóstico mediante lo que llamó "análisis estructural de segundo grado". Así llegó a la conclusión de que cada uno de los estados del yo tiene su propia estructura interna, relacionado también con la procedencia histórica del mismo, y a profundizar en el análisis de ésta.

Si nos paramos a pensar que las figuras parentales de quienes copiamos patrones que incluimos en nuestro estado Padre tienen, a su vez, tres estados del yo, podemos observar que lo que introyectamos de ellas puede proceder de cualquiera de esos estados del yo. Se trata, entonces, de un análisis más matizado. En él vemos que en el estado Padre se encuentran patrones incorporados a partir de distintas personas que ocuparon una situación de autoridad y cuidado respecto a nosotros (una situación parental). Así, puedo haber incorporado patrones de sentimientos, pensamientos y conductas de mi padre, mi madre. Y, por ejemplo, si tenía una abuela que vivía con nosotros, también de ella.

Entonces, podría dibujar así mi estado del yo Padre: