

ANÁLISIS TRANSACCIONAL Y POSTMODERNIDAD

TRANSACTIONAL ANALYSIS AND POSTMODERNITY

Lluís Casado Esquius

Psicólogo clínico, psicoterapeuta, certificado por la
International Transactional Analysis Association

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Casado Esquius, L. (2017). Análisis Transaccional y Postmodernidad. *Revista de Psicoterapia*, 28(107), 65-73.

Resumen

El presente artículo desarrolla la ponencia presentada en el Primer Congreso Internacional de Psicología y Psicoterapias Humanistas celebrado en Barcelona en noviembre de 2015.

El artículo presenta una reflexión sobre la siempre dinámica relación entre los momentos sociales, históricos y culturales y las corrientes psicológicas y psicoterapéuticas a partir del ejemplo del Análisis Transaccional.

A partir de un análisis de nuestra sociedad postmoderna y de su impacto en las personas del mundo occidental actual se plantea una necesaria revisión teórica del modelo transaccional para facilitar una mejor respuesta a las necesidades sociales actuales y se propone una integración del cuerpo teórico del Análisis Transaccional desde la perspectiva de los sistemas complejos.

Palabras clave: Psicología Humanista, Análisis Transaccional, Postmodernidad, Complejidad, Construccionismo.

Abstract

The present article develops the paper presented at the First International Congress of Psychology and Humanistic Psychotherapy, held in Barcelona in November 2015.

The article presents a reflection on the ever-changing relationship between social, historical and cultural movements and the psychological and psychotherapeutic currents, based on the example of Transactional Analysis.

On the basis of analysis of the postmodern society and its impact on the people in today's Western World, a necessary theoretical revision of the transactional model is proposed to facilitate a better response to current social needs. It also proposes an integration of the theoretical body of Transactional Analysis from the perspective of complex systems.

Keywords: Humanistic Psychology, Transactional Analysis, Postmodernity, Complexity, Constructionism.



A los habitantes del mundo occidental de inicios del siglo XXI les ha correspondido una etapa histórica que, como todas, tiene sus características diferenciales. Estas características son bien diferentes de las que imperaban en Centroeuropa a finales del XIX o en California a mitad del XX, por citar, a modo de ejemplo, dos lugares y dos épocas claramente relacionadas con el Psicoanálisis y la Psicología Humanista. Nuestra etapa histórica podemos etiquetarla para simplificar como Postmodernidad.

En el apartado siguiente se verá cuáles son esas características diferenciales y qué repercusión pueden tener en lo seres humanos, y por tanto interpelan a las teorías psicológicas que pretenden explicar las cuestiones humanas, individuales y colectivas.

La tormenta perfecta

En primer lugar, se puede hablar de la aceleración del ritmo de cambio social o, si se prefiere, del cambio en el concepto de tiempo. Las ideas, las noticias, las modas, los productos, quedan obsoletos rápidamente. Toda información debe estar a un “click” de distancia (*Google*), la comunicación debe ser instantánea (*WhatsApp*), el mundo globalizado es un mundo pequeño, al menos en nuestro imaginario y en Internet.

La “hiperconectividad” caracteriza nuestra vida social. *Facebook*, *LinkedIn*, *Twitter*, e *Instagram* son los “espacios” de interacción social de nuestra época, en la que la identidad digital convive con la individual y social analógicas. La cantidad de contactos, “likes” y “retuits” configuran autoestimas y relaciones. La red se ha convertido en el principal lugar del mundo para buscar pareja.

Se puede hablar también de la “hipersubjetividad” de un mundo individualista en el que la “marca personal” y la reinención individual para competir mejor están a la orden del día, y en la que los inevitables procesos de distorsión perceptiva y construcción de la realidad se ven reforzados por la crisis de los grandes relatos sociales compartidos.

Finalmente, la diversidad cultural en nuestros barrios o reuniones de trabajo y los nuevos modelos sociales (familiares, de pareja, nuevas formas de participación social) dibujan un entorno de una diversidad y unos matices impensables hace unas décadas.

Todo ello ha confluído en una tormenta perfecta que los norteamericanos han venido en llamar el mundo VUCA, acrónimo de las cuatro características que según ellos caracterizan nuestro mundo actual: *volatility*, *uncertainty*, *complexity* y *ambiguity*.

En realidad estas características coinciden en lo fundamental con las de los sistemas abiertos complejos. La tormenta perfecta ocasionada por la confluencia de los factores citados ha provocado un aumento acelerado de la complejidad.

En realidad, no debería sorprendernos tal aumento ya que –si pensamos un poco– todos los procesos evolutivos exitosos se han caracterizado por dos o tres

características comunes: aumento de la complejidad y por tanto de la diversidad, especialización y coordinación, todo ello para aumentar la capacidad de adaptación al entorno. Esta apreciación vale para la biología, por ejemplo, si pensamos en la evolución de las especies, desde las bacterias y las algas hasta el *homo sapiens*, y también para los sistemas sociales, desde las pequeñas comunidades de los primeros asentamientos neolíticos, hasta el mundo globalizado del siglo XXI.

Pero esta tormenta perfecta (le llamemos VUCA, o le llamemos sistema de alta complejidad) no es inocua, tiene sus efectos, ya que buena parte de las personas que viven en ella (excepto las más jóvenes) han sido socializados en un mundo distinto, un mundo que era más complicado que complejo, de causalidades más lineales que circulares, en el que no era absurdo creer en el progreso y en un futuro inevitablemente mejor, en el que llegar a ser una persona autónoma era el paso necesario para ser una persona socialmente útil.

Esa mirada positiva y optimista de la que la Psicología Humanista era deudora y al mismo tiempo impulsora, se fue evidenciando incompleta: la individualidad no era fruto del crecimiento, sino que también surgía de la crisis de los sistemas comunitarios, cuando no del narcisismo consumista, el declive de las grandes instituciones sociales dejaba un legado de falta de sentido compartido, y todo ello se acaba por manifestar en una identidad fragmentada.

Estamos hablando de un mundo en el que "... se espera, se empuja y se estira a los hombres y las mujeres individuales, para que busquen y encuentren soluciones individuales a los problemas creados socialmente" (Bauman, 2009, p. 99).

Siguiendo con el pensador polaco recientemente fallecido: "los mensajes procedentes de las sedes del poder... presentan el eslogan de "mayor flexibilidad" como el único antídoto para una inseguridad insoportable" (Bauman, 2007, p.26), y por tanto, como expresa el psicólogo constructorista K. Gergen "las personas existen en un estado de construcción y reconstrucción permanente; es un mundo en el que todo lo que puede ser negociado vale (Gergen, 2010, p. 27). Aunque todo ello no deja de tener sus repercusiones, también para el clínico, como se verá en el apartado siguiente.

Psicología Humanista y sistemas complejos

Si el mundo ha cambiado parece razonable que se reconsidere la visión del Ser Humano, y también que se reflexione sobre la consistencia teórica de nuestros modelos psicológicos para dar respuesta a los retos que supone este nuevo mundo.

La primera cuestión nos llevará a revisar conceptos nucleares de la Psicología Humanista, como el concepto de crecimiento psicológico, o sus conceptos hermanos como la tendencia actualizante, la persona autorrealizada en el sentido de Maslow, o la persona autónoma en el sentido de Berne. La segunda nos invita a efectuar una lectura de nuestros modelos desde la mirada de los sistemas complejos.

En cualquier caso, como advierte Edgar Morin cuando nos habla del pensamiento complejo, "no se trata de retomar la ambición del pensamiento simple de

controlar y dominar lo real. Se trata de ejercitarse en un pensamiento capaz de tratar, de dialogar, de negociar, con lo real” (Morin, 2011, p.22).

Recordemos, siguiendo a Morin (2009), la dinámica de los sistemas complejos: los sistemas se auto-organizan (buscan nuevas formas de adaptación) a partir de las interacciones entre los elementos. En este proceso el orden y el desorden se suceden, en una secuencia de causalidades circulares. La autoorganización evolutiva implica la aparición de un emergente, fenómeno que no puede explicarse en el nivel de complejidad inferior. Los sistemas se auto-regulan (un sistema en estado de orden se regula autónomamente). Finalmente, un sistema complejo no puede ser estático: o evoluciona o involuciona.

Si enfocamos nuestra mirada hacia la Psicología Humanista, Maslow (1973, p.83) advertía que

el proceso de desarrollo saludable es una serie ininterrumpida de situaciones de libre elección a las que cada individuo se enfrenta continuamente a lo largo de su vida, en las que debe escoger entre la seguridad y el desarrollo, entre la regresión y la progresión, entre la inmadurez y la madurez (Maslow, 1973, p. 83).

Esta visión no es incompatible con la mirada del ser humano como sistema complejo. Podemos considerar el proceso de desarrollo como un proceso autoorganizado, en el que una serie de elementos (estímulos internos i externos, emociones, recuerdos, cogniciones, creencias, etc.) interaccionan entre sí. Este proceso no es lineal y en él se suceden los momentos evolutivos y los momentos regresivos. En cualquier caso es un proceso siempre dinámico y difícilmente estable.

Como expresó el autor hace unos años (Casado, 2004), la tendencia actualizante presenta una serie de características:

- Sus finalidades son tanto la supervivencia (la salud) como el desarrollo.
- Es una tendencia selectiva y direccional, no busca desarrollar todas las potencialidades posibles, o algunas predeterminadas como “superiores”, sino las que más facilitan la adaptación a las sucesivas situaciones vitales y aspiraciones de cada persona.
- Sus finalidades evolucionan en el sentido de ser más complejas, significando retos mayores, porque busca satisfacer necesidades progresivamente superiores.
- El proceso se caracteriza por un aumento paulatino de la autorregulación y menor dependencia externa. Parece seguir una “secuencia” que podemos agrupar en los siguientes estadios: dependencia, independencia, interdependencia y trascendencia.
- Es una tendencia precultural, pero la cultura modela sus manifestaciones y fines.

Y podemos añadir, siguiendo a Bühler (1973, p.88).

el más importante de estos principios es orientar las personas para que

aspiren al desarrollo de sus mejores posibilidades o potencialidades y ello de tal manera que hagan justicia, tan bien como sea posible, a la satisfacción de sus propias necesidades y también de sus capacidades expansivas creadoras (Buhler, 1973, p 88).

y esta idea nos lleva a un concepto que nos acerca las dos miradas, las de los sistemas complejos y la de la Psicología Humanista en boca de uno de sus autores básicos, Eric Berne. Este concepto es la *Physis*.

Para los presocráticos *Physis*, es el proceso de nacimiento y desarrollo de lo existente, pero también la realidad subyacente del mundo que percibimos. En Morin (2009) es la fuerza de la naturaleza que mueve el eterno ciclo entre orden y desorden, y en Berne (1987, p. 68) la fuerza de la naturaleza que busca el crecimiento y la perfección. Sintomática confluencia: el desarrollo, el crecimiento busca el crecimiento, para ello el orden pero también el desorden son necesarios.

Vemos como uno de los conceptos nucleares de la Psicología Humanista como es el concepto de crecimiento psicológico puede ser leído desde el pensamiento complejo como el proceso adaptativo gracias al aumento de la complejidad, sea este proceso individual, como defendían los autores humanistas como Maslow o Rogers, sea colectivo, faceta menos presente en estos autores, aunque no en la Psicología Humanista, como prueban estas dos citas correspondientes a dos autores de generaciones distintas: “La relación humana debería tener en todo momento un carácter afirmativo de nuestro ser, comportando una expansión y un enriquecimiento de nuestras capacidades personales” (Blay, 1963, p. 374). “Construir un sistema complejo de significado parece implicar enfocar la atención alternativamente en la personalidad y en el otro” (Csikszentmihalyi, 2007, p. 330)

Como se puede ver en ambas citas, la relación, el otro, están íntimamente unidos a la idea de crecimiento, al igual que en Berne y su concepto de persona autónoma. Para Berne la persona autónoma es aquella que tiene tres capacidades (Berne, 1985, p.190):

- Consciencia o vivir en el “aquí y ahora” conectada con los estímulos internos y externos
- Espontaneidad o la libertad para responder a esos estímulos de forma flexible y adaptada
- Intimidad o la capacidad de vivir las relaciones sin juegos y de forma completa

En el apartado siguiente se verán, precisamente aplicado al Análisis transaccional, las posibilidades de integración entre la Psicología Humanista y los sistemas complejos.

Aplicación al Análisis Transaccional

Si revisamos el cuerpo teórico transaccional desde la perspectiva de los sistemas complejos identificaremos los tres grandes momentos a los que se refería Morin: interacciones en el desorden, proceso de autoorganización i nuevo orden en

un nivel de complejidad superior. Todo ello se resume en el cuadro siguiente, en el que se incluyen los principales instrumentos transaccionales.

Tabla 1
Principales instrumentos transaccionales: Elaboración propia

| INTERACCIONES (DESORDEN) | PROCESO DE AUTOORGANIZACIÓN | EMERGENTE |
|--|--|--|
| Estímulos internos y externos Experiencias, decisiones, recuerdos | Representaciones generalizadas, descuentos Construcción del relato personal (identidad) que da continuidad y sentido a la experiencia | Estados del yo Guión de vida (posición existencial, miniguión, <i>rackets</i>) |
| Diálogos internos | Estado del yo activo | Transacciones |
| Rituales, pasatiempos, extorsión de caricias, conductas pasivas | Roles y vínculos repetitivos Conductas autónomas | Juegos psicológicos, relaciones simbióticas, juegos de poder Intimidad, relaciones cooperativas |
| Interacciones de dinámica grupal, ajuste de las imágenes grupales | Procesos grupales de estructuración: límites, autoridad estructura de límites (Berne) | Guión grupal, pentágono del juego, procesos de liderazgo, organizaciones sinérgicas |

A continuación, se puede ver el proceso integrativo, desde lo individual hasta lo psicosocial mediante unos ejemplos de cada momento de autoorganización:

En el modelo transaccional un estado de Yo activo (Padre, Adulto o Niño) es el estado del Yo que interviene en una transacción (comunicación entre dos personas). La cuestión que nos aclara muy bien la mirada desde los sistemas complejos es que la “elección” de ese estado y no otro es el resultado autoorganizativo de un sistema interno en el que se producen muchas interacciones entre los tres estados (diálogos internos).

Esos estados activos, en todas las personas que se comunican en ese momento, darán lugar a una serie de transacciones, que progresivamente pueden organizarse de tal manera que se genera un vínculo estructurado que implica unos roles estables para las diferentes personas.

Finalmente esos vínculos y roles pueden dar lugar a un emergente más complejo si acaban por estructurar un guión grupal, por ejemplo familiar.

Por tanto a las condiciones bernianas de la persona autónoma que son individuales y relacionales debemos añadir un tercer nivel (de complejidad) que es el psicosocial y ello no resulta neutro para la intervención, sea ésta educativa, organizacional o clínica.

Impacto en la práctica clínica

Lo expuesto hasta ahora implica una serie de consecuencias que afectan a la práctica clínica:

No puede solventarse un dilema o problema en un nivel inferior de complejidad a aquél en el que se ha originado. Un problema grupal, familiar por ejemplo no puede abordarse con éxito relacionamente, y uno relacional, de pareja por ejemplo, no puede abordarse con éxito individualmente. Esta cuestión lleva a la necesidad de abordajes multinivel.

Las llamadas patologías corresponden a tres tipos de situaciones sistémicas: las etapas de desorden (como en algunos trastornos de ansiedad), un orden de un sistema que se autoregula rígidamente y pierde la capacidad de adaptación al entorno (como sucede en los trastornos de personalidad), o bien a un orden involutivo (regresivo).

En un sistema complejo los problemas no se “solucionan”, se acompaña al sistema hacia un nuevo orden evolutivo, con lo cual los problemas en realidad se “diluyen” ante la aparición de un estadio nuevo de crecimiento.

La dinámica salud – patología es un proceso en buena parte autoorganizado que implica la apertura o cierre del sistema, y una mayor o menor capacidad de adaptación. Un sistema muy cerrado orientado al control y la seguridad es patológico, pero un sistema muy laxo y sin elementos de arraigamiento fragmenta la identidad al nivel individual, diluye los vínculos al nivel relacional o debilita los principios, creencias y valores en el nivel grupal o social.

En la intervención en el nivel social, no sólo se busca la evolución, el cambio y el crecimiento, sino que todo ello deberá ir acompañado de formatos de intervención que doten de estabilidad al sistema.

Se puede pensar en grupos de diálogo para crear espacios de orden mediante acuerdos sobre las cuestiones que la postmodernidad ha convertido en líquidas, que deberían formar parte de la práctica del clínico. En cierta manera significa incluir el concepto de crecimiento colectivo para acordar cómo se definen roles (de género, familiares, laborales, sociales), qué valores se decide que nos regulen y cómo se definen, qué principios de cooperación y sinergia sociales se quieren implementar en las propias familias, escuelas o empresas. Lo que en la modernidad venía dado por la tradición, ahora es preciso crearlo mediante la participación y la inteligencia colectiva.

Revisión teórica del Análisis Transaccional

Otra cuestión, en la que no se entrará aquí en profundidad y que el autor desarrolla en otro lugar (Casado, 2016) es que el Análisis Transaccional necesita una cierta ordenación y clarificación de su núcleo teórico para poder integrarse sin estridencias con la mirada de los sistemas complejos, y especialmente en tres ámbitos:

- a) El Análisis Transaccional debe desarrollarse como teoría del desarrollo

humano, no solo como modelo y método clínico, para evitar convertir en psicopatológicos desajustes entre el modelo y la realidad postmoderna. Los conceptos transaccionales pueden ser interpretados como instrumentos clínicos o como elementos del proceso de desarrollo. El origen y la experiencia de la mayoría de los transaccionistas ha producido que sean mayoritariamente vistos en la primera acepción, pero la segunda es totalmente válida y respetuosa con el modelo berniano. Como ejemplo paradigmático y en palabras del propio Berne: "la mayor parte de la programación es negativa. Todos los padres llenan las cabezas de sus hijos con estas restricciones. Pero también les dan permisos" (Berne, 1980, p.143).

- b) El Análisis Transaccional necesita una mirada constructivista, no determinista, para focalizarse en la capacidad adaptativa (evolutiva o involutiva) fundamental en una época de cambio permanente .

Berne, desde una perspectiva clínica, tenía razón cuando consideraba el guión como un "destino" fruto de las decisiones de supervivencia tomadas en un entorno adverso, y cuando planteaba su mantenimiento a lo largo de la vida como una repetición compulsiva, porque se refería a las situaciones clínicas. Como escribió Steiner: "El guión es el resultado de una decisión prematura y forzada, ya que ha sido tomada bajo presión" (Steiner, 1991, p. 107)

Las visiones narrativas tienen razón en tanto consideran el guión como un proceso existencial, una de cuyas posibilidades es una narración cerrada, de final predecible, pero que puede manifestar también cualquier otro tema narrativo, sano y de final abierto a la autonomía.

Como expresa Newton en un párrafo que integra la mirada constructivista y la de desarrollo de un maneja muy clara: "la formación, refuerzo y actualización del guión pueden ser vistos como series de 'ciclos de aprendizaje' que recrean continuamente nuestras narrativas" (Newton, 2006, p.193).

- c) El Análisis Transaccional necesita vocación psicosocial, no reduccionista a lo individual y relacional para incluir el "nosotros" en las respuestas a los retos postmodernos, ante los que el postulado humanista transaccional de la modernidad centrado en el crecimiento individual resulta insuficiente e incluso peligroso. El modelo transaccional contiene numerosos instrumentos de nivel psicosocial, más allá del nivel relacional.

Entre otros podemos recordar la estructura y dinámica de grupos (Berne), la ley de economía de caricias y los juegos de poder (Steiner), las teorías sobre el liderazgo y el poder (Krausz), el pentágono del juego (Summerton), el contrato triangular (English), o las visiones sistémicas del AT de Massey, o Cardon). Como escribió precisamente Massey: "los individuos y los sistemas se interconectan mediante los procesos psicosociales..." (2007, p.61).

Conclusión

El Análisis Transaccional puede dar respuesta a los nuevos retos de la postmodernidad. Se trata de ampliar la manera de entenderlo, no de crear una nueva escuela. Pero para ello necesita, como cualquier otro modelo surgido en la Modernidad, una adaptación a los retos de la Postmodernidad.

En el caso del Análisis Transaccional esta revisión teórica nos refiere a integrar una visión como teoría del desarrollo no solo clínica, sino también constructivista y psicosocial. Además el modelo transaccional se integra también con suma coherencia con la perspectiva de los sistemas complejos que permite:

- Actualizar el mensaje del Análisis Transaccional
- Responder a las nuevas demandas sociales de una manera más holística (individual, relacional y psicosocial)
- Integrar de una forma más coherente los distintos instrumentos transaccionales

Referencias bibliográficas

- Bauman, Z. (2007). *Tiempos líquidos. Vivir en una época de incertidumbre*. Barcelona, España: Tusquets.
- Bauman, Z. (2009). *L'art de la vida*. Barcelona, España: Paidós.
- Berne, E. (1980). *¿Qué dice usted después de decir hola?* Barcelona, España: Grijalbo.
- Berne, E. (1985). *Juegos en que participamos*. México: Diana.
- Berne, E. (1987). *A Layman's guide to Psychiatry and Psychoanalysis*. Nueva York: Ballantine.
- Blay A. (1963). *La personalidad creadora*. Barcelona, España: Dharma.
- Bühler, C. (1973). *Psicología de la vida activa*. Buenos Aires, Argentina: Psique.
- Casado, L. (2004). Crecimiento personal: un proceso natural, aprendido y decidido. En Rodríguez-Zafra (ed). *Crecimiento personal: aportaciones de Oriente y de Occidente*. Bilbao, España: Desclée de Brouwer.
- Casado, L. (2016). *El Análisis Transaccional ante los nuevos retos sociales*. Madrid, España: CCS.
- Csikszentmihalyi, M. (2007). *Fluir (Flow)*. Barcelona, España. Kairós.
- Gergen, K. (2010). *El yo saturado*. Barcelona, España. Paidós.
- Massey, R. (2007). Reexamining Social Psychiatry as a foundational framework for Transactional Analysis: considering a social-psychological perspective. *Transactional Analysis Journal*, 37(1), 51-79.
- Maslow, A. (1973). *El hombre autorrealizado*. Barcelona, España. Kairós.
- Morin, E. (2009). *El método 1. La naturaleza de la naturaleza*. Madrid, España: Cátedra.
- Morin, E. (2011). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona, España: Gedisa.
- Newton T. (2006). Script, Psychological life plans and the Learning Cycle. *Transactional Analysis Journal*, 36(3), 186-195.
- Steiner, C. (1991). *Los guiones que vivimos*. Barcelona, España: Kairós.