

III) POSICIONES EXISTENCIALES

El Análisis transaccional afirma que cada persona - trae dentro de sí un plan de vida que diseñó en los primeros años de su infancia, basado en una programación - paterna constantemente reforzada, incluyendo elementos de patrones culturales; y que cada individuo estructura su acción social de acuerdo a ese plan.

El programa de vida tiene un gran parecido a un argumento teatral, en el cual cada individuo tiene que -- desempeñar un papel. En la vida real, cada persona desempeña papeles de héroe, salvador, víctima, etc... sin saberlo en la mayoría de los casos.

La redecisión de los programas de vida es la parte más trascendental del Análisis Transaccional, cuando -- las personas conscientes de su programa de vida deciden cambiarlo, porque lo consideran improductivo.

Cada individuo se valora a sí mismo y a los demás; - de la combinación de estos valores surgen las 4 posiciones existenciales básicas:

Yo estoy mal, tú estás bien.

Yo estoy mal, tú estás mal.

Yo estoy bien, tú estás mal.

yo estoy bien, tú estás bien.

III.1) Yo estoy mal, tú estás bien.

Esta es la posición universal de la primera infancia, conclusión lógica del niño desde su situación de - nacimiento y de infancia.

Cuando el niño nace se ve inundado de estímulos abrumadores, desagradables. A los pocos momentos se presenta al recién nacido una persona que lo toma en brazos, lo sostiene y lo tranquiliza.

Esta alteración de sensaciones desagradables y placenteras mantiene al niño en un constante estado de desequilibrio.

El niño graba constantemente los sentimientos que surgen de las relaciones entre él y los demás, primordialmente la madre, y esos sentimientos se relacionan directamente con las caricias físicas o con la falta de éstas.

Todo niño es acariciado en el primer año de su vida simplemente por el hecho de que hay que tomarlo en brazos para cuidar de él, y todo esto es positivo para el niño. Pero hay también un elemento negativo que es la conclusión acerca de sí mismo.

La estimación que el niño puede hacer de sí mismo es insegura, incierta, porque sus sentimientos positivos son transitorios y sustituidos continuamente por sentimientos negativos. Finalmente esa incertidumbre lo convence de que él está mal. Y en ese momento el niño se decide por la posición Yo estoy mal, tú estás bien.

En esta posición la persona se siente a merced de los demás. Siente una gran necesidad de caricias o de ser reconocida, que es la versión psicológica de las primeras caricias físicas.

Estas personas pueden buscar caricias a través de una ficción y esto puede inducir a llevar una vida reti-

rada. También como se sienten impotentes al tratar con los demás, pueden sufrir de depresión y en caso extremo pueden llegar al suicidio.

III.2) Yo estoy mal, tú estás mal.

Hacia el final del primer año de vida, algo muy importante le ocurre al niño. Ya no es necesario que lo tomen en brazos, pues ya camina. Si su madre es una persona fría, poco amante de acariciar a los niños, entonces el hecho de haber aprendido a andar, significa que ya han pasado sus días de "niño pequeño". Las caricias cesan, por otra parte los castigos son más severos y -- más frecuentes. Además se hace daño a sí mismo más a menudo, puesto que su movilidad hace que tropiece con obstáculos y caiga.

La vida, que el primer año ofreció algunos consue-- los, ahora no ofrece ninguno; las caricias han desaparecido. Si ese estado de abandono y de dificultad se prolonga implacablemente durante el segundo año de vida, -- el niño llega a la conclusión: Yo estoy mal, tú estás mal. En esta posición no hay esperanza. La persona simplemente pasa por la vida y al fin puede acabar en una institución mental, en un estado de extrema reclusión -- en sí misma, con un comportamiento regresivo, que refleja un deseo vago, arcaico de volver a la vida tal como ésta fué durante el primer año de vida.

Yo estoy mal, tú estás mal, es la postura de quienes pierden interés en seguir viviendo.

III.3) Yo estoy bien, tú estás mal.

Un niño, a quien sus padres tratan brutalmente, de una manera persistente y suficientemente prolongada, -- abandonará su posición inicial: Yo estoy mal, tú estás--

bien, y pasará a la tercera posición: Yo estoy bien, - tú estás mal.

El niño que ha experimentado la brutalidad, a medida que va creciendo, empieza a devolver los golpes y aprende a ser duro y cruel.

Esta postura es adoptada con frecuencia por criminales y delincuentes; y en algunos casos puede conducir al homicidio.

Esta posición es también la de las personas que se sienten víctimas o perseguidas y hacen recaer sobre los demás la culpa de sus desdichas.

III) Yo estoy bien, tú estás bien.

La cuarta posición, - yo estoy bien, tú estás bien, - es una decisión consciente, razonada.

Hay una gran diferencia entre las tres primeras posiciones y la cuarta. Las tres primeras son inconscientes, puesto que se adoptaron a una edad muy temprana y se basan en sentimientos. La cuarta posición es una decisión consciente y se basa en el pensamiento, en el empeño, en la acción, etc.

Yo estoy bien, tú estás bien, es potencialmente una postura mentalmente saludable. Si es realista, la persona que adopta esta postura sobre sí misma y sobre los demás, puede resolver sus problemas en forma constructiva.

En esta posición se acepta la importancia de las -
personas.