

¿QUÉ HACE VD. DESPUÉS DE CUMPLIR SU GUIÓN?

Dorothy Jongeward

Centenares de mujeres han asistido a mis conferencias sobre AT, que preparo especialmente para ellas. La mayor parte son amas de casa de zonas residenciales, y cerca de dos terceras partes tienen un guión del tipo *La Bella Durmiente* (WYCOFF, H., 1971: 16-20).

El tipo de la “Bella Durmiente” es la mujer que funda su identidad y su destino sobre unas identificaciones femeninas y sobre el cumplimiento de roles femeninos tradicionales programados a partir del Padre. Le falta “*identidad dual*”, según la terminología de Virginia Satir: rechaza su personalidad propia para acentuar su “feminidad” (SATIR, 1964: 19: 48-53).

Sus mensajes de guión se remontan al menos a sus primeros juguetes, que a buen seguro eligen exclusivamente entre las muñecas y los utensilios de menaje en miniatura. Las caricias de sus padres la empujan a adaptarse. Sus fruncimientos de cejas rechazan los juegos agresivos o científicos. Por el contrario, sonríe cuando es limpia, tranquila y maternal. Su guión femenino puede ser reforzado por reflexiones verbales: “¡Qué elegante es la mamá!” o “¡Mira que dulce es con su muñeca!”. La niña comienza a considerarse como “la pequeña mamá”: sus padres rechazan otras posibilidades.

Por lo general, triunfa en la escuela primaria. Sus profesores la quieren y, como someterse es su principal esquema de adaptación, recibe muchos elogios.

Hacia los 12 ó 14 años, sus intereses se reducen prácticamente a su apariencia física, a menudo en detrimento de su placer, de su éxito, o de las ocasiones en las que podría afirmarse. Por ejemplo, no va a nadar con sus compañeras por miedo a estropear su peinado o su maquillaje.

Entre los 14 y los 16 años, adapta su guión infantil a la vida adulta y confirma su destino de guión: “Me casaré y tendré hijos”, a menos que no se invierta el orden. Cuando se confirma este objetivo, ella se “va a dormir”. La “Bella durmiente” se duerme en lugar de desplegar sus talentos, su inteligencia y todas sus virtudes. A veces incluso toma el rol de Víctima y juega a “Soy estúpida” o se revela como mártir.

Reconocemos fácilmente este tipo de guión con unos enunciados como “¿Para qué sirven las matemáticas? Quiero casarme y quedarme en casa”, o “¿Por qué reventarme en la universidad? Quiero casarme”.

En este momento, marido e hijos son para ella el objetivo y el fin de la vida en lugar de ser el punto de partida. Piensa en el matrimonio, pero sobre las realidades de la vida conyugal y de la educación de los niños se hace una multitud de ilusiones que los mass-media refuerzan abundantemente. Estos le presentan en todos los campos unos medios de realizar su objetivo de guión: purificar el aliento o las axilas, depilarse las piernas, o enmascarar con algún “spray” los olores de su cuerpo. Su impulso de guión contamina la función de verificar de su Adulto; su Padre, por su lado, lo contamina con

unos mensajes perjudiciales a propósito de los roles masculinos y femeninos y unos objetivos que conviene asignarse.

Si va a la universidad, se la toma con tranquilidad y/o abandona cuando El Sr. Derecho, su complemento de guión, viene a abrazarla. A menudo la elige porque ella le ayuda a cumplir su propia vocación de guión. Él es frecuentemente autoritario y lleno de prejuicios, lo que refuerza masivamente sus mensajes Parentales en ella con respecto al lugar y la función de las mujeres. A veces ella juega a “Si no fuera por ti” y/o “Mira lo que me has hecho hacer”. Una “Bella durmiente” se lamenta diciendo: “¡Pero Eduardo tendría una congestión si yo fuera a los cursos de tarde!”.

En tanto que ella siga su guión y se ocupe de sus hijos, la “Bella durmiente” se siente bien. Pero cuando su último hijo tiene 15 ó 16 años, comienza a sentirse solitaria, estructura menos su tiempo y su colección favorita de cupones se convierte entonces en una depresión. En el momento en que todos los hijos han dejado la casa, ella tiene alrededor de cuarenta años. A menudo, consulta a un médico que le prescribe unos antidepressivos o unos tranquilizantes. Si no, ella puede recurrir al alcohol.

En este momento, su guión en suspenso (BERNE, 1970: 167-170) se termina. Lo ha cumplido y, en el presente, la existencia le parece vacía. Ningún mensaje viene a socorrerla para decirle qué hacer con su tiempo. Algunas, desesperanzadas, tienen un nuevo embarazo, y el bebé llena los diez años siguientes. Pero esto es una solución temporal: el guión se termina entonces para bien y vuelve el vacío. No hay más que esperar la muerte. En muchos casos que yo conozco, una figura de autoridad, el médico, enfermera, pariente, consejero, la empuja a tener otro hijo, sin tener en cuenta que sin duda a la larga esto no resolverá el problema. Como dijo Berne (BERNE, 1970: 170), “La moraleja de esta historia es que un guión no debe estar limitado en el tiempo, sino que debe abarcar toda la vida, por larga que sea”.

Es interesante comparar en este punto la condición de las mujeres actuales a la de sus homólogas a principios de siglo. Basta dibujar sobre unos diagramas circulares la vida de la Sra. Todo-el-mundo, hoy y antes (Fig. 1), para constatar que el vacío de guión constituye hoy un problema muy grave. Actualmente, la Sra. Todo el mundo se casa hacia los 19 años, y tiene una media de 2,7 hijos, cifra que baja continuamente. Su último hijo nace cuando ella tiene 26 años y su esperanza de vida es de 74 años. A principio de siglo, la Sra. Todo el mundo se casaba hacia los 22 años, tenía hasta la menopausia muchos hijos y su esperanza de vida era tan sólo de 48 años. No tenía casi tiempo de ver terminado su guión, y ante lo que le pasa a tantas mujeres hoy, no podría más que encogerse de hombros sin comprender.

Cuando una mujer moderna encuentra el vacío del guión, se siente a menudo perdida, terminada, deprimida e inútil. Por tanto, llega a la primavera de su vida. Su drama se termina y se abre ante ella un nuevo espacio de vida, pero nadie le ha hablado de ello ni la ha preparado. Las confidencias de una mujer revelan el poder de sus ilusiones: “Cuando mi último hijo se fue de casa, mi sentimiento de ser alguien se esfumó con él. Tuve un sentimiento terrible de no saber qué hacer. Creo que esperaba que los bebés fuesen siempre bebés. Tengo 43 años y estoy acabada. Nunca pensé en hacer otra cosa.”

Un elemento importante del tratamiento de la “Bella Durmiente” es la información Adulta sobre el guión en suspenso. Tiene necesidad de conocer los síntomas mentales y físicos de la ausencia de guión y de saber que no sirve de nada una reviviscencia de los mensajes interiores para estructurar su tiempo. Este método resulta tanto más eficaz cuanto que en el pasado no rechazó sus roles de mujer como ama de casa y madre. En el caso contrario, puede desplazar sus resentimientos y censurar a sus hijos por haberla dejado “sacrificar por ello su crecimiento personal”. Cuando la Bella “se despierta”, se da cuenta de su entrega a su marido o a sus hijos, pero es mejor para ella que emplee su energía en resolver el problema. Puede entonces comprender y asumir mejor su enfermedad, que a veces llega hasta la depresión. Muy a menudo, comienza entonces a ayudar a otras mujeres.

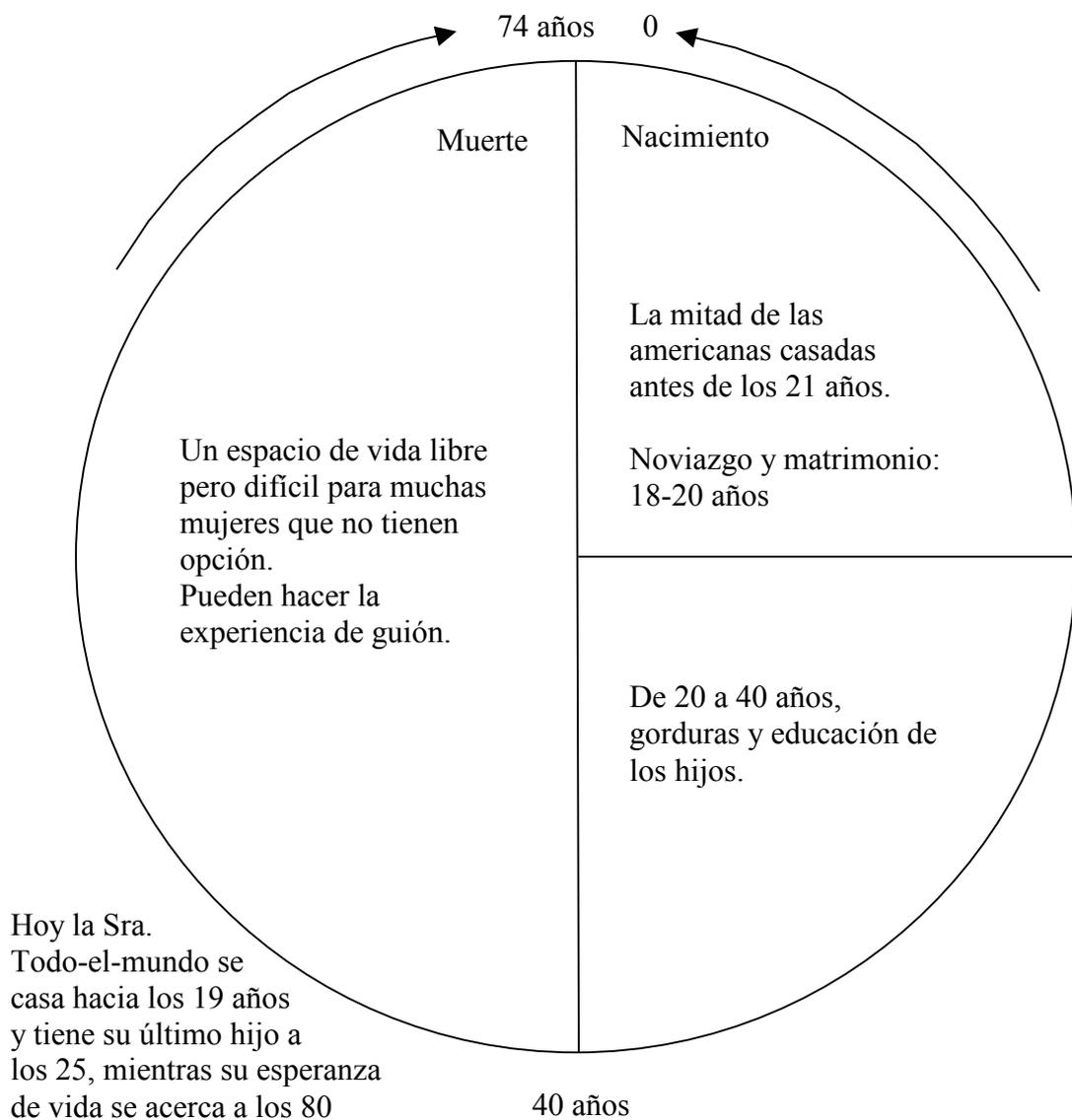


Figura 1

El desafío que plantea la duración de la vida a las mujeres que han

elegido el matrimonio y la educación de los hijos.

Si quiere curarse es necesario que, pronto o tarde, examine otros estilos de vida y se asigne unos objetivos nuevos y constructivos. Estos son esenciales para situar un guión de ganador el resto de su vida.

Tiene más posibilidad de conseguir los objetivos si la persona conoce de forma realista sus talentos y habilidades. Para establecer estos datos, es necesario a menudo recurrir a unos consejeros en orientación profesional o en educación. Estas mujeres necesitan reunir un máximo de información adulta realista sobre ellas mismas y sobre sus posibilidades, lo que menudo representa una verdadera labor. Durante la terapia, sus “deberes en casa” se basan sobre todo en este punto; se les pide igualmente asignarse objetivos y alcanzarlos.

Para curarse, pueden ser necesarios cambios sociales (BERNE, 1969: 7-8). El consejero puede comprometerse, como lo hago yo, para obtenerlos. En la época en que yo tomé conciencia del gran número de mujeres cuyo guión en el tipo “La Bella Durmiente” o cualquier otro tipo de guión en suspenso, no tenía apenas lugares a su disposición para cumplir los objetivos de educación personal que se fijaban. Puse a punto para la administración de mi distrito un programa de educación de adultos que otros distritos enseguida imitaron. Comencé unos cursos universitarios para mujeres. En un curso sobre educación en la vida de familia para educadores, ofrecí unos medios de desarraigar desde el origen los guiones en suspenso. Finalmente, testimonié en favor de la continuación de este programa sobre la condición femenina del estado de California.

Un ejercicio útil resulta conducir a la cliente a asignarse unos objetivos por un período limitado. Durante seis meses puede, por ejemplo, fijarse un objetivo mes a mes; a decir verdad, resultan necesarios en ocasiones unos objetivos diarios. Ella responde a las preguntas: “¿Qué es lo que yo quiero ser de aquí a un mes?” y “¿Qué es lo que quiero hacer?”. La periodicidad se aumenta progresivamente, hasta el momento en que la persona asimila este modelo de pensamiento y puede fijarse un segundo guión. Es esencial que éste englobe la vejez y prevea para ella unas actividades realistas y satisfactorias. Este trabajo resulta muy parecido que se efectúa con los hombres cuyo guión se termina la jubilación.

He visto de este modo a muchas mujeres, tomar en sus manos la conducción de su vida y asumir la responsabilidad. Algunas vuelven a los estudios, otras se consagran a proyectos locales, otras vuelven al trabajo o desarrollan un talento del que eran conscientes a la edad de 10 años. Estas mujeres han elegido ir hacia adelante con la vida, en lugar de esperar la caída del telón o, como dijo Berne, la “Tierra Prometida”.

“What Do You Do When You Script Runs Out?” *Transactional Analysis Journal*, II, 2, abril 1972: 78-80: I.T.A.

NOTA Y CITAS

BERNE, E.: *Sex in Human Loving*. Nueva York, Simon & Schuster, 1970. Traducción española: *Hacer el amor*. Barcelona, Alfa, 1983.

BERNE, E.: “Editor’s Page”. In: *T.A.B.*, VIII, 29, enero, 1969: 7-8.

SATIR, Virginia: *Conjoint Family Therapy*, Palo Alto, Science and Behaviour Books, 1964: 19, 48-53.

WYCOFF, Hogie: "The Stroke Economy in Women's Script". En *T.A.J.*, I, 3, Julio, 1971: 16-20. WYCOFF, Hogie: "Radical Psychiatry and Transactional Analysis in Women's Group. En: *T.A.B.*, IX, 36, oct. 1970: 128-133.

Traducción: Casto – Martín. Revisión: Equipo de www.bernecomunicacion.net.