

# Índice

<i>Prólogo</i> .....	15
<i>Introducción</i> .....	21
<b>1. EL ANÁLISIS TRANSACCIONAL</b> .....	25
1. Los orígenes del Análisis Transaccional en Eric Berne.....	27
2. Definición del Análisis Transaccional .....	28
3. Instrumentos del Análisis Transaccional .....	29
4. Análisis Transaccional y Educación .....	32
<b>2. LOS ESTADOS DEL YO</b> .....	35
1. Definición de los Estados del Yo .....	37
2. Análisis estructural de los Estados del Yo .....	39
2.1. Estado del Yo PADRE .....	39
2.2. Estado del Yo ADULTO .....	40
2.3. Estado del Yo NIÑO .....	41
3. Análisis estructural de segundo orden de los Estados del Yo ...	43
3.1. Análisis de Segundo Orden del Estado Padre .....	43
3.2. Análisis de Segundo Orden del Estado Niño .....	44
3.3. Análisis de Segundo Orden del Estado Adulto .....	46
4. Análisis funcional de los Estados del Yo .....	48
4.1. Análisis funcional del Estado Padre .....	48
4.2. Análisis funcional del Estado Adulto .....	51
4.3. Análisis funcional del Estado Niño .....	51
5. Patología estructural .....	53
5.1. La Exclusión Doble .....	53
5.2. La Exclusión Simple .....	54
5.3. La Contaminación .....	55

<b>3. LAS TRANSACCIONES</b> .....	59
1. Concepto de Transacción .....	61
1.1. Las Transacciones se realizan entre los Estados del Yo .....	63
1.2. Los estímulos y las respuestas son verbales y no-verbales ...	63
1.3. La dinámica de las Transacciones es la búsqueda de las Caricias .....	64
1.4. Representación de las transacciones .....	64
2. Clasificación de las Transacciones .....	65
2.1. Transacción Complementaria .....	66
2.2. Transacción cRuzada .....	67
2.2.1. Transacción Transferencial .....	68
2.2.2. Transacción Contratransferencial .....	69
2.2.3. Transacción Deshumanizada .....	70
2.2.4. Transacción Insolente .....	71
2.2.5. Transacción del Infinito .....	72
2.2.6. Transacción de Quejas o Lamentos Mutuos .....	73
2.3. Transacción Ulterior .....	73
2.3.1. Transacción Angular .....	74
2.3.2. Transacción Doble .....	75
<b>4. LAS CARICIAS</b> .....	79
1. Importancia de las caricias .....	81
1.1. Necesidad de caricias físicas .....	81
2. Concepto de caricia en el Análisis Transaccional .....	83
3. La diversidad de caricias .....	83
3.1. Caricias positivas y negativas .....	84
3.2. Caricias incondicionales y condicionales .....	85
3.3. Caricias de expresión personal u objetal .....	86
3.4. Por la intención con que se dan .....	86
3.5. Caricias para el Padre, para el Adulto y para el Niño .....	86
3.6. Heterocaricias y autocaricias .....	87
<b>5. LAS POSICIONES EXISTENCIALES</b> .....	89
1. Naturaleza de las posiciones existenciales .....	91
2. Génesis de la posición existencial .....	92
3. Importancia práctica de las posiciones existenciales .....	94
4. Descripción de las posiciones existenciales .....	96

4.1. Yo estoy bien - Tú estás bien .....	98
4.2. Yo estoy bien - Tú estás mal .....	99
4.3. Yo estoy mal - Tú estás bien .....	100
4.4. Yo estoy mal - Tú estás mal .....	101
5. Yo estoy más o menos ( $\pm$ )bien-Tú estás más o menos ( $\pm$ ) bien .	102
6. Posiciones existenciales desde el enfoque tripartito .....	103
<b>6. LA ESTRUCTURACIÓN DEL TIEMPO .....</b>	<b>105</b>
1. La estructuración del tiempo .....	106
2. Análisis de las seis formas de estructuración del tiempo .....	109
2.1. Aislamiento .....	109
2.2. Rituales .....	110
2.3. Pasatiempos .....	110
2.4. Actividades .....	111
2.5. Juegos Psicológicos .....	111
2.6. Intimidad .....	112
3. Aspectos positivos y aspectos negativos de las seis formas de estructuración del tiempo .....	113
4. Los Juegos Psicológicos: una forma de estructurar el tiempo .	117
4.1. Definición de los juegos psicológicos .....	117
4.2. La fórmula de los juegos psicológicos .....	118
4.3. Un ejemplo de juego psicológico .....	119
4.4. Ejemplo de secuencia del juego: «¿Por qué no...? Sí, pero» .	124
4.5. ¿Cómo identificar un juego psicológico? .....	124
4.5.1. Los Juegos como Transacciones repetidas .....	125
4.5.2. Los Juegos como Transacciones Ulteriores .....	127
4.6. Los Juegos y las pseudoventajas de los mismos .....	132
4.6.1. Pseudoventaja biológica .....	133
4.6.2. Pseudoventaja existencial .....	133
4.6.3. Pseudoventaja argumental .....	134
4.6.4. Pseudoventaja emocional .....	134
4.6.5. Pseudoventaja psicológica interna .....	134
4.6.6. Pseudoventaja psicológica externa .....	135
4.6.7. Pseudoventaja social interna .....	135
4.6.8. Pseudoventaja social externa .....	135
5. Análisis formal de los juegos psicológicos .....	136
5.1. Título y tesis del juego .....	136
5.2. Antítesis del juego .....	136
5.3. Propósito del juego .....	137

5.4. Roles del juego .....	137
5.5. Dinámica en el juego .....	137
5.6. Paradigma transaccional del juego .....	138
5.7. Los jugadores y los movimientos del juego .....	138
5.8. Pseudoventajas del juego .....	138
6. Origen de los juegos psicológicos .....	138
7. Clasificación de los juegos psicológicos .....	140
7.1. Por el número de los jugadores .....	140
7.2. Por los símbolos involucrados .....	140
7.3. Por el tipo clínico y las zonas psicoanalíticas .....	140
7.4. Por el ámbito social en que se dan .....	140
7.5. Por la intensidad emocional .....	142
7.6. Por la Posición Existencial .....	142
7.7. Por el rRol del Triángulo Dramático .....	143
8. Los juegos psicológicos y el Triángulo Dramático de Karpman ...	146
8.1. El rol de Perseguidor .....	150
8.2. El rol de Salvador .....	150
8.3. El rol de Víctima .....	150
9. Evitar los juegos psicológicos .....	152
9.1. Actuar en sistema positivo .....	155
9.1.1. Conocer los juegos psicológicos .....	155
9.1.2. Reconocer los juegos psicológicos .....	155
9.1.3. «Positivar» las caricias .....	156
9.1.4. «Positivar» los demás beneficios de los juegos .....	157
9.2. Poner al descubierto los juegos psicológicos .....	158
9.2.1. Desenmascarar los juegos psicológicos .....	158
9.2.2. Cortar los juegos psicológicos .....	159
9.2.3. Seguir los juegos psicológicos .....	159
9.2.4. Desgravar los juegos psicológicos .....	159
<b>7. CARACTERÍSTICAS DEL CONSTRUCTO DE LOS JUEGOS PSICOLÓGICOS DENTRO DEL ANÁLISIS TRANSACCIONAL .....</b>	<b>163</b>
<b>8. DESCRIPCIÓN GENERAL DE LOS SIETE JUEGOS PSICOLÓGICOS .....</b>	<b>169</b>
1. Juego psicológico 1: ¿POR QUÉ SIEMPRE ME PASA A MÍ? .....	172
1.1. El juego «¿Por qué siempre me pasa a mí?» en el aula .....	174

---

2. Juego psicológico 2: EL MÍO ES MEJOR QUE EL TUYO .....	175
2.1. El juego «El mío es mejor que el tuyo» en el aula .....	177
3. Juego psicológico 3: ESTÚPIDO .....	178
3.1. El juego «Estúpido» en el aula .....	181
4. Juego psicológico 4: ¿POR QUÉ NO...? SÍ, PERO... .....	182
4.1. El juego «¿Por qué no...? Sí, pero...» en el aula .....	185
5. Juego psicológico 5: PATA DE PALO .....	186
5.1. El juego «Pata de palo» en el aula .....	189
6. Juego psicológico 6: ALBOROTO .....	189
6.1. El juego «Alboroto» en el aula .....	193
7. Juego psicológico 7: RAPO O VIOLACIÓN .....	194
7.1. El juego «Rapo o violación» en el aula .....	197
<b>9. A MODO DE CONSEJO ORIENTADOR FINAL .....</b>	<b>199</b>
<i>Bibliografía</i> .....	206