



Facultad de Humanidades  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos

**La perspectiva del Análisis Transaccional para el tratamiento de la  
codependencia**  
(Artículo Científico)

Sarah Stephanie Pop Aviles

Guatemala, julio 2022

**La perspectiva del Análisis Transaccional para el tratamiento de la  
codependencia**  
(Artículo Científico)

Sarah Stephanie Pop Aviles

M.A. Doris Cuéllar (asesor)

MSc. Ana Muñoz (revisor)

Guatemala, julio 2022

## **Autoridades Universidad Panamericana**

Rector M.Th. Mynor Augusto Herrera Lemus

Vicerrectora Académica Dra. Alba Aracely Rodríguez de González

Vicerrector Administrativo M.A. César Augusto Custodio Cobar

Secretaria General EMBA Adolfo Noguera Bosque

## **Autoridades Facultad Humanidades**

Decano M.A. Elizabeth Herrera de Tan

Vice Decano M.Sc. Ana Muñoz de Vásquez



**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, diciembre año 2021.**


*En virtud de que el presente Artículo Científico con el tema: **“La perspectiva del Análisis Transaccional para el tratamiento de la codependencia”**. Presentada por el (la) estudiante: **Sarah Stephanie Pop Aviles**, previo a optar al grado Académico de Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*

A handwritten signature in black ink, which appears to read 'Doris Cuéllar'. The signature is fluid and cursive, with a prominent vertical stroke at the end.

**M.A. Doris Cuéllar**  
**Asesora**

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, julio del año 2022.**

*En virtud de que el presente Artículo científico con el tema: **“La perspectiva del Análisis Transaccional para el tratamiento de la codependencia”** Presentada por el (la) estudiante **Sarah Stephanie Pop Aviles**, previo a optar al grado Académico Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*



**MSc. Ana Muñoz**  
**Revisor**



UNIVERSIDAD  
PANAMERICANA

"Sabiduría ante todo; adquiere sabiduría"

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE HUMANIDADES, ESCUELA  
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS, Guatemala, agosto 2022. -----

En virtud de que el presente Artículo Científico con el tema: **"La perspectiva del Análisis Transaccional para el tratamiento de la codependencia"**, presentado por el (la) estudiante: **Sarah Stephanie Pop Aviles**, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, esta Decanatura extiende **Dictamen de Aprobación** previo a optar al grado académico de Maestría en Enfoques Psicoterapéuticos, para que el (la) estudiante proceda a la entrega oficial en Facultad.

  
M.A. Elizabeth Herrera de Tan  
Decano  
Facultad de Humanidades



 1779

 upana.edu.gt

 Diagonal 34, 31-43 Zona 16

**Nota:** *“Para efectos legales, únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.”*

## Contenido

Resumen	I
Introducción	II
1. Método	1
2. Objetivos	2
3. Desarrollo	3
3.1. Análisis transaccional	3
3.1.1. Análisis estructural	3
3.1.2. Estado del yo padre	3
3.1.3. Estado del yo niño	4
3.1.4. Estado del yo adulto	5
3.2. Análisis funcional	6
3.2.1. Padre crítico	7
3.2.2. Padre nutritivo	7
3.2.3. Niño natural	8
3.2.4. Niño sumiso	8
3.2.5. Niño rebelde	8
3.3. Conductas positivas y negativas de los estados del yo	10
3.3.1. Sistema de conductas ok y no ok	11
3.4. Análisis de las transacciones	11
3.4.1. Clasificación de las transacciones	12
3.5. Caricias	12
3.5.1. Tipos de caricias	14
3.5.1.1. Caricias adecuadas	14
3.5.1.2. Caricias inadecuadas	15
3.5.1.3. Caricias internas y externas	15
3.6. Codependencia	16
3.6.1. Características de la codependencia	16



3.7.	Factores que influyen en el desarrollo de la codependencia	17
3.8.	Guiones del yo de una persona codependiente	19
3.8.1.	Grandiosidad y descalificación	19
3.8.2.	Diálogos internos	20
3.8.3.	Juegos psicológicos	21
3.8.4.	Triángulo dramático	21
3.9.	Asuntos no resueltos en la niñez que provocan conductas codependientes en la adultez	22
3.10.	Tratamiento desde el análisis transaccional	23
3.11.	Etapas de tratamiento	23
4.	Discusión de resultados	25
	Conclusiones	27
	Referencias	28

## Resumen

El siguiente escrito se realizó con la finalidad de conocer la perspectiva del modelo de Análisis Transaccional para el tratamiento de la codependencia. Como primer tema se define y explica lo que es el modelo Transaccional, señalando algunos de los instrumentos que este utiliza con el propósito de entender al individuo, comprendiendo sus transacciones y guiones de vida que se formaron durante la infancia.

Seguidamente, se define el concepto de codependencia, donde se señalan las características principales que describen a este padecimiento, así como factores que influyen en una persona para el desarrollo de esta. También se refieren diferentes asuntos no resueltos en la adultez que sucedieron durante la infancia, donde los individuos anularon sus necesidades básicas para adaptarse y sobrevivir al ambiente hostil del momento, entre otros asuntos.

Así mismo, como último tema se presenta una propuesta de plan de tratamiento hecha por Noriega (2013), cuya finalidad principal es redefinir el guion de vida de una persona codependiente, trabajando desde los 3 estados del Yo (Padre, Niño, Adulto) con cada uno de estos un objetivo principal para culminar con la descontaminación del adulto.

Además, se condensa la información discutiendo los resultados obtenidos durante el artículo, donde se presenta el abandono, el rechazo, entre otros factores, se describen características puntuales de la codependencia, tales como la baja autoestima, la anulación de sus necesidades poniendo las de los demás sobre las suyas, entre otras características.

## **Introducción**

Una persona codependiente se caracteriza por la obsesión de controlar la conducta de otros y permitiendo que la conducta de los demás afecte grandemente su vida (Beattie, 1987) las personas con codependencia suelen anular sus necesidades, colocando las de los demás por encima de las suyas.

En la actualidad, la toma de conciencia a cerca de la codependencia ha ido abriendo caminos para posicionarse y tener reconocimiento en el ámbito social, familiar y psicológico. Gracias a muchos factores, como la lucha en la defensa de los derechos de la mujer y de rol de género, ha causado que este padecimiento pueda ser reconocido según sus síntomas presentados, en la mayoría de las mujeres. No obstante, este padecimiento no es exclusivo en las mujeres, ya que, como en el siguiente artículo se presenta, la codependencia puede presentarse en hombres; iniciando desde la infancia, de acuerdo con las transacciones y vivencias que el menor tuvo. Entre tantos factores, el abandono y el rechazo en la infancia son algunos mencionados.

El modelo del Análisis Transaccional cuenta con instrumentos que favorecen al entendimiento de la conducta de las personas, por medio de analizar sus transacciones. Estos instrumentos pueden ser aplicados en los casos de codependencia, ya que, uno de los instrumentos más utilizados para el tema de una persona codependiente, es el análisis de las transacciones, las caricias, entre otros que en la niñez recibieron, formando así el guion de vida. En Guatemala, las conductas codependientes están normalizadas en algunos lugares del país, ya que existen factores culturales, familiares y sociales que se han construido a lo largo de la vida de las mujeres, formando un guion de vida a la cual ser fiel.

## **1. Método**

Este escrito, que se identifica con el título de “La perspectiva del Análisis Transaccional en el tratamiento de la codependencia”, se presenta en formato de artículo científico, donde se recopila, se define y se resuelve la información cuya finalidad es expresar las ideas recopiladas a través de la bibliografía escogida para plasmar lo concluyente en este trabajo de investigación. Se utilizó el método de investigación cualitativa, el cual se describe y se analiza la información obtenida

Así mismo, se revisaron y analizaron diferentes bibliografías confiables con temática de la codependencia, las características y los factores precipitantes y el Análisis Transaccional, siendo fuente fiable los libros de Berne, Kertész y Sáenz quienes se especializan en este modelo. Estas bibliografías fueron escogidas con el fin de registrar cuál es la perspectiva de esta teoría ante la problemática de la codependencia.

Así también, se utilizó el recurso de investigación en la biblioteca virtual de la Universidad Panamericana, para la búsqueda de algunos libros con tema de codependencia y relacionado al Análisis Transaccional, así también se recurrió a libros en estado impreso, las cuales fueron adquiridos por personas con conocimientos en este mismo modelo, dando paso a la escritura de este artículo científico.

## **2. Objetivos**

### **2.1. Objetivo General**

Analizar la perspectiva del modelo Transaccional en el tratamiento de la codependencia.

#### **2.1.1 Objetivos específicos**

- Describir los conceptos del modelo Análisis Transaccional abordados en el padecimiento de codependencia
- Señalar como los asuntos no resueltos en la infancia influyen en el desarrollo del padecimiento de codependiente.
- Indicar el tratamiento psicoterapéutico desde el Análisis Transaccional en el trastorno de codependencia

### 3. Desarrollo

#### 3.1. Análisis Transaccional

El Análisis Transaccional es una teoría psicológica, cuyo objetivo es comprender de la conducta humana. Fue creada por el psiquiatra canadiense Eric Berne (1950), Esta teoría se enfatiza en analizar las transacciones en las dinámicas externas e internas de la persona. De acuerdo con (Kertész, et al., 1997) comparten que, se le llama así a este modelo por sus dos conceptos “Análisis” al separar el comportamiento de las unidades fácilmente observables y “Transaccional” por su énfasis en las transacciones.

##### 3.1.1. Análisis Estructural

En cada individuo existen ciertos patrones de comportamiento que van acompañados de sentimientos, sin embargo, se han observado modelos comportamentales que están relacionados con una dinámica psíquica diferente, llamados *Estados del Yo*. Según Berne (1964), define a estos estados del Yo como “Un sistema de sentimientos acompañados de una serie de patrones afines de comportamiento” (p. 15). Esta estructura que rige la personalidad de cada individuo se divide en: Yo Padre, Yo Niño y Yo Adulto, a continuación, se verán con más detalle.

##### 3.1.2. Estado del Yo Padre

Es un conjunto de transmisiones verbales y no verbales de figuras de cuidado primario, donde es de máxima importancia su presencia en la primera infancia en el acompañamiento de la vulnerabilidad y dependencia. Sin embargo, en la medida que el menor va creciendo y madurando va disminuyendo la influencia y la autoridad, no obstante, este estado de Yo persiste en diferentes niveles. Kertész et al. (1997) indica que, “El estado del Yo se inicia alrededor de los 8 años de edad, acorde con el desarrollo del cerebro y sigue completándose toda la vida” (p. 25)

Existen grabaciones que se transfieren a través de dos mecanismos, uno de ellos puede ser por medio de repetición e imitación de lo demás, a este se le llama “grabación directa”, este tipo de grabación es utilizada por el Yo Padre, siendo transmitidas por figuras primarias y secundarias de cuidado en la infancia, estas figuras transmiten elementos culturales, reglas de convivencia, pautas morales, religiosas y sociales (Kertész, et al. 1997).

El segundo mecanismo, llamado “grabación indirecta”, es anente a ajuste de cambios y excepciones de las transacciones, el estado del Yo Adulto es capaz de analizar, si el mensaje del estado del Yo padre es confiable y conveniente. Estos dos mecanismos se emplean directamente entre Padre y Adulto. Durante la adolescencia es la etapa decisiva para la formación del padre interno. Una de las características del diálogo que maneja este Yo en específico, es que, los mensajes parentales que este transmite pueden ser constructivos o destructivos, agradables o desagradables, sin embargo, el estado Yo Adulto de una persona puede elegir seguir aceptando o rechazar las transacciones de este.

### 3.1.3. Estado del Yo Niño

Según indica Berne (1964) “En el niño residen la intuición y el impulso creativo del placer” (p.18) En este estado del Yo son ricas las transacciones de mensajes no verbales, algunos de estos son conscientes para el receptor y emisor. En el estado del Yo niño el hemisferio derecho es el predominante, se piensa, se siente, se actúa y se habla como se hacía en la niñez. En este, los diálogos y transacciones internas y externas son influidos por los sentimientos, la espontaneidad y la creatividad, así también las emociones genuinas, sin juegos psicológicos. En la etapa de la niñez, cuando se experimentan situaciones traumáticas con una gran carga emocional, donde no fue atendida su necesidad de contacto afectivo, esos pensamientos, actitudes y sentimientos quedan grabados en el estado del Yo Niño.

### 3.1.4. Estado del Yo Adulto

El Yo Adulto se vincula con el hemisferio dominante del cerebro de cada individuo; su funcionamiento influye en el comportamiento día a día, ya que este puede ser inconsciente y objetivo. Berne afirmaba que la tarea de este estado del Yo es regular las actividades del Padre y Niño, tomando una decisión objetiva y lógica (Berne, 1964). El Adulto, compila información del Padre y Niño por medio de sentidos, cenestésicamente y desde el área kinestésica. Sin embargo, en muchas ocasiones la presión del Yo Niño o Yo Adulto es tan fuerte, que el Yo Adulto es vencido (Kertész, et al., 1997), a esto se le llama contaminación del Adulto. Este estado del Yo se va formando aproximadamente en el año segundo de vida de todo ser humano, este se va formando paralelo a la maduración neurológica.

Cuando las situaciones traumáticas de la niñez no son resueltas, el estado del Yo Adulto es contaminado por el Yo Niño, adquiriendo este, las conductas que en la infancia se vivieron adaptándolas en la vida adulta, es decir, el individuo está atrapado en su pasado. A continuación, se observa en la figura 1 las funciones básicas de cada estado del Yo.



**Figura 1**

*Funciones de los 3 estados del Yo*

		Funciones	Expresiones verbales	Expresiones gestuales
P	Lo aprendido y no cuestionado, normas, tradición.  Lo que hay que hacer	Critica, protege  Da ordenes  Generaliza	Has de ser... Debes de... Nunca... Siempre... Tienes que ...	Señalar con el dedo índice Fruncir el ceño Brazos cerrados/abiertos en posición de rechazar/ acoger.
A	Lo razonado  Es el que ordena los datos como una computadora  Emerge hacia los 10 meses	Elabora decisiones con datos aportados por la experiencia Calcula y comprueba	¿Cuáles son los pros y los contras...de...? ¿Por qué...? ¿Cuándo?	Gestos del rostro y cuerpo que indican atención, escucha.
N	Lo sentido, instintos y emociones Pensamiento mágico Se forma hasta los 5 años	Expresa sentimientos, deseos	Quiero No quiero ¡Lo mío es lo mejor! ¡Que se fastidien! Exclamaciones espontáneas	Llorar, reír, romper cosas, gritar, morderse las uñas, tics.

Nota. El autor hace una síntesis en este cuadro que describe las funciones, expresiones verbales y expresiones gestuales de los 3 Estados del Yo (Padre, Adulto, Niño). Por Roberto Sáenz Alonso, 2001. Dominio Público.

### 3.2. Análisis Funcional

Al igual que el Análisis Estructural de este modelo, los estados del Yo, anteriormente vistos, se subdividen en diferentes Yo, cuyas conductas pueden ser regidos por las grabaciones que durante la infancia se recibieron. La socialización en la etapa de la niñez puede influir en la formación de diálogos y comportamientos de los estados del Yo, tal y como lo sugiere Sáenz (2001):

El resultado de la socialización del niño en los primeros años de vida en interacción con el ambiente puede ser que el Niño Natural asimile de modo adecuado los estímulos y los límites de su entorno. En el segundo lugar, puede resultar que la presión parental sea tan fuerte que decida someterse o decida enfrentarse a ellos. (p.51)

### 3.2.1. Padre Crítico

Este, como anteriormente se pudo describir, tiene las funciones de dirigir, afirmar, poner órdenes y límites. A tal efecto, Padre se manifiesta como Padre Crítico en forma negativa o positiva. La característica de las transacciones de éste es señalar lo que hay que hacer, de acuerdo con Sáenz (2001) indica que se le llama Padre Protector al que vigila y vela para que sus derechos sean respetados por los demás, además de hacer sin mucha presión, pero con firmeza precisa, para proteger a otros por medio de las normas de convivencia.

Así mismo, este autor señala que, el estado Padre puede manifestarse como Padre Crítico negativo y recibe el nombre de Padre perseguidor. Las transacciones de este tienden a desvalorizar o insultar frente a otros, puede ser tajante, lastimero y burlón. Un ejemplo de su diálogo puede ser “eres un inútil”, sin embargo, como lo menciona Sáenz (2001) “Hace de las normas un absoluto más importante que el hombre” (p.48).

### 3.2.2. Padre Nutritivo

Esta división del Estado del Yo Padre brinda apoyo en el crecimiento del individuo. Kertész, et al. (1997) plantea que el Padre Nutritivo ofrece “Apoyo al crecimiento ajeno, protección, comprensión, permiso para vivir disfrutar y crecer, educación, orientación” (p.46). Sin embargo, este mismo autor afirma que, puede manifestar como conducta negativa la sobreprotección.

Cuando el Padre Nutritivo protege exageradamente, puede bloquear el desarrollo psicológico y como consecuencia se presentarían comportamientos de ineptitud. Este tipo de comportamiento

de sobreprotección se puede traducir como un modo de dominar y manejar, pero no de educar. Este tipo de conducta por parte del Padre Nutritivo se le conoce como Padre Salvador (Sáenz, 2001)

### 3.2.3. Niño Natural

En esta división del estado del Yo Niño se hacen presentes las funciones bilógicas, es decir, las necesidades instintivas. Las emociones son auténticas y es capaz de exteriorizar lo que piensa y siente. Éste desde niño es educado bajo las normas sociales y morales. Así también, Sáenz (2001), plantea que “El resultado de la socialización del niño en los primeros años de vida en interacción con el ambiente puede ser que el Niño Natural asimile de modo adecuado los estímulos y los límites de su entorno”. (p. 51) Muchas de sus acciones reflejan espontaneidad, pero también pueden ser desinhibidas.

### 3.2.4. Niño Sumiso

Según Sáenz (2001) refiere que, si la socialización del niño natural ha sido brutal, el niño puede reaccionar de modo sumiso, es decir, eliminando sus deseos y emociones y siendo regido por conductas automáticas y estereotipadas. Este mismo autor plantea que, las conductas de Niño Sumiso están en función de lo que le agrada a la gente. En este caso, este estado del Yo no tuvo el reconocimiento ni las caricias suficientes por “ser buena persona”. Este evita mirar a los ojos, y sus labios son temblorosos.

### 3.2.5. Niño Rebelde

Este estado del Yo se caracteriza por tener conductas desafiantes, provocadoras, entre otras. Según Kertész (2010) indica que, este estado del Yo tiende a remover las indicaciones dadas, este también se dirige a otros con el fin de competir y molestar. Según Opi (2009) el equilibrio positivo del Niño Rebelde es porque no acepta la norma, pero, lo hace de manera sana para salvar la vida ante agresiones de cualquier índole, sin embargo, en el equilibrio negativo se manifiesta hostil, opositor

y su respuesta es desproporcionada a la situación. Sus diálogos pueden ser retadores, desafiantes. Existen 5 signos que ayudan a identificar a los 3 estados del Yo, de acuerdo con sus actitudes que presentan, así mismo, de acuerdo con sus diálogos

**Figura 2.**

*5 signos de conducta de los estados del Yo*

Estados del yo	Signos de conducta				
	Palabras	Tonos de voz	Expresión facial	Gestos	Postura corporal
Padre crítico	Deberías Tienes que... Vergüenza	Imperativo Crítico Burlón	Ceño fruncido Comisuras hacia abajo	Dedo acusador Brazos cruzados Puños en las caderas Mandíbula levantada	Tronco erecto Pomposo y arrogante
Padre Nutritivo	Pobrecito Eres capaz Cuenta conmigo Te felicito	Lastimero Cariñoso Cálido Cordial	Sonriente Comprensivo Comisuras hacia arriba	Brazos abiertos Brazos que rodean o se apoyan en la cabeza u hombros	Tronco arqueado hacia otros
Adulto	Es correcto ¿Por qué? Los datos indican que...	Uniforme Modulado	Sereno Alerta Concentrado Labios horizontales	Mano sostiene mentón posición de teléfono Dedo índice hacia arriba	Erguido sin tensión, natural inclinado sobre objetos
Niño libre	¡Ufa! ¡Que lindo!	Fuerte Sonoro Inocente	Muestra sus emociones (rabia, tristeza, alegría)	Desinhibidos espontáneos piernas separadas	Libre Estirado Relajado En el suelo

	Me gusta/no me gusta Quiero/no quiero	Cargado de emoción	Cambiante con las mismas		
Niño sumiso	Por favor Voy a tardar No sé si podré Tendría que Me cuesta	Sumiso Lloros Sube y baja	Temerosa (evita mirar a los ojos) Baja la vista Labios temblorosos	Se tapa Se retuerce las manos Hombros encogidos Tensión general	Contraído encorvado
Niño rebelde	Que me importa No se me da la gana Ya voy, ya voy		Provocativa Desafiante Labio inferior apretado	Aprieta los puños Saca pecho Patalea con el pie Se encoge de hombros	Tronco sacando pecho desafiante

Nota. Este es un cuadro diagnóstico funcional que indica los 5 signos de conducta de los estados del Yo. Por Roberto Kertész, et al., 1997. Dominio Público.

### 3.3. Conductas positivas y negativas de los estados del Yo

En el Análisis Transaccional existen términos en jerga coloquial que define a las conductas positivas (OK) y a las conductas negativas (NO OK). Entre los comportamientos OK de los estados del Yo se presentan lo adecuado y así mismo en el sistema NO OK se presenta lo inconveniente. Estas conductas consciente o inconscientemente se pueden escoger entre estos sistemas, para facilitar poder comprender y cambiar diferentes situaciones (Kertész, et al., 1997)

### 3.3.1 Sistema de conductas OK y NO OK

Como se presentó anteriormente, existe un sistema que de comportamientos OK y NO OK en cada estado del Yo, estos se rigen de acuerdo con la adaptación de socialización durante la niñez. El estado del Yo Padre Crítico, según sus conductas, puede ser Padre Crítico Perseguidor (PC+), siendo agresor, autoritario, desvaloriza a los demás y prejuicioso o Padre Crítico Conductor (PC) comportándose de manera firme, serio, justo, correcto y ordenado.

Así mismo desde el estado del Yo Padre Nutritivo, según sus conductas puede mostrarse como Padre Nutritivo Salvador (PN-) siendo sobreprotector, impidiendo el desarrollo de los demás y meloso, entre otros. Así también puede manifestarse como Padre Nutritivo Protector (PN+) exteriorizando conductas afectivas, permitiendo vivir y disfrutar.

El estado del Yo Niño, como se vio anteriormente, se divide en Niño Libre donde su sistema de conductas positivas puede ser alegre, afectuoso, creativo, mostrando y sintiendo emociones auténticas, no obstante, las conductas negativas de este pueden manifestar egoísmo, crueldad, brutalidad, ser grosero y manipulador.

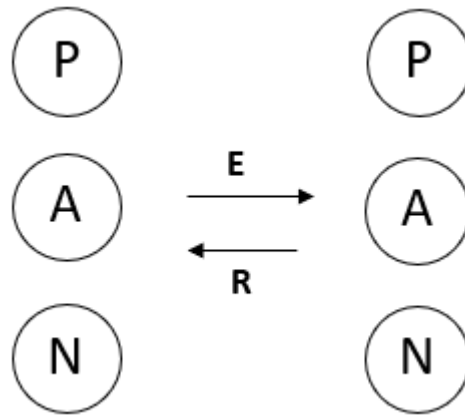
Desde el estado del Yo Niño Sumiso el sistema de conductas positivas puede ser disciplinado, en cambio, puede llegar a ser desvalorizado, temeroso y ansioso. A partir de la subdivisión del Niño Rebelde puede manifestar agresividad, rencor y puede ser desafiante, por el contrario, las conductas positivas hacen que rechace injusticias y arbitrariedades. (Kertész, et al., 1997)

### 3.4. Análisis de las transacciones

Este se refiere a la interacción o comunicación entre dos personas, a esto se le llama “transacción”, según Kertész, et al. (1997) define las transacciones como “Intercambios de estímulos entre estados del Yo específicos de diferentes personas”. Estas interacciones están compuestas por *Estímulo y Respuesta* de cada Estado del Yo. A continuación, se presentarán las clasificaciones de las transacciones.

### Figura 3

*Representación de transacciones en los estados del Yo*



Nota. En este diagrama se representa la transacción de un individuo a otro, donde, se observa que existe un estímulo de una persona para una respuesta de otra persona. Por Roberto Kertész, et al., 1997. Dominio Público.

#### 3.4.1. Clasificación de las Transacciones

Berne (1950) clasificó las transacciones en diferentes grupos, estas se realizan dependiendo del estado del Yo, se dividen, por el número de estados del Yo de los participantes, pueden ser simples, que se refiere a que interviene sólo un estado del Yo o complejas, donde intervienen más del estado del Yo. Asimismo, se dividen por el origen de las respuestas estas pueden manifestarse paralelas o cruzadas. También se pueden dividir por el número de mensajes emitidos simultáneamente, estas pueden mostrarse con un solo mensaje a la vez (no ulteriores) y más de un mensaje a la vez (ulteriores).

#### 3.5. Caricias

Desde que el individuo nace, existe la necesidad del reconocimiento, y la valorización como individuos, numerosos estudios que revelan que, las caricias durante la infancia son de beneficio y de influencia en la vida de un adulto. Para el A.T, Kertész, et al. (1997) indica que, las caricias

se pueden definir como “Estímulos sociales dirigidos de un ser vivo a otro que reconocen la existencia de éste” (p. 97). Berne, encontró apoyo en las teorías que Bowlby y Spitz arrojaron, en sus estudios, tal y como lo citan Kertész, et al (1997) “los bebés carentes de estímulos físicos suficientes reaccionaban con gravedad acorde al grado de abandono.” (p. 97). Este genera ansiedad aguda y excesiva necesidad de amor.

Existen condiciones de supervivencia social, cuya influencia es importante en cuanto a cómo el individuo es aceptado y querido en su entorno social. Algunos individuos tienen la dicha de formar parte de un hogar donde el niño fue planificado y deseado, en esta familia existe un Padre Nutritivo con sistema de conductas OK, por lo tanto, la respuesta del menor será nutritiva. A esta dinámica se le llama Vive-incondicional.

Otros individuos han crecido en un ambiente con carencias de diferentes ámbitos, tales como, socioeconómicas, afectivas, psicológicas, entre otras. En este estado, los niños deben acoplarse para encajar, es decir, dejar a un lado sus necesidades aceptando las condiciones de supervivencia. A esta condición se le llama Vive-si...condicionalmente...

Así también, se clasifican para los niños que han nacido en ambientes donde su socialización fue aprender a protegerse, con constantes transacciones de deseo de muerte hacia ellos. En casos muy extremos ambos progenitores o solamente uno de ellos se encontraban en situación de abandono o rechazo por parte de los propios padres, o en situación de embarazos no deseados, maltrato, psicosis, entre otras. (Kertész, et, al. 1997)

En este ambiente, la mayoría de las caricias recibidas por los progenitores eran agresivas, estos individuos pudieron ser ignorados o descalificados, llorando por largas horas sin ser atendidos durante los primeros años de su infancia. A esta condición de supervivencia se le llama No vivas incondicional.



### 3.5.1. Tipos de caricias

Berne (1960) se basaba en 4 criterios, una es por su influencia en el bienestar; en esta clasificación se encuentran las caricias adecuadas (OK o sanas) estas pueden tener un efecto positivo en el bienestar psicológico, físico, social a largo plazo. Sin embargo, en esta clasificación se encuentran las caricias inadecuadas (NO OK o malsanas) este tipo de caricias provocan un malestar significativo a corto o largo plazo, este tipo de caricias se encuentra en esta clasificación porque algunas pueden parecer agradables, no obstante, en un futuro serán perjudiciales.

Por la emoción o sensación que invitan a sentir, en este tipo de caricias se encuentran las positivas, las cuales estas influyen en las emociones y sensaciones agradables, pero, también se hallan las caricias negativas que al igual que la anterior influyen en las emociones y sensaciones, pero, con la diferencia que estas serán desagradables. Por los requerimientos o condiciones para darlas o recibirlas, en este criterio se localizan las caricias incondicionales, cuyas caricias se dan o reciben por el simple hecho de existir, no obstante, se encuentran en este tipo de caricias las condicionales, estas se dan o se reciben al resultado de conductas específicas y deseadas de la otra persona.

Por el medio de transmisión, estas pueden ser físicas, en las que se transmiten por medio del tacto, estas se pueden considerar como las más fuertes entre dos personas. Así también, pueden ser verbales y gestuales que se pueden transmitir mediante lenguaje verbal y no verbal, estas incluyen las miradas, gestos, palabras de afirmación, entre otras. Las caricias escritas también son parte de estos 4 criterios que Berne expone.

#### 3.5.1.1. Caricias Adecuadas

Entre las caricias adecuadas pueden encontrarse, incondicionales positivas, estas pueden transmitir y reforzar el apoyo para vivir incondicionalmente, estas casi siempre son transmitidas por medio de caricias físicas. Incondicionales Negativas, estas son expresiones muy sinceras que pueden llegar a ser de beneficio para terminar alguna relación no satisfecha para ambos individuos. Este tipo de caricias son transmitidas por el estado del Yo Niño Natural, ya que, externaliza

sentimientos y emociones con total autenticidad. Condicionales Positivas, este tipo de caricias refuerzan conductas positivas, son transmitidas por medio de gestos y lenguaje verbal.

### 3.5.1.2. Caricias Inadecuadas

Incondicionales seudopositivas o maniacas, este tipo de caricias pueden sonar agradables, sin embargo, a largo plazo son perjudiciales. Un ejemplo de estas puede ser *“Puedes ser lo que quieras ser”* *“Eres capaz de TODO (generalizar)”* *“Sólo tú puedes hacer esto, no hay nadie más en el mundo”*. Si estas se incorporan al marco de referencia interno pueden llegar a gobernar nuestras conductas. Así también, se Incondicionales negativas agresivas, estas logran considerarse el peor tipo de caricias, puesto que, atacan la existencia, la esencia y “Yo” de la persona. *“Para qué naciste”* *“Gordo”* y también se pueden aplicar castigos a otro individuo cuando no existe razón aparente para aplicar alguno, este puede ser aplicado con crueldad de forma directa o indirecta.

Se encuentran también las caricias Incondicionales negativas de lastima, cuyos diálogos no aportan nada, más bien, son útiles para bajar la autoestima y pueden llegar a ser lastimeras, como, por ejemplo, en un contexto machista *“Que bueno que es mujer para que se haga cargo de las cosas de la casa”* o también pueden ser *“Qué mal que eres enana, no podés alcanzar las cosas”*

Estas últimas son las condicionales seudopositivas, las cuales pueden reforzar con caricias verbales conductas no deseables. Asimismo, se encuentran las condicionales agresivas, con estas caricias se pretende controlar conductas no deseables, pero que implican agresiones de cualquier índole. Así también las caricias mixtas son caricias negativas que pueden estar disfrazadas de caricias positivas.

### 3.5.1.3. Caricias internas y externas

Se puede comprender el impacto de las caricias en la vida de una persona, estas son de influencia desde la vida infantil hasta la adulta. Por ello, las caricias son de influencia en el desarrollo de personalidades no beneficiarias a la persona. Las caricias externas pueden llegar de cualquier canal, pueden ser visuales, táctiles, auditivas, olfativas y gustativas.

Las caricias internas son las caricias de un solo ser vivo que se auto-acaricia, con la diferencia en que estas fueron grabadas desde la infancia por figuras significativas, como el padre o madre. En estas últimas es de suma importancia las huellas que en la infancia se marcaron porque se puede regresar consciente o inconscientemente a las experiencias vividas dando las mismas caricias que en la niñez se recibieron sintiendo las mismas emociones y sensaciones (Kertész 1997). Estas caricias provienen del estado Yo Padre interno al Yo Niño interno, pero también inconscientemente pueden ser buscadas que cumpla el rol ausente o presente en la infancia provocando personalidad codependiente.

### 3.6. Codependencia

Las conductas de una persona codependiente corresponde a un individuo que desvaloriza su propia vida y sobrevalora la vida de otra persona. Una persona con este padecimiento coloca la necesidad de la persona con la que se relaciona, por encima anulando sus propias necesidades. Según Beattie (1987) define a una persona codependiente como “aquella que ha permitido que la conducta de otra persona le afecte, y que está obsesionada con controlar la conducta de esa persona” (p.16).

Este comportamiento inicia cuando diferentes sucesos en la infancia hacen interrumpir el desarrollo en el menor, provocando que, actúen como si existiera un estancamiento en cierto período del desarrollo de la niñez. A esto se le llama contaminación de los estados del Yo, provocando negación de la realidad, confusión y ambivalencia, siendo estas mismas características de una persona codependiente. (Noriega, 2013).

#### 3.6.1. Características de la codependencia

Existen diferentes características diagnósticas que explican los comportamientos de una persona codependiente. Noriega refiere que, la codependencia es caracterizada por sufrimiento personal frecuentes estados de insatisfacción (2013) otras de las muchas características que son definidas de la personalidad codependiente es atender las necesidades de su pareja o de otras personas anulando las necesidades propias.

Estas conductas pueden ser desarrolladas en la vida adulta a causa de situaciones de abandono, rechazo, vidas que culturalmente aceptaron este tipo de comportamiento, así como también repetir patrones de crianza en la adultez, similares a lo vivido con sus figuras primarias de apego; algunas de las características que las personas codependientes suelen presentar pueden ser buenas tales como ser benévolos, preocupados por las necesidades del mundo y se muestran responsables hacia estas.

Sin embargo, como todo padecimiento clínico, existen características negativas, los individuos con personalidad codependiente pueden enfermar por preocuparse por una persona, tratan de ayudar de maneras que no fueron de ayuda, se esfuerzan porque las personas vean el mundo como lo ven ellos, sosteniendo que esa forma es la correcta, así también pueden echarse para atrás con el fin de no exteriorizar sentimientos que puedan lastimar a otras personas, reprimiendo sentimientos que pueden perjudicar su persona (Beattie, 1987).

### 3.7. Factores que influyen en el desarrollo de la codependencia

Como anteriormente se explicaba, a grandes rasgos, de algunos factores que influyen en el desarrollo de la codependencia, uno de los principales que toman la batuta de describir a una persona codependiente, es el maltrato por personajes significativos en la infancia. Algunos hogares con alguna dependencia a sustancias, personas o alguna otra adicción con frecuencia se hace presente el maltrato físico, sexual, psicológico, emocional, estos juegan un papel importante en el desarrollo de relaciones codependientes.

Noriega (2013) expone en su libro que, existen diferentes estudios realizados recientemente acerca de cómo el maltrato afecta a un individuo desde el punto neurobiológico, estos estudios hechos por Teicher, (2002) arrojaron que, el maltrato infantil provoca que “se detenga el desarrollo psicosocial y se presenten mecanismos psíquicos de defensa en los adultos”. (p.17)

Existen comparaciones entre los mismos síntomas que una persona codependiente puede sentir, como por ejemplo con el síndrome de Estocolmo al sentir el mismo apego emocional que se tiene

entre el agresor y la víctima, llegando a tener sentimientos de culpa por los castigos y agresiones que la persona codependiente recibe, cortar toda relación con personas que entorpezcan la relación entre agresor y víctima. Noriega (2013) refiere que, Johann (1994) propone que, la razón por la que las mujeres maltratadas les es difícil terminar la relación con su abusador, es por la “disposición de amar al hombre “a pesar de todo”. (p. 22)

Otro de los factores que la autora Noriega (2013) expone son las pérdidas afectivas en la infancia. En el concepto de codependencia y todo lo que este abarca, se destaca el intenso apego emocional que un individuo tiene hacia la persona dependiente o agresora, que provoca la dificultad al separarse de dicha relación, negando el daño físico, emocional o psicológico.

Para entender este factor, cabe mencionar que Goleman (2015) expuso que, “el aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia” (p. 230), esto nos indica que, las transacciones recibidas durante la infancia son clave para la inteligencia emocional en la vida adulta.

Así mismo, cuando un niño ha sufrido abandono, rechazo, falta de elementos afectivos, cierto estilo de crianza y excesivo castigo a mínimas conductas provocaría que el menor se haya sometido a la sumisión y anulación de sus propias necesidades adaptándolas al entorno, haciendo caso omiso a su mundo interior, incitando a adaptarse al ambiente como supervivencia natural al ambiente inadecuado y hostil (Pérez, 2006)

Algunas de las situaciones que pueden encajar en este tipo de pérdida afectiva, puede ser el duelo infantil por la separación de los padres, el abandono físico y emocional, negligencia por parte de los cuidadores primarios e incluso la enfermedad crónica física o mental de una persona cercana a algún progenitor que provoca el distanciamiento emocional de la madre o el padre. Estas situaciones estimulan que la persona muestre la necesidad de no perder vínculos afectivos, ya que, en la infancia crearon mecanismos para defenderse del dolor que la separación provoca, necesitando compulsivamente el cuidar a otras personas, siendo estas características propias de la codependencia (Noriega, 2013).

Por último, se puede resaltar el factor cultural. En Guatemala, como en cualquier otro país, está arraigado el pensamiento y conducta de que la mujer debe cargar con el peso de la armonía en el hogar, se tiene muy sembrado el estereotipo de que el comportamiento de una mujer debe ser sumisa, anulando sus necesidades básicas por las de su pareja o hijos. Sin embargo, este comportamiento se puede encontrar también en hombres, soportando todo tipo de violencia por parte de su pareja, con el pensamiento de que el hombre no puede ni debe defenderse.

Noriega (2013) hace referencia de que, Granello, et al. (1998) sostienen que, en un contexto de relaciones disfuncionales las mujeres están regidas a un comportamiento de compasión, cooperación y velar por el interés de los otros, siendo estas también características específicas de la personalidad codependiente. Es por lo que, al evaluar los factores precipitantes que desencadenan la codependencia, se puede evidenciar que esta está atada a muchos, indicando que es prudente evaluar diferentes ámbitos para una mejor intervención.

### 3.8. Guiones del Yo de una persona codependiente

Desde la perspectiva de la teoría del guion se puede definir que un guion son patrones de comportamiento que se utiliza para relacionarse con otras personas, estos pueden ser consientes o inconscientes (Berne, 1974). Estos guiones contienen sentimientos, emociones, estos pueden ser guiones de sumisión o desafío hacia las figuras de autoridad.

#### 3.8.1. Grandiosidad y Descalificación

Kertész (2010) refiere que Schiff, et al. (1975) definieron la grandiosidad como la exageración o la minimización de alguna persona, de una situación o un aspecto de la persona misma. Así mismo, este autor expone que la descalificación es un mecanismo psíquico que incita a ignorar una parte de la realidad de los otros, de las situaciones o de sí mismo. Estos aportes se relacionan con la comprensión de la codependencia.

Existen cuatro niveles de la descalificación que provocan la desvalorización de los problemas o la realidad que la persona presenta. El primer nivel descalifica la existencia del problema, el cual es

utilizado como un mecanismo de defensa, en este se ignora el problema creyendo que no es importante brindarle atención. En el segundo nivel se descalifica el significado del problema, cuya finalidad es ignorar la gravedad de la realidad, creyendo que con el tiempo se arreglará (Noriega, 2013)

El tercer nivel descalifica la solución del problema, creyendo que la otra persona debe de dejar la mala conducta para que el problema desaparezca, ignorando que hay otras soluciones y por último se encuentra el cuarto nivel que descalifica la propia capacidad de resolver el problema (Noriega, 2013). Estos niveles de descalificación residen en la mentalidad de una persona codependiente, reafirmando algunos factores para evitar la separación de su pareja, provocando una relación simbiótica entre ambas partes.

### 3.8.2. Diálogos internos

Como se vio anteriormente, cada persona tiene estados del Yo que afectan en las transacciones que se tiene con otras personas, pero, existen también diálogos internos por las transacciones internas que cada uno tiene, sin embargo, dependiendo de nuestra relación con nosotros mismos, dependerá si las transacciones constructivas o destructivas. El problema de estos diálogos es que se encuentran contaminados por otros estados de la misma persona.

A continuación, Noriega (2013) presenta un diálogo interno de una persona codependiente:

Estado del Yo Niño: Tengo miedo a que me dejes sola

Estado del Yo Padre: No tienes por qué sentir miedo, tú debes ser fuerte

Estado del Yo Niño: Es que me siento sola

Estado del Yo Padre: No me molestes, no ves que estoy ocupada

Estado del Yo Niño: Necesito que me cuides y sentirme segura de mí misma.

Estado del Yo Padre: Mejor ayúdame a cuidar de otros que lo necesitan más que tú (p.58).

En este diálogo que se puede evidenciar una total contaminación de los estados del Yo al estado del Yo adulto; la codependencia se caracteriza por dejar de ser él mismo, olvidando la esencia misma.

### 3.8.3. Juegos psicológicos

Los juegos psicológicos son una serie de transacciones que contienen trucos que lo que importa es la paga final (Berne 1964), estos juegos, van acompañados con transacciones con doble mensaje, es decir, que una parte de la transacción es verbal (envía el mensaje con palabras) y la otra parte es de manera no verbal, en la que expresa lo dicho con sentimientos, emociones, gestos y expresiones corporales, sin embargo, estos mensajes son totalmente opuestos a lo que se dijo verbalmente.

Estos juegos se aprenden durante la infancia y parte de la adolescencia y estos son repetidos en las siguientes etapas del desarrollo humano. Estos pueden ser deshonestos, conflictivos, repetitivos y dramáticos. Estos juegos están conformados por roles como: el perseguidor, el salvador y la víctima.

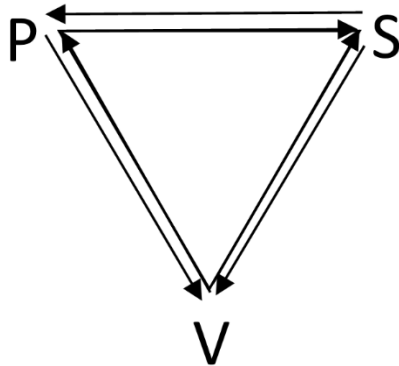
### 3.8.4. Triángulo dramático

Este triángulo dramático está compuesto por roles que son falsos, o sea, son distorsiones de los roles reales o auténticos, que también presentan en la vida real (Kertész, 1997). Estos roles son: el perseguidor, el salvador y la víctima.



**Figura 4**

*Gráfica del triángulo dramático*



Nota. Representación del triángulo dramático conformado por los roles (p) Perseguidor, (s) Salvador y (v) Víctima. Por Roberto Kertész, et al., 1997. Dominio Público.

Kertész, et, al. (1997) analiza cada rol del triángulo dramático, a continuación, se expone dicho análisis. El rol del perseguidor (PC – NR) manipula con temor, da caricias agresivas. Necesita que le teman, esto con la finalidad de tapar su propia finalidad. En el rol del salvador (PN) las caricias son de lástima, manipula con soborno, necesita que lo necesiten. Así mismo, se encuentra el rol de la víctima, este necesita que lo salven y lo persigan, maneja con culpa desde el estado del yo Niño Adaptado, Sumiso o Rebelde. Si se analiza el triángulo dramático de una persona codependiente, su dinámica se maneja entre víctima y salvador, siendo, la persona con codependencia cumpliendo el rol del salvador.

### 3.9. Asuntos no resueltos en la niñez que provocan conductas codependientes en la adultez

Como se vio anteriormente, existen diferentes factores que influyen en la personalidad de la codependencia, sin embargo, desde algunas teorías el maltrato, es uno de los factores más influyentes en el desarrollo de la codependencia. Para Papalia et, al. (2009) expone que “El maltrato psicológico es la acción o inacción que puede provocar trastornos conductuales, cognitivos, emocionales o mentales”. (p, 186)

Así mismo, como se vio en otros temas, la culpa es una característica de la codependencia. El maltrato provoca sentimiento de culpa, provocando que el resultado del maltrato puede generar el desarrollo de relaciones simbióticas y codependientes en la vida adulta.

Según Murueta & Orozco (2015)

Los daños y consecuencias del maltrato no solo se van a manifestar en la víctima, sino también en el victimario; el fenómeno del maltrato deja secuelas en quien lo sufre y quien lo ejecuta. En el caso de los victimarios, muchas veces desarrollan fuertes sentimientos de culpa y dinámicas de autodestrucción que terminan deteriorando el proceso de desarrollo. Así mismo se desarrollan a corto, mediano y largo plazo, con diferente intensidad, dependiendo de distintos factores vinculados a las cualidades o debilidades personales de la víctima, a las fortalezas o debilidades del ámbito en que se desenvuelven o a las intervenciones de apoyo que se desarrollen para protegerlas. (p.141).

### 3.10. Tratamiento desde el análisis transaccional

Luego de cumplir con el protocolo de atención, que se debe hacer en cualquier caso que se presenta a clínica, se inicia el proceso para identificar las conductas específicas de la codependencia, los sentimiento y transacciones de lo que caracteriza a este padecimiento. No es fácil para el paciente que se enfrenta a este proceso, ya que hacer consciente los guiones de vida que en su vida se manejan.

### 3.11. Etapas de tratamiento

Clarkson (1992) expuso las etapas de psicoterapia para que el paciente pueda reducir los guiones de su vida, sin embargo, Noriega (2013) nos propone una serie de etapas de psicoterapia con la misma finalidad, adaptadas para el manejo de la codependencia en adultos, estas etapas fueron adaptadas por la autora desde el origen que Clarkson (2013) propuso:

- Establecer una alianza terapéutica basada en el contrato y la empatía
- Acordar el contrato de terapia
- Descontaminación del estado del yo Adulto
- Desarrollo de un estado del yo Adulto integrador
- Des-confusión del niño interno
- Trabajo de una autorreparentalización en el estado del yo Padre
- Trabajo de redecisión en el estado del yo Niño
- Reaprendizaje para permanecer fuera del guion
- Conclusión del tratamiento. (p. 93)

#### 4. Discusión de resultados

El modelo Análisis Transaccional tiene un amplio conjunto de conceptos que pueden definir el concepto de codependencia, este también puede entender a la persona que sufre de este padecimiento. Este se puede comprender desde distintos instrumentos que este modelo utiliza, tal y como lo planteó Noriega (2013) haciendo énfasis que, cuando existe contaminación en los estados del Yo, el adulto siendo contaminado por el estado del Yo Padre y el estado del Yo Niño, crea confusión, ambivalencia y sobre todo negación de la realidad, siendo conductas precisas de la codependencia.

Durante esta investigación se analizó la perspectiva del modelo Transaccional en el tratamiento de la codependencia, definiendo que la codependencia es una situación psicológica, que muchas personas en todo el mundo pueden padecer, sin embargo, algunos comportamientos en concreto de este trastorno son arraigados desde la infancia, siendo aceptados entre la sociedad marcando un parámetro conductual en mujeres y hombres.

Asimismo, algunas de las personas que hoy padecen codependencia, estuvieron sometidos a estilos de crianza y parentales, en los que sufrieron abandono, rechazo y falta de atención a las necesidades afectivas, que como consecuencia optaron por abandonar y anular su mundo interno para adaptarse a las necesidades del entorno, desarrollando comportamientos de sumisión y codependencia. (Pérez, 2006)

Igualmente, cuando se hace presente el maltrato de diferentes maneras en la vida de un menor, provoca que este abuso envíe mensajes y transacciones a los estados del yo, creando en la vida adulta sentimientos de culpa o de merecer algún tipo de maltrato, Goleman (2015) expuso que, “el aprendizaje emocional comienza en los primeros momentos de la vida y se prolonga a lo largo de la infancia”. (p. 230)

Kertész, et al (1997) exponía que “los bebés carentes de estímulos físicos suficientes reaccionaban con gravedad acorde al grado de abandono.” (p.97). Provocando una fuerte necesidad de amor además de ansiedad aguda en estos individuos. Cuando se presentan estos casos se puede

comprender que, estas son características definidas de una persona que sufre codependencia, que es la búsqueda de la necesidad por sentirse amado.

De tal manera que, si vivieron en un ambiente en donde el abandono y el maltrato se hicieron presentes, tendrá como resultado la carencia de caricias adecuadas y en cambio se aplicaron caricias inadecuadas. En esta clase de caricias no existió un Padre Nutritivo que fomentara el amor y el respeto.

Asimismo, las personas codependientes, en la infancia les fueron limitadas las expresiones de necesidades sociales, orgánicas, psicológicas y emocionales, cuya influencia de estas condiciones de supervivencia es de suma importancia, ya que, esta limitación y anulación de necesidades, provocan que en la vida adulta se priorice lo que desean las demás personas olvidando sus propios deseos, creando la obsesión por cubrir las necesidades de los demás

Esta condición se presenta cuando existen carencias afectivas, socioeconómicas y psicológicas donde el menor tuvo que optar por anular sus necesidades, aceptando las condiciones de supervivencia para encajar en el entorno donde se envolvía en ese momento (Kertész, 1997) creando así el guion que la codependencia tiene como característica, anular sus necesidades al poner necesidades de otras personas sobre sí misma.

## Conclusiones

Se analizó que, la perspectiva del modelo Transaccional en el tratamiento de la codependencia es de suma importancia en la comprensión de este padecimiento, puesto que, desde la aplicación de los instrumentos se llegará a identificar cuáles fueron las transacciones del emisor y receptor, logrando así un tratamiento beneficioso para las heridas emocionales durante la infancia y diferentes objetivos para reaprender el guion de vida.

Se describió que, los conceptos del modelo Análisis Transaccional abordados en el padecimiento de la codependencia llegan a comprender cómo las transacciones influyen en el desarrollo de la personalidad codependiente. Todo inicia desde el concepto Vive si...condicionalmente, donde el individuo anula sus necesidades, por acoplarse a las necesidades del ambiente para sobrevivir, luego da paso al tipo de caricias que este recibió durante la infancia, concluyendo en el guion de vida que este formó durante sus etapas de crecimiento y madurez.

Se señala que, los asuntos no resueltos en la infancia influyen en el desarrollo del padecimiento de una personalidad codependiente, siendo estos asuntos identificados como el abandono de algún progenitor, el rechazo de las figuras primordiales, la falta de caricias positivas durante la niñez. Así mismo, el maltrato y el abuso en la infancia pueden generar un guion de codependencia en la vida adulta. Cabe mencionar que, los factores ambientales, familiares y sociales vividos crean patrones de conducta, que en la infancia son de gran influencia para la codependencia.

Existe una guía de tratamiento el cual puede ser de ayuda para abordar los casos de codependencia, en el cual el objetivo de este es el reaprendizaje del nuevo guion de vida, generando una vida social libre. Resolviendo asuntos en la infancia por medio de la desconfusión del niño interno y descontaminación del adulto.

## Referencias

- Beattie, M. (1987). *Ya no seas codependiente. Cómo dejar de controlar a los demás y empezar a ocuparse de uno mismo*. Patria.
- Beattie, M. (2012). *Mas allá de la codependencia*. (2ª. ed.) Hazelden.
- Berne. E. (1964) *Juegos en que participamos: psicología de las relaciones humanas*. RBA Integral.
- Berne. E (1974) *Qué dice usted después de decir hola* (11ª ed.) GRIJALBO.
- Goleman, D. (2015). *La inteligencia Emocional*. (25ª. ed.). ZETA.
- Kertézs, R., Atalaya, C., Kertész, A. (1997) *Análisis Transaccional Integrado*. (2ª. ed.) Ippem.
- Kertézs, R., Atalaya, C., Kertész, A. (2010) *Análisis Transaccional Integrado*. (4ª. ed.) Ippem.
- Murueta, M. & Orozco, M. (2015). *Psicología De la Violencia Causa, prevención y afrontamiento*. (2ª. ed.). El Manual Moderno.
- Noriega, G. (2013) *El guión de la codependencia en relaciones de pareja. Diagnóstico y tratamiento*. (1ª. ed.). Manual Moderno.
- Opi Lecina (2009) *Las claves del comportamiento humano: conocerse y conocer a los demás*. AMAT.
- Papalia, D., Wendkos, S. y Duskin, R. (2009) *Psicología del desarrollo de la infancia a la adolescencia*. (11ª. ed.). McGraw Hill.

Sáenz, R. (2001) *Los juegos psicológicos según el Analisis Transaccional: Dos no juegan, si uno no quiere*. CCS.

Vázquez, M. A. M. (2018) *El hombre guionado: principios de Análisis Transaccional* (2a. ed.). EUCASA <https://elibro.net/es/ereader/upana/66635?page=221>