

LECCION 3

Roles.

No comience esta lección si no ha completado sus estudios biográficos.

Revisaremos ahora, los "papeles" (roles) que debe uno representar en distintas circunstancias de la vida diaria.

Esos "papeles" son importantes porque permiten ahorrar energía (ya que son sistemas de comportamiento codificados) y facilitan la adaptación al medio social. A veces estos roles están mal configurados, o bien no se cuenta con roles adecuados para circunstancias nuevas. Por último, puede haber confusión de roles cuando se asume el comportamiento último, y puede haber confusión de roles cuando se asume el comportamiento propio de una situación, en otra que no corresponde.

La gente muy joven cuenta con pocos roles y, en cambio, las personas de más edad, pueden poseer un buen repertorio de ellos, pero muchos pueden estar mal configurados o confundidos en las distintas situaciones. En todo caso, la corrección de roles exige un trabajo muy sostenido ya que ese comportamiento ha echado fuertes raíces a lo largo del tiempo.

Cuando complete el estudio de sus roles, será conveniente que lo revise cuidadosamente y establezca las relaciones que le permitan ganar en comprensión acerca de su situación y de su comportamiento como respuesta a ella. Recuerde que el rol del profesor que, por ejemplo, cumple una persona, no nos dice demasiado a menos que se explique de qué manera se realiza ese cumplimiento. Es decir, puedo ser un buen o mal profesor, puedo tener un comportamiento despótico o amable, puedo ser persuasivo, exigente o complaciente, etcétera.

Sucede, por último, que no obstante los distintos roles que cumpla en la vida diaria, todos ellos pueden ser reducidos a una cierta actitud básica que explica en gran medida por qué algunos de ellos están mal conformados, o por qué otros están confundidos, o por qué algunos otros me son tan difíciles de dominar. Este punto de la actitud básica debe ser determinado al final de este trabajo y como su síntesis.

Ejercicio 3.

Damos el ejercicio a modo de ejemplo para que el estudiante lo llene con sus propios datos posteriormente.

Trabajo: Rol de jefe enérgico, etcétera. Rol de subordinado llevado con cautela, etcétera.

Hogar: Rol de padre severo parecido al de jefe en el trabajo, etcétera.

Amistades: Rol de jefe con las amistades de menor "estatus". Rol de consejero, con las de mayor "estatus", etcétera.

Pareja sexual: Rol de joven despreocupado, etcétera.

Situaciones nuevas: Rol de observador silencioso y crítico mordaz, etcétera.

Situaciones difíciles: Rol de acompañante, nunca de jefe, etcétera.

Actitud básica: De seguridad mal compensada. Temor al cuestionamiento. Desplazamiento del cuestionamiento esgrimiendo actitudes seductoras.

Debe extraerse la actitud básica de las coincidencias en la forma de jugar los roles. Habrá también que explicar en qué casos aparecen los roles mal configurados, confundidos y otros para lo que no se cuenta con respuesta. Por último, será necesario comparar este trabajo con el ejercicio 1.

No deje de anotar en su cuaderno todas las observaciones.

LECCION 4

Círculos de prestigio.

La determinación de los prestigios tiene importancia porque explica qué tipo de valoraciones hace cada persona de las situaciones en que vive y qué ubicación trata de lograr en ese sistema de valoraciones. Si, por ejemplo, el valor más destacado para alguien fuera el de la "amistad" y el de menor importancia el del "saber", podría realizar una escala de prestigios en la cual los dos valores mencionados estarían en los extremos y otros se ordenarían gradualmente entre ellos.

Ejercicio 4.

Realice su escala en círculos concéntricos. En el menor (que es el más importante), coloque el prestigio de más valor y en el mayor el de mínimo interés.

Ejemplo.

Estos valores que hemos puesto en el ejemplo, serán modificados de acuerdo con sus apreciaciones. Cuando tenga alguna duda en la elección entre dos prestigios, imagine cuál le causaría mayor problema en caso de fallar: ése será entonces, el más importante.

Le recomendamos que realice este ejercicio varias veces, cambiando el orden de los prestigios (o bien colocando otros nuevos), hasta que tenga la sensación de un correcto armado.

Una vez concluido el ejercicio, cotéjelo con su análisis de situación (ejercicio 1) y con el estudio de roles (ejercicio 3). En ese momento, comenzarán a surgir relaciones en las que cosas tan aparentemente distintas cobrarán unidad, explicando mucho de su conducta y de sus contradicciones actuales, pero también dándole una nueva perspectiva para robustecer sus aspectos positivos.

Trate de discutir las relaciones establecidas con otros partícipes.

LECCION 5

Imagen de sí.

Una cosa es la imagen o impresión que uno desea causar en otros (y eso en buena medida aparece en la forma en que se interpretan los roles) y otra cosa es la impresión, la imagen de sí mismo que uno tiene. Es como preguntarse: "¿Qué pienso yo acerca de mi persona?" Recuerde, no es lo mismo preguntarse eso que preguntarse por la impresión que se quiere causar a otros.

La mejor forma de comprender la imagen de sí consiste en proceder por descarte, por eliminación. Cuando elimine, en este estudio, alguna facultad o posesión y comprenda qué problema le traería tal cosa, podrá comprobar que la imagen de sí mismo tiene fuertes cargas compensatorias que trabajan así para darle una cierta seguridad en la vida. La imagen de sí es de utilidad para autoafirmarse, pero debe comprenderse que su raíz, a veces, descansa en carencias o defectos compensados.

Ejercicio 5.

Pregúntese: "¿Qué sería para mí la pérdida mayor en cuanto a facultades se refiere?" y luego dígame: "acaso la inteligencia, o el saber, o la belleza, o la salud, o la bondad, o la sensibilidad..., etcétera".

Conociendo el sistema de trabajo organice una escala en círculos concéntricos como en la lección anterior, emplazando en el círculo menor la facultad más importante y luego, gradualmente, las de menor relevancia.

Por cierto que habrá que modificar parcial o totalmente las facultades que figuran en el ejemplo que damos a continuación.

Una vez realizado el ejercicio, pregúntese si verdaderamente trata de perfeccionar esas facultades que tanto aprecia. De acuerdo a sus respuestas tendrá una interesante medida de su conformidad o satisfacción con la imagen de sí.

Coteje este ejercicio con el 4 y trate de establecer correspondencias entre la imagen de sí y sus círculos de prestigio. Haga relaciones, vea cómo compensa sus deficiencias y trate de discutir todo esto con las personas que están en el mismo trabajo.

Cuando haya terminado la tarea, plasme en su cuaderno resoluciones o sugerencias a cumplir, para corregir o mejorar la imagen de sí.