

Uso de la técnica de construcción de imágenes en terapia individual desde el enfoque de psicodrama

Estrella ROSSELLÓ REY
Consulta privada. Sevilla

Resumen

En este artículo se exponen varios ejemplos clínicos donde la elección de trabajo inicial ha sido la construcción de imágenes. Esta es una técnica psicodramática que se realiza durante la etapa de dramatización. Se centra en que el protagonista cree la imagen, que luego irá enriqueciendo con contenidos y significados. Utilizando casos clínicos se ejemplifica la utilización de esta técnica y otras variantes basadas en la utilización de imágenes. Los casos son en un encuadre bipersonal.

Palabras clave: psicodrama, construcción de imágenes, bipersonal.

Abstract

This article shows several clinical cases in which image building was the first choice. This is a psychodrama technique used during the dramatization period. It focuses on the creation of images by the protagonist, who is subsequently provided with content and meaning. This technique was not the only one used in the clinical cases, but also some similar variations in which the image plays a central role. The cases took place on a two-person setting.

Keywords: psychodrama, image building, two-person setting.

En este artículo comenzamos exponiendo brevemente las diferencias a la hora de procesar la información por el hemisferio cerebral derecho e izquierdo y la repercusión que esto tiene para el trabajo en psicoterapia. Vemos que la técnica de construcción de imágenes como una forma de favorecer la comunicación interhemisférica y exponemos las bases teóricas y metodológicas de dicha técnica. Por último y con el objetivo de ejemplificar aparecen casos clínicos donde la elaboración de imágenes se ha tomado como punto de partida para el trabajo terapéutico.

Siguiendo a Watzlawick (1989) existen dos tipos de lenguaje: el de la razón, que busca explicar, es objetivo, lógico y correspondería al hemisferio izquierdo. Y el de la totalidad, la metáfora, la imagen, la poesía... y que corresponde al hemisferio cerebral derecho. Según el autor el

hemisferio derecho traduce a imagen, a figura, la realidad vivenciada. Y el izquierdo analiza la imagen, la divide en partes, deduce las consecuencias.

El uso de la imagen en terapia está en la actualidad respaldado por los descubrimientos procedentes de la neurociencia. Ya que el trauma psicológico se relaciona con la falta de comunicación entre hemisferios cerebrales. Los estudios muestran que el hemisferio izquierdo se desactiva en situaciones traumáticas y que el derecho tiene un importante papel en emociones negativas como la ansiedad. De aquí se desprende que la construcción de una imagen favorece la comunicación interhemisférica al realizarla, lo que se relaciona con el hemisferio derecho, y luego comentarla y realizar los soliloquios, que se corresponde al izquierdo. (Rojas Bermúdez, 1999).

El uso de la imagen en psicodrama

Desde el psicodrama hay dos formas básicas de abordar los elementos conflictivos: a través de la dramatización, o juego de roles, y a través de la imagen. Según expone Rojas Bermúdez (1997, pág. 139) estas dos formas son las que utilizan los/as niños/as de forma natural: en el juego de roles la persona actúa asumiendo un papel determinado y el juego con objetos que pone de manifiesto la estructura de interrelaciones entre ellos corresponde a la técnica de construcción de imágenes.

Cuando se pasa a la fase de dramatización (segunda etapa de la sesión psicodramática) el/la directora/a elige qué procedimiento técnico va a utilizar, que dentro del trabajo psicodramático, se divide entre dos grandes grupos: dramatización o imagen. Normalmente se considera que si el material es más mental o se refiere a las percepciones de la persona se utilizará esta última; mientras que si tiende más a lo emocional o vincular se optará preferentemente por la vía dramática (Rojas Bermúdez, 1997)

Encuadre bipersonal

Rojas Bermúdez (1997) entiende el psicodrama individual como aquél que se aplica a un/a solo/a paciente, manteniendo los elementos formales de otros encuadres psicodramáticos, es decir, los cinco instrumentos (el/la protagonista, yo-auxiliar, terapeuta, escenario y público) y las tres etapas (caldeamiento, dramatización y comentarios) y contextos (social, grupal y dramático).

En este artículo se exponen las experiencias que han tenido lugar en un encuadre bipersonal, entendiendo como tal un abordaje terapéutico, con origen en el psicodrama, donde solo se encuentran un/a paciente y un/a terapeuta, prescindiendo por tanto de la figura de yo-auxiliar (Cukier, 2008).

En esta situación por tanto, se hace imprescindible la utilización de objetos (telas, títeres, etc.), que permitan el juego con personajes y la construcción de imágenes.

La técnica de construcción de imágenes

La imagen creada por una persona muestra su vivencia y aproximación al tema representado. Es una elaboración propia de esa persona y de su forma de entender el suceso. Al elaborar la imagen en el escenario permite a los demás ver cómo es para ella la situación. Se pone así en el exterior un contenido interior.

Puede parecernos muchas veces que una misma palabra es entendida de igual forma por diferentes personas. Sin embargo, si varias personas de un grupo realizan su imagen de lo que es para ellas el amor o la cobardía por ejemplo, se pone de manifiesto la experiencia y vivencia individual a través de las diferencias más o menos significativas en sus imágenes.

Tenemos entonces que la imagen nos muestra de una forma privilegiada el material de la persona que la realiza, permitiendo conocer de algún modo su vivencia.

La construcción de imágenes es un acto creador, donde la persona va haciendo un ejercicio de reflexión. De este modo mientras construye la imagen y realiza los movimientos motores necesarios para ello va elaborando su vivencia. El proceso de construcción en sí también revela una valiosa información sobre la forma de relación con el espacio dramático, mostrando su forma de instrumentar las partes en relación al todo, utilizando un ritmo concreto y comunicando con su lenguaje corporal.

Si el juego de roles “*es la línea de lo vivencial, de las emociones*” la imagen “*es la línea de lo intelectual, de la comprensión global: de las estructuras de pensamiento, de las sensaciones y de las acciones.*” (Rojas Bermúdez, 1997).

La técnica de construcción de imágenes tal y como la plantea Rojas Bermúdez (1997) consta de dos pasos: (1) la realización en el escenario de la imagen, quedando siempre el/la protagonista fuera de la misma para poder observarla, y (2) el paso de la persona por cada uno de los elementos que componen la imagen, realizando el soliloquio correspondiente. Es decir, colocándose en las diversas partes y adoptando la postura corporal que se ajuste más a lo representado da voz a lo que desde esa posición piensa y siente.

A partir del material que se ponga de manifiesto el/la terapeuta utilizará las variedades técnicas (como creación de imágenes anteriores y posteriores o ideales y temidas) que crea más convenientes, algunas de las cuales se señalarán más abajo ejemplificándolas con casos clínicos.

Casos clínicos

A continuación aparecen varios usos diferentes siempre con la imagen como referente, todos ellos en el contexto de la terapia bipersonal. Se ejemplifican con casos clínicos, de los que no aparece un material completo, ya que se extrae exclusivamente el del tema tratado y los datos personales aparecen alterados con objeto de impedir la identificación.

Caso 1: Ángela. Creación de imágenes anteriores y posteriores

Las imágenes se realizan en psicodrama siempre en la segunda etapa de la sesión. En la primera fase, que se denomina *caldeamiento*, aparece algún tipo de material que es considerado significativo o importante. Es entonces cuando el/la directora/a invita a la persona a esclarecer dicho material mediante algún tipo de trabajo en el escenario. Es la fase de *dramatización*.

La paciente, de 25 años, trabaja junto a su madre en una tienda que es el negocio familiar y habla de las peleas y conflictos diarios que tiene con ella. Se le pide pues que represente con telas una imagen de lo que ha verbalizado en

el caldeamiento, es decir, los conflictos con su madre y el sufrimiento que esto le trae.

La primera imagen que elabora representa el conflicto con su madre. Representa a ellas dos y la distancia entre ellas que cada vez es mayor, separadas por la tela de color negro, que representa los nubarrones y conflictos y la ira que siente, y la tela amarilla, que son los impedimentos personales que encuentra la madre para hacer una vida propia sin apoyarse continuamente en la hija.

En los soliloquios, desde su posición manifiesta la culpa por hacer daño a la madre y el deseo de recuperarla. La madre dice sentirse sola. Desde la tela amarilla dice: *“No permito que esta mujer se relacione y eso hace que haya enfado”*.

Esta situación inicial representa el tiempo presente de Ángela. Con la intención de explorar su idea acerca de cómo se ha llegado a esta situación le pedimos que elabore una imagen anterior a esta. Representa entonces un momento de años antes donde ella aún está estudiando y no trabajan juntas. El enfado no está presente. Las dos figuras están más cercas y la tela amarilla, que simboliza el aislamiento, muy grande porque acaba de fallecer el padre. Pedimos una imagen anterior. Ahora el enfado (tela negra) está entre el padre y ellas dos que aparecen juntas, las telas totalmente pegadas. Pedimos también una imagen posterior a la inicial, que se situaba en el momento actual.

A continuación pedimos a Ángela que vaya narrando un cuento utilizando las imágenes construidas como si fueran las ilustraciones del mismo. Al pedir a la persona que la historia sea fantástica se pretende una maniobra distractora para el yo que permita la aparición de nuevos materiales.

A partir de la historia se comienza a trabajar con la paciente nuevos aspectos de la relación de los que antes no tenía conciencia.

En este caso la realización de imágenes anteriores y posteriores busca una perspectiva temporal para comprender la situación actual que vive la persona. Se explora de este modo las fantasías que tiene ella sobre cómo se ha ido originando el problema, así como sobre cuál es su evolución probable. Esta es una de las variantes utilizadas en la técnica de construcción de imágenes, donde pueden pedirse varias escenas para luego observarlas en su evolución a lo largo del tiempo.

Caso 2: Roberto. Narración de un cuento a partir de la imagen

Roberto tiene 27 años, acabó una licenciatura universitaria hace algunos años pero no ha conseguido un trabajo acorde a sus estudios. Desde entonces ha tenido empleos a tiempo parcial de diversos tipos. En la actualidad se encuentra desempleado y en las sesiones a las que se hace aquí

referencia se muestra confuso sobre su futuro laboral. Dice estar frustrado por no conseguir trabajo, quiere emprender pero no sabe cómo hacerlo, etc.

A partir de esto compone una imagen utilizando todas las telas en un mismo montículo y enmarañadas. La titula “Roberto confuso”. Luego le pido otra de lo que sería “Roberto no confuso”. Coloca entonces las telas de forma ordenada, dobladas y realiza los soliloquios. En uno de ellos refiere que parece una tumba. Construye ahora la tumba. Al tomar la posición habla de un rey medieval en su mausoleo de piedra. Lo representa.

Cuando va adoptando las diversas posiciones habla de que es un rey muerto que no ha llegado a reinar, tiene ganas de hacerlo pero está atrapado por la piedra. La espada dice de sí misma que sirve para ganar batallas, para abrir caminos en los confines del reino, pero que se encuentra atrapada. La corona habla de que ella es un símbolo de poder, que brilla como el sol y que muestra la nobleza de su portador.

A partir de esta imagen del rey se hace una dramatización con títeres donde el monarca lucha contra el dragón que representa su miedo.

Luego cuenta la historia del rey: en un tiempo lejano existió un rey que fue muerto sin llegar a reinar, en las crónicas aparecía como que ya había reinado pero no era cierto. Tras un tiempo hecho piedra se levantó, cogió su espada y su corona y se paseó por su reino. Entonces apareció el dragón que le había impedido reinar y en la batalla se da cuenta de que si hiere al dragón se daña a sí mismo. El dragón entonces se convierte en su guardaespaldas y el portador de su corona. (Resultó que el muñeco que hacía de dragón tenía una corona en la mano, que luego pasa a sostener en la cabeza del rey).

En la fase de comentarios de la sesión Roberto dice sentirse satisfecho y contento, le gusta la historia que le ha surgido y cree que le servirá de inspiración en los próximos días.

En esta ocasión a partir de las imágenes iniciales aparece un material verbal, de tipo fantástico y metafórico, que se utiliza para la creación de una nueva imagen, por considerarlo un material muy rico.

A partir de ahí y durante el resto de la etapa de dramatización el material utilizado ya no es propiamente el verbalizado por el paciente durante el caldeamiento, sino que es sustituido por el conflicto del “rey muerto”, lo que facilita el desbloqueo del paciente y permite que fluya la creatividad.

En este sentido parece importante señalar escuetamente la importancia del *lenguaje metafórico* en terapia, por considerarse un atajo para tratar con la mente sin que surjan las defensas y resistencias habituales. Además el natural agrado del ser humano por las historias y su poder simbólico hace que sea una forma de trabajo que de un modo aparentemente suave tiene un gran calado en la persona¹.

1. En mi experiencia como paciente, la fuerza simbólica de imágenes aparecidas en sesiones de trabajo personal siguen manteniendo su fuerza aun habiendo transcurrido años, igual que cuando escuchamos un cuento o historia que nos impacta y que permanece en nosotros a lo largo del tiempo (*Nota de la autora*).

El caso 3: Alicia. Uso del dibujo y escultura

Enfermera de 33 años, lleva varios conviviendo con su pareja. En la actualidad ella quiere avanzar en la relación y dar el paso de tener hijos pero se encuentra con que él no está en el mismo punto. Esto lo plantea en un contexto de terapia individual.

Para explorar la historia de la pareja desde su punto de vista se le pide que realice una serie de dibujos, a modo de cómic donde vaya representando los diversos momentos de la relación. Dibuja varias escenas: cuando se conocen, cuando ella se independiza de su familia de origen, cuando empiezan a convivir, adquiriendo bienes compartidos, etc.

A continuación se le pide que dibuje un futuro ideal. Representa entonces a la nueva familia con dos hijos. Y se le pide también que pinte lo peor que podría ocurrir. Se pinta sola, habiendo sido ella la que lo deja porque él no está dispuesto a dar los pasos que ella quiere.

En el momento de comentarios dice darse cuenta que es siempre ella la que da los pasos en la pareja y que ahora se siente parada, que no tienen objetivo compartido.

En este ejemplo utilizamos en un primer momento el dibujo en lugar de la construcción de imágenes con telas, ya que la intención era que Alicia pudiese tener una visión general de su relación a través de las viñetas. Si el encuadre hubiese sido grupal esto mismo se podría haber hecho como una galería de imágenes utilizando para ellas los cuerpos de los/as compañeros/as, pero la situación bipersonal no ofrecía tal posibilidad, así que por este motivo preferimos utilizar el dibujo.

Es cierto que los dibujos y pinturas tienen la desventaja frente a la creación de imágenes con telas u otros objetos de generar usualmente más reservas para la persona al ser más difícil de obviar los criterios estéticos. No obstante, su utilización como instrumento y técnica terapéutica resulta muy interesante en un contexto donde el encuentro se da entre un/a paciente y un/a terapeuta, sin más presencias, como las de yo-auxiliar.

En la siguiente sesión se retoma el tema de su relación de pareja. Se le pide que realice una escultura del momento presente entre ellos. Ella se sitúa mirando a un punto lejano y él le coge la mano y la mira a ella. Utiliza un sillón para representarlo a él.

En los soliloquios cuando adopta la posición de él aparece su miedo a avanzar, ya que ella constantemente le dice que su relación no es para toda la vida.

Le entra risa porque dice que es cierto. Se da cuenta de la contradicción que le ofrece a él, diciéndole que se casen y asegurando que no estarán siempre juntos y lo mismo al proponerle tener hijos.

En la etapa de comentario dice estar sorprendida por no haberse dado cuenta de lo que ocurría y señala que ella tampoco se comprometería *“a comprar algo con una persona que me está diciendo que mañana no podrá pagarlo”*.

Esta sesión, según comentó Alicia, más adelante le hizo darse cuenta de aspectos personales que fue madurando en el trabajo terapéutico. La composición de la imagen actual de la pareja en este caso fue realizada con el propio cuerpo de la paciente y un sillón, ya que el impacto es así mayor que trabajando con las telas, al tener éstas menos volumen.

Caso 4: Sara. Dramatización sobre la imagen

Paciente de 30 años. Trabaja contratada a tiempo parcial y ahora quiere emprender y abrir un negocio, se licenció en Derecho hace algunos años y ahora se plantea trabajar por su cuenta montando un despacho. En el caldeo comenta sus miedos ante la posibilidad de fracasar, perder dinero, escuchar reproches de sus familiares, etc. Aparece también su inseguridad ante las propias capacidades.

Cuando la persona pasa al escenario y recibe la consigna de crear una imagen tiene que realizar una elección, es necesaria una elaboración que le permita traducir su imagen mental a una imagen psicodramática, en el escenario. Esta selección de lo que se va a mostrar muestra también información de la persona, a veces por ejemplo, puede llevarse un par de minutos donde piensa en silencio y después pasa a la construcción, en otras ocasiones se dan unos movimientos muy rápidos donde de forma impulsiva se manejan las telas o los objetos que se van a utilizar y se colocan en apenas unos instantes. Todas estas diferencias individuales dan información sobre la forma en la que el paciente aborda y estructura su propio material.

Por ejemplo en el caso de Sara, una vez construida la imagen y mientras la observaba desde fuera verbalizó que haberla plasmado le hacía sentir menos confusa, tener las ideas más claras. Coloca tres telas enfrentadas en triángulo: una amarilla y rosa, que representa el nuevo proyecto; una verde, que es ella misma; y una negra, que representa el miedo y el plano de lo económico.

En el soliloquio se explica. *“Los miedos son como moscas, que no paran de rondar y molestar”*; desde esta posición la paciente verbaliza sentirlos menos grandes y dramáticos de lo que acostumbra. En relación al proyecto dice: *“Tengo los colores llamativos como un casino. Soy una apuesta, con el riesgo que conlleva pero también con la ilusión”*. De sí misma: *“Soy yo tal cual, presentándome como soy. Ahora no me parecen que los miedos asusten tanto. Además también están para protegerme, para que tenga cierta prudencia y sensatez”*.

En otra sesión se trabaja utilizando una dramatización que se realiza sobre la imagen presentada con telas. A medida que se representa la acción la paciente transforma la imagen inicial, modificando, añadiendo y eliminando elementos según convenga a su acción.

De nuevo aparecen los miedos ante la perspectiva de emprender. En esta ocasión la paciente duda de su capacidad para hacerlo, siente como un muro que no le deja acceder a lo que quiere. En la representación que construye, la tela

turquesa (ella) abre sus brazos, tratando de llegar con las manos al nuevo despacho (las telas verde y amarilla) pero se interpone un muro (tela negra).

Al pasar a los soliloquios algunas de las ideas que aparecen son las siguientes: hablando el muro: “*soy un muro inmenso, como el de Berlín, lleno de pintadas y graffitis, descuidado; soy de piedra y muy sólido; veo a Sara muy pequeña, intenta hacer un boquete en mí para llegar al otro lado, pero así no es posible*”. Desde la posición que la representa, la paciente se da cuenta que las estrategias que está utilizando no están dando resultados, no le permite cruzar al otro lado, donde está su ilusión.

Volviendo a la dramatización, se le pregunta qué necesita para atravesar el muro. “*Una escalera*”, y la construye con una tela marrón. A continuación comienza a subir la escalera y va verbalizando que siente vértigo porque es muy alta y le da miedo caerse. Avanza despacio hasta que llega a encima del muro donde se para. Dice que está contenta de haber llegado y quiere pasar al otro lado, donde le parece todo muy bonito y emocionante.

Entra en ese nuevo mundo del otro lado del muro. Se va moviendo por él. Dice que aparece un nuevo elemento que le asusta: la competencia. Pone una tela de color rosa fucsia para representarla. Cuenta que la competencia atrae muchos clientes y ella siente difícil competir con eso. Terapeuta: “*¿Qué quieres hacer?*”

Paciente: “*Taparla*”, coge una tela y cubre la tela rosa. “*Ahora sí estoy bien aquí, sé que la competencia está pero no la veo, así que voy a lo mío.*”

Después de esto se pasa a trabajar el material que ha ido apareciendo con las marionetas. En la siguiente sesión la paciente dice sentirse bastante tranquila en cuanto a los aspectos trabajados.

Como se observa en el ejemplo extraído del caso de Sara, las dos líneas técnicas de dramatización e imágenes se alternan en el trabajo de dramatización, complementándose y enriqueciéndose mutuamente. Se pone así de manifiesto la maleabilidad de la técnica de construcción de imágenes, que permite su utilización en multitud de ocasiones.

Discusión

A partir de los apuntes de casos expuestos vemos la maleabilidad y posibilidades de la construcción de imágenes como técnica terapéutica. En los ejemplos se ha utilizado en un contexto donde estaban únicamente el/la paciente y la terapeuta, por eso como material se utilizan objetos intermediarios, como las telas o los títeres. La riqueza del trabajo psicodramático y en concreto de la construcción de imágenes hace que pueda adaptarse a diferentes contextos de trabajo, aportando en cada uno matices diversos.

En cualquier caso la utilización de imágenes permite tomar conciencia de un material interno a la vez que posibilita re-elaborarlo, enriquecerlo y transformarlo.

Conclusiones personales

Este artículo es fruto de mi incursión en el mundo del psicodrama, a partir del curso de Experto organizado por el Colegio de Psicología de Andalucía Occidental. Desde la aproximación que he realizado cuento mi experiencia con una técnica *básica*, en el sentido de que se trata de una técnica que proporciona una base sobre la que se puede ir construyendo en una u otra dirección.

En consulta trabajo utilizando enfoques diversos, tomando de aquí y allá lo que la experiencia me va mostrando como más útil y lo que los pacientes van revelándome como más eficaz. Tomo también lo que a mí me ha sido útil en mi propio trabajo personal, pues todos sabemos que no es lo mismo aprender una técnica que realizarla uno mismo con material propio. En mi caso y centrándome ya en la construcción de imágenes me sorprende en ocasiones la diferencia entre lo que aparece en el escenario y lo que yo esperaba cuando lo anticipaba mentalmente.

Creo que es cierto como sostienen Bandler y Grindler (2008) que existen personas más visuales que otras. Estos autores mantienen que la mayoría de nosotros tenemos un canal representacional (auditivo, visual o kinestésico) más sobrealorado que los demás y, por tanto, lo utilizamos preferentemente. A pesar de esto la transformación de un contenido que se encuentra en nuestra mente en una imagen puede ser beneficioso para cualquier persona, aunque puede que a alguna le resulte más dificultoso en un primer momento.

Además esto es una forma de sacar fuera lo que está dentro con la posibilidad que esto reporta de modificar y re-elaborar el material. Como dice un paciente, “*sacar los gatos que tengo en la barriga*”.

Para mí, la construcción de imágenes ha resultado un regalo para mi quehacer terapéutico. Tengo que confesar que la primera vez que vi cómo una persona usaba las telas para hacer una imagen de algo personal me quedé bastante desconcertada; mi sensación en ese momento fue que las había puesto de ese modo como lo podría haber hecho de cualquier otro, al voleo. Eso es lo que ahora veo claro, que la hizo de ese modo porque lo que representaba en ese particular momento esa persona concreta era su percepción del conflicto que tenía. Es decir, que cuando construimos una imagen nos estamos poniendo a nosotros mismos sobre el escenario en el *aquí y ahora* y esto nos abre como terapeutas un abanico de posibilidades para el trabajo.

Me doy cuenta ahora, en esta fase de conclusiones, que la decisión que tomé de escribir el artículo sobre este tema me ha permitido elaborar en mi interior (y espero haber sabido plasmarlo) la importancia de la construcción de imágenes para el trabajo en consulta. Y, siguiendo con la línea de la que hablamos, esta elaboración quiero plasmarla también en imagen, transformando todo este contenido verbal en lo que muestra la figura 1.



Figura 1. La labor terapéutica representada con telas (explicación en el texto).

En la imagen, a la izquierda está el paciente, que se presenta ante nosotros con su sufrimiento (tela negra) y sus fuerzas (tela rosa), que se encuentran un poco más escondidas y ahogadas. Con el trabajo de construcción de imágenes sus conflictos van plasmándose y transformándose

en formas concretas (morada, rodeada de amarilla que hace que se limite los contornos) lo que posibilita al terapeuta (tela verde) ver su padecimiento y contactar con él.

Referencias

- Bandler, R., & Grinder, J. (2008). *La estructura de la magia. 2. Cambio y congruencia*. Buenos Aires: Cuatro Vientos [publicación original de 1980].
- Coppel, A. (2010). Imagen, metáfora y sicodanza. Vías metodológicas en sicodrama. *17 Congreso Brasileiro de Psicodrama*.
- Cukier, R. (2008). *Psicodrama bipersonal. Su técnica, su terapeuta y su paciente*. Buenos Aires: Ed. Agora.
- Rojas Bermúdez, J. (1999). Utilización de imágenes sicodramáticas en supervisión. En P. Fontaine (Ed.), *Psychodrama Training: An European View*. Lovaina: FEPTO.
- Rojas Bermúdez, J. (1997). *Teoría y Técnicas psicodramáticas*. Barcelona: Paidós.
- Watzlawick, P. (1989). *El lenguaje del cambio*. Barcelona: Herder [publicación original de 1977].