

La Metáfora como modelo de utilización de la palabra en Psicoterapia

Ada Castillo Babilón

Resumen

El lenguaje nos permite ingresar al mundo interno de los otros y entender su representación de la realidad. En terapia este fenómeno es fundamental para que el terapeuta comprenda el marco de referencia del cliente con el objetivo de lograr el cambio deseado. La Metáfora es una herramienta prometedora para lograr este objetivo, dándole al cliente una perspectiva distante a su problema de tal manera que pueda obtener la solución por sí mismo.

Este estudio es un intento de explicar la definición, el funcionamiento y las estrategias para la construcción de la narración metafórica en psicoterapia, siguiendo el modelo de Milton Erickson. Como marco de referencia al desarrollo del tema se describe el proceso de Comunicación y Lenguaje en la relación terapéutica desde el punto de vista de la Programación Neuro-lingüística: el mapa de referencia, la utilización del lenguaje digital y el analógico, la comunicación indirecta y la importancia de estos elementos en la construcción de significados en terapia.

Palabras clave: Metáfora, Comunicación y lenguaje, Marco de referencia

Abstract

Language lets us penetrate in the inner world of the others and understand their representation of reality. In therapy, this phenomenon is fundamental for the therapist to understand the reference frame of the client in order to accomplish the desired change.

Metaphor is a very promising tool to achieve this goal, giving the client a distant perspective of his problem, so that, he can obtain the solution by himself.

This article is an attempt to explain the definition, functioning and building strategies of metaphoric narrative applied in psychotherapy and follows the model established by Milton Erickson.

As a reference frame for the topic, the process of communication and language in the therapist-client relationship is described from the point of view of the Neuro-linguistic Programming (NLP): The model of the world and its meaning, the application of the digital and analogical language, the indirect communication and the importance of these elements in the construction of meanings in therapy.

Key Words: Metaphor, Communication and language, Frame.

INTRODUCCION

En psicoterapia como en cualquier proceso de comunicación, el lenguaje hace las veces de sistema representacional de nuestra experiencia, con él transmitimos o por lo menos pretendemos transmitir nuestras vivencias y preocupaciones; el terapeuta desde su posición de receptor y experto, en un primer momento acompaña al consultante a percibir la problemática (una parte de la concepción del mundo, que tiene el cliente), desde su propio punto de vista y se compromete a analizar las incongruencias que impiden que la persona pueda salir de sus dificultades utilizando sus propios recursos, y el terapeuta sólo pone en sus manos las herramientas para hacerlo. Para ello él, (el terapeuta), utiliza también, directa o indirectamente, el lenguaje

En este trabajo nos proponemos en **primer lugar**, analizar la importancia del lenguaje en el proceso de formación del marco de referencia de las personas y en la comunicación de los seres humanos, desde el punto de vista de la Programación Neuro –lingüística (PNL) en **segundo lugar**, introducir al estudio de la Metáfora, su funcionamiento y posibles efectos de su utilización en psicoterapia, siguiendo el marco conceptual de Milton Erickson.

LA COMUNICACIÓN Y EL LENGUAJE EN PSICOTERAPIA

La Programación Neuro Lingüística (PNL) técnica de intervención psicológica, creada por John Grinder y Richard Bandler, se propone estudiar el trabajo y la estructura de la mente, describe para ello el cómo piensan, aprenden, se motivan, se comunican, evolucionan y cambian las personas.

Esta técnica se origina por el interés que tenían ambos investigadores, por entender cómo a través de **la comunicación y del**

lenguaje se producían cambios en las conductas de las personas. Observaron con atención el trabajo terapéutico realizado por aquellos terapeutas que ellos consideraron los más exitosos en ese campo: Virginia Satir, Fritz Perls y Milton Erickson, En ellos encontraron que conciente o inconscientemente los tres exploraban profundamente **la representación del mundo del cliente** a través del **lenguaje** y en base a ello utilizaban herramientas para el desarrollo de estados saludables y estimulaban el cambio en sus clientes.

Otro de los conceptos importantes de la PNL será entonces la **representación** que cada persona hace del mundo que lo rodea.

Aunque los seres humanos vivimos en un mundo que se supone igual para todos, un "mundo real" sin embargo, percibido de manera diferente por todos y cada uno de nosotros, por eso es que operamos directa o indirectamente sobre esa representación del mundo que tenemos, usamos nuestro propio mapa o modelo de ese mundo, todo nuestro comportamiento se da en base y función a ese mapa representativo que tenemos. Cuando niños ordenamos nuestras primeras experiencias utilizando tres procesos universales de aprendizaje: la generalización, la omisión y la distorsión y cuando adultos éstos mismos procesos se convierten en filtros que nos impiden ver la realidad tal como es, y actuar acertadamente en ella.

Generalización.- Cuando algunas conclusiones se desprenden de las experiencias generales y ocupan el sitio de una categoría total. Ejemplo. Un niño ve a su padre pegar a su madre, el niño generaliza: Todos los hombres pegan a las mujeres.

Omisión.- Proceso por el cual sólo prestamos atención de manera selectiva a ciertas partes de la experiencia. Ejemplo: Cuando una mamá grita a su hijita por que tiene la mano cerca al enchufe de corriente eléctrica. La niña recuerda el grito, más no la protección de la madre.

Distorsión.- Se producen deformaciones semánticas por las cuales transformamos la realidad de acuerdo a nuestra conveniencia, realizamos cambios en nuestra experiencia, tergiversamos la realidad. Ejemplo: Un niño que fue herido por su mejor amigo, cuenta el hecho sin darle importancia y no recuerda bien quién fue el agresor.

Podría decirse entonces que hay dos realidades para el ser humano: la realidad que de por sí existe (realidad externa) y la realidad interna, ese mapa que desde niño forma parte de uno y que contiene las decisiones que tomó el niño a partir de su «lógica» infantil (con poco desarrollo cognoscitivo) la cual incluye concepciones sobre sí mismo y sobre el mundo que lo rodea. Esta lógica que siendo válida para un niño pequeño (que perdura hasta cuando él es adulto) no resiste el mínimo análisis del mundo adulto, sin embargo subsiste como «real» para el que las vive.

María Mercedes Sarmiento en su libro *Mapa de mapas* representa lo dicho, de esta manera:

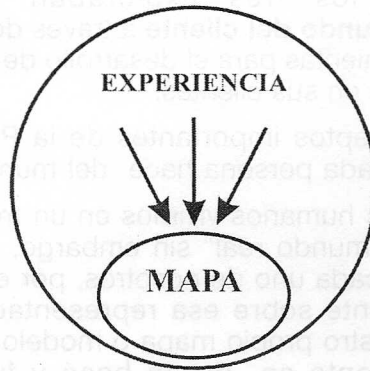


Figura 1.

Mapa, la representación del mundo que percibimos (Sarmiento, 1980).

Para la construcción de nuestro mundo (mapa) hacemos uso de **nuestros sentidos** y simplificando esto decimos que percibimos el mundo por medio de la visión, audición y kinestesia (todas las sensaciones sensoriales incluyendo el sistema del equilibrio corporal) y a través del **lenguaje**, que viene a ser el sistema representacional más evidente, nos contactamos con el mundo no sólo recibiendo información sino que también lo usamos para transferir nuestra experiencia en palabras. Cuando usamos el lenguaje, estamos creando un modelo o representación de nuestra experiencia. La experiencia a la vez está basada en las percepciones que tenemos, completándose así el ciclo, nuestras percepciones también están moldeadas y limitadas por el modelo del mundo que tenemos (marco de referencia).

Waltzlawick (1982) plantea que tenemos dos tipos de lenguaje; uno, el lenguaje **digital** (propio del hemisferio cerebral izquierdo): objetivo, definicional, lógico, analítico que vendría a ser el lenguaje de la razón, de la ciencia, de la explicación, es el que posee una sintaxis que puede someterse a un análisis lógico y el otro el lenguaje **analógico** (propio del hemisferio cerebral derecho) que domina el campo de la semántica, es toda comunicación no verbal, es el lenguaje de las emociones, los gestos, de los actos, rico en simbolismos y significados. Parece ser que éste lenguaje, constituye la principal fuente de comunicación; según O'Connor (1998): las palabras sólo comunicarían el 7% de lo que queremos transmitir.



O' Connor (1998); La comunicación mediante palabras, calidad de voz y mediante posturas, gestos y expresiones.

Gregory Bateson (1995), es quien basándose en el modelo de B. Russel y su teoría de los tipos lógicos, clasifica los mensajes de la comunicación humana en dos partes o «niveles» (ver reglas universales de la teoría general de sistemas) :

Los mensajes de **Contenido** (utilización sintáctica de la lengua) los conforman la habilidad para coordinar y unir palabras de acuerdo a normas lógicas del idioma, y los mensajes de **Relación** (parte semántica del idioma) conformados por el tipo de voz, posturas, gestos.

Entre ambos niveles, Bateson decide asignar al nivel de relación de la comunicación un nivel más alto que a la parte de contenido de la comunicación, esto querría decir que la comunicación analógica tiene mayor jerarquía que la digital.

Esto puede representarse de la manera ilustrada en la figura 2.

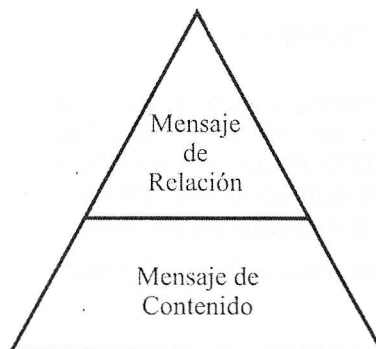


Figura 2.

Los mensajes de **Relación** y los mensajes de **Contenido** de acuerdo a la teoría de los tipos lógicos perteneciente a la Teoría General de Sistemas.

Para hablar en términos de eficiencia de comunicación, o sea de cuánto consigue transmitir el emisor, debemos tener en cuenta la realidad individual no sólo del emisor sino también del receptor.

Para Watzlawick, participante activo del constructivismo sistémico, en el proceso de la comunicación no existe el protagonismo en lo que dice el emisor, por que toma en cuenta al receptor como parte integrante de la construcción de contenidos, ambos intervienen presentando y captando tanto una realidad objetiva como una parte subjetiva del significado que las dos partes atribuyen. Así pues no habría una «realidad real», sino representaciones de la realidad, donde también intervienen sensaciones, visiones , interpretaciones de ambos protagonistas.

Existen básicamente cuatro tipos de comunicación:

Comunicación directa.- Aquélla en que dos o más personas están informadas de lo que ambas tienen en común en el momento que la comunicación se da. Ejemplo: leer el grado de temperatura de un lugar a una hora determinada: 17°.

Comunicación implícita No- percibida.- Cuando se hace algo a alguna persona sin que el emisor y a veces ni el receptor perciban la comunicación (aunque esto fuera en un primer momento por lo menos). Ejemplo: Cuando alguien sugiere a un niño que sólo con ayuda del adulto éste podrá hacer las cosas bien.

Comunicación implícita percibida.- Cuando el receptor percibe lo que el emisor le trasmite. Ejemplo cuando una persona le dice a otra: «Se me ha perdido el dinero y en ésta casa, sólo vivimos tu y yo»

Comunicación Indirecta.- En la que el emisor está consciente de lo que se comunica, mientras que el receptor no. Ejemplo: cuando un terapeuta usa una metáfora para generar un cambio.

COMUNICACIÓN EN TERAPIA

«...Cuando una persona acude a terapia y expresa su problema, se observa que las limitaciones para resolverlo, están generalmente en las representaciones que tiene esa persona de la realidad, y en de la realidad en sí misma»

Bandler y Grinder (1980)

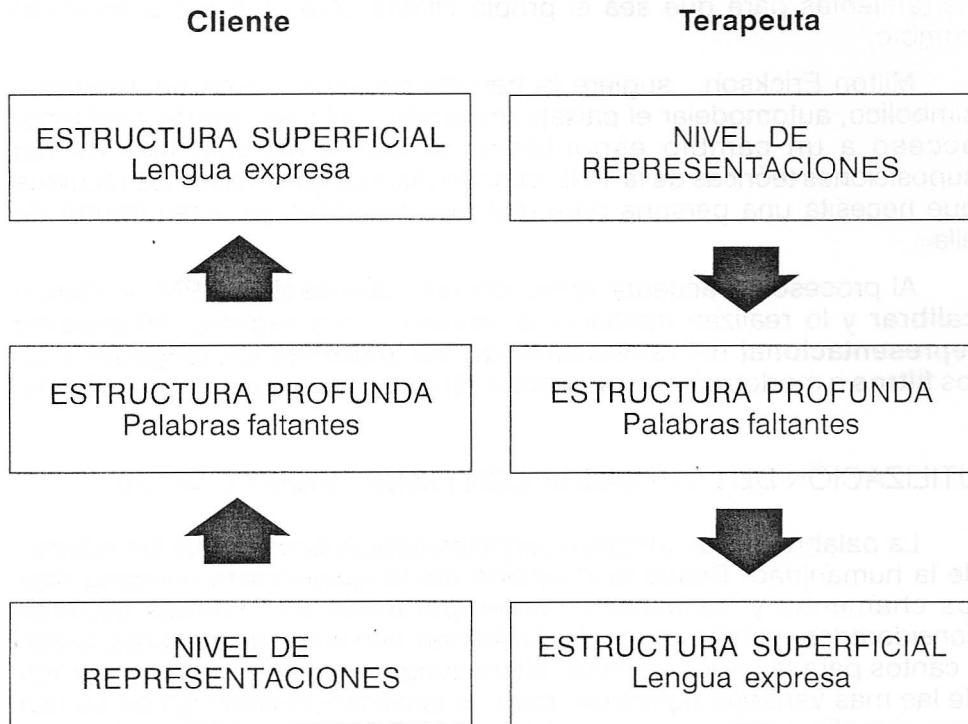
La palabra tiene en sí misma un efecto terapéutico el cual con frecuencia se emplea en forma empírica y a veces de manera inconsciente, pero se puede lograr efectos más intensos y duraderos si es utilizada de manera consciente y estratégicamente dirigida. Es por ello que

numerosos métodos y técnicas estudian sus efectos de utilización con rigor científico.

La PNL, siguiendo al lingüista Noam Chomsky, distingue dos niveles de lenguaje:

- Una estructura profunda que contiene informaciones no expresadas (el **inconsciente**).
- Una estructura superficial que se puede llevar inmediatamente a la **conciencia**, o a un interlocutor (el discurso).

En una sesión terapéutica están frente a frente el Consultante y el Terapeuta



Donde, desde el punto de vista es el Emisor (Cliente) **el nivel de representaciones**, contiene las imágenes, los sonidos, los movimientos, las sensaciones, los olores y los gustos...incomunicables del emisor.

La **estructura profunda** contiene lo que falta para dar claridad a la frase emitida y la **lengua expresa** sería el lenguaje que se utiliza para comunicar, o sea la suma de palabras precisas e imprecisas que utiliza el consultante.

Desde el punto de vista del Receptor este ciclo es a la inversa, primero el terapeuta recibe mediante su sistema representacional los mensajes emitidos y utilizando su propio contexto, traduce lo que dice en palabras precisas o imprecisas el interlocutor.

Para evitar la contaminación en la comunicación, cuando el receptor es el terapeuta éste se esfuerza por ingresar al nivel de representaciones del cliente, lo ayuda a completar las palabras faltantes de su comunicación (comunicación profunda) ingresa al mundo del cliente y desde allí utiliza herramientas para que sea el propio cliente quien las use a favor del cambio.

Milton Erickson, sugiere la transformación a través del modelaje simbólico, automodelar el paisaje metafórico del consultante y así tener acceso a un cambio espontáneo, coincide así con una de las suposiciones teóricas de la PNL, cuando plantea que « todos los recursos que necesita una persona para realizar un cambio ya están dentro de ella».

Al proceso de acceder al mundo del consultante en PNL le llaman **calibrar** y lo realizan mediante la observación y registro del **sistema representacional** del consultante, de sus **patrones de lenguaje** y de los **filtros** o modos cómo enfrenta las situaciones críticas y los conflictos.

UTILIZACIÓN DE LA PALABRA CON FINES TERAPÉUTICOS

La palabra se ha utilizado con fines terapéuticos desde los albores de la humanidad. Desde la invención del lenguaje hasta nuestros días los chamanes y hechiceros contemporáneos en diversas culturas consideradas «primitivas» por la civilización aún emplean palabras, frases y cantos para favorecer trances, alteraciones de conciencia y la curación de las más variadas dolencias, pero la justificación científica de su uso para esos fines, sólo es reconocida a partir de los siglos XVIII y XIX con los estudios profundos del cerebro y el desarrollo de la relación pensamiento y lenguaje. Es de especial importancia estudiar el proceso del pensamiento, por considerarlo como el fenómeno psíquico que expresa mediante el lenguaje las relaciones externas e internas entre los objetos del mundo real, tanto del consultante como del terapeuta

LAS METAFORAS EN TERAPIA

Todos los sistemas terapéuticos hacen uso explícito o implícito de las metáforas, Freud por ejemplo observa el inconsciente a través de las interpretaciones de los sueños, o en los actos fallidos de sus clientes, descritos o cometidos por ellos mismos. Jung desarrolló la metáfora del «ánima» para explicar el componente femenino presente en la psique del varón y el «ánimus» que corresponde al principio masculino dentro del inconsciente femenino, Berne habla de los «Juegos psicológicos» para referirse a la comunicación inconsciente que conducen a los conflictos entre las personas, Perls habla de «los perros de arriba y los perros de abajo».

Milton Erickson aparece en el escenario terapéutico como el mago en el uso del lenguaje y él desarrolló de una manera exitosa el uso de la narración metafórica para realizar cambios espectaculares en sus clientes.

E. Rossi quien fue el que recopiló su trabajo, descubrió que las metáforas de Erickson y sus seguidores tienen dos estructuras, una superficial y otra profunda. La primera, la superficial, es el propio contenido de la metáfora, y la segunda, la profunda, es donde se encuentra el verdadero significado que se quiere transmitir. La estructura superficial está formada por el conjunto de palabras gramaticalmente colocadas y la estructura profunda por las relaciones establecidas a escala inconsciente entre el relato y la situación problema de la que se está hablando.

Las metáforas en la narración, pueden adoptar varias formas:

Las Imágenes. Son rápidas y simples, son palabras que al cambiar de contexto cambian su significado « Tapar el sol con un dedo».

Las Comparaciones. También son imágenes pero tienen un elemento comparativo, en ellas se hace explícita el elemento de semejanza: « Fuma como una chimenea».

Los Proverbios. Son máximas o sentencias de origen popular, común a todo un grupo social, expresada en forma sucinta y es muy rica en imágenes « el camino al infierno está lleno de buenas intenciones».

Los anécdotas. Son relatos cortos de hechos jocosos o curiosos vividos por otros, Se inicia la frase ... «eso me hace pensar o eso me hace recordar.....».

Los mitos y los cuentos. Historias imaginarias de origen popular que colocan en escena héroes que encarnan fuerzas de la naturaleza o aspectos de la condición humana que en realidad no ocurrieron pero que hacen parte del inconsciente colectivo: La mitología greco romana, los cuentos de Hadas, etc.

Narraciones, parábolas, historias. Son formas metafóricas completas y complejas relacionadas con la finalidad de generar un cambio en el interlocutor, esta historia debe tener formas semejantes a la realidad vivida por él. Para su construcción Longim (1993) recomienda:

- Hacer referencias difusas tales como iniciar la historia con: Había una vez.... Aún no había amanecido cuando.....,
- Utilizar verbos no específicos: Hacer, discutir, entrar, llegar, decir, responder.
- Hacer sustantivaciones como: esperanza, actitud, decepción, espíritu, paciencia, sabiduría, verdad.
- Dar órdenes enmascaradas o sugerencias en boca de los personajes: espera un poco, pronto te tocará el turno, ten paciencia.

DEFINICIÓN DE METÁFORA

Para Jean Monbourquete la alegoría o la Metáfora podría definirse como una historia real (anécdota) o ficticia cuya finalidad es informar, educar, curar y estimular el crecimiento interno.

La alegoría o metáfora es un proceso mediante el cual la persona hace un descubrimiento desde su interior; accede a un nuevo conocimiento que surge del inconsciente individual y va hacia la parte consciente de la persona efectuando el cambio o resolución del problema.

Para Sheldom Kopp, citado por Gordon (1978) «una metáfora es definida como un modo de hablar en el que una cosa es expresada en términos de otra, de un modo tal que al juntarlas, llevan una luz nueva en relación al contenido de lo propuesto para lo que fue descrita»

Longin (1997) Señala que «La palabra metáfora significa trasposición. Es un procedimiento del lenguaje que consiste en hacer una sustitución analógica. En suma, es una comparación, una imagen....Cuando las palabras tienen distintos significados es el contexto el que les da el sentido preciso».

En un contexto metafórico se deja a la ambigüedad el sentido de la palabra y es el que escucha o ve quien le da el sentido conveniente, se utiliza un elemento digital (la palabra) de una manera analógica (de significado), apelando a la similitud de dos objetos diferentes. Traduciendo esto puede decirse que los mensajes de la comunicación humana no sólo pueden ser analógicos y digitales sino que pueden ser el resultado de una mixtura de ambos.

¿COMO FUNCIONARIA UNA METAFORA?

«Habla a cada uno de acuerdo con el grado de su entendimiento»

Mahoma

En una primera fase la Metáfora terapéutica permite según Erickson, quitar importancia al cerebro izquierdo es decir a la mente consciente, sobre todo si el sujeto se halla en trance (hipnosis leve), el terapeuta o narrador accede entonces más al aspecto intuitivo, a la espontaneidad, al mundo creativo, al cerebro derecho, al inconsciente.

En una segunda fase el cerebro izquierdo sería invitado a sintetizar el trabajo realizado en la primera fase.

Con una metáfora se puede recoger el pasado, situar a la persona en su presente y proyectar esperanzas para el futuro, en otras palabras, trae la atención consciente del individuo y burla sus mecanismos de defensa con el fin de permitirle entrar en contacto con las fuerzas del inconsciente, que es tan rico en posibilidades y soluciones.

En el relato metafórico las personas reciben unas veces de forma consciente pero en la mayoría de ellas de manera inconsciente algo que les afecta, algo que les concierne o que tiene que ver directamente con algún aspecto particular de sus vidas; de este modo la persona encontrará sus propias soluciones.

Para Erickson existe una mente consciente en el cerebro izquierdo y una mente inconsciente en el cerebro derecho, también considera al inconsciente como el lugar donde el sujeto puede hallar la solución de sus problemas, solución que no utiliza por los interferentes generados por el aprendizaje consciente. Erickson está seguro que todos tenemos los recursos necesarios para superar los problemas, el inconsciente tiene las respuestas ya que él es el depositario de todo lo aprendido en la vida, aunque la mente consciente lo haya olvidado.

Cuando escuchamos un relato, inconscientemente tratamos de asociar los personajes que aparecen en el cuento con nuestros propios recuerdos o con nuestra propia experiencia actual. Eso ocurre, por ejemplo, cuando alguien cuenta un chiste e inmediatamente todos nos acordamos de otros parecidos o cuando alguien cuenta una anécdota y en seguida nos viene a la cabeza otra anécdota parecida que nos ha ocurrido a nosotros.

CÓMO SE PUEDE HACER UNA METÁFORA

Elaborar un diseño de historia, siguiendo los siguientes pasos:

Primer paso: Conocer claramente el problema planteado por el

cliente, para así poder crear la analogía. Es necesario que haya un símbolo que sea equivalente al problema presentado.

Segundo paso: Determinar el espacio semántico, determinar el recurso a utilizar de acuerdo a las necesidades del momento, se puede usar un cuento de hadas, un cuento de ciencia ficción, una historia actual.

Tercer paso: Conseguir sus objetivos. Es conveniente tener claro cuál es el objetivo del cliente. En el inicio de la metáfora hay que colocar al cliente en su actual posición frente al mundo y de allí poco a poco se le acompaña a colocarlo en el camino que lo lleve a conseguir sus objetivos.

Cuarto paso: Encontrar la situación isomorfa, es decir establecer claramente la relación entre los personajes inventados y los personajes de la vida real.

Quinto paso: Poner a disposición ideas de solución (no la solución).

Sexto paso: Tener acceso a recursos internos, en algunos casos, esos recursos pueden ser específicos como la auto confianza, asertividad o pueden ser más generales como tomar decisiones o encontrar habilidades para resolver problemas, para ello es útil ir hacia el inconsciente de la persona haciendo referencia por ejemplo a un sueño dentro de la historia donde el protagonista reconozca sus recursos para salir con éxito de sus dificultades.

Séptimo paso : tender un puente al futuro, conectando los aprendizajes que tiene la persona, los recursos tomados en la metáfora y el problema presentado, dicho de otra manera unir el problema, el recurso y la solución.

metáfora del problema + metáfora de recurso = metáfora de resultado deseado

En todo el proceso de la creación de la metáfora hay que adaptar el lenguaje y los personajes a la edad y las circunstancias de la persona a la que dirigimos el relato.

Aquí un ejemplo que nos pareció didáctico de cómo se construye una Metáfora sacado de la página web: www.metáforas.com.br

«Una mujer atractiva llamada Dot, me busca para pedirme consejo, quería ayuda para aprender a controlar su comportamiento promiscuo, estaba casada con un hombre «bueno» y tenía dos hijos adorables, pero mantenía relaciones extra conyugales con quien fuera posible. Ella quería poner fin a ese comportamiento. Utilicé los elementos de su descripción para crear una metáfora terapéutica.

Como tantas mujeres atractivas ella también se preocupaba por el problema del exceso de peso (exceso que ella no tenía) y así utilicé también este contenido para que la metáfora aparente ser una extensión natural de nuestra interacción terapéutica».

Descripción del problema	Metáfora terapéutica
La promiscuidad está haciendo que Dot pierda a su esposo y su autoestima.	Una mujer camino a la obesidad
Dot no se resiste a ser tentada por otros hombres.	Una mujer que no consigue resistir a los postres y los platillos tentadores cuando come fuera.
Dot encuentra más excitante el sexo fuera del matrimonio.	Esta mujer adora comer fuera.
Dot está insatisfecha con sus relaciones sexuales conyugales.	Esta mujer difícilmente toca la comida que hace en casa.
Cada experiencia extra-conyugal genera mas culpa e aumenta la posibilidad de perder a su esposo.	Cada vez que come fuera la mujer queda más gorda.
La culpa de Dot está tornándose tan dolorosa que ella tiene que hacer algo a ese respecto. Ella tiene insomnios etc.	La mujer gorda, tiene que tomar algunas providencias en cuanto a sus hábitos. Ella no entra más en ninguna ropa.
Dot, nunca tuvo comportamientos sexuales satisfactorios con su esposo.	La mujer gorda nunca aprendió a cocinar bien para si misma.

La solución

Solución del problema	Solución metafórica
Para Dot aplicar su energía en el desempeño de experiencias sexuales satisfactorias con el esposo.	La mujer se dedicó a arreglar su cocina. Comenzó a leer libros con recetas, para escoger platos apetitosos, y comenzó a experimentar comidas saludables y satisfactorias.
Para que Dot pueda encontrar la satisfacción necesaria en casa.	Con el tiempo, más rápido de lo que se imagina, ella descubrió que no había en los restaurantes nada comparable a sus comidas caseras y perdió el deseo de saciar su apetito en otros lugares, satisfaciéndose plenamente en casa.
Para que Dot se enorgullezca de su relación conyugal y encuentre satisfacción sexual con su pareja.	Ahora esbelta, esta mujer otrora gorda, se enorgullecía mucho de sus habilidades culinarias, y también de su esbelta figura.

CONCLUSIONES

- 1.- Desde que nacemos, recibimos información que es captada por nosotros por medio de nuestros sentidos, con ella creamos un mapa representativo de la realidad y desde ese mapa nos manejamos en el mundo y comunicamos nuestras experiencias utilizando para ello el lenguaje.

En una sesión terapéutica el consultante comunica al terapeuta su problemática y necesidad de cambio, el terapeuta observa y accede al sistema representacional del cliente por medio del análisis que hace de sus patrones de lenguaje y los filtros que le impiden percibir la realidad tal como es, desde allí estimula el cambio utilizando las herramientas que considere necesarias. Milton Erickson hace uso del lenguaje metafórico para hacerlo.

- 2.- Milton Erickson se comunicaba con sus clientes utilizando cuentos, usaba la Metáfora como una manera de quitar importancia a la mente consciente del escucha y a acceder al aspecto intuitivo, a la creatividad y espontaneidad de la persona para ir al encuentro de la solución de su problema utilizando el inconsciente como mediador del cambio, por que consideraba que en el inconsciente se encuentra todo lo aprendido por el ser humano y en él estarían depositados todo tipo de entendimiento y solución.

Se considera la Metáfora como un fenómeno psicolingüístico, un procedimiento del lenguaje que consiste en hacer una sustitución analógica en un relato.

Para qué se usa la Metáfora:

- Para proveer un mecanismo clave para el cambio de nuestros modos de representar el mundo.
- Para demostrar, explicar o ilustrar un punto oscuro.
- Para abrir las posibilidades y estrategias.
- Para llevar múltiples niveles de información.
- Para facilitar nuevos patrones de pensamientos, comportamientos y sentimientos.
- Para estimular la creatividad y pensamiento lateral.
- Para reenmarcar o redefinir un problema o situación.
- Para permitir al cliente procesar directamente a un nivel subconsciente (en base sugerencias indirectas).
- Para sugerir soluciones y nuevas opciones
- Para proveer un nexo entre el consciente y el subconsciente.

Referencias Bibliográficas

- Bandler, R. (1980) *La estructura de la magia Volumen I : Lenguaje y terapia*. Santiago de Chile: Editorial Cuatro vientos.
- Bandler, R. (1995) *La estructura de la magia Volumen II : Cambio y congruencia*. Santiago de Chile: Editorial Cuatro vientos.
- Bateson, G. (1991) *Pasos hacia una ecología de la mente*. Buenos Aires: Editorial Planeta.
- Carrión, S. (2002) *Comunicación de impacto*. Buenos Aires: Ediciones Obelisco S.L.
- De Shaser, S. (1989) *Pautas de terapia familiar breve*. Barcelona : Ediciones Paidós.
- Gordon, D. (1978) *Therapeutic metaphors*. California: Meta publications.
- Guang, E. (1982) *El enfoque Sistémico Comunicacional de la familia*. Costa Rica: EIRENE.
- Longin, P. (1997) *Cómo llegar a ser líder con la PNL*. Barcelona: Granica.
- O'Connor, J. (1998) *Introducción a la programación neurolingüística*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Ortner, G. (2001) *Cuentos que ayudan a los niños*. Malaga : Editorial Sirio, S.A.
- Rosen, S. (1986) *Mi voz irá contigo*. Buenos Aires: Paidós.
- Sarmiento, M. (1982) *Mapa de mapas*. Bogotá. Manual de instrucción universitaria: Instituto de Psicología Neo- Humanista, Bogotá.
- Shah, I. (1972) *Cuentos de los Derviches*. Buenos Aires: Paidós.
- Watzlawick, P. (1982) *Cambio*. Barcelona: Editorial Herder.
- Watzlawick, P. (1996) *¿Es real la realidad?*. Barcelona: Editorial Herder.
- Página Web: [www. metáforas.com.br](http://www.metáforas.com.br)

ANEXO

Glosario de términos

Filtros: Ideas, experiencias, creencias y lenguaje únicos que conforman nuestro modelo del mundo.

Metáfora: Comunicación indirecta mediante una historia o figura del lenguaje que implique una comparación. En la PNL, la metáfora incluye símiles, parábolas, alegorías.

Mapa de la realidad o modelo del mundo: Representación única que hace del mundo cada persona a partir de sus percepciones y experiencias individuales. Suma total de principios personales con los que opera un individuo.

Sistema representativo o sistema representacional.- Manera cómo codificamos la información en nuestra mente, mediante uno o más de los cinco sistemas sensoriales: visual, auditivo, cinestésico, olfativo y gustativo.

Sustantivaciones: Los verbos son transformados en sustantivos, eso reemplaza la acción por la información y les resta dinamismo a los verbos originales.

Verbos no específicos: Un verbo indica acción, un verbo se hace impreciso cuando evoca muchas acciones posibles y cuando no se puede hacer una representación de la acción.