

# La técnica de rejilla (II/II)

19 abril de 2016 – Leonardo Pérez Merayo - Grafística Forense - Psicología



La técnica de rejilla no es una desconocida en estas tierras, en la primera entrada hablamos de la interesante e importante base teórica sobre la que se construye esta técnica, también hablamos sobre la aplicación de la TR y la entrada terminó comenzando la sección en la que se interpretan los resultados. Copio un párrafo de la primera entrada a modo de resumen de lo que considero más importante en cuanto a los fundamentos teóricos: *“El ser humano siempre intenta mantener la coherencia con sus constructos, pero sobre todo con los nucleares, tanto es así que inconscientemente preferimos sufrir la carga de contenido de tales constructos que conducir nuestro comportamiento y nuestras creencias de manera que nos enfrente al significado de esos constructos nucleares.”*

Recomendado leer antes: [Técnica de rejilla \(I/II\)](#)

## Comparación entre el elemento "yo-actual" y "yo-ideal"

Antes de empezar, recuerdo que los elementos se refieren a las personas significativas en la vida del sujeto, y también se incluyen varias condiciones del yo. Hay dos que siempre deben estar, el "yo-actual", cómo me veo hoy, y el "yo-ideal" que se refiere a como me gustaría ser. También se pueden incluir elementos del yo temporales "yo-antes", "yo-antes de la depresión", etc; y de roles "yo-como pareja", "yo-como padre". Estos elementos se valoraban en función de los constructos creados previamente por el sujeto, esta valoración puede ser del 1 al 7.

Bien, después este brevísimo resumen, entramos ya en materia hablando de los **constructos discrepantes y constructos congruentes**. Cuando la valoración del "yo-actual" se sitúa en un extremo y la valoración del "yo-ideal" se sitúa en el opuesto tenemos un constructo discrepante del que hay dos tipos:

- El constructo discrepante que indica claramente una **situación opuesta** entre la actual y la ideal. Por ejemplo, el "yo-actual" está puntuado con un 1 en el constructo "vaga-trabajadora" y en el "yo-ideal" el sujeto lo valora con un 7. El sujeto se percibe como "vaga" a día de hoy, y la gustaría ser "trabajadora"
- El constructo discrepante que indica una **indecisión**, el sujeto no sabe cómo le gustaría ser. Siguiendo el ejemplo anterior, tendríamos la misma puntuación en el "yo-actual" pero la valoración del "yo-ideal" se sitúa en la mediana, un 4, ni en la sección de la escala "vaga" ni en la "trabajadora". Más adelante los definiremos como "constructos dilemáticos" y adelanto que tienen mucha importancia.

La forma narrativa de exponer las **conclusiones obtenidas** a partir de los constructos discrepantes puede ser:

*«Al contrario de lo que soy (dejada, desinteresada por el trabajo, desestabilizada, tonta, realista, triste y gorda), me gustaría tener fuerza de voluntad, estar interesada por el trabajo, ser equilibrada, inteligente, fantasiosa, alegre, y delgada.»* (FEIXAS, Guillem; DE LA FUENTE, Soledad y SOLDEVILLA, Joan Miquel. La técnica de rejilla como instrumento de evaluación y formulación de hipótesis clínicas. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*. 2003, Volumen 8, Número 2, pp. 153-172.)

Como ya habíamos dicho antes, los constructos congruentes señalan los constructos cuya valoración es igual (o con 1 punto de diferencia) en el "yo-actual" y el "yo-ideal". Estos constructos señalan los puntos fuertes de la persona, aspectos identificativos para la persona y que pueden ser perfectamente constructos nucleares. Por la posible

condición de constructo nuclear, precisamente, deben permanecer así y protegerlos de posibles invalidaciones.

Puede darse el caso perfectamente en el que no existan constructos congruentes, esta situación ya nos está indicando que la persona está totalmente a disgusto y se encuentra en una situación vulnerable y complicada.

## Dilemas implicativos y constructos implicativos:

**Los dilemas implicativos son conflictos cognitivos** en los que existe un aspecto del sí-mismo insatisfactorio que se desearía cambiar pero que, como se asocia fuertemente a aspectos positivos y satisfactorios de la identidad del paciente, es muy difícil de modificar (véase Feixas, Saúl, Ávila-Espada y Sánchez, 2001; también en Internet el Proyecto Multicéntrico Dilema: [www.usal.es/tcp](http://www.usal.es/tcp)). El posible cambio es tan improbable y complicado debido a que significaría ignorar alguno de estos factores positivos y nucleares, esto resultaría una amenaza contra la identidad de la persona.

Los dilemas implicativos se pueden detectar cualitativamente -por el método tradicional-, pero con el programa [RECORD](#) (del que ya hablé en la anterior entrada, software para el tratamiento de los datos en la TR) los detecta automáticamente.

### Veamos un ejemplo de dilema implicativo:

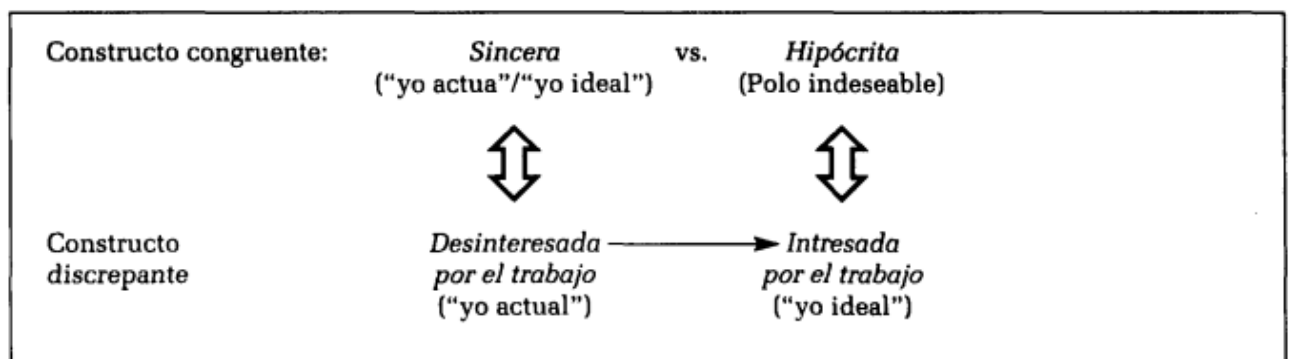


Imagen tomada de: (FEIXAS, Guillem; DE LA FUENTE, Soledad y SOLDEVILLA, Joan Miquel. La técnica de rejilla como instrumento de evaluación y formulación de hipótesis clínicas. Revista de Psicopatología y Psicología Clínica. 2003, Volumen 8, Número 2, pp. 153-172.)

Realmente es muy importante este concepto. En el ejemplo tenemos un constructo congruente, y uno discrepante, el quiz de la cuestión reside en que **ambos constructos están relacionados**, esto aquí y ahora nos lo tenemos que creer porque aclararlo supondría entrar en largas explicaciones estadísticas que bien sería materia suficiente para editar un cuadernillo. Recordad que no tenemos necesidad de

realizar a mano todos estos análisis estadísticos gracias al programa RECORD, no obstante los que usen la técnica de rejilla profesionalmente deberán tener los conocimientos suficientes para trabajar sin el programa.

Según este dilema implicativo, a la supuesta persona del ejemplo le gustaría ser una persona "interesada por su trabajo" – actualmente "no tiene ningún interés" – pero eso supondría ser "hipócrita", algo absolutamente indeseable para ella porque ella es, ante todo, "sincera". Dicho de otra manera, a esta persona le parece que las personas que se interesan por el trabajo son también hipócritas, por lo que realizar este cambio tiene el riesgo de dejar de ser sincera.

Los constructos implicativos (que no dilemas) son los que sitúan al "yo-ideal" en el punto medio de la escala, no se decide por ningún polo del constructo, el sujeto no tiene referencias claras en su sistema cognitivo y necesita crear nuevas referencias relacionadas para poder decidirse por un polo. Los constructos dilemáticos se puede decir que son bastante inútiles pues no marcan objetivos, ni preferencias, ni diferencias para esa persona, lo único que pueden tener de útil es volver a hacerlos útiles, es decir, que el sujeto salga de su indecisión. Situación más comprometida sería el caso en el que el elemento "yo-actual" coincidiera con el "yo-ideal" en el 4, esto quiere decir que no sólo no sabe como la gustaría ser, tampoco sabe cómo es actualmente.

Los DILEMAS implicativos no son muy frecuentes, que una persona presente varios de estos dilemas *"sugiere que la red de significados de Ana, su sistema para moverse en el mundo y su identidad, están en crisis."* G.Feixas.

## La construcción del sí-mismo

El estudio del sí-mismo está basado en correlaciones estadísticas entre los elementos.

- **Autoestima:** correlación entre el "yo-actual" y "yo-ideal". A más similitud entre estos dos elementos mayor correlación y mayor es la autoestima. Este índice se sitúa en el intervalo (-1, +1)
- **Aislamiento social autopercibido:** correlación entre el elemento "yo-actual" y "otros". El elemento otros se define como la media de todos los elementos, excepto del "yo-actual" y del "yo-ideal". ¿El sujeto se percibe distinto respecto a los demás? Correlaciones cercanas a (correlación=-1) se han encontrado en personas deprimidas (Neimayer y Feixas, 1992) y en mujeres víctimas de abusos sexuales (Harter, Neimayer y Alexander, 1988) en ambos casos presentan baja autoestima. En el opuesto contrario (+1) estaríamos ante personas con buenas y positivas relaciones personales con las que seguramente comparten multitud de aspectos.

- **Adecuación percibida en los otros:** correlación entre el "yo-ideal" y los "otros". Indica el grado en el que la persona percibe a las personas incluidas como elementos de la técnica de rejilla, convergentes con su "yo-ideal". Correlaciones bajas: insatisfacción con los otros; correlaciones altas: se percibe adecuadamente a los otros.
- **Perfiles del sí-mismo:** *Perfiles del sí mismo. La interpretación conjunta de los diferentes índices comentados, nos conduce a los patrones o perfiles tentativos de la construcción del sí mismo (Feixas y Cornejo, 1996)*
  - **Perfil de positividad:** la mayoría de los índices son positivos. Persona sin conflictos importantes.
  - **Perfil de superioridad:** los índices de aislamiento social autopercibido y de adecuación percibida en los otros son bajos o negativos y el de autoestima positivo, señala persona que se ven superiores muy posible personalidad narcisista.
  - **Perfil de negatividad:** pesimistas y depresivos.
  - **Perfil de aislamiento:** personas que tienden a considerar de forma negativa toda la información referida a ellos y positivamente a los otros.
  - **Perfil de resentimiento:** no se ven bien y no ven bien a los otros (debería ser de otra forma). Es frecuente que estas personas sean rencorosas y contengan mucha rabia.

## Análisis de la estructura cognitiva

Aspectos clave:

- **Diferenciación:** capacidad de construir la experiencia desde diferentes puntos de vista. Más diferenciación-más complejidad. Recuerdo que todas las conclusiones que se están haciendo provienen de procesos estadísticos.
- **Polarización:** viene dada por la proporción de puntuaciones extremas, si más del 28,57% de las puntuaciones totales son extremas, se puede hablar de polarización. Indica el grado en el que la persona dicotomiza la realidad, es decir, el grado en el que agrupa la experiencia en "blanco" o "negro", "sí" o "no", "bueno" o "malo" al contrario del que tiene la habilidad de encajar las experiencias en un continuo entre ambos extremos dicotómicos como los usados de ejemplo.
- **Centralidad de los constructos:** nos indica la posición que puede tomar cada constructo en la red de constructos de esa persona.

## **Formulación de hipótesis clínicas.**

Situándonos en un contexto clínico con un cuadro depresivo, en base al análisis de los datos de la técnica de rejilla, en un caso real, podríamos proceder a la formulación de hipótesis relacionadas con el diagnóstico de la persona y el posible plan de intervención con objeto de mejorar su situación.

## **Cuestiones que debemos tener cuenta en la interpretación de los datos:**

- **Índice de autoestima.**
- **¿Cómo se percibe frente a los demás?**
- **Tipo de estructura cognitiva (rígida/flexible)**
- **Proteger los constructos congruentes.**
- **Valencia de los constructos centrales (-/+ | si son – elaborar plan de modificación, si son + protegerlos ante posibles cambios)**
- **Dilemas implicativos. Son muy relevantes.**
- **¿Encaja la sintomatología con los resultados de la técnica de rejilla?**

Esto ha sido todo, al menos por ahora, en relación a la interesante técnica subjetiva que nos ha ocupado en esta dos entrada. La técnica de rejilla constituye un método científico para indagar en el mundo de los significados y percepciones de una persona. Para el interesado recomiendo investigar las publicaciones de Guillem Feixas Viaplana y Jose Manuel Cornejo.