

# LAMULTIPLICIDADDELSELF

## Aplicaciones a la psicoterapia relacional

"Todos tenemos una variedad de estados del self, cada uno de ellos inherentemente discontinuo de los demás, y cada uno con una experiencia particular del self del otro con el que estamos relacionándonos y caracterizado por ciertos afectos, estados de ánimo, pautas de pensamiento y pautas de interacción y la labor del analista es comprometer y facilitar la elaboración de todos los estados del self dentro de la relación terapéutica, más que necesitar elegir qué estado es auténtico, si el de niño o el de adulto, con la consiguiente actitud defensiva hacia ambos estados" Mitchell, 1993

"Mientras que la estructura real de la experiencia del self puede ser múltiple, discontinua, y en caso de patología, rigidamente disociada, existe una necesidad adaptativa de ilusión de unidad y continuidad en el sentimiento que una persona tiene del self o la identidad". Bromberg, 1998

"Cuán difícil es para todos nosotros integrar los distintos aspectos del self. En un plano intrapsíquico las relaciones entre los distintos aspectos del self son complejas y en ocasiones generan una experiencia de disonancia que conlleva mucho sufrimiento y es precisamente aquí donde cobra relevancia el vínculo en la psicoterapia. Como a través de la relación con el terapeuta, la persona puede experimentar, vivenciar distintos aspectos del self e integrarlos y de esa manera, adquiere la identidad una dimensión más compleja." Arroyo, 2010



Yo no tengo una personalidad,  
soy un conglomerado, una manifestación de personalidades.  
En mí la personalidad es una especie de furunculosis anímica en estado crónico de erupción.  
No pasa ni media hora sin que me nazca una nueva personalidad...  
¡Imposible lograr un momento de tregua, de descanso!,  
¡Imposible saber cuál es la verdadera!  
Aunque me veo forzado a convivir en la promiscuidad más absoluta con todas ellas, no me convengo de que me pertenezcan...  
Quisiera obligarlas a que se oculten en los repliegues más profundos de mi cerebro.  
Pero son de una petulecia de un egoísmo...  
Todas, sin ninguna clase de excepción, se consideran con derecho a manifestar un desprecio olímpico por las otras, y naturalmente, hay peleas, conflictos de toda especie, discusiones que no terminan nunca..."

Oliveiro Girondo (poeta)