

## FORMATO PARA EL JUEGO DE ROLES LINGÜÍSTICO

### PRÁCTICA EN DÍADAS

### TALLER SOBRE LA VERGÜENZA EN ESPAÑA

Martha Sweezy

#### OPCIÓN #1: LA PARTE DIANA ES UNA PARTE - O UN CRÍTICO O UN EXILIADO

- **Juego de roles:** cada persona tendrá 20 minutos como cliente y 5-10 minutos para reflexionar acerca de la experiencia en ese rol
- **El cliente** dirá: "Siento vergüenza" o "Tengo vergüenza"
- **El terapeuta** explorará esta afirmación para averiguar si el cliente está pensando en la parte que está avergonzando (un crítico) o la parte que se siente avergonzada (un exiliado).
- Ejemplo:
  - **CLIENTE:** Siento vergüenza.
  - **TERAPEUTA:** Veamos a ver si entiendo. ¿Tienes una parte que te avergüenza?
  - **CLIENTE:** Supongo que sí.
  - **TERAPEUTA:** ¿También tienes una parte que se siente avergonzada?
  - **CLIENTE:** Ese soy yo.
  - **TERAPEUTA:** Bueno. Creo que descubriremos que no eres todo tú. Pero vamos a empezar con la parte que está avergonzando. ¿Qué sientes hacia ella?
  - **CLIENTE:** Interesado.
  - **TERAPEUTA:** ¿Qué le preocupa que pasaría si dejara de avergonzarte?

#### OPCIÓN #2 LA PARTE DIANA ES LA POLARIZACIÓN DE PROTECTORES

El cliente nombrará una polarización de protectores entre un gerente que avergüenza y un bombero. El terapeuta entrevistará (o le ayudará al cliente a entrevistar) al directivo que avergüenza.

- Por ejemplo:
  - **CLIENTE:** Me da vergüenza fumar tanta hierba.
  - **TERAPEUTA:** ¿Tienes una parte que está fumando hierba [*un bombero*], y una parte que está avergonzando al fumador de hierba [*un directivo*]?
    - NOMBRA LA POLARIZACIÓN
  - **CLIENTE:** Sí
  - **TERAPEUTA:** Veamos primero a la parte que avergüenza.
    - EMPIEZA CON EL DIRECTIVO – AVERGONZAR E INHIBIR MOTIVA LA REACCIÓN DE DESINHIBICIÓN