

ESQUEMAS, DOMINIOS, ESTADOS DE NECESIDADES Y MODOS RESULTANTES

No.	Esquemas	Dominio	Estado de necesidad	Modo
1. AB	Abandono (inestabilidad)	Desconexión y rechazo	Frustración de apego	Niño vulnerable o enfadado
2. DA	Desconfianza-abuso			
3. PE	Privación emocional			
4. IV	Imperfección- vergüenza			
5. AIS	Aislamiento social (alienación)			
6. DI	Dependencia- incompetencia	Autonomía y rendimiento dañados	Frustración de la asertividad y control	Niño vulnerable o enfadado
7. VD	Vulnerabilidad al daño o enfermedad			
8. EM	Enmarañamiento (yo subdesarrollado)			

9. FR	Fracaso (no lograrlo)			
10. SU	Subyugación	Otra dirección	Sacrifica la asertividad y el control	Sumisión (dirigida por los críticos internos)
11. AS	Autosacrificio			
12. BA	Búsqueda de aprobación (búsqueda de reconocimiento)			
13. NP	Negatividad-pesimismo	Hipervigilancia e inhibición	Sacrifica el apego y la alegría	Sobrecompensación o desapego (dirigidos por críticos internos)
14. IE	Inhibición emocional			
15. NI	Normas inalcanzables			
16. CA	Castigo			
17. DE	Derecho-grandiosidad	Límites ineficientes	Falta de autocontrol	Niño impulsivo
18. AI	Autocontrol (o autodisciplina) insuficiente			

Tabla 1-1. Los dos polos de la organización humana

Característica	Asertividad	Apego
Sistema autónomo activado	Rama simpática	Rama (vaga) parasimpática
Enfoque de atención	Dirigida al exterior	Dirigido al interior
Tipo de reacción fisiológica	Activación del sistema de alarma	Calmarse, recreación
Tendencia social	Autonomía y competencia	Conectarse, afinidad
Tipo de respiración	Hacia el pecho	Hacia el vientre
Tendencia metabólica	Agotamiento	Regeneración
Tendencia motora	Activación expansiva	Reacción receptiva
Tendencia social	Egocéntrico, ser dominante	Prosocial, busca armonía
Tendencia a reaccionar	Lucha o huida	Cooperación hasta la sumisión
Polo del niño activo si es amenazado	Polo del niño enfadado	Polo del niño vulnerable
Dirección de los modos del crítico interior	Dirigido a los otros	Dirigido a uno mismo
Dirección de acción	Externalización	Internalización
Estilo de afrontamiento (Piaget, 1985)	Aloplástico	Autoplástico
Modo de crianza (Lockwood y Perris, 2012)	Paterno (se entrena el autocalmarse)	Materno (alivia directamente)