

UTILIZACIÓN DE MÁSCARAS EN EL PROCESO PSICOTERAPÉUTICO

Teoría y práctica desde un enfoque humanístico-existencial

Dr. José Martínez-Romero Gandos
A Coruña – Galicia – España

Lugar de trabajo: Centro Sentido Galicia

Resumen

Encontramos en la Literatura abundantes ejemplos del uso de la "máscara" para expresar contenidos, inseguridades, conflictos, ocultamiento y perturbaciones en el desarrollo de la obra y en sus personajes. Las referencias al simbolismo o utilización de las máscaras en Psicología son más escasas. Bucearemos, en primer lugar, en las referencias literarias y artísticas para ir acercándonos luego a las psicológicas, enfocando nuestro análisis desde un enfoque analítico-existencial. Para concluir esta presentación describiremos, brevemente, nuestra experiencia en la realización de talleres para explicar y discutir sobre este tema y un acercamiento a su uso en psicoterapia.

:

Palabras Clave:

Máscaras, Literatura, Arte, Psicoterapia, Análisis Existencial.

Abstract:

We find in the Literature abundant examples of the use of the "mask" to express contents, insecurity, conflicts, inauthenticities and disturbances in the development of the work and in its characters. References to the symbolism or use of masks in Psychology do not appear frequently. We will seek, first of all, in the literary and artistic references so as to approach the psychological ones, focusing our analysis from an analytical-existential approach. To conclude this presentation we will briefly describe our experience in conducting workshops to explain and discuss this topic and an approach to its use in psychotherapy.

Key words:

Masks, Literature, Art, Psychotherapy, Existential Analysis.

Resumo

Na literatura encontramos muitos exemplos do uso da "máscara" para expressar o conteúdo, a insegurança, conflitos, ocultação e os distúrbios do desenvolvimento da trama e seus personagens. Referências ao simbolismo ou uso de máscaras em psicologia são escassos. Vamos mergulhar, no início, referências na obra literária e artística para ir depois de se aproximar o psicológico, focando nossa análise a partir de uma abordagem analítica-existencial. Para concluir esta apresentação, vamos descrever brevemente a nossa experiência na realização de cursos para explicar e discutir esta questão e uma abordagem para usar em psicoterapia.

Palavras Chave:

Máscaras, Literatura, Arte, psicoterapia, análise existencial.

Introducción:

La contingence n'est pas un faux-semblant, une apparence qu'on peut dissiper ; *c'est l'absolu, par conséquent la gratuité parfaite. Tout est gratuit, ce jardin, cette ville et moi-même. Quand il arrive qu'on s'en rende compte, ça vous tourne le coeur et tout se met à flotter.*

J. P. SARTRE (1938)

Encontramos en la Literatura abundantes ejemplos del uso de la "máscara" para expresar contenidos, inseguridades, conflictos, ocultamiento y perturbaciones en el desarrollo de la obra y en sus personajes. Las referencias al simbolismo o utilización de las máscaras en Psicología son más escasas. Bucearemos, en primer lugar, en las referencias literarias y artísticas para ir acercándonos luego a las psicológicas. Para concluir esta presentación describiremos, brevemente, nuestra experiencia en la realización de talleres para explicar y discutir sobre este tema y un acercamiento a su uso en psicoterapia. En la cita del acápite Sartre (1938) nos dice que: "La contingencia no es una máscara, una apariencia que puede disiparse; es lo absoluto, en consecuencia, la

gratuidad perfecta. Todo es gratuito: ese jardín, esta ciudad, yo mismo. Cuando uno llega a comprenderlo, se le revuelve el estómago y todo empieza a flotar... eso es la Náusea". Tal vez este concepto de contingencia es uno de los varios que el autor describe para avalar su concepto de la gratuidad insistiendo en la ausencia de sentido, proyecto o necesidad que el mundo tiene sin nuestra existencia. A esta experiencia originaria del ser Sartre (1938) la denomina "la náusea", un absurdo de la existencia característico de su filosofía. Su frase característica es *"estamos arrojados a la existencia, nuestra presencia en el mundo no responde a intención ni necesidad alguna, carece de sentido, la vida es absurda, el nacimiento es absurdo, la muerte es absurda"*.

Esta pura facticidad como uno de los rasgos de la realidad coloca a Sartre en una línea empirista pero destacando las consecuencias existenciales de este hecho. En una línea totalmente opuesta a ésta la filosofía tomista indica que todas las cosas finitas son contingentes pues constan de la composición metafísica esencia/existencia. Con esta afirmación, Tomás de Aquino quiere señalar el radical carácter indigente de las cosas finitas, el necesitar inevitablemente de otras cosas para existir y para ser lo que son. Santo Tomás cree que es precisamente esta falta de fundamento en su ser lo que exige que exista un ser necesario, al que llama Dios.

Una y otra teoría bucean en la existencia del Hombre y señalan de diversas formas la angustia que esta contingencia provoca para dar sentido a su vida, la fragilidad que este sentimiento provoca y la posible huída por el camino de la inautenticidad, es decir, encontrando salida en la máscara.

Un acápito para esta presentación bien hubiera sido acertado: *"El hombre de mundo está entero en su máscara. Como casi nunca está solo consigo mismo, es un extraño para sí y no se halla a gusto cuando se ve forzado a entrar en su interior. Para este hombre lo que él es no es nada, lo que parece es todo."* J.J. Rousseau (1969)

En este trabajo desarrollaremos conceptos relacionados con la fragilidad de la existencia sin sentido y describiremos desde diversos ángulos la inautenticidad que la angustia por esa fragilidad provoca representada en la utilización de "máscaras" como objetos propiamente dichos o manifestaciones del ser del hombre en ese mundo que oculta tras "una máscara".

Referencia literarias, teatrales, cinematográficas y artísticas

Trataremos de ejemplificar con referencias a la literatura, el teatro, el cine, la pintura o el arte en general y más tarde nos adentraremos en las consideraciones psicológicas que creemos se sostienen desde la Analítica Existencial y la Logoterapia frankleana.

En la literatura castellana podemos remontarnos hasta "El Quijote de la Mancha". Según analiza convenientemente Morán Martín (2000) en la segunda

parte Sansón Carrasco, personaje cervantino que hace su aparición en la segunda parte de la obra publicada en 1615, cumple un rol trascendental en el desarrollo de los acontecimientos. En un ardid tramado junto con el cura y el barbero, decide representar el papel de caballero andante con el único propósito de vencer a Don Quijote y así, bajo las reglas de caballería, obligarlo a retirarse para que pueda ser curado de su aparente locura.

Para cumplir su propósito el personaje Sansón Carrasco se viste con una gran capa cubierta con aplicaciones de pequeños espejos y se hace llamar para esa batalla "El caballero de los Espejos". No logra su propósito. Insiste más tarde bajo el seudónimo de "El caballero de la Blanca Luna" aprovechando las alucinaciones del Quijote y pretendiendo, luego de vencerlo, que regrese a su casa y olvide sus "ensoñaciones". Al prometer este propósito Don Quijote perderá todo interés por la vida y se abandonará para entregarse a los brazos de la muerte.

En lugar de usar las máscaras propias del teatro griego para expresar sentimientos y emociones, Sansón Carrasco recurre a los disfraces. Esas máscaras o disfraces llevan la intención de arrebatar a Alonso Quijano, el hombre de la Mancha, de las garras de la locura y retornarlo a la cordura que perdiera años atrás. Como sabemos los pocos que leímos enteramente al Quijote en nuestra adolescencia, los resultados no siempre fueron "un éxito terapéutico". Un trabajo de Luis Quintana Tejera (2005) completa este análisis enriquecedor para comprender el sentido de "la máscara" en la literatura.

En ocasiones, las máscaras son utilizadas para el montaje de obras de teatro en las que los personajes reflejan intensos conflictos psicológicos y sociales. Así en **Las moscas**, una obra de teatro escrita por Jean Paul Sartre (1943), se recrea el mito de Electra y su hermano Orestes buscando vengar a Agamenón, su padre muerto en manos de Clitemnestra y Egisto. Del decorado, vestuario y máscaras de la primera puesta en escena en 1943, se hizo cargo el artista francés Henri-Georges Adam. La escena estaba enmarcada por dos estatuas de cuatro metros de altura. La escena se ubica en Argos pero el autor intenta reflejar la Francia de la ocupación y otorgarle a Electra la condición de paradigma de integridad moral, quien se niega a negociar sus principios, a la manera de aquellos que eligen asumir una existencia auténtica, a aquellos seres que como el filósofo francés se proyectan en la búsqueda de un humanismo ateo, que ellos mismos representan; ella no pacta con la corrupción; ella insiste en su deseo de justicia, libertad y felicidad, aunque ello la enfrente con el absurdo.

En la novela "La náusea" Sartre (2011) deja el mensaje: "Lo esencial es la contingencia. Quiero decir que, por definición, la existencia no es la necesidad Existir es *estar ahí*, simplemente; los existentes aparecen, se dejan *encontrar*, pero nunca es posible *deducirlos*. Creo que hay quienes han

comprendido esto. Sólo que han intentado superar esta contingencia inventando un ser necesario y causa de sí. Pero ningún ser necesario puede explicar la existencia: **la contingencia no es una máscara**, una apariencia que puede disiparse; es lo absoluto, en consecuencia, la gratuidad perfecta. Todo es gratuito: ese jardín, esta ciudad, yo mismo. Cuando uno llega a comprenderlo, se le revuelve el estómago y todo empieza a flotar... eso es la Náusea”

Observamos, una vez más, como es rechazada la máscara como un recurso para ocultar la realidad, como un invento para superar las contingencias de la existencia, que lleva al personaje central a sentir “náuseas” cuando comprende su realidad.

En 1961 Sartre escribe un largo Prefacio a la obra de Franz Fanon (1961) “Los condenados de la tierra”. El título original, *Les Damnés de la terre*, proviene del primer verso de *La Internacional: Debout !, les damnés de la terre ! / Debout ! les forçats de la faim!* (¡Arriba, parias de la tierra! / ¡En pie, famélica legión!). Para Sartre “Los condenados de la tierra” implica el significado ontológico del “no ser”; este concepto es desarrollado por Fanon (1952) en *“Piel negra, máscaras blancas”*, libro que según Sartre es “la negación de la negación del negro”. Otra vez “la máscara” para denunciar aquí la colonización como la negación sistemática del otro, una decisión furiosa de privar al otro de todo atributo de humanidad. Y serán éstos, los sometidos, que no constituyen una “clase revolucionaria” sino el proletariado rural los que “desenmascararán” al “hombre blanco” y promoverán la descolonización.

Sartre utiliza constantemente referencias a “la máscara”. Su atribución a aquellos que actúan de mala fe la realiza para mostrar como esas personas intentan salvar su conciencia sin reconocer su caída en la tentación de los deseos incoherentes, protegiéndose con la expresión de sofismas “baratos” que pretenden mantener “la mascarada” ante sí mismo. Señalando a un pederasta nos transmite su relato en el momento de ser cogido “in fraganti”: “¡Oh señor agente, es verdad, tuve relaciones con aquel chico, pero ese no soy yo, sino sólo mi conducta, no tiene nada que ver conmigo!”. Esta declaración lo expone a la mirada de los demás, expone sus actos y tiene que someterse a su juicio. Importancia de la mirada que desnuda, desenmascara a través de los ojos de los otros que tiende u obliga a volvernos auto-concientes, con vergüenza, no dejándonos escapar a esa mirada. La mirada del otro expresa, claramente, “tú eres lo que dice de ti la manera en que hablas y te comportas”. Incluso si hablas de una forma y actúas de otra, entonces eres un hipócrita”. Son conductas que “hacen hablar a la máscara”, no son manifestaciones auténticas. Son manifestaciones de una esencia oculta que “conoce” el verdadero alcance de esa conducta pederasta.

Estos conceptos están magníficamente expresados por Sartre (2004) en su obra de teatro “Huis clos” (A puerta cerrada), estrenada en 1944, que ha puesto al alcance del público la importancia de la mirada del

otro para “desenmascarar”. Luego que los personajes, uno a uno, fueran perdiendo el control de esa “máscara” y se mostraran tal cual eran en esencia, el autor nos ofrece la sentencia que ha recorrido los tratados de filosofía existencial: “El infierno siempre son los otros”.

El cine también se ha ocupado del tema de la máscara. Peter Bogdanovich dirigió en 1985 el drama “Mask” que fuera interpretado por Cher, Sam Elliot y Eric Stoltz en el que se muestra la historia de un adolescente con una grave deformidad facial. El adolescente deberá tratar de vivir normalmente, asediado por las circunstancias que trae su estado de salud para sí mismo y para la sociedad.

Recordamos, asimismo, la producción norteamericana de 1994 dirigida por Chuck Russell “La Máscara” como adaptación del cómic del mismo nombre e interpretada por Jim Carrey y Cameron Díaz. El personaje central encuentra una máscara Loki que lo transforma en un superhéroe que puede modificar la realidad. La máscara induce al personaje a colocársela y esto provoca que se desinhiba y muestre aspectos ocultos de su personalidad. Lo importante para nuestra visión psicológica de aquellos que “usan” una máscara es que, aunque pretenda expulsarla de su vida, ésta aparece una y otra vez para que continúe su uso. Se suceden numerosas acciones fantasiosas y casi delictivas, salvamentos heroicos y persecución de delinquentes, coincidiendo con sucesivos intentos del personaje de deshacerse del artefacto. Solamente con la ayuda de su enamorada logra quitarse, definitivamente, la máscara pero ésta es recogida por otro personaje, dejando abierto el “eterno retorno” a la superficialidad de una vida inauténtica en una secuela fílmica del 2005 de fácil olvido.

Cuando hablamos de máscaras una de las asociaciones más comunes es asociarlas con el teatro. Si bien en el origen de los tiempos eran usadas para rituales o danzas ceremoniales es con los griegos donde se desarrolla su uso, primariamente para solucionar la participación de un solo actor representando distintos personajes y luego para dar vida a numerosos personajes actuando simultáneamente. En Roma se sigue la tradición pero al no contar un actor con la posibilidad de variar los gestos la solución encontrada fue la realización de una máscara de doble cara sujeta a una varilla que podía mostrar dos gestos diferentes a voluntad del actor. En el Medioevo la técnica de actuación ya no necesitó de máscaras excepto en ciertos personajes (las mujeres no actuaban por prohibición eclesiástica) en las que el actor usó media máscara, tan usada por la Commedia Dell’Arte. En China o Japón aún hoy se usan máscaras como piezas fundamentales de su razón de ser, con muchas categorías y arte en su realización.

Consideraciones Generales

Como vemos, la utilización de máscaras por parte de la humanidad es un recurso que se utiliza hace siglos con diferentes intenciones y objetivos.

Las opiniones sobre su uso en el campo de la Psicoterapia son muy variadas. Pero todas advierten de la necesidad de hacer uso de ellas por parte de profesionales cualificados que conozcan no solamente acerca del proceso psicoterapéutico sino también tengan en cuenta los riesgos de su uso en determinadas patologías.

En la bibliografía encontramos referencias al Dr. Henri Saigre (1986a-1986b) como fundador de la mascoterapia y co-fundador del Movimiento de Arte Terapia quienes organizaron una formación específica en terapia por el arte y psicoterapia relacional. El autor también es actor, director y escritor. Otra de sus obras es el Manual de Arte Transformacional.

Otra referencia es la Dra. Cathy Malchiodi (2017) quien, durante casi todo el año 2010 publicó en "Psychology Today" una serie de artículos donde hablaba de las 10 mejores técnicas de arteterapia. Esta autora también señala la necesidad de realizar los tratamientos por parte de personal especializado. Hace hincapié en que el cliente debe participar activamente y propender a desarrollar acciones creativas con las máscaras. Como nosotros, opina que un buen psicoterapeuta o terapeuta de familia debe estar siempre pendiente de la innovación y la adaptación creativa de técnicas. Esos buenos psicoterapeutas saben que, para muchos pacientes, ninguna técnica es necesaria si el cliente es capaz de expresarse creativamente sin la dirección profesional. "La técnica al servicio del hombre y no el hombre a merced de la técnica".

También encontramos muchos trabajos presentados en Congresos. Cinco de ellos, sucesivos, han tratado el tema de la utilización de máscaras bajo el auspicio de la Universidad Nacional de las Artes en Buenos Aires, el último realizado en noviembre de 2015 (V Congreso Latinoamericano y III del Mercosur de Arte Terapia). También damos cuenta que en Granada, España, en marzo de 2017 se realizó el III Congreso Internacional de Investigación y Docencia de la Creatividad. CICREART 2017 donde una de las temáticas fue Psicología y Creatividad.

Asimismo, las redes de comunicación virtual actuales han tomado este tema de las máscaras con interés y en sus páginas web se reproducen fotografías de todo tipo de objetos-máscara en las diferentes culturas y naciones y explicaciones sobre aspectos psicológicos que se consideran relativos al ser del hombre.

La máscara es todo aquello que oculta nuestra verdadera forma de ser tanto a los demás como a nosotros mismos. Es el conjunto de autoengaños, justificaciones, mentiras, que me digo a mí mismo, que me hago creer a mí mismo, para no ver la realidad de las cosas. Se suelen utilizar dos términos similares: careta y máscara, sin embargo existen matices entre ambos. La careta es exclusivamente para cubrir el rostro, mientras que la máscara puede cubrir todo el cuerpo.

También la máscara es el conjunto de actitudes, que proyectamos a los demás y que ocultan nuestra verdadera forma de ser. Por lo general se refleja en

nuestra personalidad de una manera contraria a lo que se trata de ocultar.

La máscara nace debido a que no queremos ver la realidad de las cosas, no queremos mostrar la realidad de lo que somos, así que sencillamente la ocultamos con una apariencia. Los seres humanos somos frágiles ante la majestuosidad de la vida y todos sus sucesos. Muchas veces suceden cosas que son nuestra responsabilidad, pero que no queremos enfrentar, así que como siempre, tomamos el camino más fácil y nos mentimos a nosotros mismos.

En la bibliografía especializada se hace referencia a varios mecanismos de defensa que solemos utilizar frente a esa fragilidad de la existencia que nos angustia y nos paraliza. Son el autoengaño, una forma de no asumir las consecuencias o responsabilidad de actos propios, convertir el defecto en virtud, la auto negación que tiene el matiz de la negación de hechos o sentimientos, la auto justificación como habilidad de llenar el mundo de excusas sobre nuestro ser o conductas y, finalmente, la falsa forma de presentarse ante los demás o inautenticidad.

La dificultad de descubrir por sí mismos la calidad o características de nuestras máscaras no debiera ser inconveniente para iniciar el proceso y enfrentarlas, es decir, "sacarlas a la luz, al frente".

Los griegos llamaban "prosophon" a la máscara. En su teatro, en el que los actores eran hombres, cuando representaban papeles de dioses, animales, demonios o seres humanos solían cubrir sus rostros con máscaras. Esto sucede de la misma forma en muchísimas culturas, tanto antiguas como actuales y en todos los continentes.

Sin pretender desarrollar aquí una descripción de la teoría de C. G. Jung (1875-1961) respecto al tema que estamos tratando diremos que este autor llama Persona a una parte de lo consciente con contacto real con el mundo exterior y con todos los estímulos que ello implica, considera a ésta el rostro externo de nuestra psique y una parte de la psique colectiva. Recordar que la Persona está formada, para Jung (2008), por tres elementos: a) lo innato; b) aquello que el grupo social espera de él y que la Persona conoce y c) lo que cada uno desea ser o mostrar a los otros.

A lo largo de la existencia estos elementos se van transformando, cambiando o algunos permaneciendo pasivos ante las situaciones exteriores por miedo, inseguridad, dependencia o comodidad. Ante esto último "la máscara" se va rigidizando y combinando factores que la hace aparecer ante el mundo tal vez representando lo innato, tal vez representando las fuerzas no conocidas que la determinan o los mandatos del mundo exterior que se le imponen. Jung fija la capacidad de entender "la máscara" alrededor del tercer decenio de la existencia humana. Nos describe los intentos del Yo por conocerse, reconoce las presiones del mundo exterior, escucha las voces arquetípicas en su inconciente y refleja simbolismos. Cuando intenta apartarse de estos condicionamientos el sujeto cae en la soledad. Entonces la máscara encubre la hipocresía, la mentira o la falsedad,

pagando caro el enfrentarse a esas presiones descritas. Jung relaciona esta soledad con el destierro.

Nos preguntamos, junto a Jung, ¿Cuántas máscaras tenemos? Tal vez tantas como roles nos toca desempeñar en el transcurso de nuestra existencia. Unas engañosas y patológicas. Otras tal vez sanas, flexibles, adaptándose a la realidad circundante, evitando los conflictos con el hábitat circundante o para alcanzar fines que son proclamados como importantes por la sociedad.

Es un juego en la que intentamos exhibir ante los otros nuestras virtudes o nuestros defectos, según sea la circunstancia y la necesidad, cambiando de máscaras. Unas veces, tímidos e introvertidos, con toques de dulzura y suavidad o en otras ocasiones extrovertido, con cierta dosis de agresividad, un poco egoístas y aguardando el éxito, tal como exige una sociedad competitiva. Juego peligroso de engaño que puede convertirse en un proceso psicopatológico.

Utilización de máscaras en el proceso psicoterapéutico

Hemos realizado talleres para informar a psicólogas y psicólogos sobre estos aspectos que hemos tratado sobre las máscaras (Martínez-Romero Gandos, J. 2016). La advertencia preliminar en cada uno de esos talleres es que si se utilizan las máscaras con un objetivo psicoterapéutico estos procedimientos deben ser llevados a cabo por profesionales formados. Las posibilidades que esta técnica abre para el tratamiento de crisis, depresiones o dificultades de comunicación son muy amplias.

Las máscaras pueden ser utilizadas tanto en la psicoterapia individual o en psicoterapia grupal. De acuerdo a nuestra experiencia es conveniente que la edad de los sujetos supere los 18 años. La consigna principal es que es un aporte más al desarrollo del proceso psicoterapéutico y que, por supuesto, es de libre elección participar de ella.

Es necesario que los participantes puedan elegir una máscara entre muchas que el psicoterapeuta les ofrece. Habrá máscaras de diversos tipos y colores como, asimismo, máscaras en blanco que podrán ser pintadas en el momento con pinturas o rotuladores.

Habitualmente la expectativa es grande ante la novedad ofrecida. Una vez elegidas las máscaras o dibujadas, uno a uno si es un procedimiento grupal o frente al psicoterapeuta individual, los sujetos se colocan la máscara y comienza un diálogo.

El especialista observa el color o formas elegidas, los movimientos que se realizan con el cuerpo, especialmente manos y pies, el tono de voz y la índole o contenidos del discurso. El color elegido puede indicar cólera, depresión o fuerza. El tono de voz aporta indicadores de inseguridad, temor, soberbia e incluso algún tipo de seducción. Los movimientos de manos, pies o cuerpo pueden estar mostrando contradicción con la máscara elegida o el discurso. Un ejemplo: máscara de color rojo que puede indicar rabia, con manifestaciones verbales dirigidas a un

personaje imaginado y mostrar un temblor en manos y pies cruzados que pueden ser indicadores de temor a represalias del personaje al que se dirige la rabia.

Algunos psicoterapeutas filman estas u otras técnicas. Somos partidarios de no filmar en la primera o segunda sesión hasta tanto se desarrolle el procedimiento de una manera natural y sin reticencias. Luego puede incluirse la filmación siempre con la autorización y conocimiento del inicio de las tomas por parte del paciente.

Una vez que el psicoterapeuta da por terminado el ejercicio ya sea por razones de "timing" o por ser suficiente expresión de conflictos a su criterio, se procede a analizar lo actuado. Se puede agregar un comentario del paciente acerca de por qué eligió esa y no otra máscara de las ofrecidas.

El resultado de la exploración suele impactar al paciente no siempre de manera positiva. En el caso de haberse realizado en grupo la opinión de sus compañeros le ayudan a elaborar, paulatinamente, lo sucedido. Mucha de esa ayuda de otros integrantes del grupo surge a partir de manifestar su identificación con la elección de la máscara, lo expresado o las reacciones mantenidas con el cuerpo en su transcurso.

Lo que ha sucedido es que la técnica ha ayudado al psicoterapeuta a investigar y comprender a) el ser-en-el-mundo del paciente; b) aquello que el grupo o su comunidad espera del paciente y qué es lo que desea, quiere o puede mostrar a los otros y c) lo que cada uno desea llegar a ser.

Cada uno entiende, transforma, adapta o cambia cada uno de los elementos analizados o señalados. Puede ser que manifiesten cierta pasividad ante las situaciones conflictivas propias o de su medio social. A veces ese mundo interior, el *eigenwelt* según Binswanger (1973) no acepta lo que el mundo exterior, el *mitwelt*, quiere que sea o señala como debe actuar, mandatos que el paciente siempre manifiesta que "se le imponen".

Se ha producido una apertura hacia un mayor entendimiento de la diferencia entre el "deber ser" y "el tener que ser", la obligación o la libertad. No siempre tiene la certeza de su actuación futura pero la mejor opción es intentar los cambios. La máscara cubre la inautenticidad frente a las elecciones posibles. Las presiones del mundo exterior pueden haber inducido a sometimiento a sus reglas o mandatos con la aparición de la culpa si son violadas esas normas. Un proceso psicoterapéutico puede ayudar a comprender esos mandatos y normas y ayudar a una elección libre y responsable de un estilo de vida personal.

Referencias Bibliográficas

- Binswanger, Ludwig (1973). Artículos y Conferencias Escogidas. Gredos. Madrid.
 Eliade, Mircea (2009). El chamanismo y las técnicas arcaicas del éxtasis. FCE, México.
 Fanon, F. (1961). Los condenados de la tierra. Fondo de Cultura Económica, México.

- Fanon, F. (2009). Piel negra, máscaras blancas. Ed. Akal, Buenos Aires.
- Jung, C. G. (2008). Tipos psicológicos. Colección: Los Libros de Sísifo. Barcelona: Edhasa.
- Malchiodi, Cathy. (2017). The Ten Coolest Art Therapy Interventions <http://www.psychologytoday.com/blog/the-healing-arts/201002/the-ten-coolest-art-therapy-interventions>
. Visto el 11-01-2017
- Morán Martín, José Manuel (2000). Los velos de la identidad en el Quijote, Atte della Giornata Cervantina, Padova. En Donatella Puri y José Pérez Navarro, eds., Padova, Unipress. 197-207
- Martínez-Romero Gandos, J. (2016). Taller sobre utilización de máscaras y títeres en el proceso psicoterapéutico existencial. IX Congreso Latinoamericano de Psicoterapia Existencial. Lima.
- Quintana Tejera, Luis (2005). "El Caballero de la Blanca Luna: la máscara de Sansón Carrasco. Capítulo LXIV. En Espéculo, Revista de Estudios Literarios, Universidad Complutense de Madrid. Nº 31. Visto en http://www.ucm.es/info/especulo/numero_31/blluna.html
9.2.2017
- Rousseau, Jean-Jacques, (1969). *Émile*, Paris, Gallimard, la Pléiade. 515
- Saigre, Henri (1986a) L'au-delà des masques ou la rencontre improbable, (Las máscaras más allá o encuentro improbable). Éditions de Art et Therapie. France.
- Saigre, Henri (1986b). Manuel D'Art Transformationnel, Editions Harmattan, París.
- Sartre, J.P. (1938). La Nausée, éd. Gallimard, Paris. 178-185
- Sartre, J.P. (2004). A puerta cerrada – La puta respetuosa, Ed. Losada, Buenos Aires.
- Sartre, J.P. (2011). La Náusea, Alianza Editorial, Madrid.
- Sartre, J.P. (2002). El existencialismo es un humanismo. Barcelona, Edhasa,

Curriculum

José Martínez-Romero Gandos.

Doctor en Psicología por la Universidad del Salvador (Argentina)

Doctor en Psicología por la Universidad de A Coruña (España)

Licenciado en Psicología por la Universidad de Buenos Aires (Argentina)

Profesor Normal, Especial y Universitario por la Universidad de Buenos Aires (Argentina)

Director del Centro Sentido – A Coruña – Galicia – España

Desde 1970 práctica profesional en psicoterapia individual, familiar y grupal.

Formación en Análisis Existencial y Logoterapia.

Miembro de ALPE (Asociación Latinoamericana de Psicoterapia Existencial);

Miembro acreditado de la Asociación Internac. de Logoterapia y Análisis Existencial (Viena);

Miembro del Colegio Oficial de Psicología de Galicia (España);

Miembro Fundador de la Fundación Argentina de Logoterapia "Viktor E. Frankl".

Correo de contacto:

jmrsentido@gmail.com

Fecha de entrega: 19/5/17

Fecha de aceptación: 16/6/17