



ITVF

INSTITUTO DE TERAPIA
VINCULAR-FAMILIAR



Boletín N.5 de ITFV

La Terapia Vincular Familiar Transgeneracional: Un nuevo paradigma en la Psicología.

El gran aporte de la Terapia Vincular Familiar Transgeneracional es ayudar a las personas a recuperar, a reconectarse emocionalmente con su lugar de hijos, invisibilizado, obturado, borrado, por la simetría inconsciente. (Messing, 2007)

La simetría inconsciente hace sentir a los hijos iguales a los padres y por eso la mayoría de las personas no logra internalizarlos como figuras protectoras, lo cual genera esa gran soledad interior que padece la subjetividad actual. También promueve la fantasía de que solos podemos, que no necesitamos del otro, por eso es tan grande la autoexigencia, la búsqueda de perfección, la intolerancia al error y la gran dependencia hacia la aprobación externa.

Los hijos se pueden sentir como pares de los padres, amigos, incluso protectores, o estar en una posición crítica, confrontativa, distante o desvalorizante, pero son muy pocas las personas que pueden sentirse internamente, emocionalmente, apoyadas por sus figuras parentales, que pueden pedir, recibir, reconocer y agradecer su ayuda, en vez de disponer y exigir, o apartarse y renunciar.

La terapia vincular familiar surge para hacer frente a este cambio psíquico estructural que genera la simetría inconsciente, a partir de advertir desde comienzos de los noventa, que el común denominador subyacente a todas las consultas por problemáticas psíquicas, emocionales o vocacionales, era el vínculo de igual a igual entre padres e hijos o la ubicación de los hijos por encima de los padres, en un lugar de autoritarismo.

La terapia vincular familiar plantea que no es suficiente comprender y perdonar a los padres, da un paso más allá hacia la recuperación de estos vínculos, para dejar de repetirlos y proyectarlos sobre los vínculos actuales, repitiendo finalmente la misma calidad del enlace anterior.

La posibilidad de conmovernos por las historias de nuestros padres, de volver a internalizarlos a partir de la expresión auténtica y respetuosa de lo que sentimos, nos permiten aprender a ser piadosos con nosotros mismos, devolver el contagio emocional de aquello que no nos pertenece y dejar de repetir las situaciones dolorosas de sus historias.

Entender y significar las historias de padres y abuelos, empatizando con su sufrimiento, sin renunciar a expresar nuestro dolor, produce el fortalecimiento inmediato de nuestra propia identidad, la recuperación de nuestra autoestima y de nuestro bienestar general, ya que al sensibilizarnos y reconocer el valor en las historias de nuestros padres inmediatamente podemos reconocer nuestro propio valor. Sentirnos hijos nuevamente, nos devuelve los apoyos internos, la jerarquía en el pensamiento, nos permite diferenciar lo importante de lo secundario, salir de la hiperexigencia de creer que debemos poderlo todo, de esos juicios críticos implacables, reconectarnos emocionalmente con nosotros mismos y sensibilizarnos por el otro, fortalecernos como madres y padres y como personas que pueden implicarse y aportar a su comunidad.

Los que quieran saber más de esta formación pueden escribirme a lic.claudiamessing@gmail.com

Y si nos ayudan a difundirla se lo agradecemos especialmente.

Los esperamos!!!



Podes acceder a más material en redes sociales



Instituto de Terapia Vincular-Familiar | Sociedad Argentina de Terapia Familiar

Curso intensivo online en Terapia Vincular Familiar Transgeneracional

"Para el tratamiento de las sintomatologías actuales a través de la reconexión emocional con el propio lugar de hijos"

COMIENZO
Abril
2025



12 SÁBADOS
DE 11 A 13 HS

Abril: 12 y 26

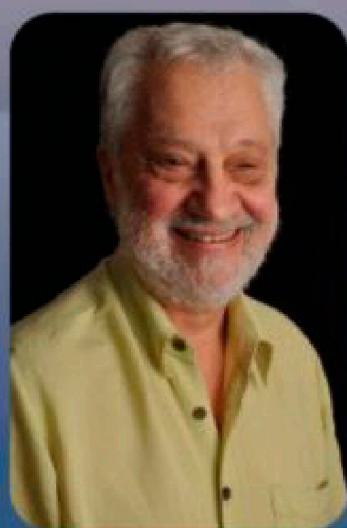
Julio: 5 y 19

Mayo: 10 y 24

Agosto: 9 y 23

Junio: 7 y 21

Sept.: 6 y 20



A cargo de la Lic. Claudia Messing y el Dr. Benjamín Zarankin

Dirigido a : Psicólogos, psicopedagogos,
trabajadores sociales y otros profesionales
de la salud y educación con experiencia clínica.

Informes e inscripción:

lic.claudiamessing@gmail.com | Web: www.claudiamessing.com | www.terapiavincularfamiliar.com



Este modelo de terapia ha ampliado mi perspectiva, no sólo ante la vida sino también ante la posibilidad de hacer una revisión de nuestras historias a nivel social y familiar.

Kemberling Ninurbis Martínez Rivas



Su abordaje despierta las viejas pasiones que por distintas razones han quedado dormidas, detenidas o "congeladas". Gracias

Maria Eugenia Giayetto



Desde que empezamos a incorporar la Terapia Vincular-Familiar en el equipo de niñez, adolescencia y familia en el Municipio de San Cristóbal he visto a los padres sanar sus propias experiencias como hijos, facilitando así roles parentales saludables y diferenciados.

Gisela Barbero

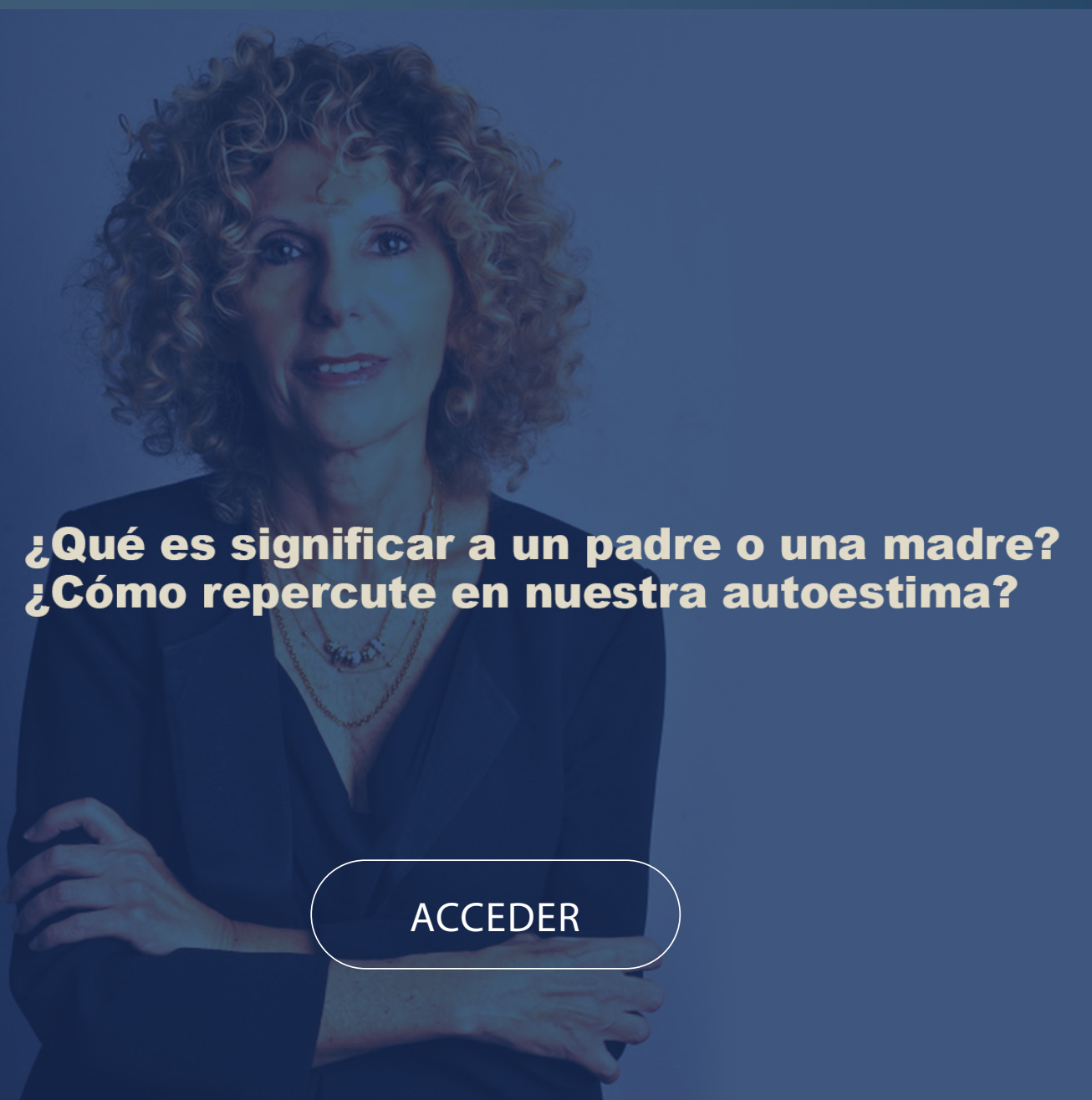


Quiero resaltar la importancia de la evidencia empírica que respalda este modelo además de proponer el trabajo con las emociones y sentimientos, puestos en evidencia en cada uno de los encuentros.

Miguel Nuñez

Contenido Adicional

Enlaces externos

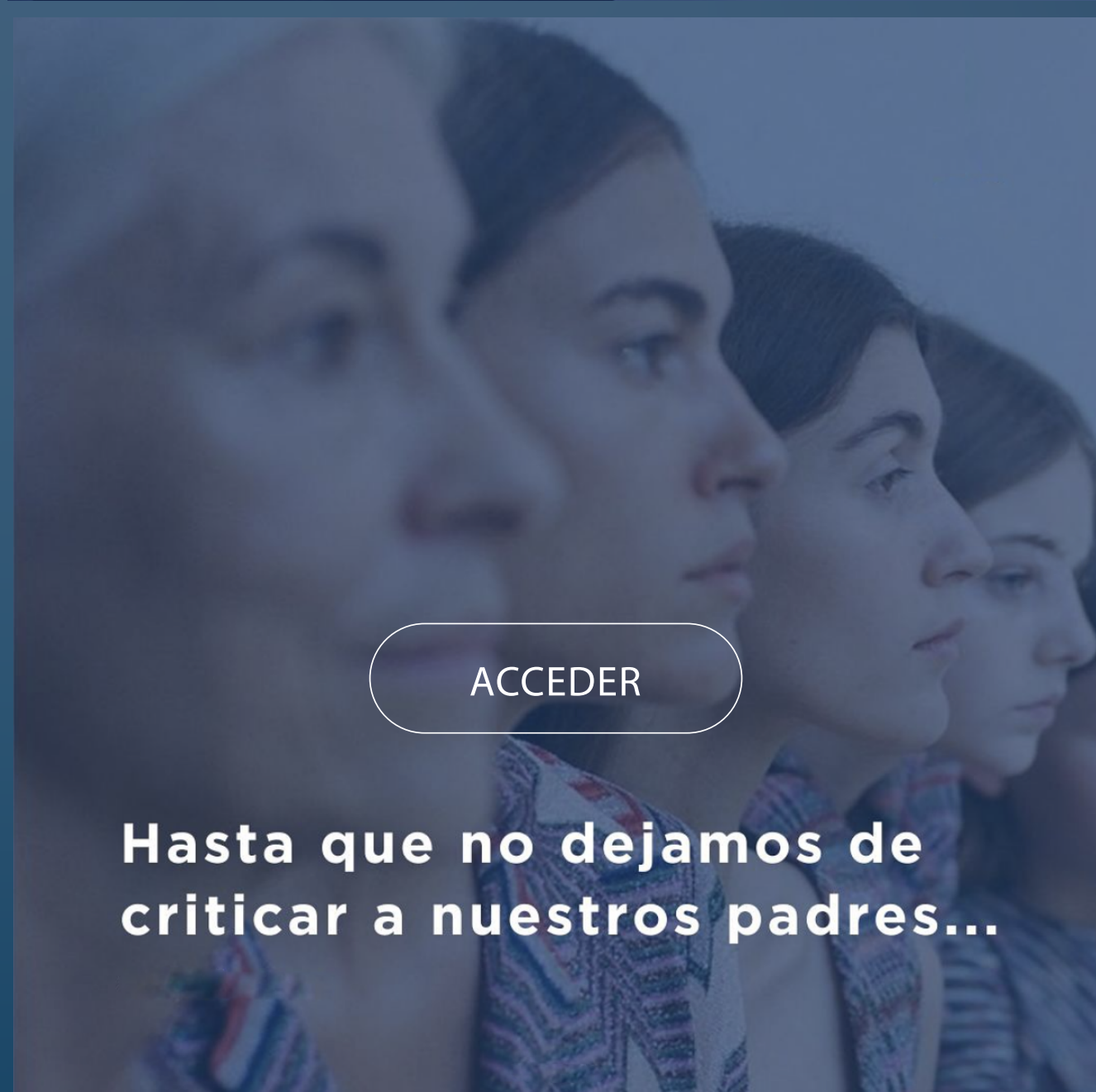


**¿Qué es significar a un padre o una madre?
¿Cómo repercute en nuestra autoestima?**

ACCEDER

**Desprendiéndose
de herencias
familiares.**

ACCEDER



ACCEDER

**Hasta que no dejamos de
criticar a nuestros padres...**



**LAS CUENTAS
PENDIENTES CON
NUESTROS PADRES
SE TRASLADAN A
LAS PAREJAS**

ACCEDER

Clarín

**8 estrategias de la “Escuela para padres”
para enfrentar berrinches infantiles y
rebeldías adolescentes**

La Terapia Vincular Familiar Transgeneracional:



Por Benjamin Zarankin
Vicepresidente del Instituto de Terapia Vincular Familiar

Benjamin Zarankin nos conecta con los viejos maestros y jerarquiza la conexión emocional con los pacientes como gran herramienta de nuestra terapia.

En realidad retomamos y continuamos viejas enseñanzas de grandes maestros.

Algunas pinceladas iniciales. Recuerdo cuando era niño, el revuelo que se producía cuando alguna enfermedad, sarampión, varicela, etc. se introducía en el hogar familiar. La alarma frente a la fiebre y la calma cuando el médico del barrio se hacía presente. Mi madre ya había preparado la cama, la toallita de tela blanca para la auscultación y la tranquilidad que sobrevinía por su sola presencia.

Sandor Ferenczi, en sus comienzos médico clínico, devenido en psicoanalista, se dió cuenta que el paciente en el diván por su hambre de comunicación, cambiaba de tema hasta que despertaba la atención "flotante" del terapeuta y empezaba a hablar de ese tema que provocaba el interés del analista. ¿Y entonces qué hizo Ferenczi cuando se percató de esto? Lo puso al paciente en el sillón y él se recostó en el diván.

También recordemos a Michael Ballint hablando del mejor remedio del cual nadie habla que es la relación médico- paciente.

Enrique Pichón Riviere, diciendo que hasta que el terapeuta no va a la casa del paciente, no lo conoce.

Con lo cual, llegamos al conflicto que se nos abre con la medicina “basada en la evidencia”, el paradigma científico donde, cuánto más alejada sea la experiencia del observador, cuánto más objetiva sea la mirada, más científicidad en el resultado; es ahí donde tomamos otro camino, Iluminándonos con la mecánica cuántica y las neuronas espejo descubiertas por Giacomo Rizzolatti en 1995. Dichas neuronas espejo nos permiten conectarnos emocionalmente con el otro, vivenciando y acompañando su sentimiento. Estamos hablando de la misma experiencia que se produce en la simbiosis madre-bebé durante el primer año de vida, donde las madres pueden interpretar lo que sienten sus bebés, mucho antes que aparezca el habla.

Con este descubrimiento de las neuronas-espejo, podemos entender como el terapeuta vincular, puede compartir la experiencia subjetiva del paciente y esto nos va guiando como si tuviéramos una brújula emocional, que nos muestra el camino y nos permite utilizar palabras que nombra lo que sentimos y alivian el dolor y el sufrimiento en soledad.

También nos apoyamos en el descubrimiento de la Simetría Inconsciente, desarrollado por la Licenciada Claudia Messing, cuyo primer eje es la mimetización con el otro, siguiendo el modelo de la simbiosis madre-bebé, del primer año de vida del bebé.

Esto lo contrastamos con el anterior paradigma “cientificista”, donde creemos protegernos emocionalmente poniendo una distancia excesiva (lo cual luego se traducirá como burn-out).

En el modelo que nosotros proponemos, estamos inmersos en la situación vincular y nos dejamos atrapar por ella manteniendo a la vez un Yo observador, que nos va a permitir intervenir de otra manera en un segundo tiempo. O sea, un primer momento de fusión y comprensión, poniéndonos en el lugar del otro, un segundo momento de reflexión e intervención; y ocasionalmente, un tercer momento de separación activa o retiro emocional.

El cambio de paradigma que propone en la Terapia Vincular Familiar.



Por Patricia Aón
Psicóloga especialista en Terapia Vincular Familiar.

Patricia Aón, profundiza en las consecuencias emocionales de la desconexión, la distancia y lejanía de los vínculos familiares y la recuperación de ese sostén emocional.

Durante mucho tiempo, la psicoterapia y la cultura occidental en general se han basado en la idea de la individuación, es decir, que para alcanzar la madurez y la autonomía, una persona debía cortar o distanciarse de sus padres y del entorno familiar. Este paradigma valora la independencia y el éxito personal como metas finales, donde el individuo aislado es visto como autosuficiente y capaz de tomar decisiones sin la influencia emocional de los demás.

Este paradigma ha sustentado la creencia en que la separación física y emocional de los padres es crucial para el desarrollo personal, y que la cercanía excesiva podría impedir la independencia psicológica. Sin embargo, en muchos casos, este aislamiento emocional genera síntomas de soledad, apatía, falta de sentido o desmotivación. La desconexión profunda de las raíces familiares ocasiona muchas de las dificultades emocionales tales como la ansiedad, la depresión y tantos otros trastornos actuales. La terapia individual tiende a enfocarse en los conflictos intrapsíquicos, es decir, los que ocurren dentro de la mente del individuo, lo que refuerza esta visión de la autonomía como un proceso solitario.

Un concepto central en la TVF es la "simetría inconsciente", desarrollada por Claudia Messing. Este fenómeno describe cómo, en el contexto actual, muchos hijos adultos no logran diferenciarse emocionalmente de sus padres de una manera saludable. En lugar de verse como hijos que pueden recibir apoyo, ocupan un lugar de igualdad emocional con los padres, lo que genera confusión y

frustración. La TVF busca corregir esta simetría, ayudando a los hijos a internalizar la diferencia entre el yo y los padres, permitiendo así una autonomía más sólida.

El paradigma que sugiere la Terapia Vincular Familiar implica restaurar y resignificar el vínculo con los padres de esta manera, los hijos pueden recuperar el "sostén emocional", lo que fortalece su capacidad para tomar decisiones autónomas pero sin el aislamiento emocional que promueve el viejo paradigma.

La Terapia Vincular Familia destaca que no se trata simplemente de "volver a los padres" como figuras autoritarias, sino de encontrar un equilibrio. El hijo aprende a comunicar sus sentimientos, incluso los negativos, dentro de la relación familiar, lo que permite una mayor madurez emocional. Este proceso de diálogo con los padres ayuda a los hijos a apropiarse de los aspectos positivos de la herencia familiar y a devolver aquellos aspectos que no quiere para sí. En un proceso de toma de consciencia se atesoran los valores que se quieren perpetuar como legado familiar y se rechazan aquellos aspectos del mandato familiar que el hijo no quiere repetir ni transmitir.

El paradigma que propone la Terapia Vincular Familiar redirige la mirada sobre la importancia de trabajar sobre lo más innegable que tenemos los seres humanos, la certeza que venimos de un árbol genealógico; los padres, los abuelos, bisabuelos.... conocidos o no. Una cadena transgeneracional de la cual humildemente somos un eslabón, cadena que puede sostener, romperse, aflojarse, aprisionar, esclavizar, cadena que existe y no se puede negar. La invitación es a trabajar sobre ella para asegurarnos en nuestra subjetividad.

La terapia vincular familiar. Un nuevo paradigma.



Por Alejandro Zarankin
Lic. en Psicología / Mg. en Psicoanálisis.

Alejandro Zarankin profundiza en la recuperación de los vínculos primarios como gran herramienta de la Terapia Vincular Familiar.

La Terapia Vincular Familiar, propone un cambio de paradigma para pensar la subjetividad humana. Plantea que el vínculo con los padres no solo es fundamental e insustituible, sino que también es para toda la vida. Que el vínculo sea para toda la vida significa que el apoyo en los padres para la subjetividad de cada persona actúa a todas las edades. No sólo en la infancia y adolescencia, el sostén continúa actuando también en la adultez.

Esta idea conlleva grandes derivados para pensar la clínica.

Por un lado, no basta con sólo reparar el daño que haya habido en el vínculo con los padres. La reparación comprende el entendimiento y sanación de los dolores que afectaron el vínculo. Estos elementos son necesarios pero no suficientes.

Hace falta un esfuerzo activo en la realidad y en el presente por recuperar el vínculo con estas figuras fuente de contención y guía en nuestras vidas. Cuando esto no ocurre, la subjetividad queda debilitada y proyecta sobre otras figuras actuales los dolores con los vínculos de origen. Porque estos vínculos de origen son el sostén de cada psiquismo, cuando están muy distantes, se busca suplirlos.

La vigencia de este nuevo paradigma se verifica en los efectos que tiene en la clínica.

Cuando el paciente se pone activo en la búsqueda de esta recuperación del vínculo, se observan cambios muchas veces muy significativos y en tiempo real. Más allá del éxito en conseguir la transformación, la vivencia de que se puede recuperar este vínculo genera un alivio inmediato. Sobreviene la contención de no sentirse solo.

Por supuesto, la propuesta de recuperar el vínculo con los padres apunta a lograrlo. La Terapia Vincular - Familiar desarrolló una serie de herramientas destinadas a conseguirlo, aún con padres maltratantes, ausentes o fallecidos. ¡No existen padres inservibles o desechables!

No se trata de cambiar a los padres, se trata de poder significarlos y darles un rol significativo de madre y padre en nuestra vida. El cambio ocurre en el paciente que aprende a hacer de hijo con los padres que le tocaron. Se apunta a poner en contexto la historia de la que vienen e incluirlos en su rol. No se trata de llevarse bien, sino de recuperar esa imprescindible conexión emocional.

En los casos donde por ausencia, maltrato o fallecimiento no se puede recuperar vivencialmente esa conexión, se apunta a significar el dolor en ese vínculo. Se los incluye internamente en la vida cotidiana. A veces desde el dolor. Sobre todo en estos casos, el efecto muchas veces es más espectacular. Porque son casos donde la soledad era más extrema. El alivio en tiempo real luego de cada conexión emocional con esas figuras trae una sensación de acompañamiento que reconforta de forma muy profunda.

Otra técnica importante que da cuenta de este cambio de paradigma es la inclusión de los padres en la terapia de pacientes adultos.

En estas intensas sesiones, los padres no vienen a ser juzgados o a tener que dar cuenta de sus errores (se ve acá nuevamente, el cambio de paradigma). Vienen a acompañar a sus hijos. Concurren para tener una segunda oportunidad de sanar en el presente con su escucha y su presencia los dolores del pasado. Esta técnica desarrollada por los terapeutas C. Messing, B. Zarankin y N. Mares desde 1989 fue objeto de una investigación para una tesis doctoral por P. Aon.

El alivio que sobreviene salir de la sensación de soledad tal vez sea uno de los efectos más potentes para reducir el malestar de múltiples sintomatologías. También, para poder pensar con más calma la resolución de los problemas académicos, laborales e interpersonales.

Si creés que a tus amigos o colegas les gustaría recibir nuestro boletín pueden suscribirse en este link.

SUBSCRIBIR

Podes seguirnos en nuestras redes sociales.



También podes sumarte a nuestras redes de Terapia Vincular Familiar.

