

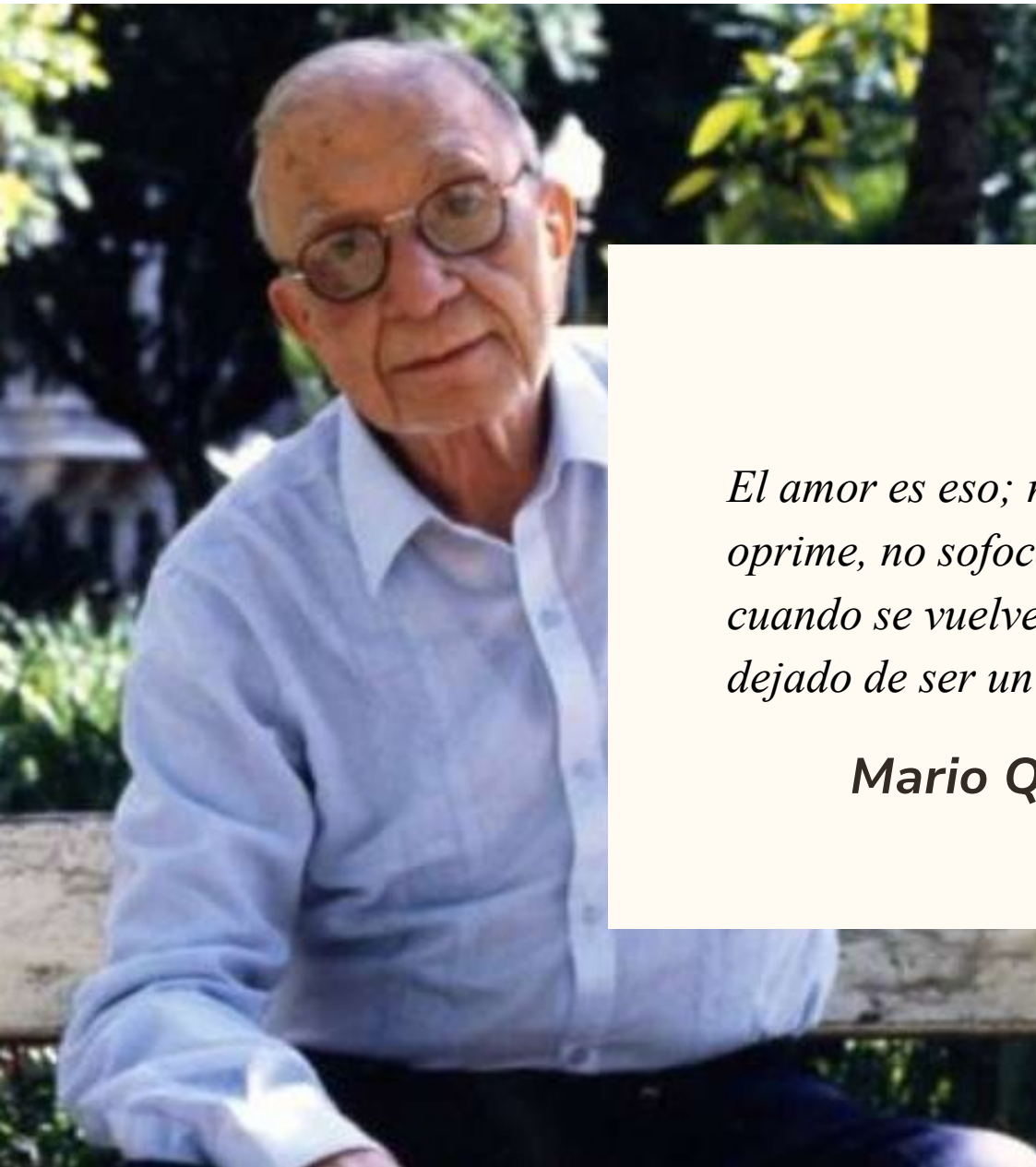
LOS NUDOS Y LOS LAZOS EN LA TRAMA DE LA PAREJA





Silvana Ricci Salomoni

- Psicóloga por la UFPR - CRP 08/1126
- Máster en Psicología Clínica por la PUC-SP
- Psicoterapeuta familiar sistémica
- Psicoterapeuta de parejas y niños
- *Full Trainer* en Terapia EMDR
- Profesora de cursos de Educación Avanzada de EMDR
- Autora del libro “*Casal em foco: um olhar clínico, abrangente e integrativo*”



*El amor es eso; no aprieta, no
oprime, no sofoca, ¡porque
cuando se vuelve nudo, ya ha
dejado de ser un lazo!*

Mario Quintana

Formación de la Pareja



Dos tramas que se entrelazan.



Andolfi



Legado Familiar de cada uno

lo que se vivió	Lo que dejó de vivirse	Valores
Creenças	Alianzas	Cultura
	Modelos familiares	

Biología

Epigenética

Funcionamiento cerebral





Fisher



Temperamento

La base de quién se es en términos de curiosidad, creatividad, búsqueda de novedades, compasión, cautela, competitividad y otras tendencias; heredadas en cierta medida.

Rasgos de carácter

Construidos en las experiencias de la vida.

Personalidade

Contiene rasgos del temperamento y del carácter de la persona.



Maté



Traços de Personalidade

La personalidad se moldea en la interacción del temperamento con la familia, la comunidad y la cultura.

Puede no expresar nuestras necesidades genuinas, sino el intento de compensar el hecho de estar alejados de nuestra esencia.

Historia da Vida

Desarrollo

Vida escolar

Vida social

Memórias positivas

Traumas



Propósitos y Estilo de vida



Espiritualidad

Lo que se considera más importante

Suéños y proyectos de vida

Sustentación del Vínculo Conjugal

- Apego
- Cuidado del amor romântico
- Vivencias sexuales



(Schachner, Shaver,
Mikulinker e outros)

Combinación de patrones y estrategias de apego

Apego Seguro
con Apego Seguro

muchos lazos y gran
desenvoltura para desatar
los nudos que surgen.

Apego Seguro
con Apego Inseguro

En la continuidad de estrategias
de seguridad la relación puede
ganar; o bien, el seguro se
sobrecarga.

Apego Inseguro
Con Apego Inseguro

muchos nudos y sufrimiento
por la fragilidad de los
lazos.



Cuidados recíprocos

Compromiso

Empatia

Interés

Tiempo de calidad

Intercambio de afecto





Fase del enamoramiento

novedad, entusiasmo,
muíta expectativa de
plenitud emocional.



Amor de compañeros

confianza, seguridad,
apoyo emocional.





Perel

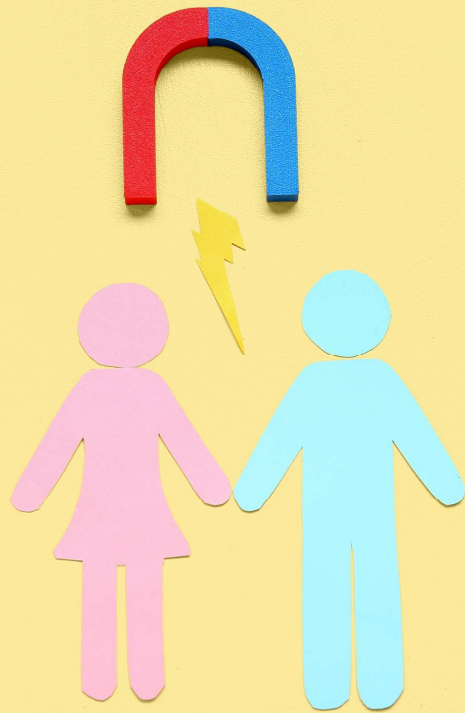


Relación duradera:

Sexo es un lugar al que se va para estar con uno mismo, junto con el otro.

Espacio y tiempo para el sexo.

Intimidade sin fusión.



Redes de memorias explícitas e implícitas dirigen la atención y la selección para formar una pareja.

Elementos del equipaje individual en las atracciones e interacciones de la pareja.



En la continuidad de estas interacciones se forman patrones que se proyectan en armonía en algunos aspectos y desarmonía en otros:

Resiliencia

Desafíos

Dificultades

Comunicación



Verbal



No verbal



Saludable



Continua



Actualizar las formas de relacionar permite que o vínculo siga saludable, lo suficientemente bueno para los dos.

Los **Traumas** dificultan e impieden que esto suceda.



Van Der Kolk



Ecos de Experiencias Traumáticas explícitas e implícitas

Compromiso
cerebral

Prejuici en la sensación corporal
de vitalidad

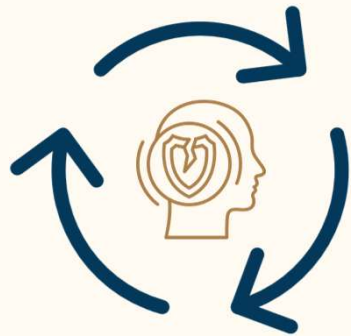
Hipervigilancia en
Relación con las amenazas

Bloqueos de espontaneidad
En la vida diaria

Empedimientos y rigidez
en las relaciones

Dificultad para aprender de las
experiencias: repiten problemas

Ciclos de Vulnerabilidad



Posiciones rígidas y reactivas de los dos

La activación de uno genera la reacción del otro

Repetición automática en la manera de se relacionarse

Mantenimiento del ciclo sostenido por traumas

Progressivamente va ocupando más espacio en la relación

Ciclos de vulnerabilidad



En los ciclos de vulnerabilidad, con frecuencia encontramos traumas complejos. Cuanto más precoces e interpersonales son los traumas, mayor es el dolor vivido por los dos. vivida pelos dois.

(Scheinkman)

Psicoterapia de Pareja

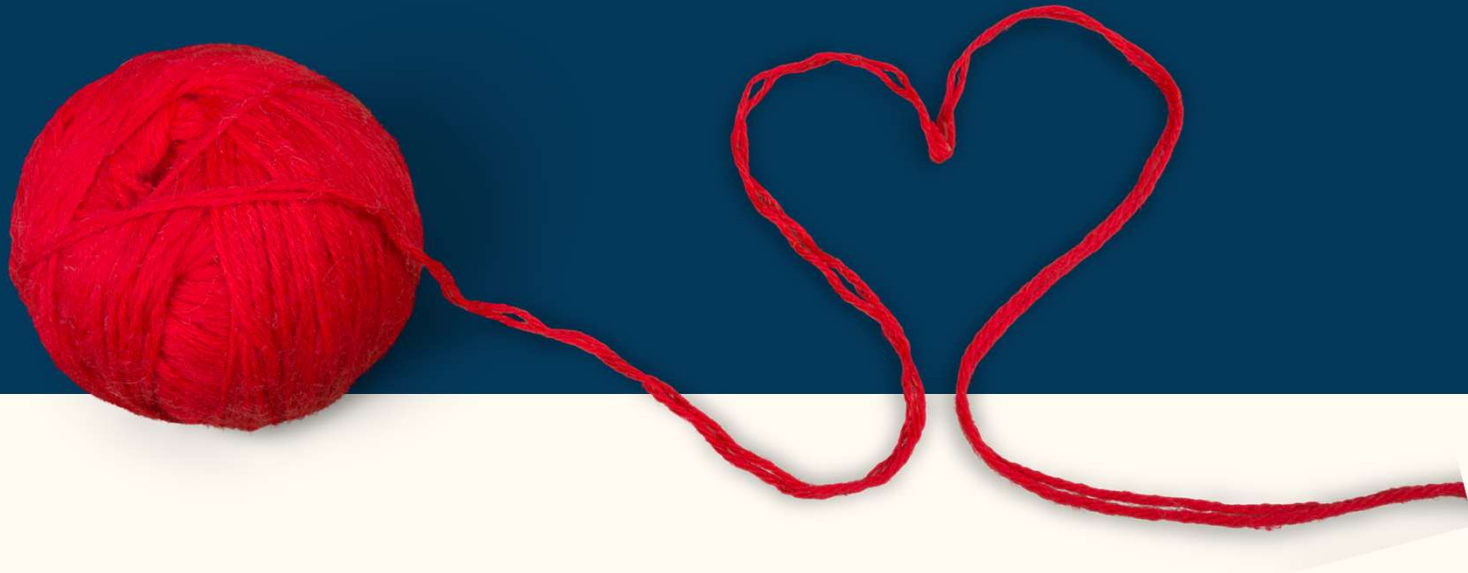


**Enfoque
en la
relación**



**Enfoque
en los
individuos**



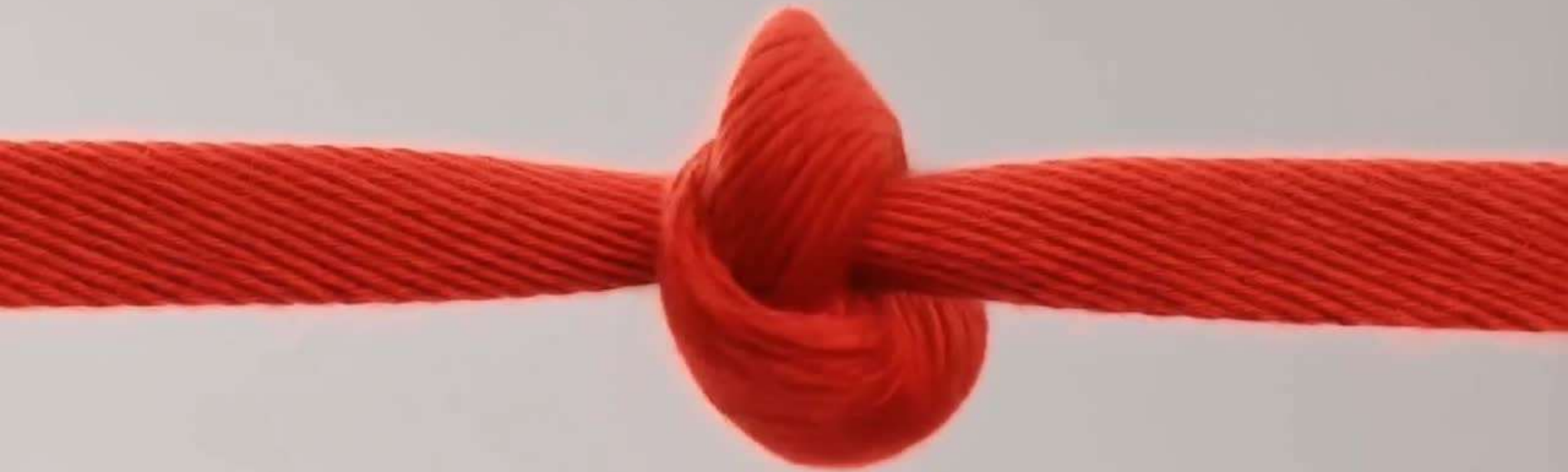


Un lazo puede dejar de ser funcional y **convertirse en un nudo.**

Un nudo puede se aflojarse y volverse **más maleable.**



**Cuando se desata un nudo
queda espacio para hacer un
nuevo lazo**





Referencias

- ANDOLFI, Maurizio. La terapia familiar multigeneracional: instrumentos y recursos del terapeuta.
- FISHER, Helen. ¿Por qué él? ¿Por qué ella?: Cómo encontrar el amor verdadero al entender su tipo de personalidad.
- FORAN, Heather; WISHMAN, Mark A.; BEACH, Steven R. H. La relación de pareja conflictiva en el DSM-5. Family Process, v. 54, 2015, p. 1-17.
-
- MATÉ, Gabor. El mito de la normalidad: trauma, salud y curación en un mundo enfermo.
- SCHACHNER, Dory A.; SHAVER, Phillip R.; MIKULINCER, Mario. En: JOHNSON, Susan M.; WHIFFEN, Valerie E. Los procesos de apego en la terapia de pareja y familia.