

# Simbiosis y Autonomía

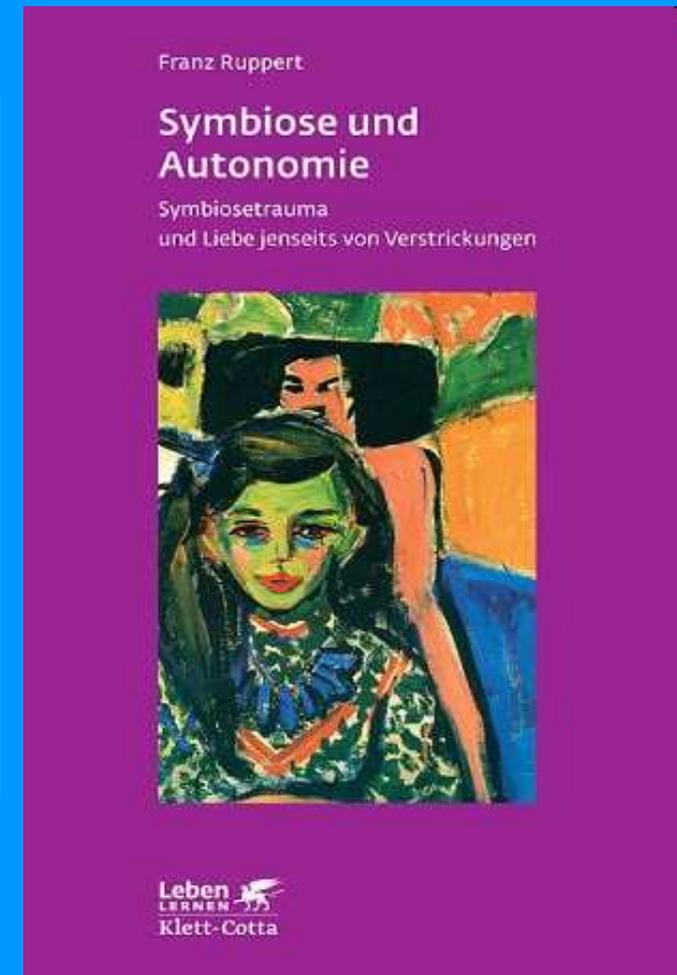
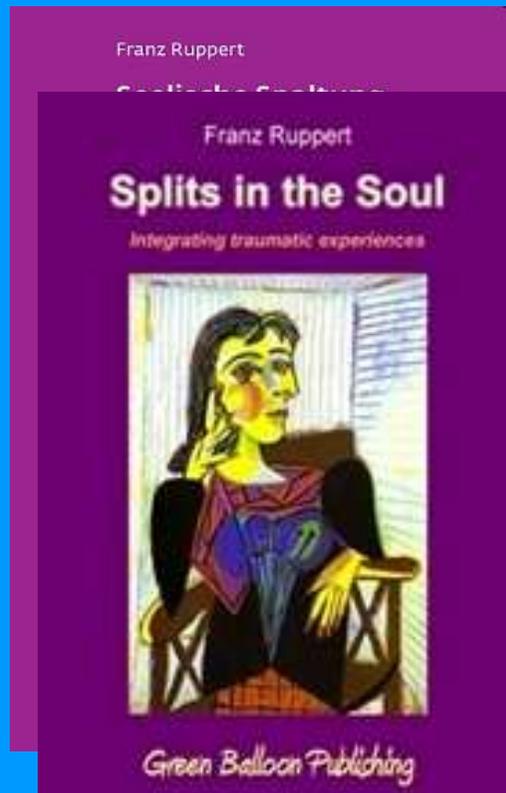
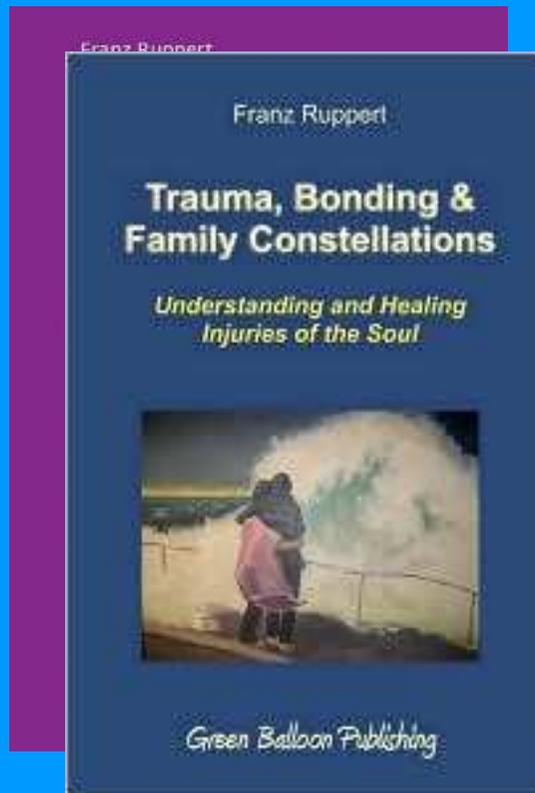
## Trauma simbiótico y Amor más allá de los Enredos

Tenerife 16 de junio 2011

[www.franz-ruppert.de](http://www.franz-ruppert.de)



# Reihe Leben Lernen bei Klett-Cotta

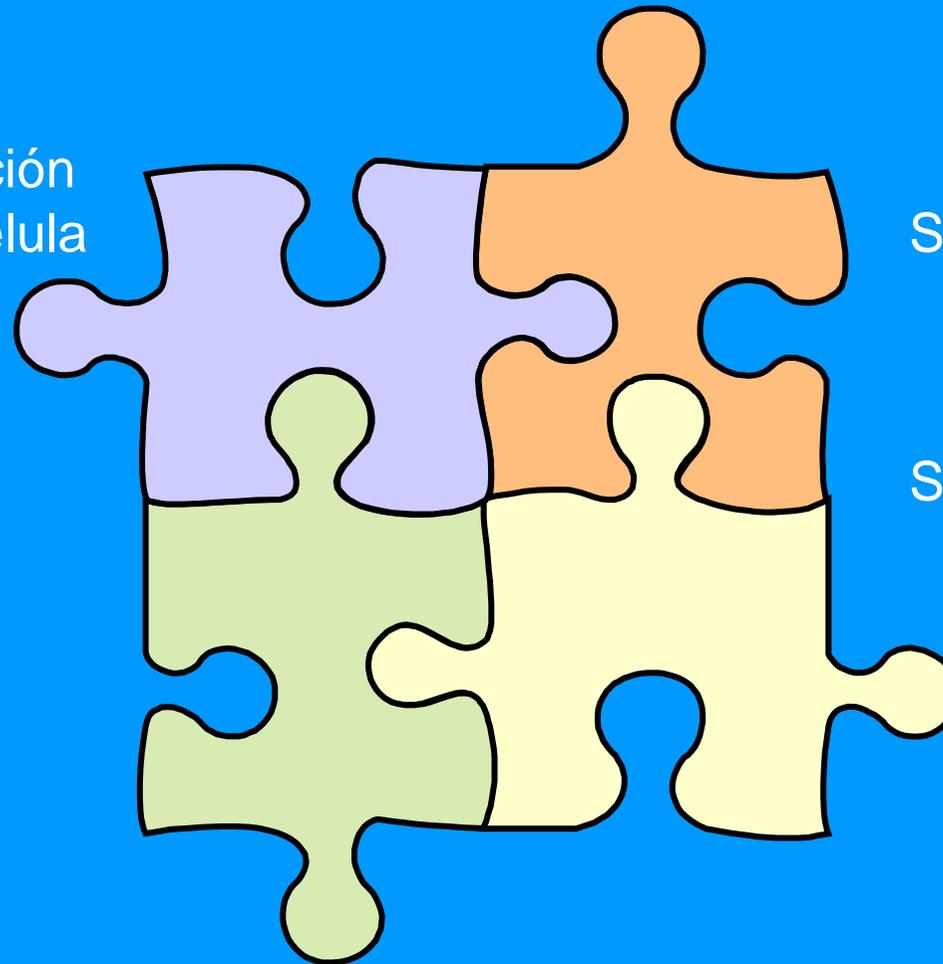


Nuevo desde sept 2010



# La Red Psicosomática

Comunicación  
Célula a célula



Sistema Inmune

Sistema Psíquico

Sistema  
hormonal

multimodal  
selectivo  
adaptivo  
creativo

# ¿Por qué existe la „Psique“?

Para el organismo vivo („hardware“) la psique („software“) crea diferentes accesos al mundo exterior y al mundo interior, que le son útiles para la supervivencia.



# Funciones Principales de la Psique

- ❖ Percibir (ver, oír, oler, saborear, tocar)
- ❖ Sentir (amar, tener miedo, sentir rabia, estar triste, estar avergonzado, sentirse culpable)
- ❖ Pensamiento (asociativo, lógico-racional)
- ❖ Recordar (memoria a corto y largo plazo, imaginativo, episódico, semántico, procedimental)
- ❖ Conciencia de sí mismo

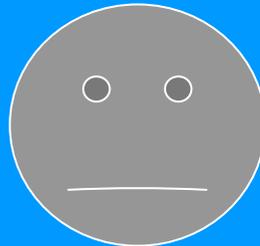
# Los tres Estados Principales de la Psique

Estados de Bienestar



No existe peligro existencial  
Apertura a la realidad

Programas de Estrés



Peligro existencial  
Percepción limitada de la realidad

Reacciones traumáticas de Emergencia



Peligro abrumador  
Desconexión de la realidad

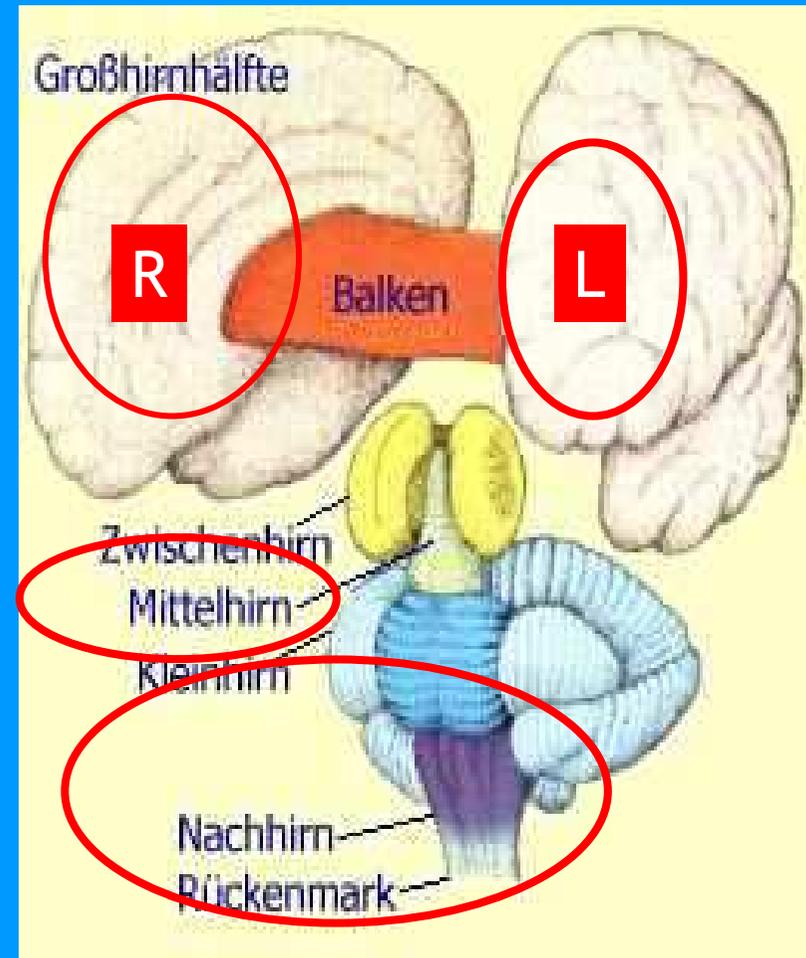
# Los cuatro cerebros principales del ser humano y sus programas psíquicos centrales

**Hemisferio izquierdo:** ¡Habla! ¡Piensa logico-racionalmente! ¿Quién eres? Soy yo.

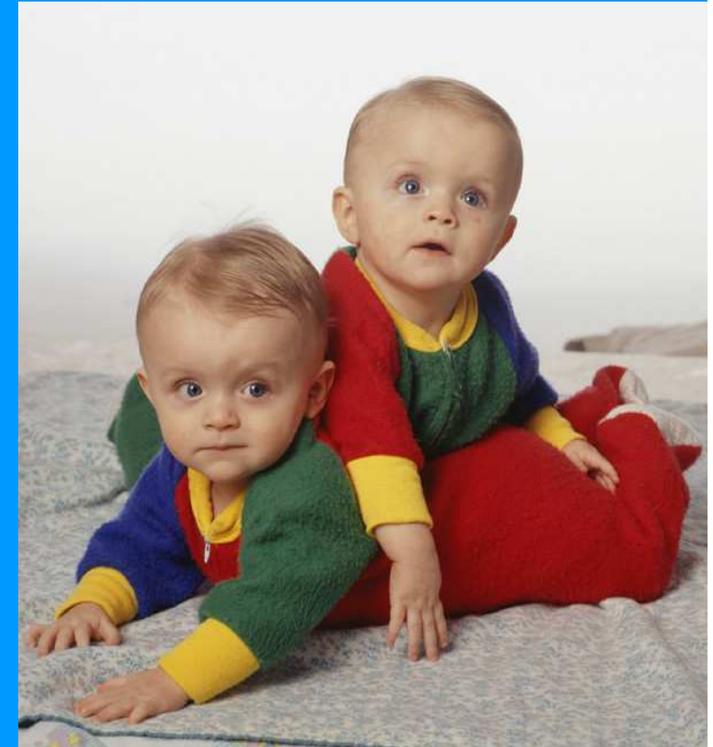
**Hemisferio derecho:** ¡Fabrica imágenes y proyecciones! ¡Asocia! ¡Inventa tu mundo!

**Cerebro mamífero:** ¡Siente! ¡Ama para que te amen! ¡Mantén la pertenencia!

**Cerebro depredador:** ¡Devora o muere! ¡Huida o lucha! Miedo o agresión.



El Desarrollo Humano  
se produce por la  
alternancia entre las  
necesidades de  
Simbiosis y Autonomía.



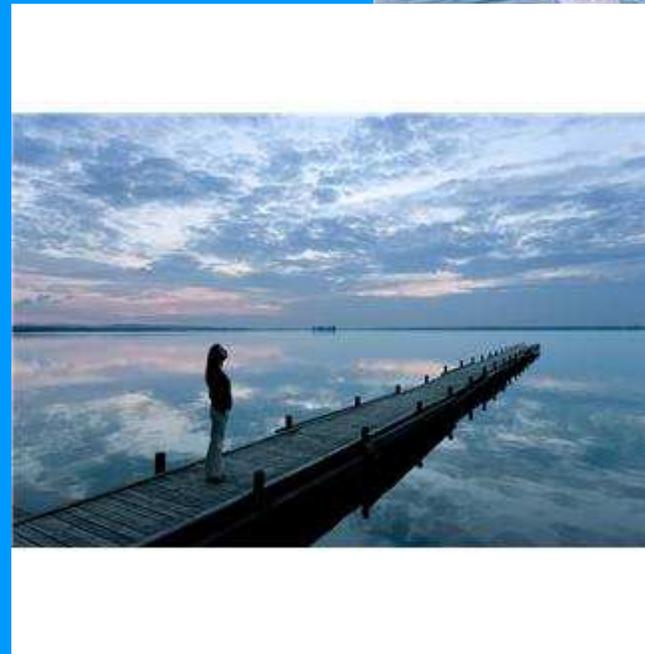
# Necesidades simbióticas primarias

- ❖ Ser alimentado
- ❖ Ser calentado
- ❖ Tener contacto corporal
- ❖ Ser abrazado
- ❖ Tener contacto visual
- ❖ Ser visto
- ❖ Ser entendido
- ❖ Ser apoyado
- ❖ Ser respaldado
- ❖ Pertenecer a...



# Necesidades de Autonomía

- ❖ Ser autónomo
- ❖ Encontrar apoyo en sí mismo
- ❖ Valerse por sí mismo
- ❖ Ser independiente
- ❖ Ser libre
- ❖ Poder decidir
- ❖ ...



# ¿Cómo se logra un desarrollo psíquico sano?

Los padres satisfacen las necesidades simbióticas de protección, calor, apoyo, amor y pertenencia.

Los esfuerzos del niño para conseguir autonomía son fomentados por ambos padres.



# La Experiencia Vital que más impregna la Psíque del Ser Humano

....

es la Relación Simbiótica con su Madre.



# Cada niño/a está ligado/a a su madre de dos maneras simbióticas

**pasivamente:** las estructuras de las cualidades psíquicas de la madre se impregnan en la estructura básica del hijo/a.

**activamente:** el/la niño/a se aferra a la madre e intenta satisfacer sus necesidades.



**El amor de vinculación a la madre es la fuerza psíquica más grande.**

# La relación con su madre puede convertirse en una simbiosis traumática.

El bebé es impotente y no sabe cómo establecer un contacto estable, seguro y reconfortante con su madre al estar ésta traumatizada a su vez.



# Madres traumatizadas pueden:

No estar disponibles emocionalmente

Ser invasoras

Llevar cargas emocionales

Ser imprevisibles

Estar necesitadas emocionalmente

Ser violentas

Estar psíquicamente fragmentadas.



# Una experiencia se convierte en trauma.....

...cuando en una situación que amenaza nuestra vida fallan todas nuestras respuestas conocidas al estrés y además, tenemos que reprimir nuestros impulsos vitales para poder sobrevivir.



# El mecanismo de emergencia ante un trauma consiste en:

- ❖ Paralizarse
- ❖ Congelarse
- ❖ Disociarse y en
- ❖ Fragmentar la propia
- ❖ identidad

**Asegura la supervivencia.**



# Fragmentación de la estructura de la personalidad después de una experiencia traumática

partes traumatizadas



partes que sobreviven

partes sanas

# Características de la parte sana de la Identidad



- ❖ Capacidad de abrirse a las distintas realidades
- ❖ Capacidad de experimentar adecuadamente los sentimientos
- ❖ Alegría de jugar, aprender y trabajar
- ❖ Confianza justificada en otras personas
- ❖ Capacidad de construir vínculos afectivos
- ❖ Manejo responsable de la sexualidad
- ❖ Amor propio
- ❖ Disposición a la reflexión sobre la propia actuación
- ❖ Disposición a hacerse cargo de las responsabilidades propias
- ❖ Apertura a la verdad y a la claridad
- ❖ Esperanza de encontrar soluciones buenas a los problemas...

# Características de las partes traumatizadas



- ❖ Almacenan la memoria negativa del trauma
- ❖ Permanecen en la misma edad que tenía la persona cuando ocurrió el trauma
- ❖ Buscan una salida de la experiencia traumática
- ❖ Pueden ser detonadas de modo repentino e inesperado
- ❖ Anhelan ser liberadas de su prisión



# Características de las partes que sobreviven

- ❖ Aseguran la supervivencia después del trauma
- ❖ Son guardianes de la fragmentación de la identidad
- ❖ Están aprisionadas en el presente
- ❖ Reprimen y niegan la experiencia del trauma
- ❖ Evitan los recuerdos del trauma
- ❖ Ignoran y distraen
- ❖ Controlan las partes traumatizadas
- ❖ Controlan a las demás personas
- ❖ Buscan compensaciones
- ❖ Crean ilusiones
- ❖ Son sumisas pero tienen violencia latente
- ❖ Descargan sus traumas sobre otros
- ❖ Producen nuevas fragmentaciones

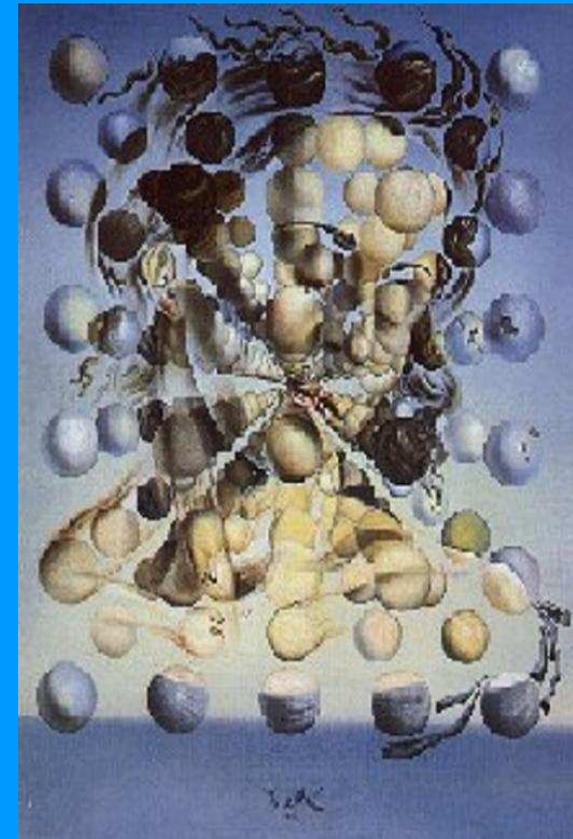


# Trauma y vinculación

Las experiencias traumáticas reducen drásticamente la capacidad de vinculación de los seres humanos.

Las parejas no se encuentran.

Los padres traumatizados no se pueden abrir emocionalmente a sus hijos porque temen conectar con sus propias partes traumatizadas.



# Estructuras psíquicas sanas en un/a niño/a

- ❖ Fuerza vital
- ❖ Voluntad de vivir
- ❖ Necesidades primarias sanas
- ❖ Alegría de moverse
- ❖ Alegría de jugar
- ❖ Alegría de aprender
- ❖ Apertura, Creatividad
- ❖ ...



# Características de las partes traumatizadas en la simbiosis



- ❖ Desesperación por la ausencia de amor materno/parental
- ❖ Sentimientos de abandono y soledad profunda
- ❖ Pánico a morir
- ❖ Rabia reprimida
- ❖ Tristeza reprimida
- ❖ Retraimiento extremo
- ❖ Tendencia a abandonarse



# Características de las partes que sobreviven en la simbiosis



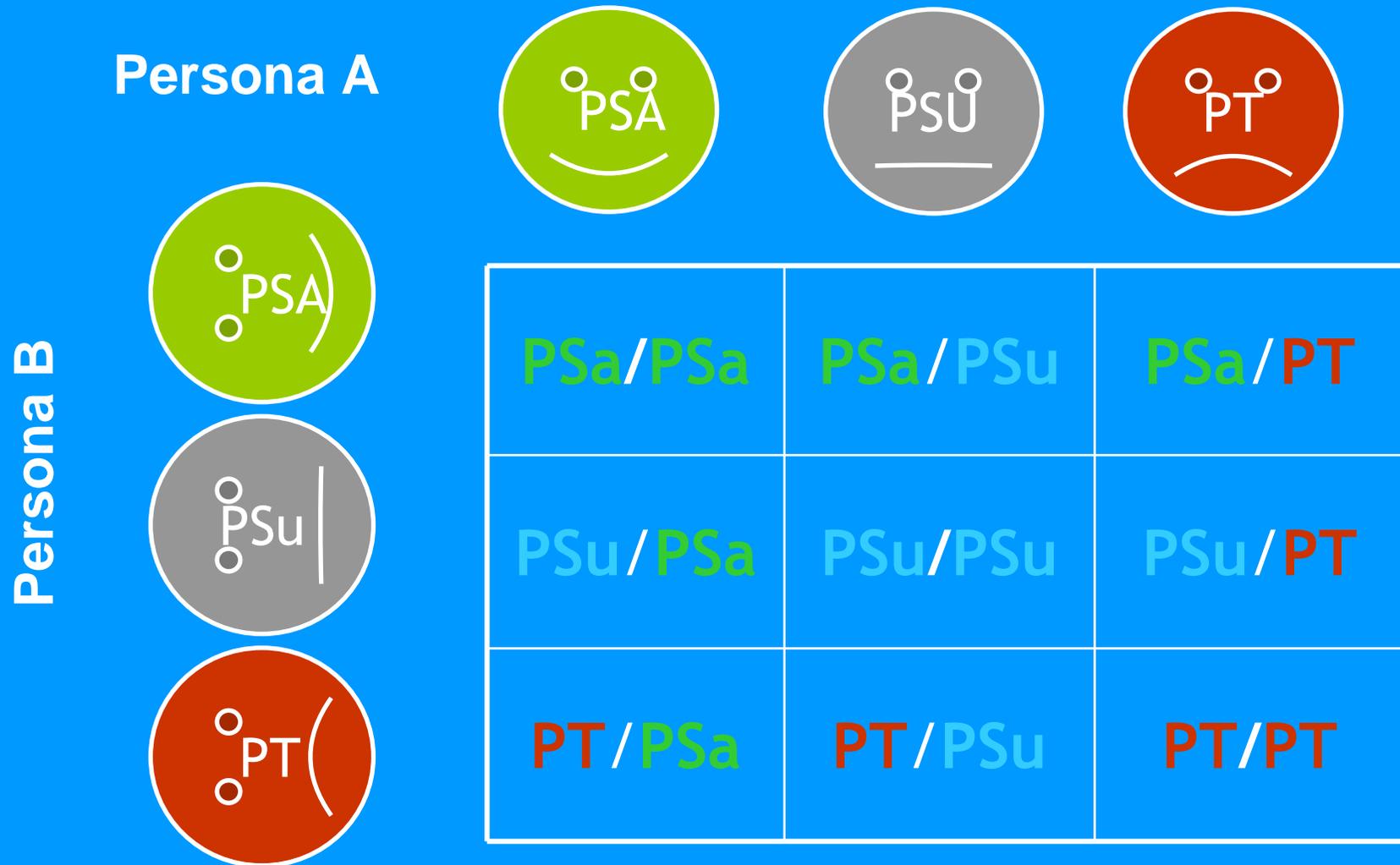
- ❖ Forcejeo persistente como forma de entrar en contacto con los padres
- ❖ Idealización de la madre o del padre
- ❖ Identificación con los mecanismos de supervivencia de la madre o del padre
- ❖ Sentimientos de responsabilidad hacia los padres, querer salvarlos
- ❖ Fundirse con las partes traumatizadas de la madre o del padre
- ❖ Represión y negación del propio trauma

# Consecuencias de un trauma simbiótico

- ❖ Vivir una identidad ajena
- ❖ Incapacidad para distinguir entre sus propios sentimientos y los adoptados
- ❖ Enredos parentales de por vida
- ❖ Enredos simbióticos en otras relaciones cercanas
- ❖ Trastornos psíquicos como miedos, hiperactividad, depresiones, adicciones, estados psicóticos, etc.



# Formas de Vinculación en la fragmentación de la identidad



# Algunas características del enredo simbiótico

- ❖ Interacciones entre PSu y PSu, Psu y PT
- ❖ Posesividad y apropiación
- ❖ Aferramiento ansioso
- ❖ Alta expectativa y exigencia de cambio frente a los otros
- ❖ Evaluación e invalidación
- ❖ Incomprensión mutua
- ❖ Rabia, odio y violencia en la relación
- ❖ Dominancia y sumisión
- ❖ Explotación
- ❖ Ilusión irreal en el amor

# Pasos para disolver el trauma simbiótico

- ❖ Fortalecer la voluntad propia y aprender a decir no.
- ❖ Aprender a diferenciar entre realidad e ilusiones
- ❖ Aprender a distinguir entre sentimientos propios y ajenos
- ❖ No querer salvar a nadie
- ❖ No querer ser ni víctima ni perpetrador
- ❖ Reconocer los propios traumas
- ❖ Saber salir de los enredos simbióticos
- ❖ Deseo de establecer relaciones sanas y constructivas

# Superación después de fragmentaciones por traumas

La puerta del  
miedo y dolor



La puerta  
de las  
ilusiones

La puerta de la  
Libertad



# La Constelación de la Intención

- ❖ Apoya el desarrollo de la autonomía
- ❖ Hace visible las ilusiones simbióticas
- ❖ Limita el riesgo de retraumatizaciones en la terapia
- ❖ Acompaña los procesos de integración del alma
- ❖ Fomenta el amor más allá de los enredos



# Referencias bibliográficas

- Franz Ruppert (2001). Berufliche Beziehungswelten. Heidelberg: Carl-Auer-Systeme Verlag.
- Franz Ruppert (2003). Verwirrte Seelen. Der verborgene Sinn von Psychosen. München: Kösel Verlag.
- Franz Ruppert (2008). Trauma, Bonding & Family Constellations. Understanding and Healing Injuries of the Soul. Frome/UK: Green Balloon Publishing .
- Franz Ruppert (2011). Splits of the Soul and Inner Healing. Frome/UK: Green Balloon Publishing
- Franz Ruppert (2010). Symbiose und Autonomie. Symbiosetrauma und Liebe jenseits von Verstrickungen. Stuttgart: Klett-Cotta Verlag.

„Siento un enorme anhelo de ser aceptada, de cercanía protectora, de ser amada, apoyada y consolada. Nunca fui capaz de reconocer este anhelo abiertamente, sin embargo he intentado satisfacerlo constantemente a escondidas. Seguramente son necesidades simbióticas que nunca pude satisfacer, ni con la comida ni en mis relaciones con los hombres.“ (Dicho por una clienta)