

# Trauma, transmisión y el trabajo centrado en el vínculo con familias vulnerables

Dr. Carlos Pitillas Salvá

Universidad Pontificia Comillas  
(Madrid)

Cátedra en Innovación en Servicios  
Sociales y Dependencia

Febrero 2023



Carlos Pitillas Salvá

# EL DAÑO QUE SE HEREDA

Comprender y abordar  
la transmisión intergeneracional  
del trauma



Desclée De Brouwer

# ÍNDICE

- 1. FUNDAMENTOS: LA SEGURIDAD EN LAS RELACIONES DE APEGO EN LA FAMILIA**
- 2. LAS DINÁMICAS DE INSEGURIDAD Y TRAUMA EN LAS RELACIONES DE APEGO**
- 3. ALGUNOS PRINCIPIOS Y ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN CENTRADA EN EL VÍNCULO**
- 4. Dudas y cierre**



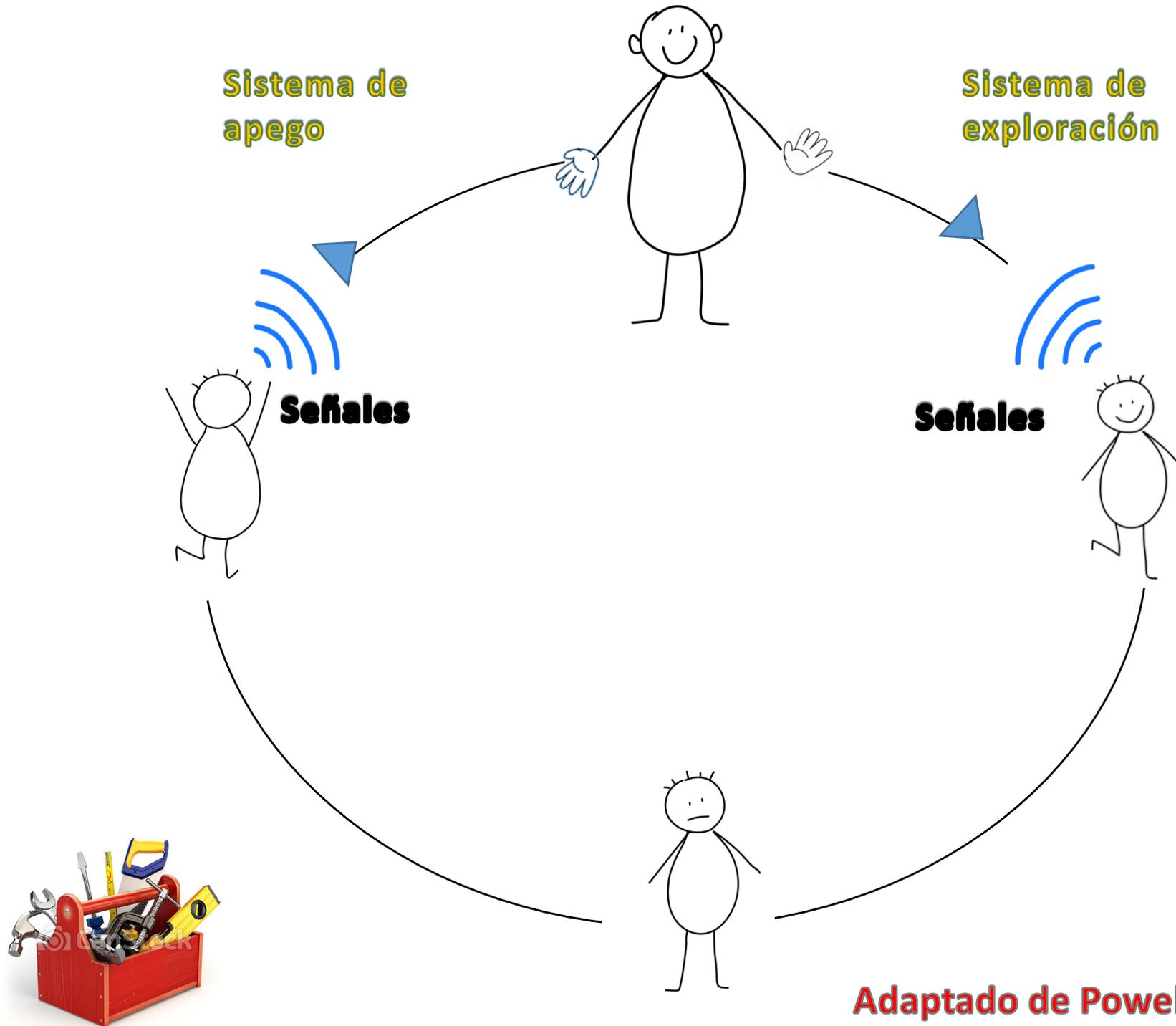
# FUNDAMENTOS



A high-contrast silhouette image of a woman on the left and a baby on the right, both looking towards each other. The background is a bright, uniform white, which makes the dark outlines of the subjects stand out. The woman's profile is on the left, and the baby's profile is on the right. The text is centered in the white space between them.

Una influencia mutua

Un cuidador que  
regula desde fuera



Adaptado de Powell et al., 2009

A high-contrast silhouette image of a woman on the left and a baby on the right, both facing each other. The woman's profile is on the left, and the baby's profile is on the right. They are set against a bright white background, creating a dark silhouette effect. The woman's mouth is slightly open, and the baby's mouth is also slightly open, suggesting a moment of interaction or communication.

Una influencia mutua

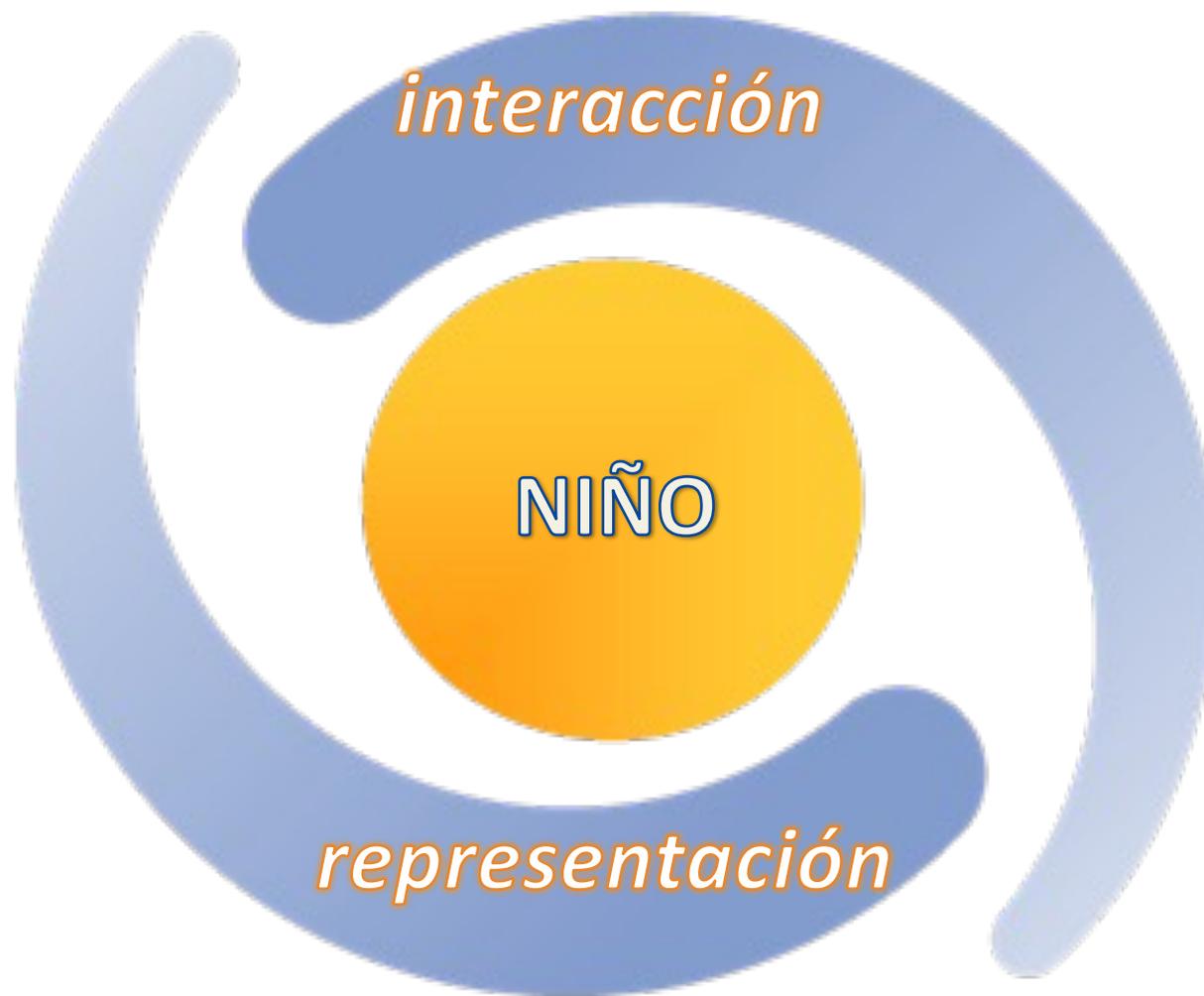
Un cuidador que  
regula desde fuera

Fallos seguidos de reparación

Reflejo y mentalización

# Qué es mentalizar

Una actividad mental **imaginativa** que permite interpretar la conducta en términos de estados mentales (creencias, deseos, necesidades, afectos...).



**INTERPRETA**

(pensamiento)

**RESUENA**

(emoción)

**TOLERA**

Devuelve



# Por qué nos importa la mentalización parental

Bleiberg, 2013;  
Fonagy y Allison, 2014

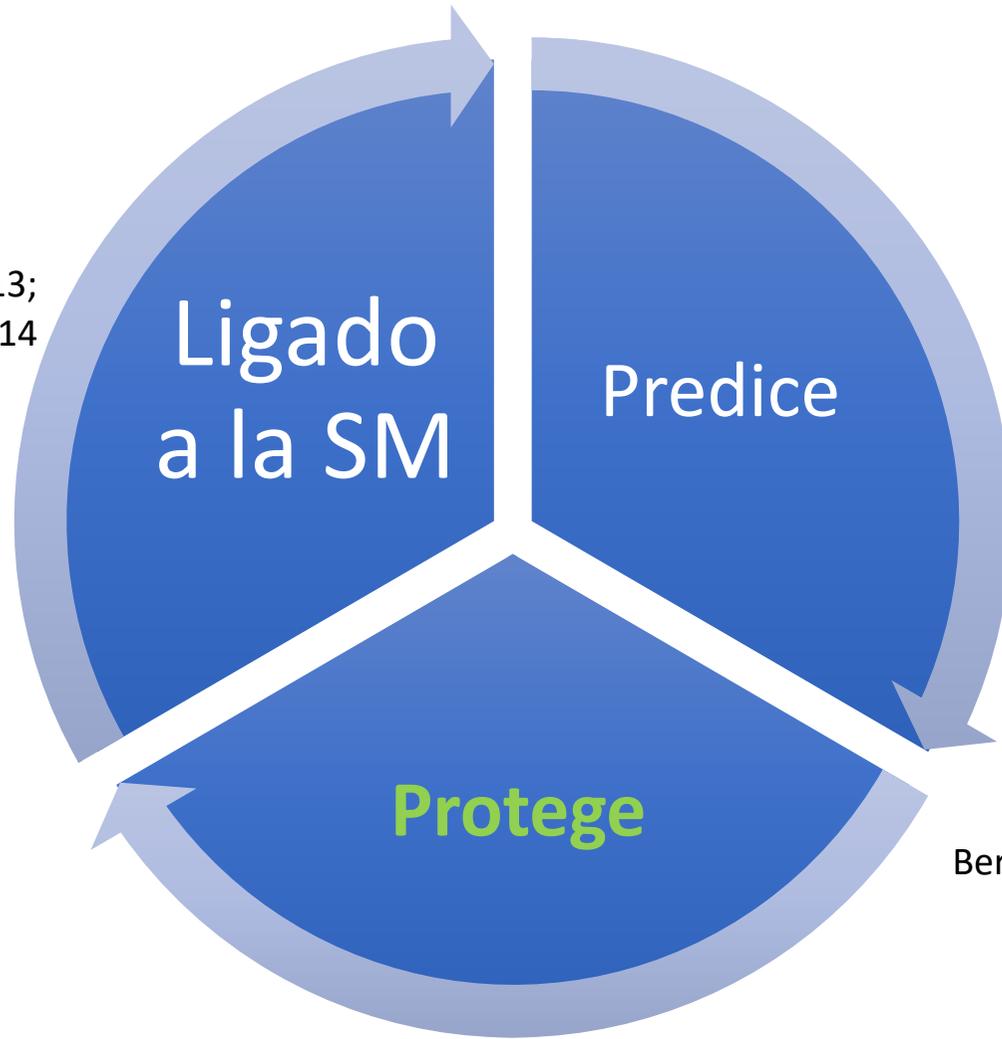
Ligado  
a la SM

Predice

Fonagy et al., 1991;  
Grienberger et al., 2005  
Sharp y Fonagy, 2008;

Protege

Berthelot et al., 2015



# DIMENSIONES DE LA REPRESENTACIÓN

CURIOSIDAD

PERSPECTIVA

CONSCIENCIA  
AFECTIVA

ATRIBUCIONES

EXPECTATIVAS

*FANTASMAS*

DEFENSAS

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Puede pensar con  
**CURIOSIDAD?**

¿Puede tomar  
distancia?

¿Puede reconocer la  
influencia de las  
emociones?

*Me pregunto que tendrá dentro cuando se porta así*



*No sé qué ha podido pasar, pero imagino que él no se estaba sintiendo bien*

*Qué me habrá pasado para perder la paciencia tan rápido*

*Lo que pasa es que está muy mal acostumbrado, y no es capaz de ceder nunca*



*Es malo*

*No piensa nada, es muy infantil*

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Puede pensar con curiosidad?

¿Puede tomar distancia?  
(PERSPECTIVA)

¿Puede reconocer la influencia de las emociones?



*A veces siento **como si** me odiara.*

*Se me hace muy duro sentirme así, con miedo de él, de lo que pueda hacer.*



*Me odia.*

*Quiere hacer daño.*

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Puede pensar con curiosidad?

¿Puede tomar distancia?

¿Puede reconocer la influencia de las emociones?  
(CONSCIENCIA AFECTIVA)



*Había sido un día largo y estaba **agotado**, creo que por eso se puso tan insoportable.*

*Últimamente estoy muy **triste** y eso le tiene muy **nervioso***



*Se portó fatal. Gritaba y se tiraba al suelo. Daban ganas de darle un buen azote.*

*Sabe que estoy triste y aún así molesta.*



# LAS DINÁMICAS DE INSEGURIDAD Y TRAUMA EN LAS RELACIONES DE APEGO



¿Qué ven los padres cuando ven a sus hijos?



*¿Qué ideas y  
sentimientos le hacen  
acercarse y cuidar?*





*¿Qué ideas y sentimientos le hacen alejarse y defenderse?*

*¿Tiene algún miedo que le impide ver al niño y sus necesidades?*





# Los padres tienen miedos nucleares

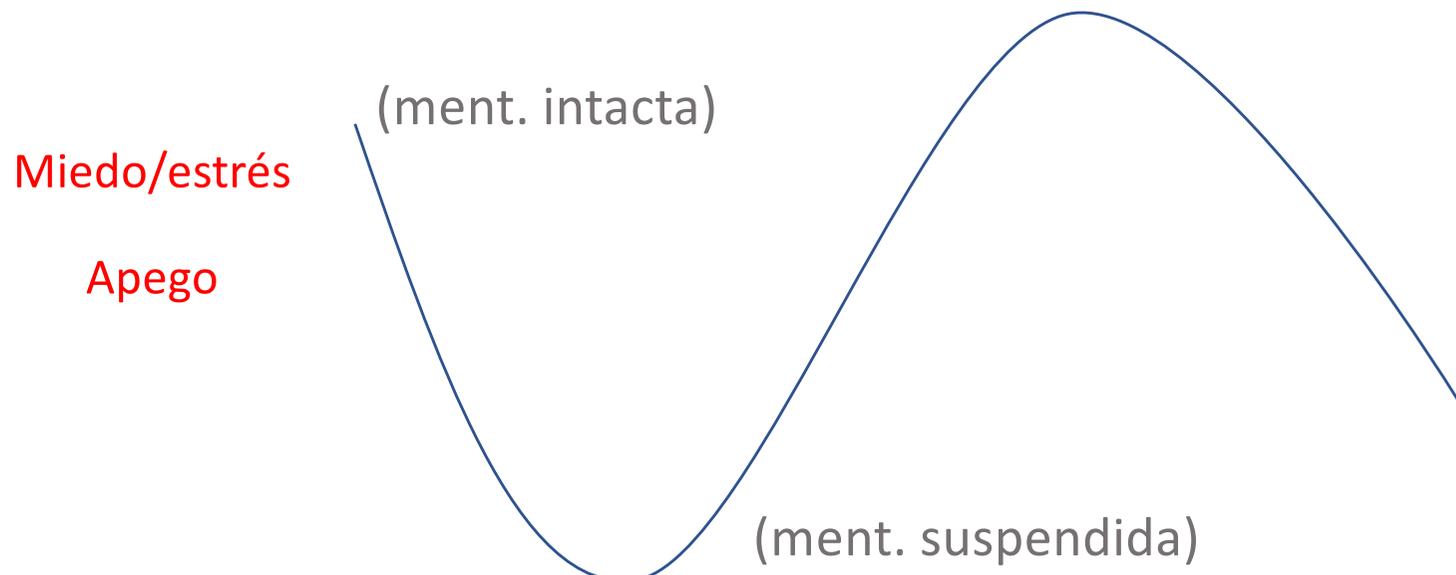
*¿A qué tiene miedo el padre?*

- A quedarse solo (sensibilidad a la *separación*)
- A ser controlado/invadido (sensibilidad a la *seguridad*)
- A fracasar/sentir vergüenza (sensibilidad a la *estima*)



Reducir el miedo

Tomado de Powell et al. 2019



# DIMENSIONES DE LA REPRESENTACIÓN

CURIOSIDAD

PERSPECTIVA

CONSCIENCIA  
AFECTIVA

ATRIBUCIONES

EXPECTATIVAS

*FANTASMAS*

DEFENSAS

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Cómo interpreta la conducta del niño?  
(ATRIBUCIONES)

¿Qué expectativas tiene sobre la relación y el niño?

¿Qué experiencias pasadas vuelve a vivir?

*Echa de menos a su padre.*



*No entiende lo que le pasa.*

*No sabe qué hacer consigo misma en momentos así.*

*Quiere molestar y hacer daño*



*Es manipuladora y teatrera.*

*Tiene mucha rabia dentro.*

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Cómo interpreta la conducta del niño?

¿Qué **EXPECTATIVAS** tiene sobre la relación y el niño?

¿Qué experiencias pasadas vuelve a vivir?



*La cosa se pone difícil, pero yo espero y miro a ver qué le pasa. Al final, me entero.*

*[Si se hace imposible, puedo conseguir ayuda].*



*[Si la protejo demasiado, no va a ser una persona fuerte, nuestra vida es muy difícil].*

*[Si dejo que explore, puede que le suceda algo malo y la pierda, como perdí a mi hermano].*

## Cuando piensa en la relación con su hijo, el cuidador:

¿Cómo interpreta la conducta del niño?

¿Qué expectativas tiene sobre la relación y el niño?

¿Qué experiencias pasadas vuelve a vivir?  
(FANTASMAS)



*[Cuidarle me hace sentir como cuando me cuidaban a mí, muy cerca de alguien, y seguro].*

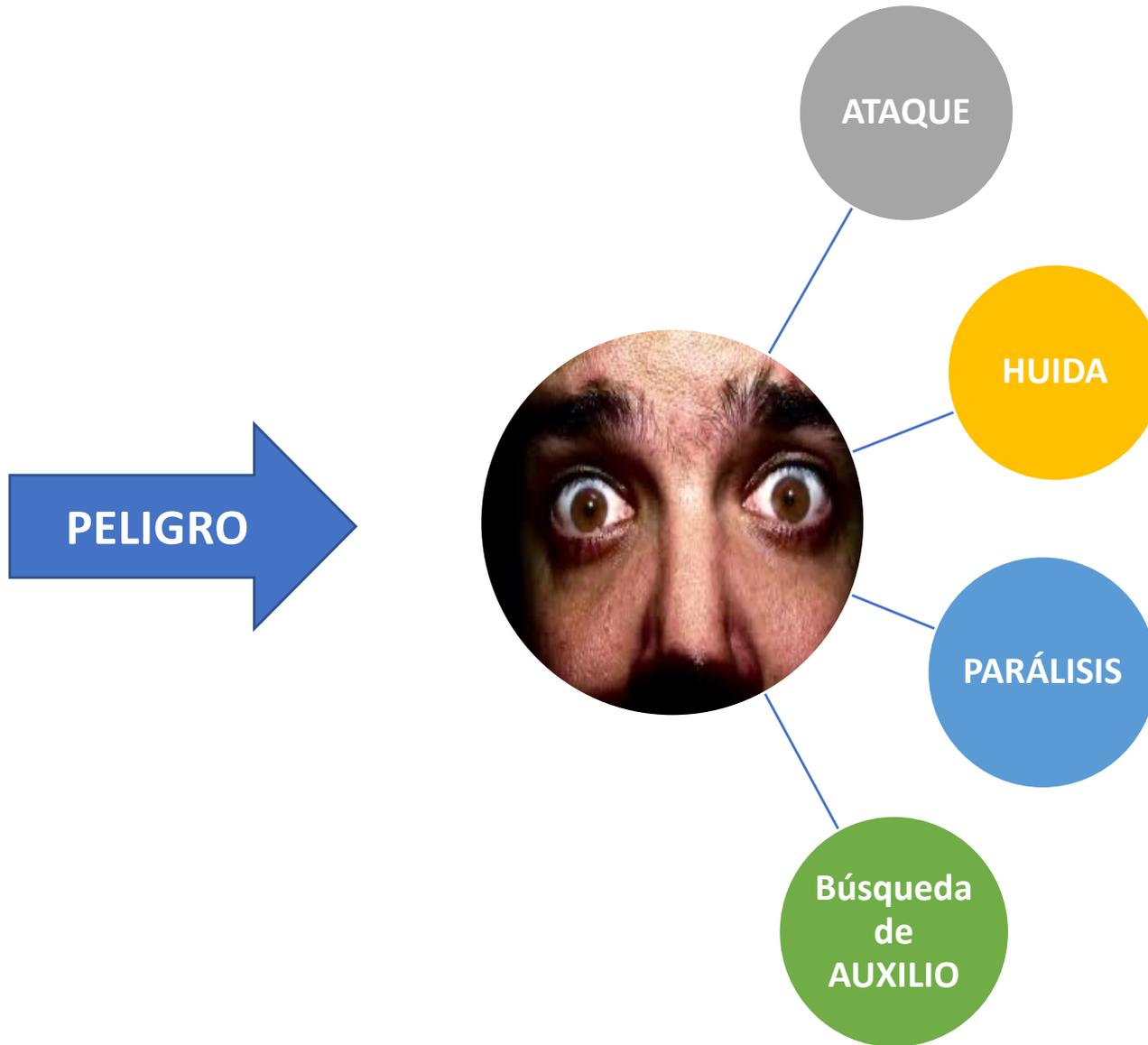
*[Tengo muchas ganas de hacer que se sienta importante y valioso, como me sentí yo de pequeña].*



*[Cada vez que hace una rabieta o se pone desafiante veo a mi padre, lo mal que nos trataba].*

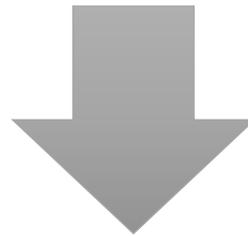
*[Es cariñosa con otras personas y entonces yo vuelvo a sentirme solo].*





# Los malos tratos como defensa

ALGUNAS PRÁCTICAS DE CRIANZA  
SIRVEN A LOS PADRES PARA  
PROTEGERSE DE UN PELIGRO.



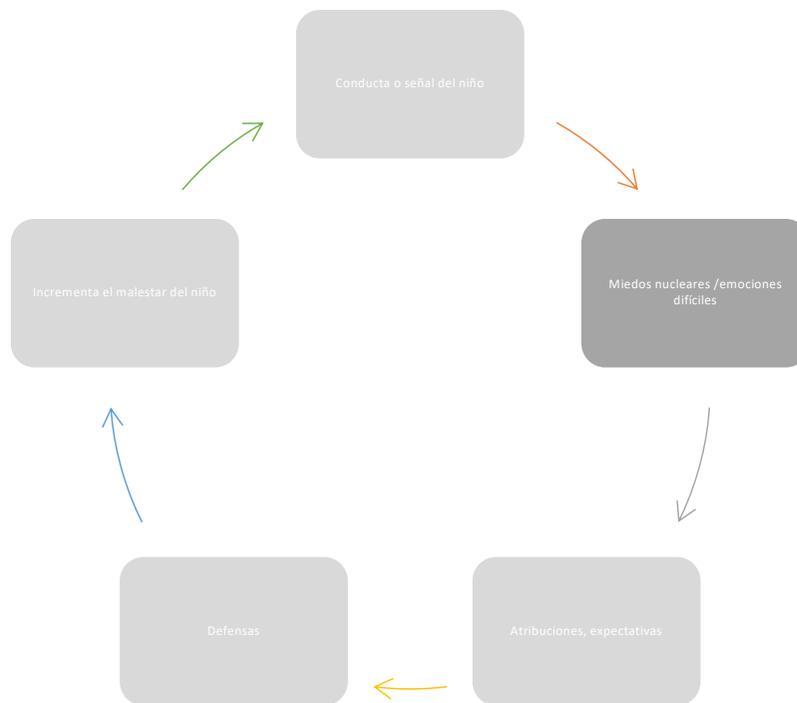
Debemos comprender (y ayudar a los padres a comprender) *lo que les da miedo*.



Se pone furioso

Me ha dicho la profesora que ha pegado

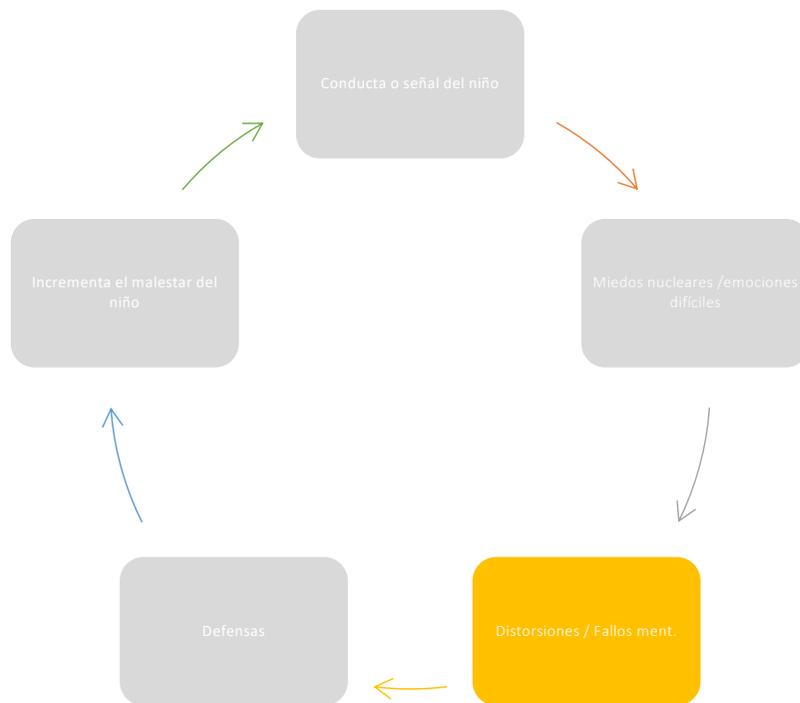
Es incapaz de estar sentado



Creo que no se enteraban de lo que me pasaba

[Cuando me sentía mal] me metía en mi habitación, estudiaba, hacía mis cosas y si tenía algún problema sabía que mi madre no me podía ayudar

Esperaban algo de nosotras; No les puedo fallar



No controlas la situación

Se me va de las manos

Se enrabietta porque no le das lo que quiere

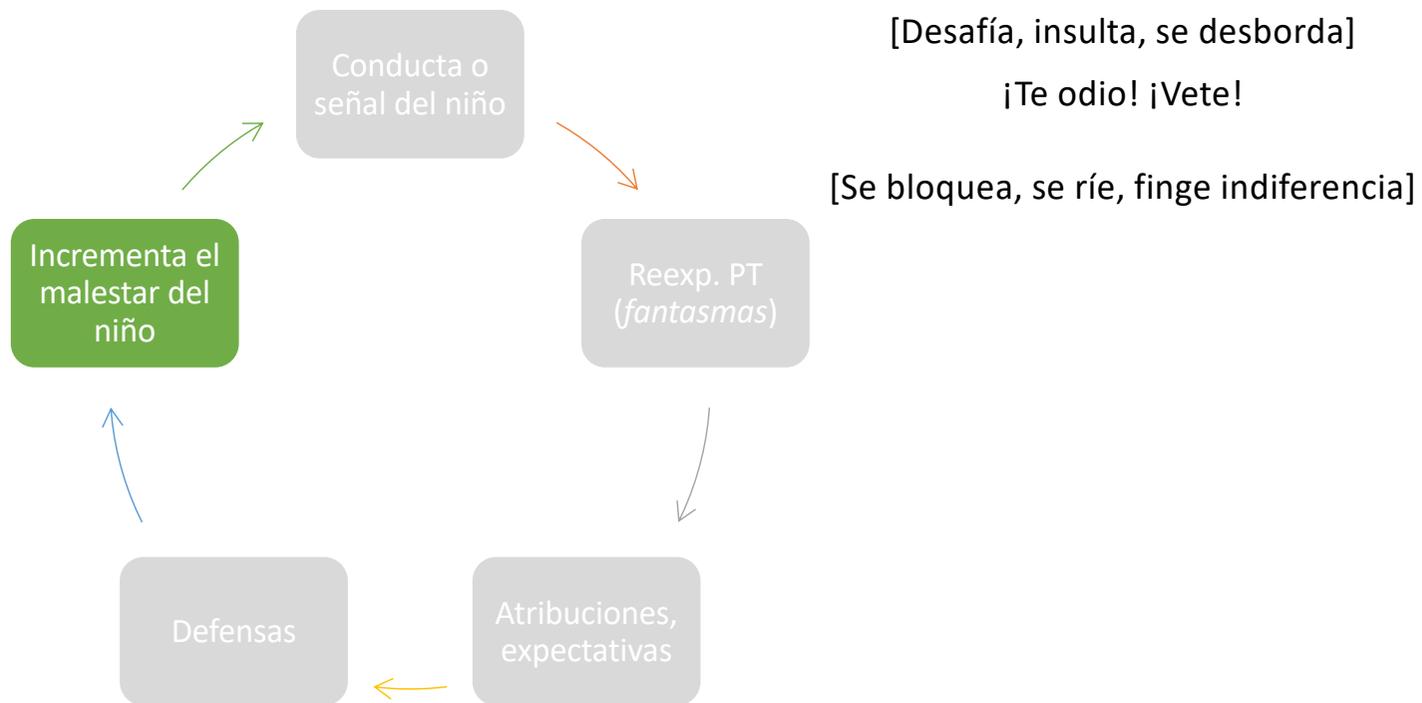
Es culpa del padre



Me doy la vuelta y le dejo solo  
(huida)

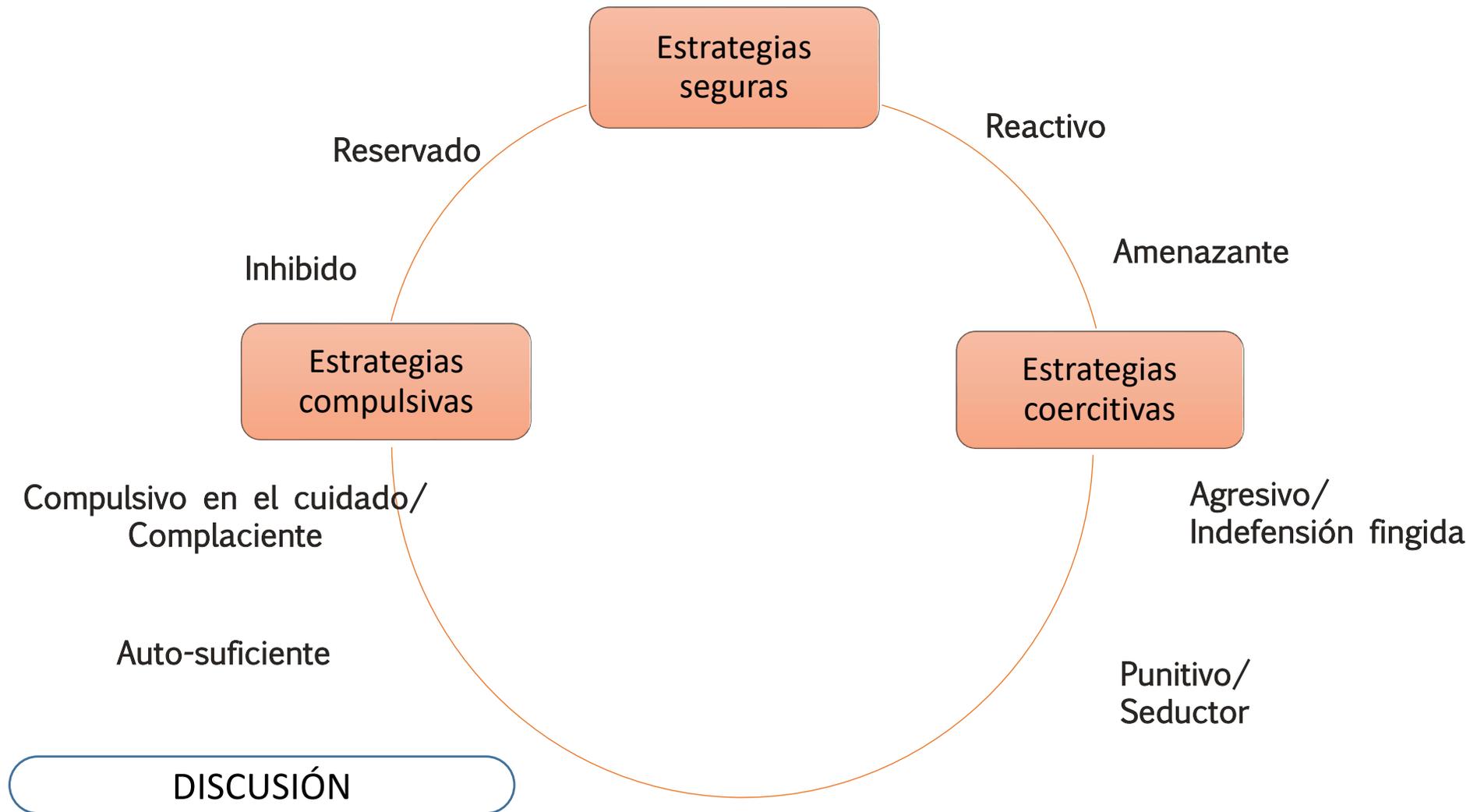
Le hago cosquillas (huida)

Magnificación señales  
emocionales propias  
(búsqueda de protección)



# EL MENOR, FRENTE A LA INSEGURIDAD Y EL TRAUMA

# Del peligro a la reorganización: **ESTRATEGIAS DE APEGO** (CRITTENDEN, 2016)



# “ME REORGANIZO”: ESTRATEGIAS CONTROLADORAS (O DE REORGANIZACIÓN)

“Entre los 3 y los 5 años, muchos niños anteriormente desorganizados han dejado de acudir a los padres para que los ayuden a regular su seguridad y su estrés. En cambio, se ven inmersos en intentar mantener la atención de los padres y la implicación con ellos, mediante el empleo de **estrategias controladoras de apego.**”

Lyons-Ruth, 2006



# estrategias de reorganización

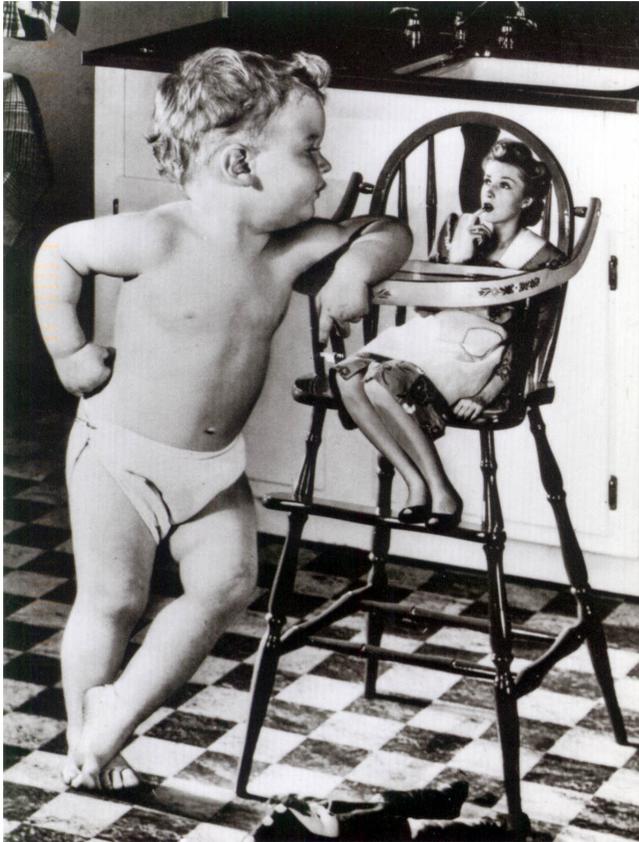
## Controlador cuidador

“Algunos niños anteriormente desorganizados encuentran un modo de ejercer cierto control sobre la atención y la implicación de los padres cuidándolos, es decir, organizando, entreteniendo o nutriendo a los padres”

Lyons-Ruth, 2006  
Lyons-Ruth & Jacobvitz, 2016



## estrategias de reorganización



### Controlador punitivo

“Otros niños controlan la atención y la implicación de los padres entrando en interacciones enfadadas, coercitivas o humillantes con ellos”

Lyons-Ruth, 2006  
Lyons-Ruth & Jacobvitz, 2016

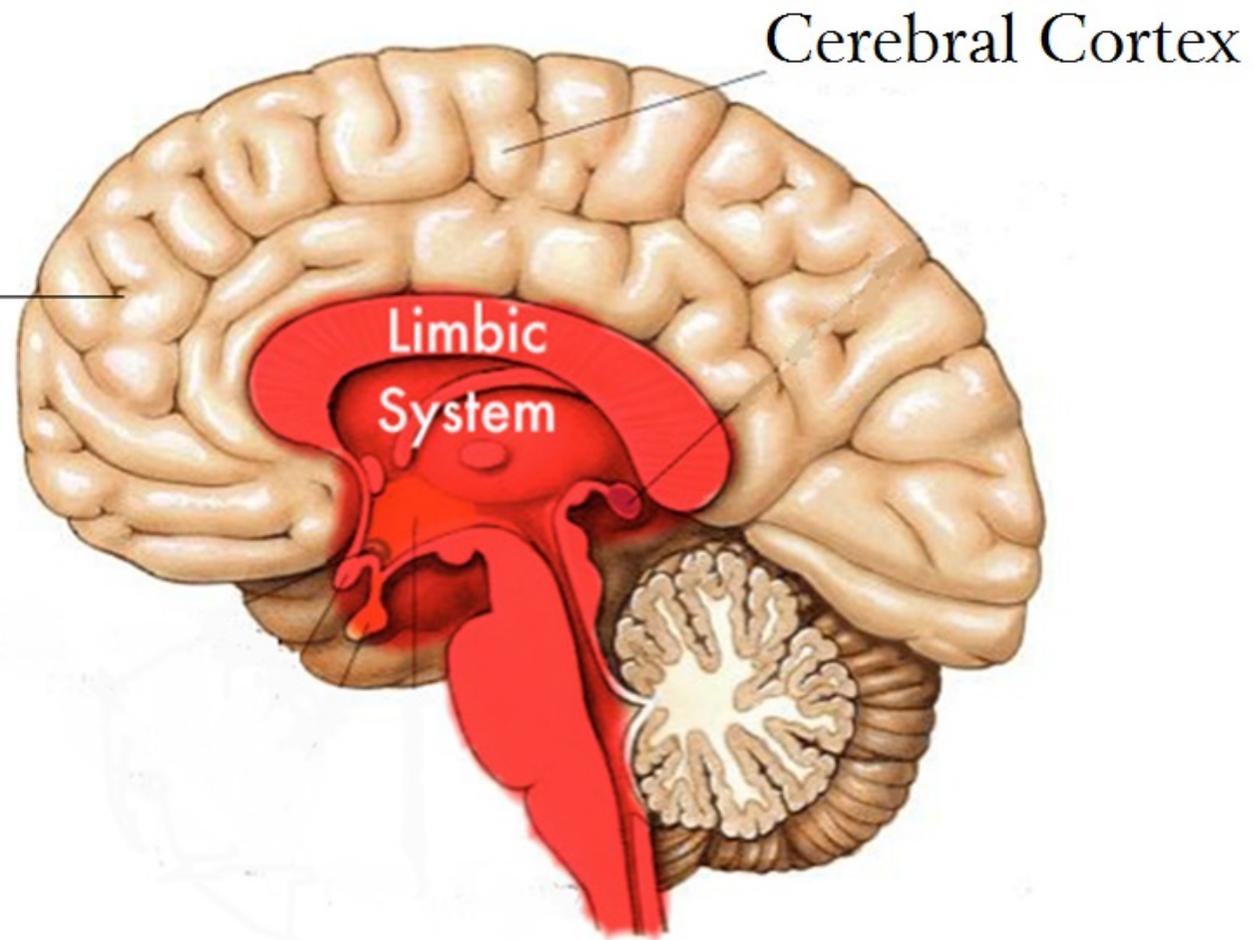




# EMOCIONES Y APEGO EN LA ADOLESCENCIA



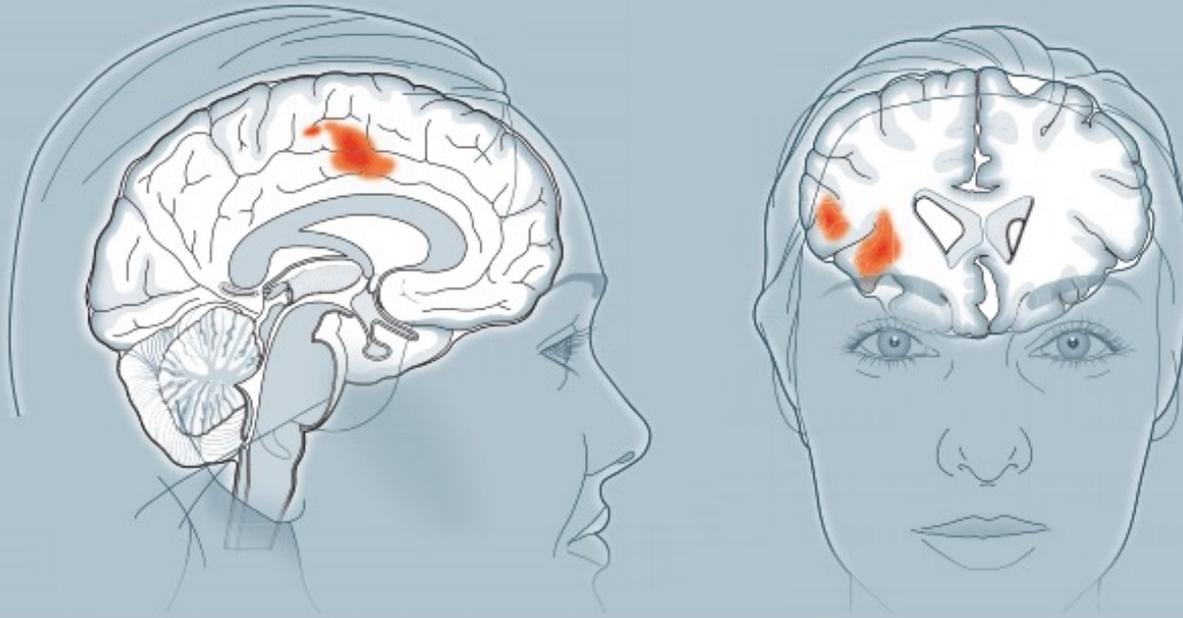
Frontal Lobe  
logical thought





**LEER  
SEÑALES  
SOCIALES**

**Social  
Pain**



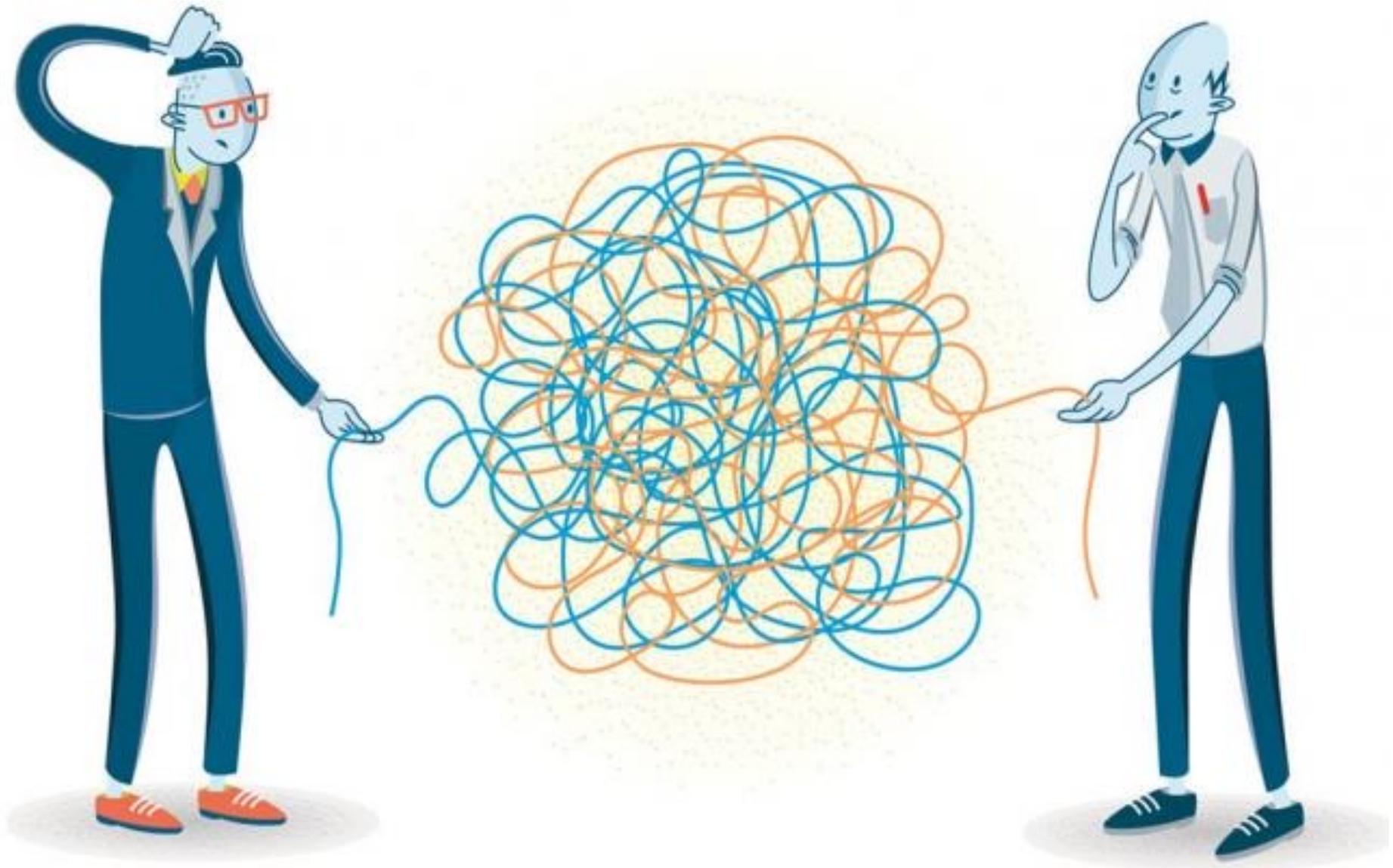
**Physical  
Pain**





*ME ABURRO*

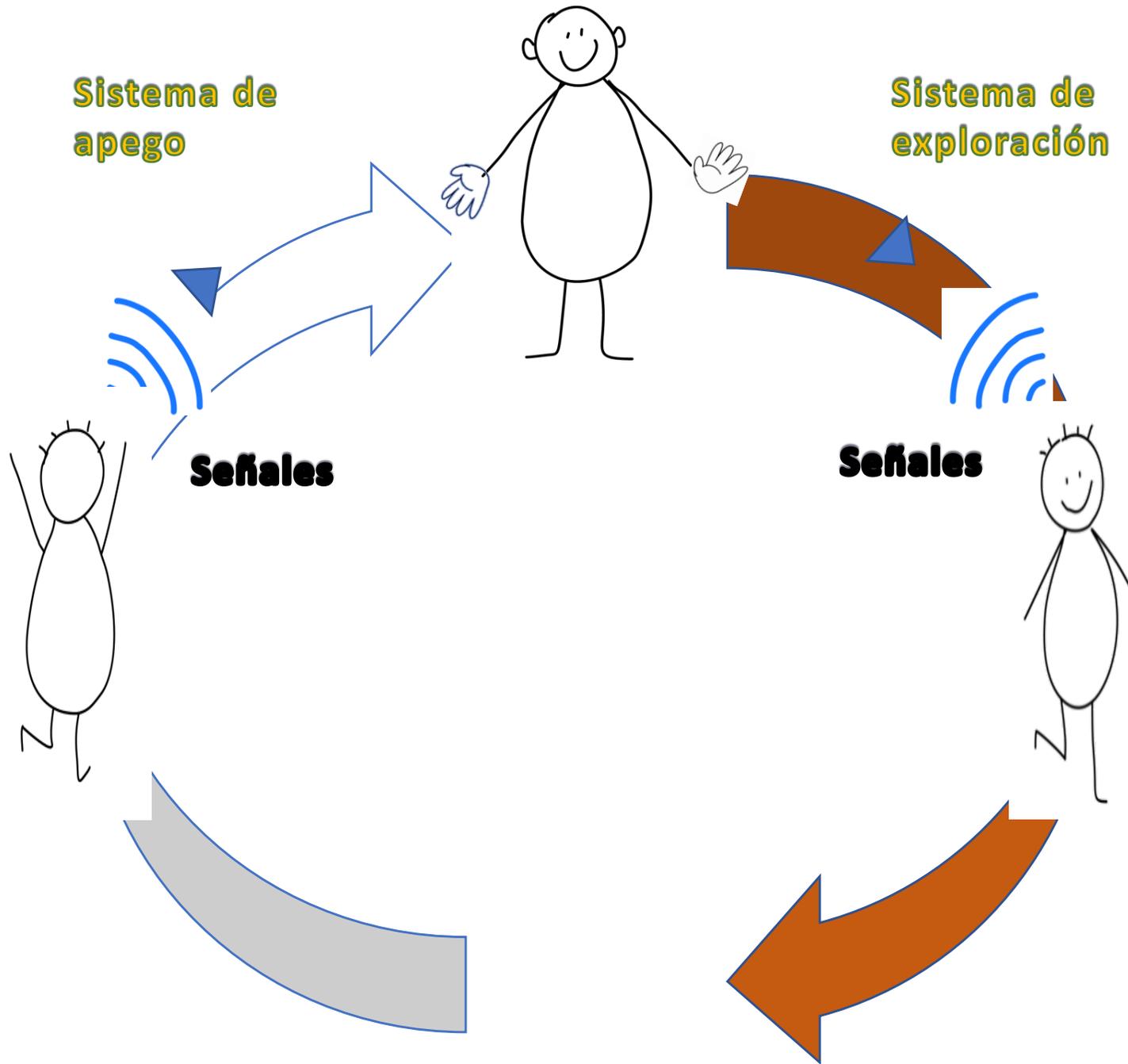
# Una renegociación de la seguridad



# CRISIS PARALELAS



PROCESOS



# CÍRCULOS VICIOSOS



Transmisión  
int.generacional  
de la inseguridad

- Adultos inseguros evitados
- Evitar regularse

**APEGO-PELIGRO**

- Asegurar el bienestar  
(verguenza)

# ES DIFÍCIL REGULARSE, Y ES DIFÍCIL COMPRENDER

- Cuando se activa el apego (*necesito estar cerca*) se activa el estrés (*me siento abrumado por la inseguridad*)
- Las emociones pueden volverse insoportables
- Es muy difícil comprender qué sucede en la cabeza del otro (y en la propia)



## El adolescente herido

- **¡Apego=peligro!**
- *Es peligroso ser vulnerable con otros*
  - *Es peligroso depender*
- **¡Hay que protegerse!**
  - *Sé muy fuerte*
  - *Aíslate*
- **La pescadilla se muerde la cola**
  - *Me siento solo*
  - *Me desespero*
- *Vuelvo a sentirme necesitado: ¡que alguien me ayude!*

**APEGO**



**DESBORDAMIENTO**



APEGO

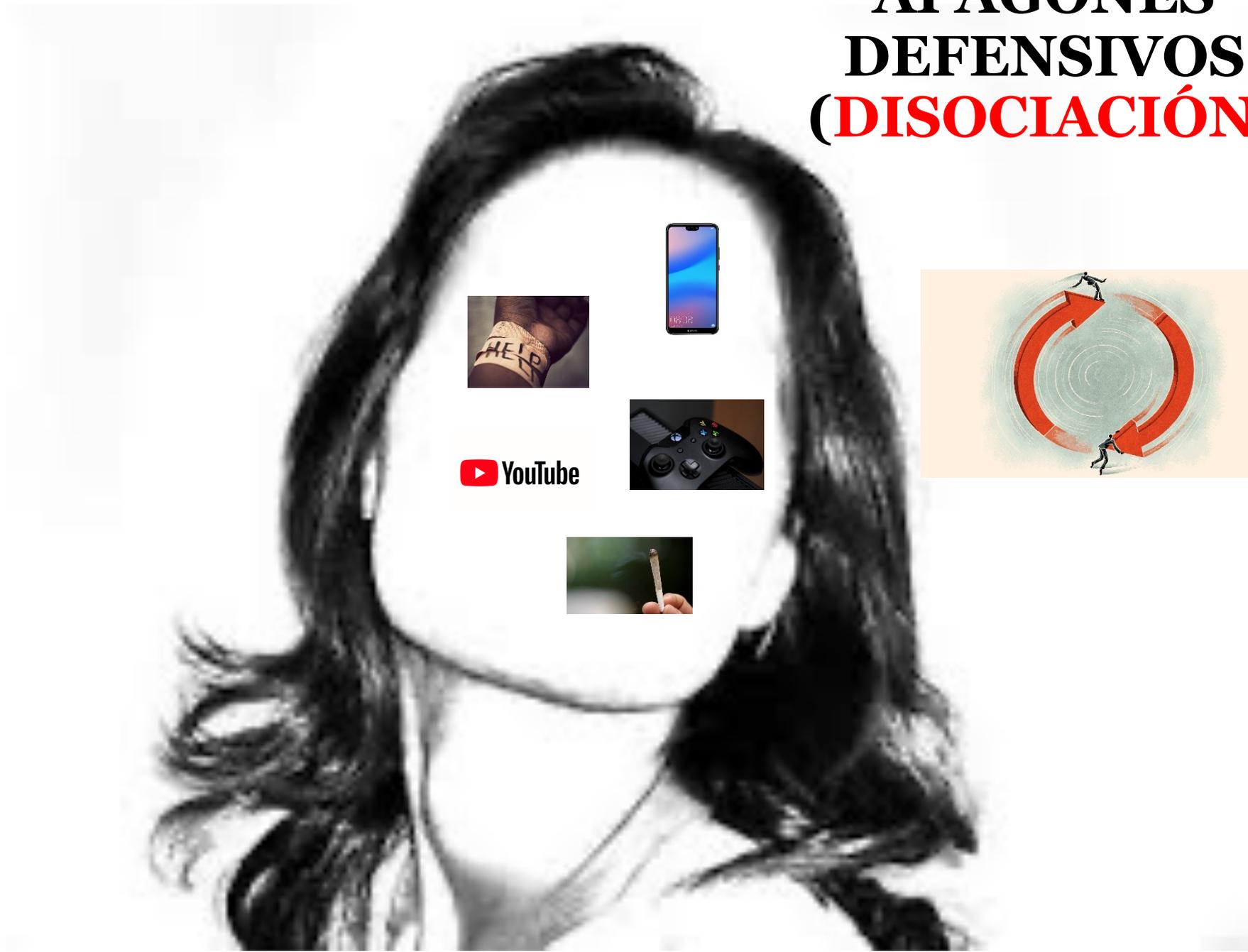
¡Hay que protegerse!

Otros sistemas  
de funcionamiento

- Jerarquía (***Ponte por encima***)
- Ataque-huida (***Ataca o escapa***)
- Sexual (***Siente el control en tu cuerpo***)
- Cuidados (***Sé bueno***)

DISOCIACIÓN (***APÁGATE***)

# APAGONES DEFENSIVOS (DISOCIACIÓN)



## La pescadilla se muerde la cola

*Me siento solo*

*Me desespero*

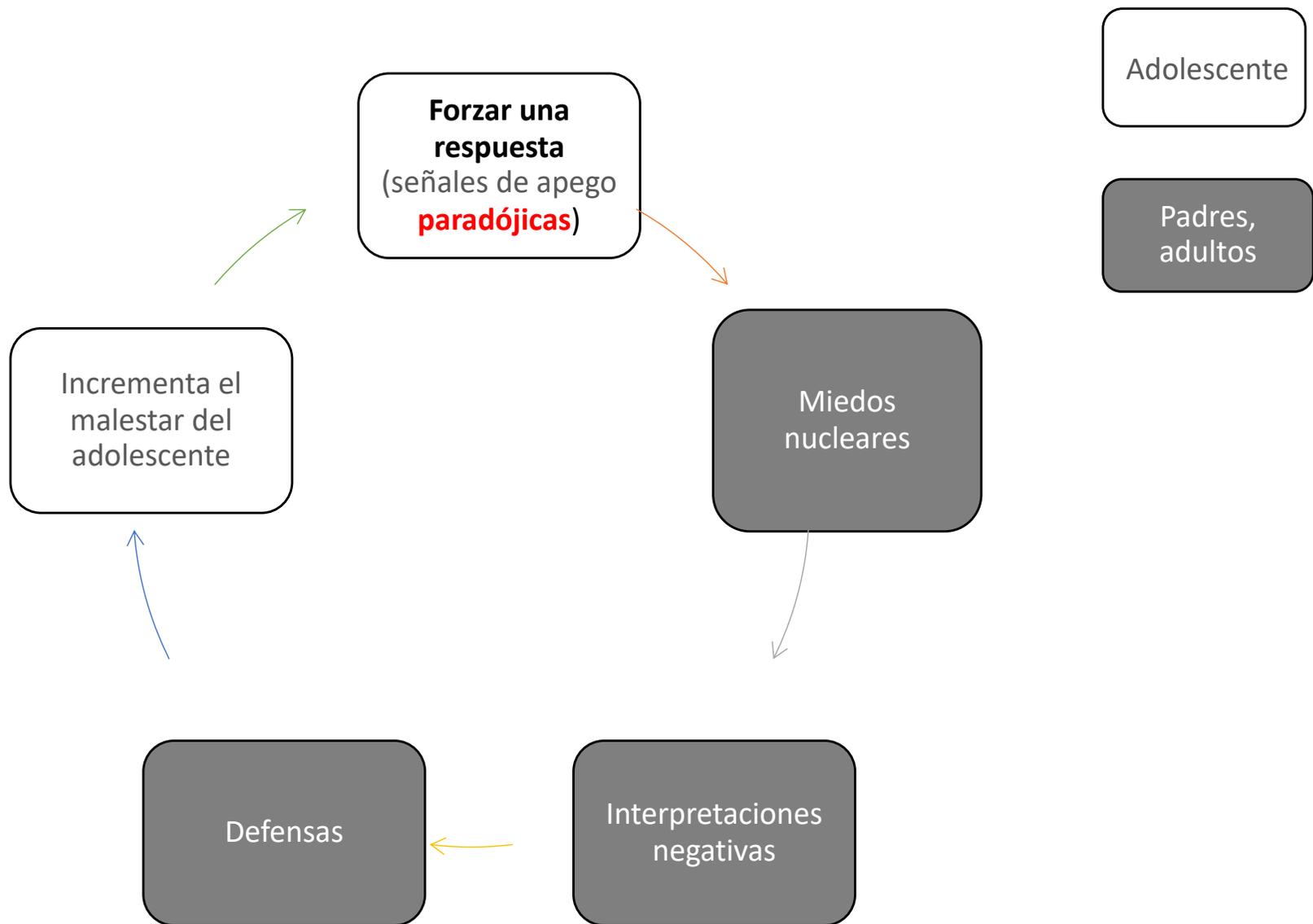
*Vuelvo a sentirme necesitado: ¡que  
alguien me ayude!*

**APEGO** → **DESBORDAMIENTO**



**Fuerzo una  
respuesta**

**Sobreinterpreto**





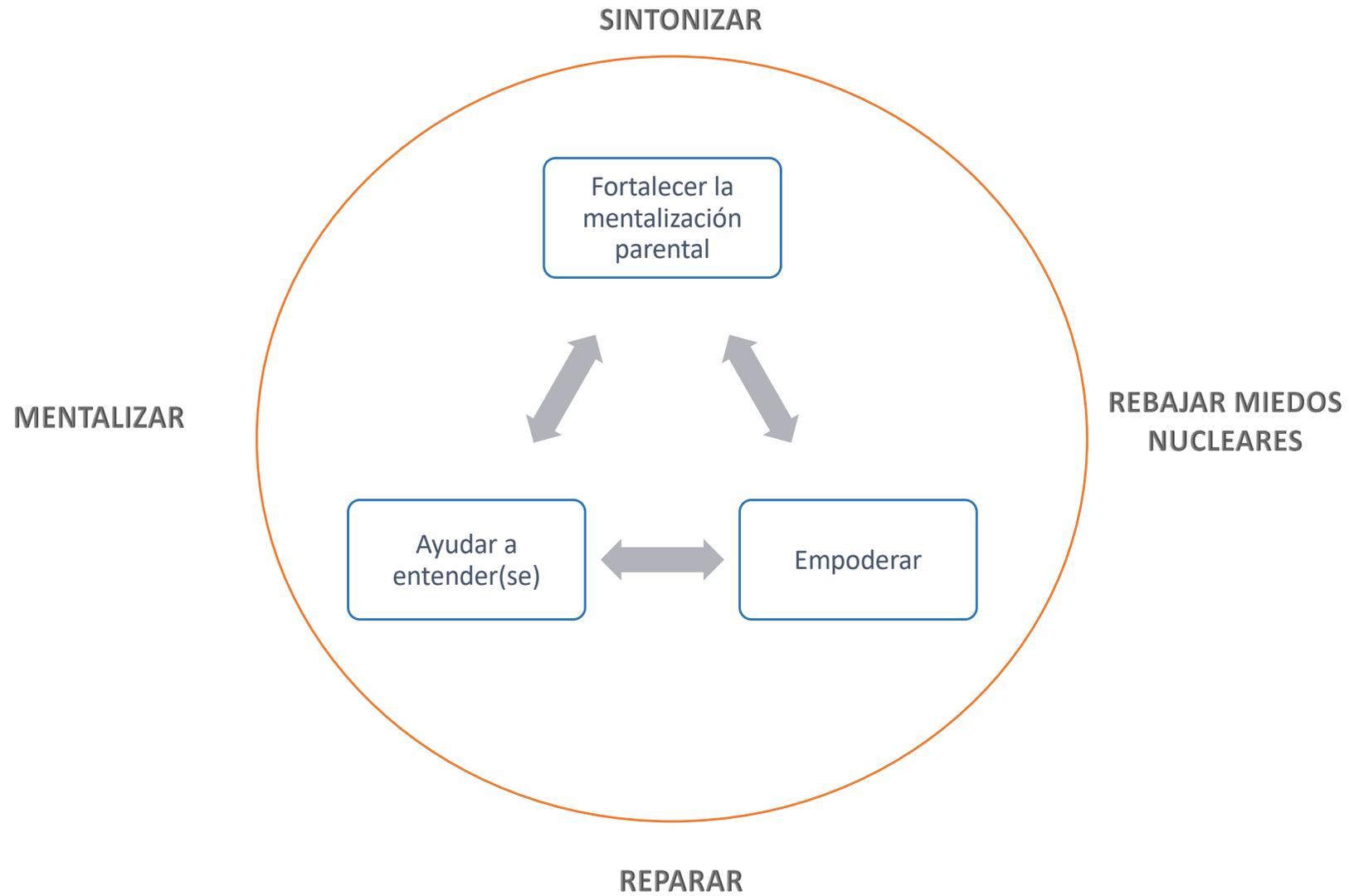
# PRINCIPIOS Y ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN CENTRADA EN EL VÍNCULO



# Dos niveles de trabajo

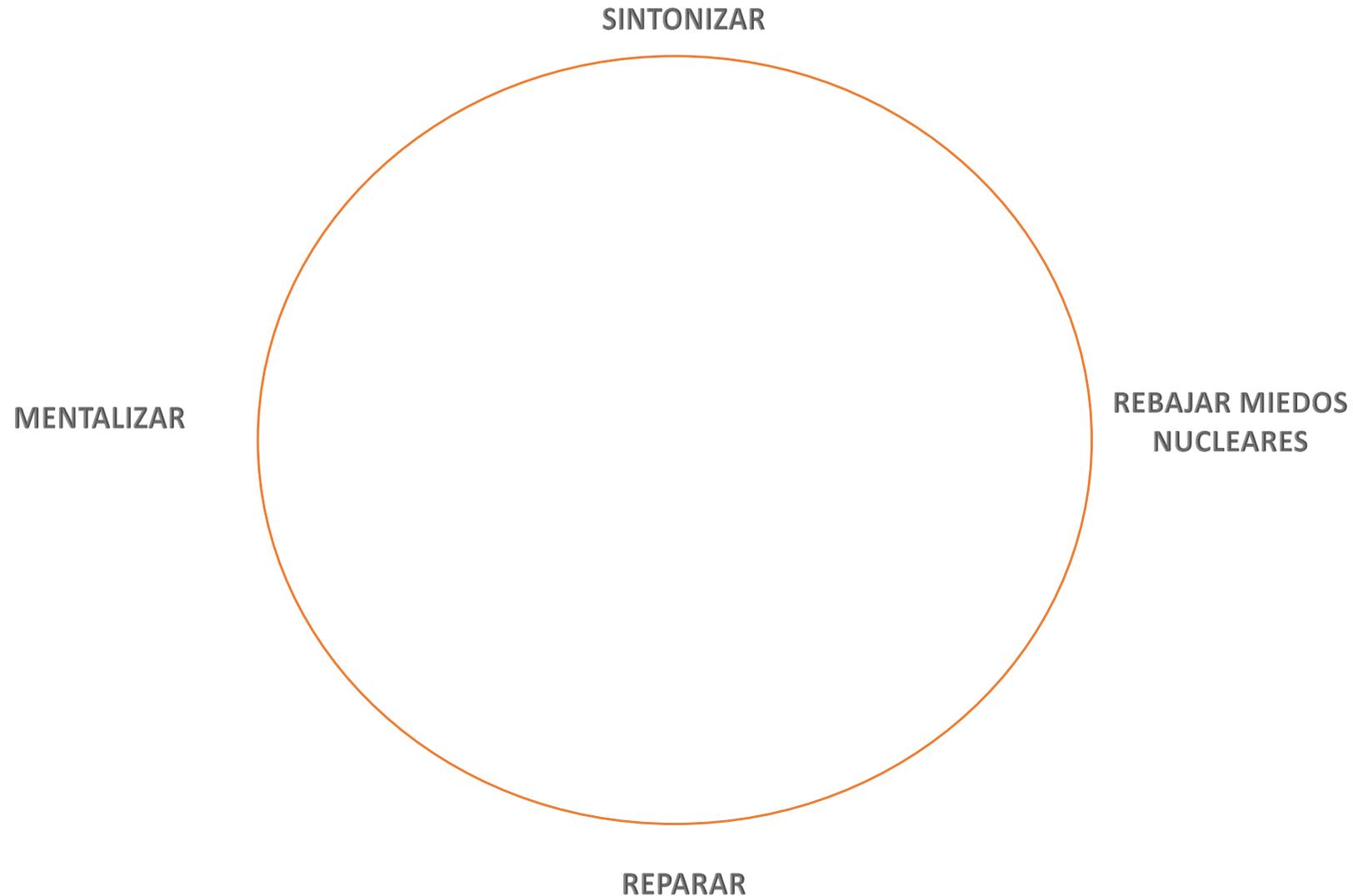
- Un marco de seguridad para los padres
- Un aumento de las competencias parentales

## Dos niveles



# **UN MARCO DE RELACIÓN PARA LA SEGURIDAD CON LAS FAMILIAS**

# Un marco de seguridad para el trabajo con familias



# Un marco de seguridad para el trabajo con familias

- Ser **visto** para ver al niño
- Sentirse **regulado** para tolerar las emociones difíciles del niño
- Sentirse **cuidado** para lanzarse a cuidar
- Sentirse **valioso** y aceptado

# SINTONIZAR



- Antes de los consejos
- Dejarse impactar y *estar-con*
- Claves ostensivas de nuestra conexión
- ¿Qué información me aporta mi reacción emocional?

# REBAJAR LOS MIEDOS

*¿A qué tiene miedo el padre?*

Sensibilidad a la *separación*



- Señalar **indicadores** de conexión.
- Ofrecer **claves** para sentirse cerca en la exploración.
- Redefinir la **conexión**.

Sensibilidad a la *seguridad*



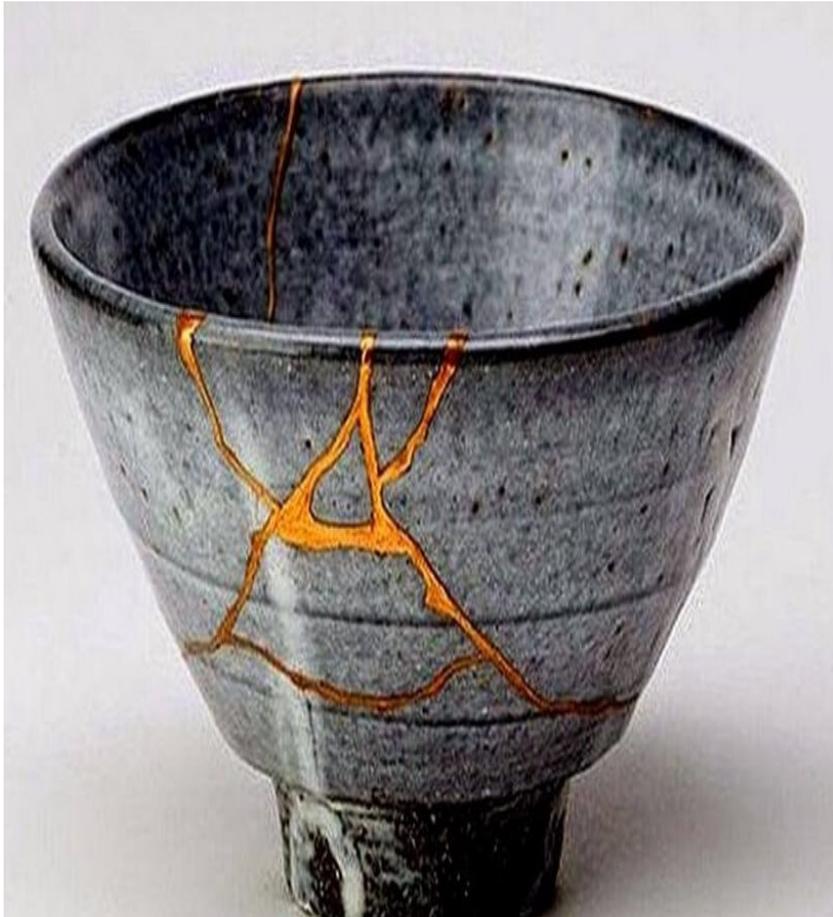
- Señalar **indicadores** de autonomía.
- Ofrecer **claves** para sentirse seguro en el apego.
- Redefinir la **autonomía**.

Sensibilidad a la *estima*



- Señalar **indicadores** de éxito.
- Ofrecer **claves** para sentirse eficaz en la incertidumbre.
- Redefinir la **eficacia**.

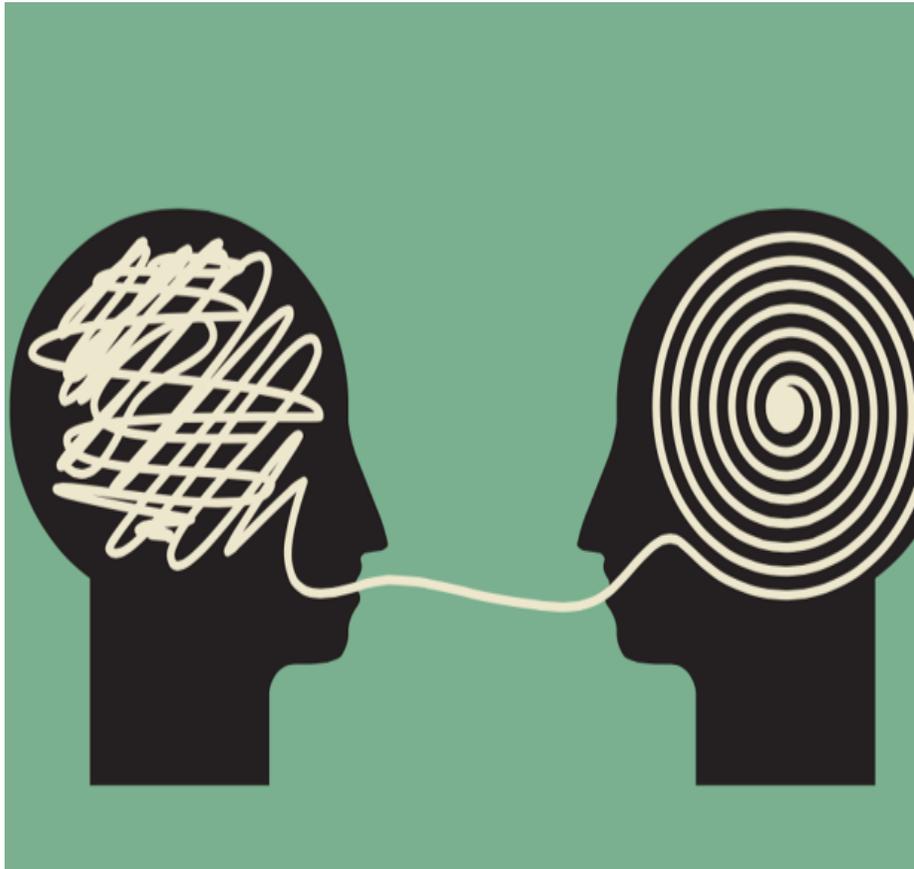
# REPARAR



- Tolerar los malentendidos
- Señalarlos.
- Reconocer la propia **contribución** al malentendido.
- Reconocer el **impacto**.
- Aclarar, **ajustar**.

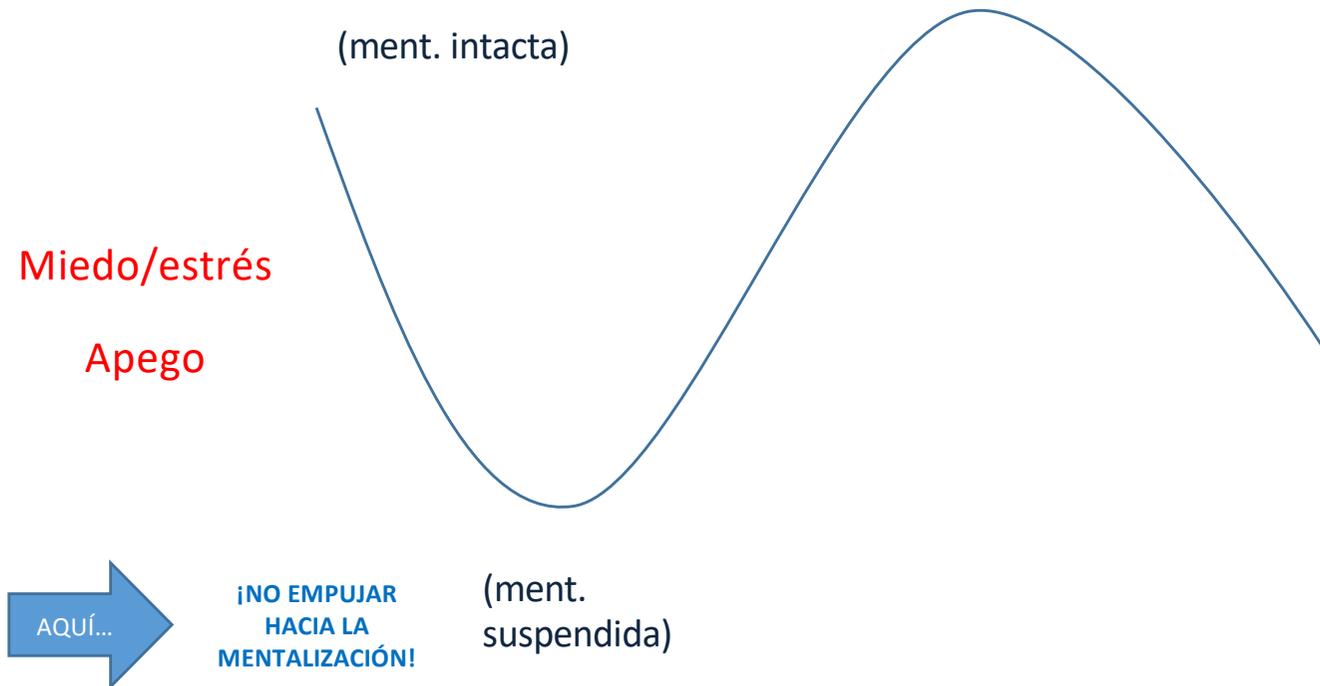
# MENTALIZAR:

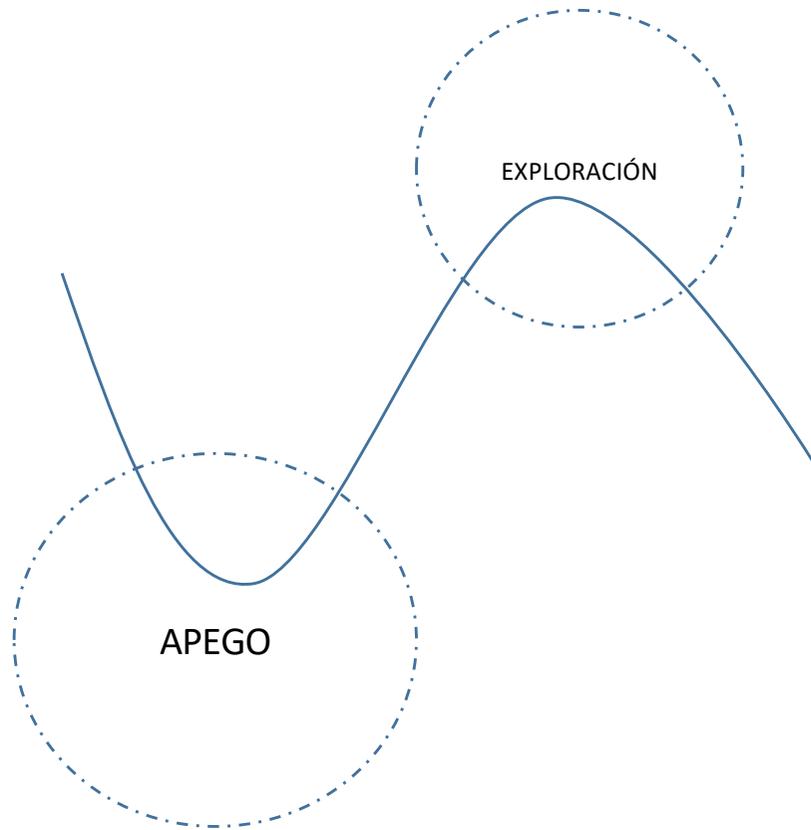
## La postura mentalizante

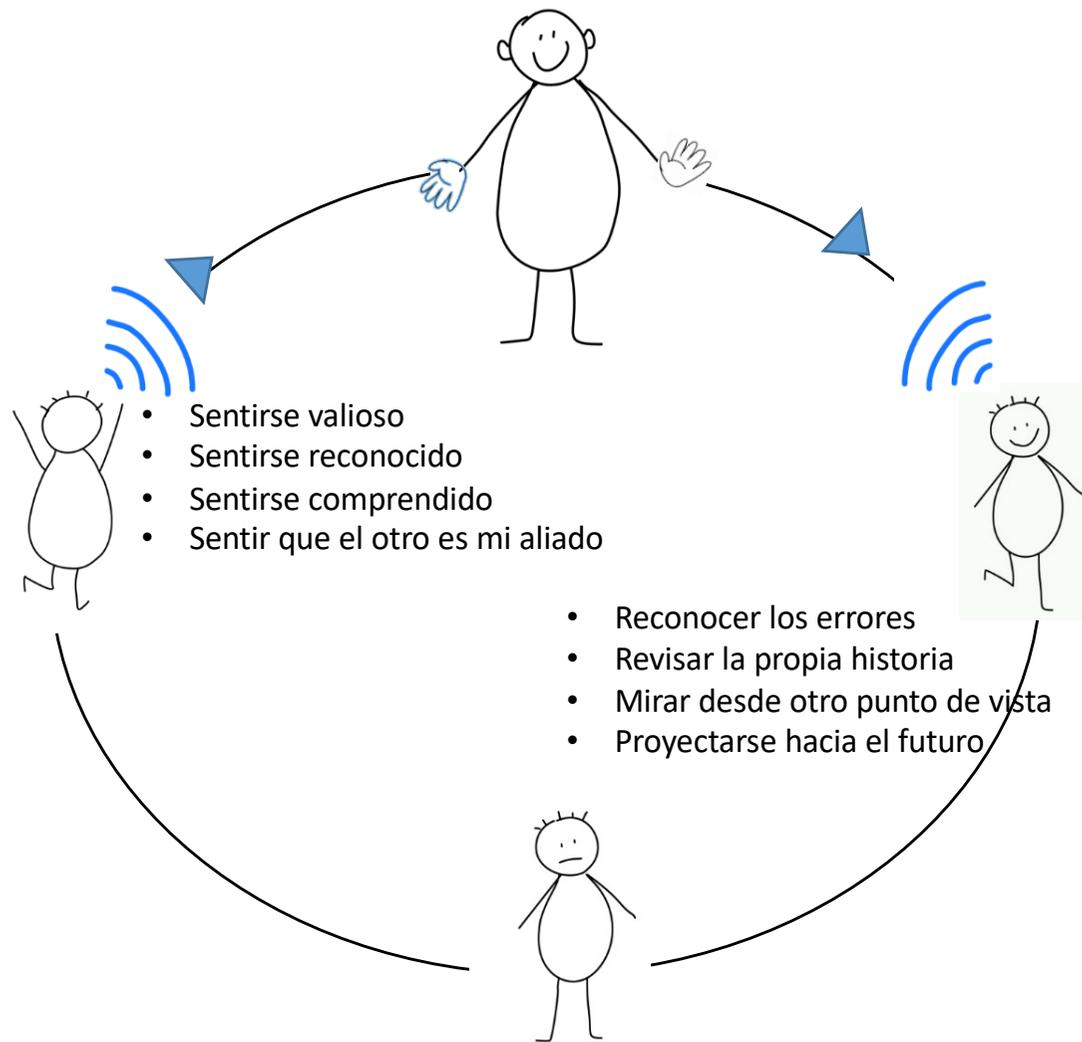


- Actitud de **no saber**.
- **Visibilizar** nuestro proceso reflexivo.
- **No empujar** a la mentalización

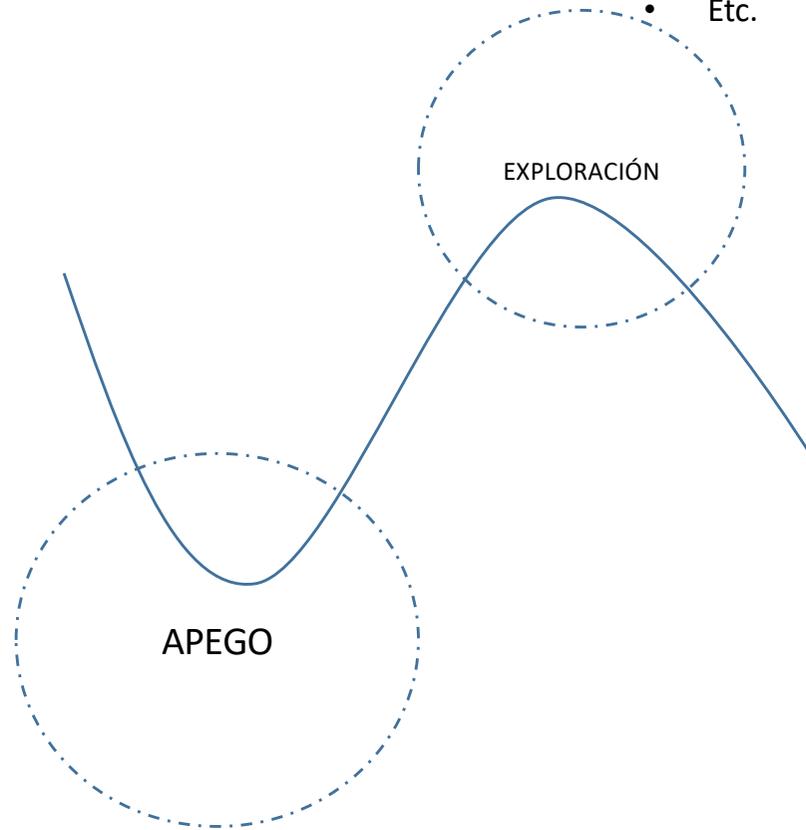
# Un límite: ¡no empujen!





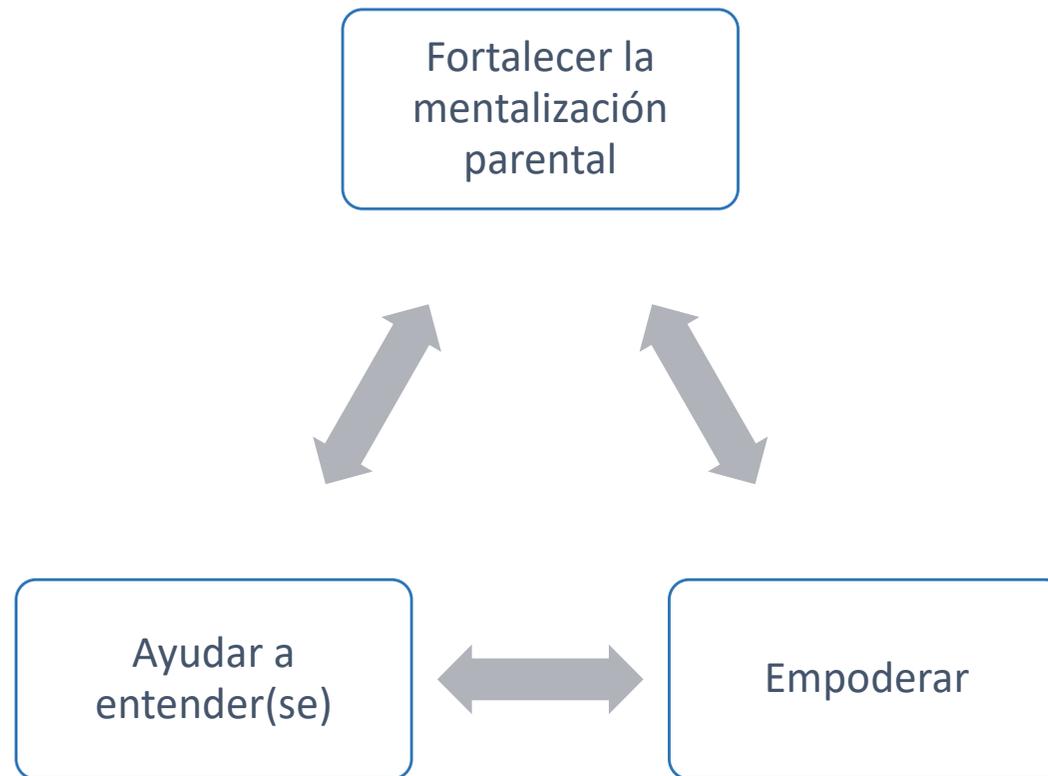


- Fomentar la mentalización
- Fomentar la observación
- Etc.



- Sintonizar
- Rebajar miedos
- Reparar

# Fortalecer las competencias parentales

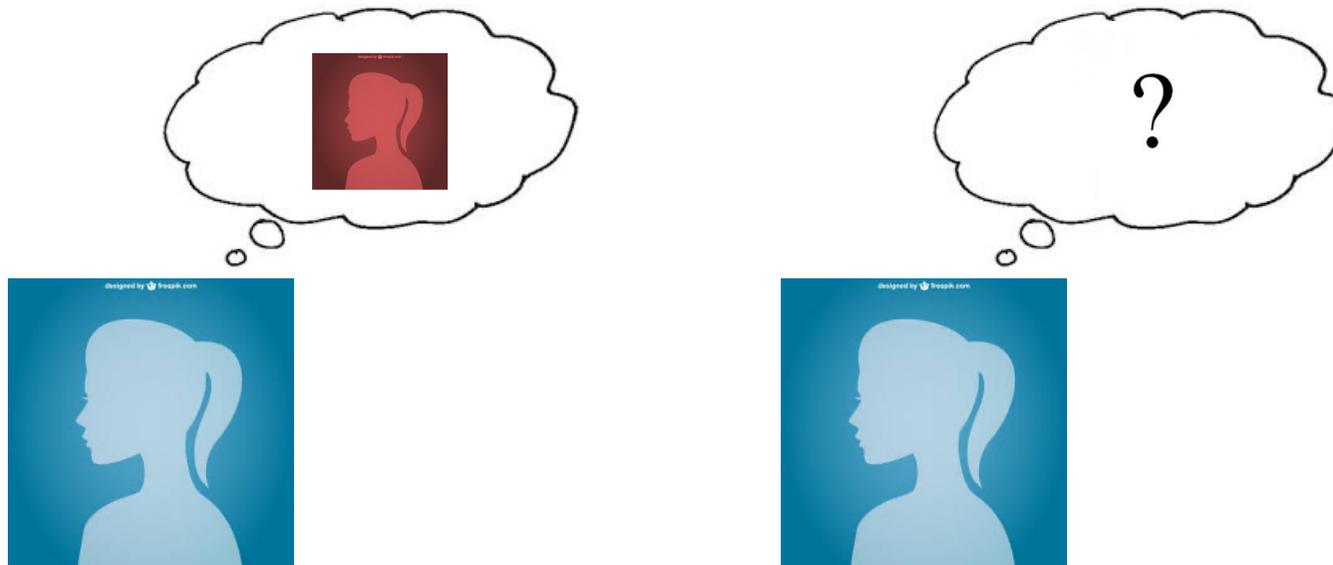


# Fortalecer las competencias parentales

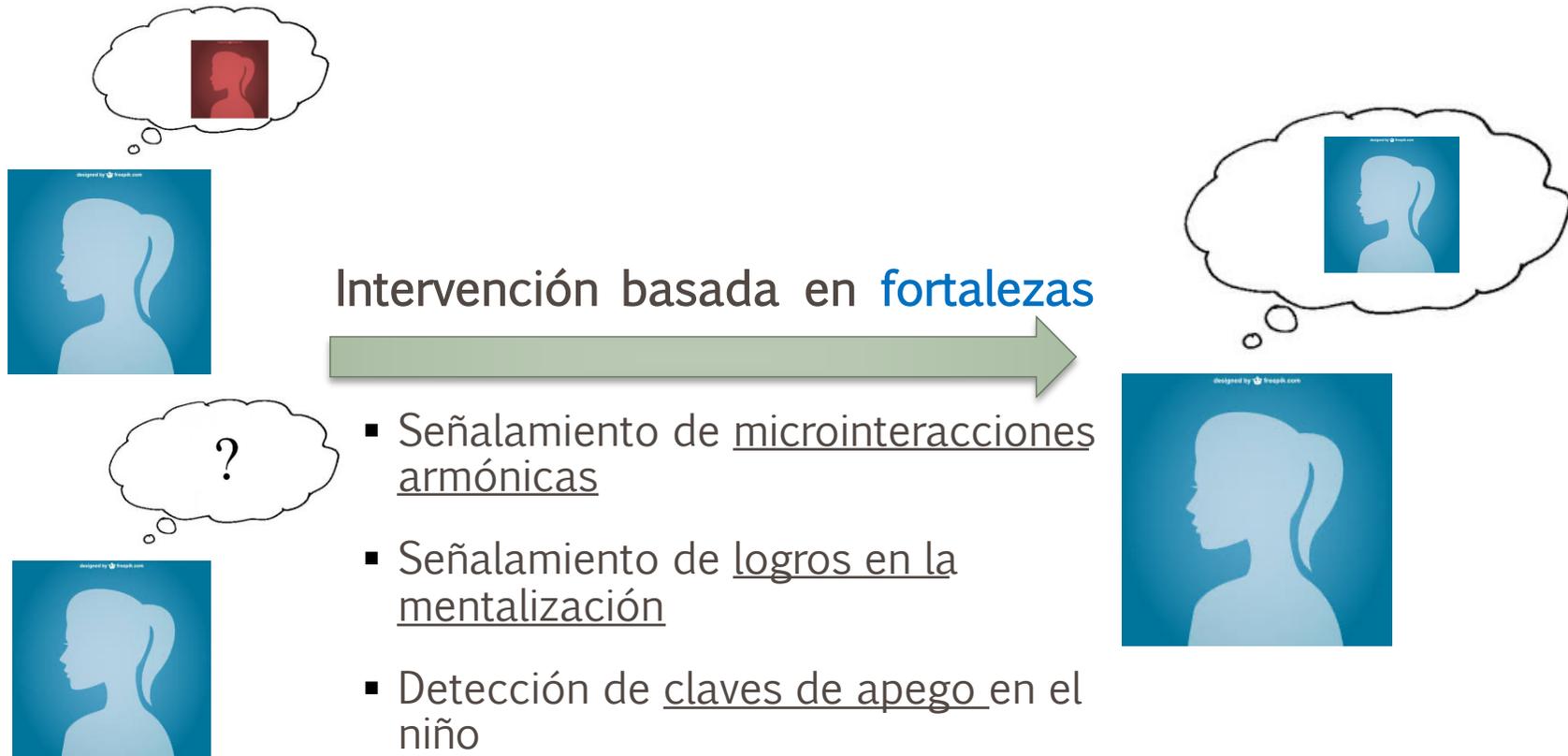
- Poder **discriminar** señales e interpretar su significado
- Sentirse **capaz** e importante.
- Usar los **recursos** de la propia historia.
- **Ver al niño** (vs ver los propios miedos)
- **Entender** de dónde vienen algunas cosas

# **Mejorar la imagen del padre-como-cuidador**

# Un cambio de mirada



# Un cambio de mirada

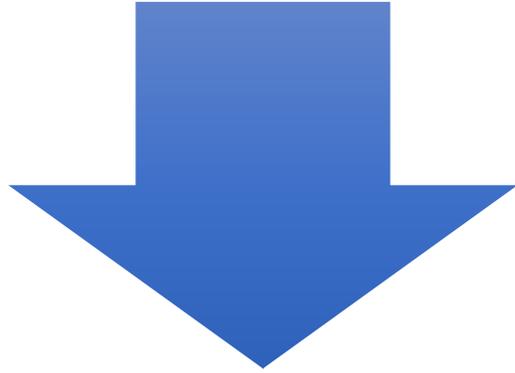




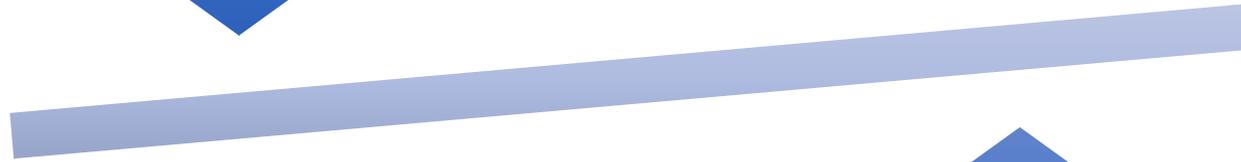
**TRABAJAR CON LA**  
***MEMORIA AMABLE***

- Experiencias excepcionales de seguridad
- Del pasado al presente...
- ...y a la inversa

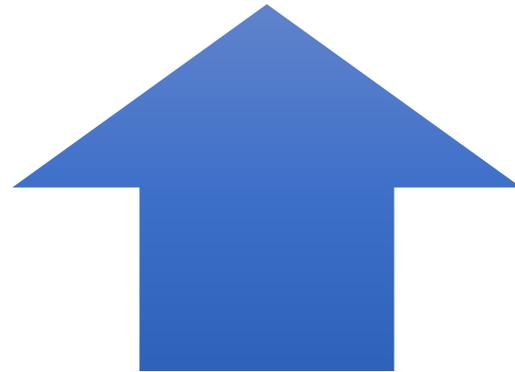




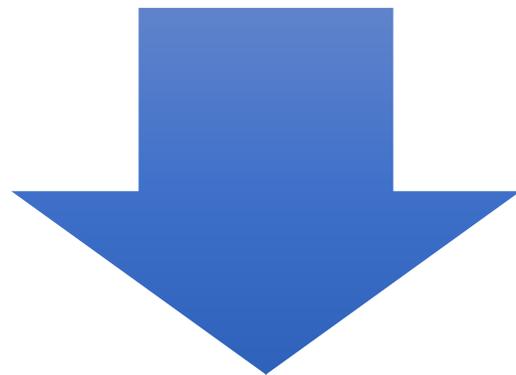
Miedos



Defensas



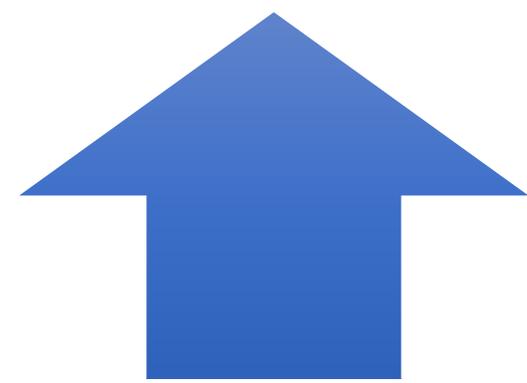
*Creo que la idea de que tu hijo lo pase mal es muy dolorosa para ti, y te deja en una situación en la que no sabes cómo manejarte. Imagino que pensar que él es “demasiado blando” hace que esto duela menos*



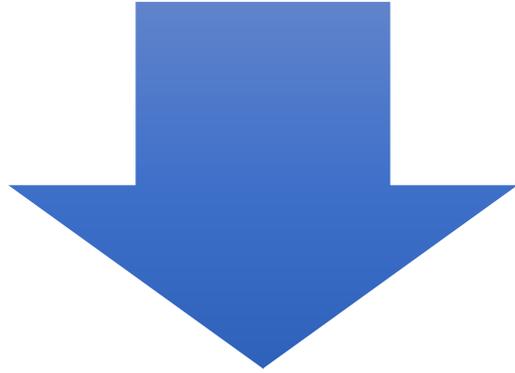
Señales



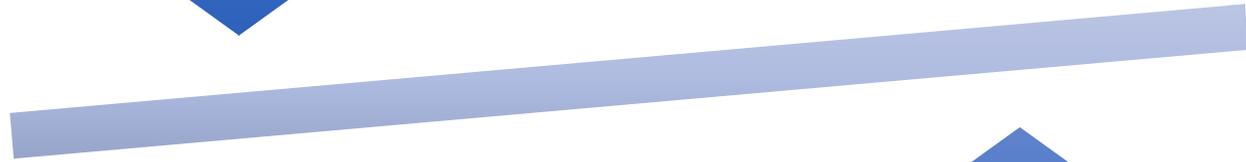
Respuestas



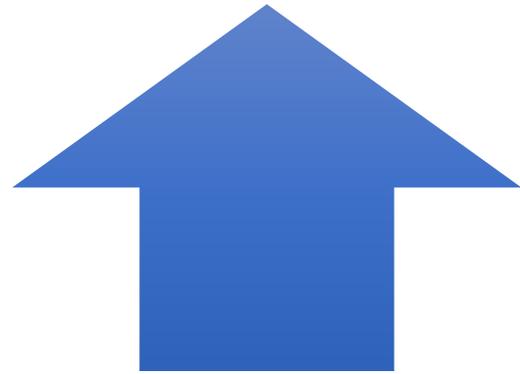
*Creo que, desde que tu niño ha comenzado a hacer cosas por sí mismo y a explorar el mundo con cierta libertad, tú sientes que, de alguna forma, te está abandonando, y eso te tiene muy enfadada*



Presente



Pasado

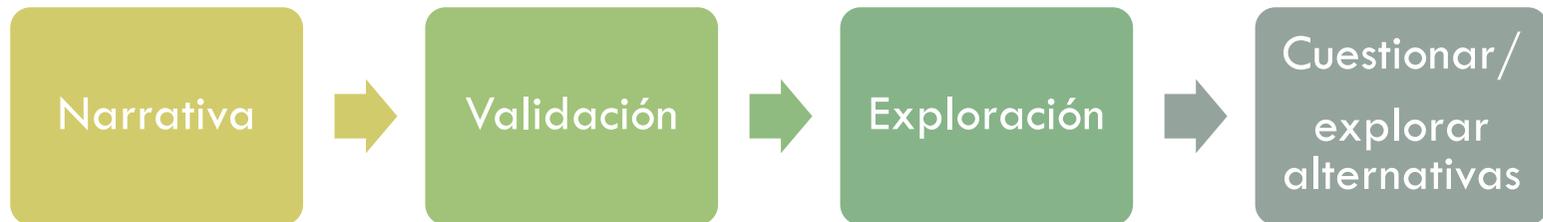


*Tengo la impresión de que esto es difícil porque, cuando ves el enfado en la cara de tu niño, una parte de ti siente que ha vuelto a ese tiempo en el que te hicieron sentir muy en peligro y sin poder escapar*

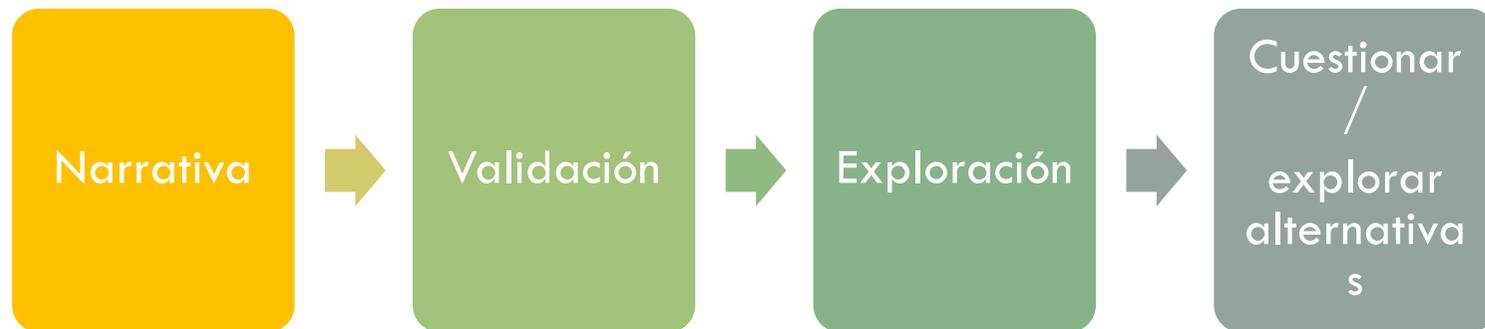
# **ALGUNAS ESTRATEGIAS ESPECÍFICAS PARA FOMENTAR LA MENTALIZACIÓN PARENTAL**

# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO

## Secuencia **NVEC**

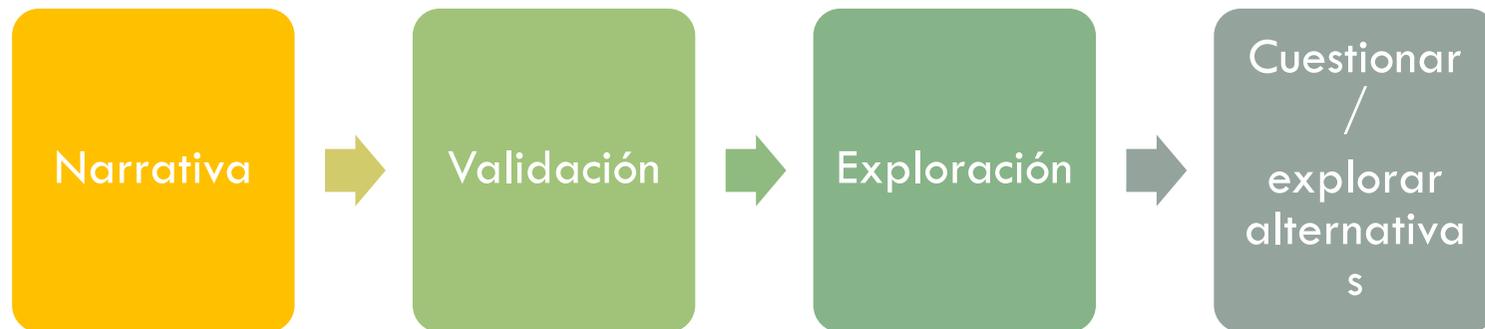


# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO



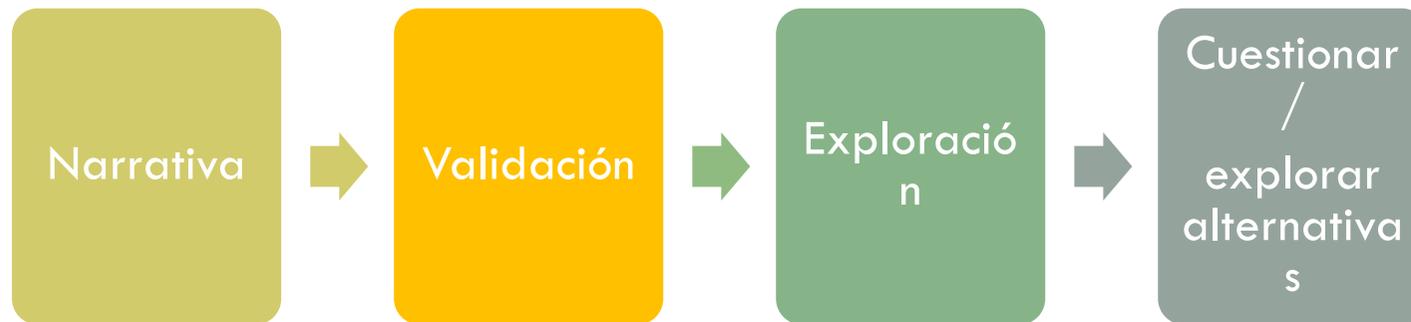
- ✓ Separar observaciones de inferencias
- ✓ Detallar la conducta
- ✓ Trazar la acción hasta los sentimientos

# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO



- El fin de semana fue espantoso. Fuimos al campo. Mi hija se portó fatal y la acabé pegando. Así que mi mujer dejó de hablarme, y yo me quedé hecho polvo.*
- ¿Podemos volver sobre esto despacio? Me gustaría que me contarás cómo estabais al principio, qué hacíais, cómo estabas tú, qué paso [...]*

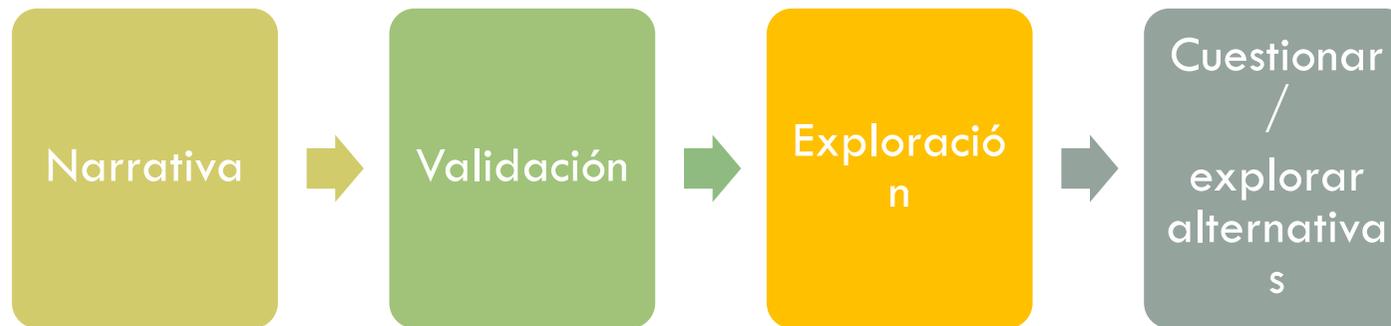
# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO



Ofrecer un reconocimiento “**marcado**” del afecto, y de su significado particular para el paciente. Mostrar el carácter provisional, exploratorio, de nuestras suposiciones.

*No estoy seguro de que ésta sea la mejor descripción de tu experiencia, pero creo que **es muy cansado para ti sentir que tu hijo te pide más de lo que puedes dar.***

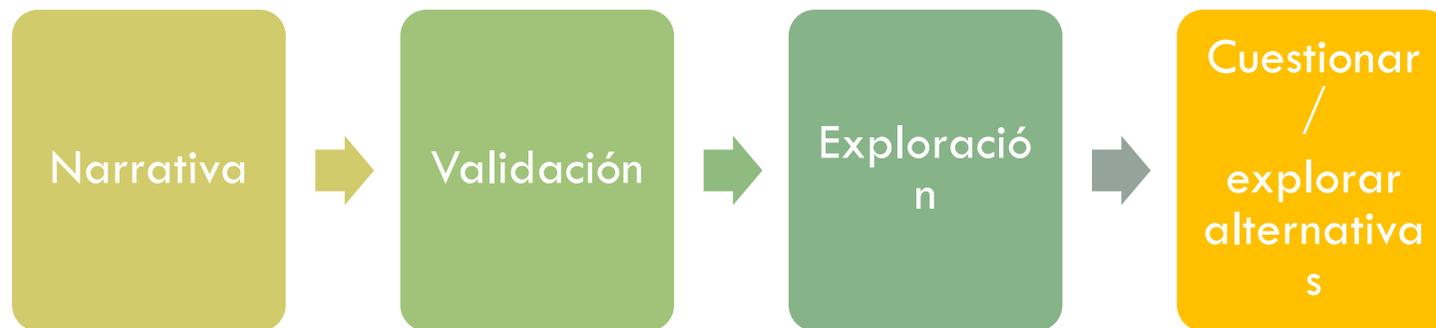
# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO



Indagar activamente acerca del carácter particular de los estados mentales del paciente. Indagar acerca de los efectos que tienen dichos estados mentales sobre el paciente (estados emocionales híbridos, como p.ej., sentirse culpable por sentir rabia).

*Me gustaría entender un poco mejor **cómo era para ti ese sentimiento**. Por un lado, me cuentas que hay un enfado muy grande. **¿Qué se te pasa por la cabeza cuando te sientes así? ¿Qué te pide el cuerpo hacer? ¿A qué te recuerda esto? Me pregunto si, junto con el enfado, hay otros sentimientos.***

# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO



Invitar, mediante preguntas o sugerencias, a que el paciente maneje perspectivas alternativas.

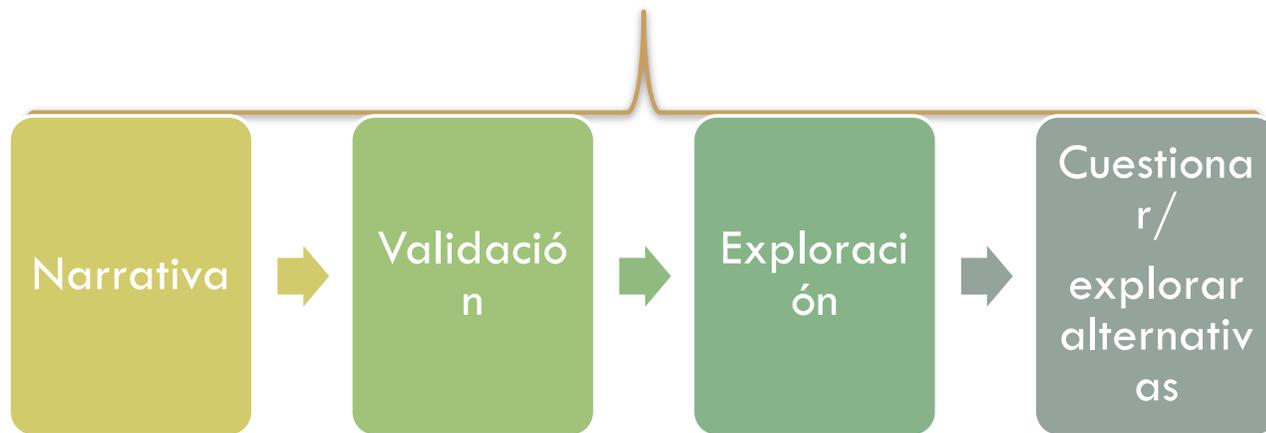
*Lo vives como si él, con estas cosas, quisiera desafiarte. Me pregunto, si él estuviera aquí, qué nos diría.  
¿Qué crees que nos diría acerca de sus verdaderas intenciones?*

*Es curioso, yo lo estaba viendo como...*

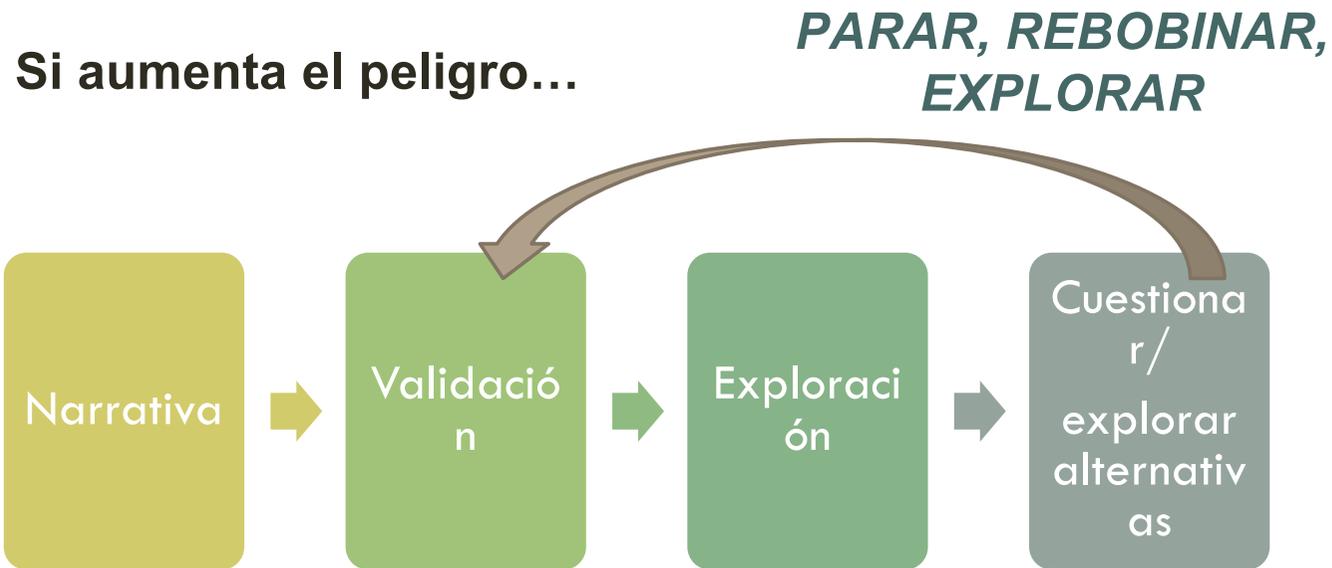
*Me llama la atención que lo veamos de formas distintas*

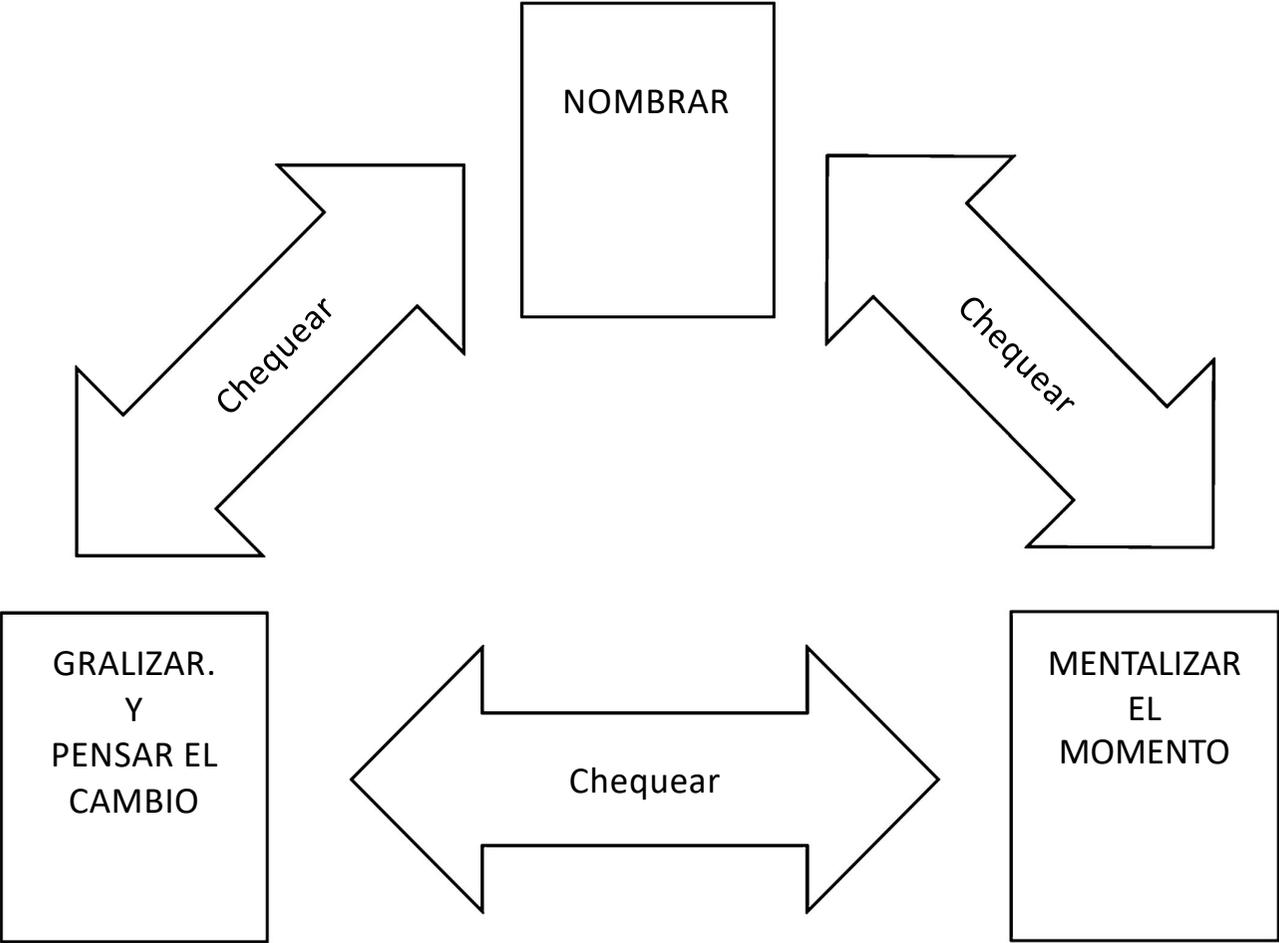
# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO

En todo momento,  
MONITORIZAMOS EL NIVEL DE SEGURIDAD...



# UN “CAMINO” PARA EL DIÁLOGO TERAPÉUTICO





¡MUCHAS GRACIAS!

---

[cpitillas@comillas.edu](mailto:cpitillas@comillas.edu)