

Secretos no revelados. Lo que nos pasa muchas veces tiene que ver con la historia de nuestros padres y abuelos, ¿cómo sanarlo?

Agustina Lanusse :: 6/4/2022



A pesar de los constantes intentos de mejora de los padres, hay traumas y problemas psicológicos que pueden transmitirse de generación en generación y afectan principalmente a los más chicos

2 de junio de 2022 19:38



[Agustina Lanusse](#)

PARA LA NACION



El vínculo familiar llega a ser tan fuerte, que en casos se reproducen conductas saludables o dañinas Shutterstock

Los padres de hoy pueden ser objeto de muchas críticas, pero no de una: la avidez con que se capacitan y participan de escuelas para padres o charlas en colegios con especialistas de toda clase para mejorar la manera de criar y educar a sus hijos.

Quieren estar presentes para ellos, fortalecer su autoestima, saber cómo y cuándo poner límites, acompañarlos en los momentos inevitables de angustia. Pero, **a pesar de su buenísima voluntad, muchas veces esta capacitación no alcanza.**

Sucede cuando los chicos con sus fobias, ataques de pánicos, o trabas en su desarrollo, ponen en acto traumas que no son propios. **“Lo que les sucede tiene poco que ver con ellos, y mucho que ver con sus padres o abuelos”**, explica Claudia Messing, psicóloga social y Presidente de la Sociedad Argentina de Terapia Familiar. Enfermedades, accidentes, conductas inconfesables enterradas o guardadas bajo llave. Todo lo que los adultos no pudieron sanar en sus propios vínculos.

Mabel Meschiany, psicóloga especializada en constelaciones familiares, cuenta el caso de Micaela, una chica de 17 años que no podía terminar el secundario y aprobar las materias previas que arrastraba. **En terapia esta adolescente se percató de que su madre quedó embarazada involuntariamente de ella a los 18 años y debió dejar la escuela y ocuparse de su beba.** En terapia Micaela pudo dejar de identificarse inconscientemente con su mamá. De algún modo, ella se acoplaba a este infortunio porque era lo conocido y bien visto en su sistema. Al tratarlo, pudo finalmente recibirse e inscribirse en la facultad.



Cuando los padres no se muestran sensibles con sus hijos y no sanan sus traumas, desencadenan conductas poco saludablesShutterstock

× []

“Sanar nuestra historia es sanar a nuestros hijos. Ellos se contagian emocionalmente de lo que nosotros no resolvimos. Debemos tomar conciencia, trabajar nuestros dolores y quiebres, para liberarlos a ellos de problemáticas psíquicas que no les pertenecen”, agrega Messing.

Varios especialistas consultados, celebran el interés de los padres por participar en talleres de crianza, pero reconocen que son instancias insuficientes a la hora de brindar plena salud emocional a su descendencia.

“Si padres o abuelos no pueden sacar a la luz lo que tienen en sombra, esas heridas desatendidas rebrotarán en las próximas generaciones”, explica Tobías Holc, psicólogo impulsor de la Escuela de Psicogenealogía de Buenos Aires.

Lo que evito, invito

Meschiany lo pone en estos términos: **todo lo que evito, invito.** “Las acciones de la vida personal que no fueron cerradas quedan fijadas en la memoria familiar de manera acrecentada. Picotean, taladran y reaparecen. Abusos silenciados, infidelidades ocultadas, abandonos no llorados. Seguramente se repetirán de manera automática”, afirma Meschiany.

Los terapeutas describen este fenómeno como *lealtad familiar*. **El vínculo en cada familia es tan fuerte, que tendemos a reproducir sin darnos cuenta, conductas saludables o dañinas por lealtad.** Si la ley que nos une a un sistema incluye, por ejemplo, orfandades tempranas o estafas económicas, uno puede reproducirlo para seguir unido al clan.

Existen numerosísimos ejemplos. Un niño de seis años con ataques de pánico cuyo padre había sufrido un abuso físico a la misma edad y nunca había hablado de ello; un chiquito de cuatro que padece una pulmonía grave con un papá que a los cuatro y medio perdió a su padre ahogado en un río. “La edad del hijo activa el trauma”, señala Holc.

Se trata del *síndrome aniversario*. **Traumas acallados, no elaborados que rebrotan a la misma edad en la siguiente generación.**



Los psicólogos coinciden sin excepción en que la mediación paterna es clave para que el niño se desarrolle bien en su infancia SHUTTERSTOCK - Shutterstock

× []

Recuperar la voz

De ahí la responsabilidad de los adultos por trabajar y cortar con esos síntomas o enfermedades reincidentes. **“Nunca es tarde para que los padres recuperen su lugar de hijos y reprocesen sus aflicciones”**, subraya Messing. En su consultorio ella sugiere a sus pacientes expresar de manera real o psicodramática lo que en su momento no pudieron decir. “Aquello que los dañó, donde quedaron paralizados, por miedo, indefensión o confusión. **Cuando las personas pueden volver a ese momento y recuperar su voz van curando sus heridas y perdonando a sus propios padres, abuelos”**, asegura.

Federico, un hombre de 40 años recurrió a la constelación para trabajar su inseguridad que lo lleva muchas veces a perder buenos empleos. Cuenta su experiencia: él dice ser el mayor de cuatro hermanos, pero al constelar surge una verdad que sacude a toda la familia: que en realidad él no es el primero, sino el segundo. Su madre concibió un hermanito antes que él que murió al nacer. Acontecimiento que no fue revelado ni duelo por sus padres. Para este hombre este dato resulta clave. **Comprende su desorganización interna, esa sensación de no lugar que arrastra y su dificultad para saber quién realmente es.** “Al entrar en el escenario traumático a través de las psicoescenas, uno entiende de donde viene su padecimiento, puede de construirlo e inscribirlo en el inconsciente genealógico de otra manera”, explica Holc.

El poder de los padres es inmenso. Al embarcarse con coraje en una psicoterapia pueden no sólo mitigar y revertir sus propios padecimientos sino, además, regalar un manantial de salud a su descendencia. Ya que no solo sanarán ellos sino también sus hijos.

[Agustina Lanusse](#)

Temas

Familias Psicología Bienestar

Conforme a los criterios de  The Trust Project
Conocé The Trust Project

Otras noticias de Familias



Amalia rompió con la tradición de la realeza. La decisión de rebelarse al mandato familiar: ¿castigo o liberación?



Vivir más liviano. Por qué cuesta tanto pedir perdón a nuestros hijos y es clave hacerlo



Trasplante de órganos. Las dos razones por las que fue necesaria una provocadora campaña para la donación pediátrica