

Implicación sistémica en la pareja: reconocer, ordenar y reparar

Idea principal

Las dificultades de pareja pueden estar sostenidas por lealtades familiares, relaciones anteriores y duelos que siguen activos. El coaching sistémico los aborda con una secuencia respetuosa: hacer visible la dinámica, validar lo que siente el consultante, cerrar lo pendiente y recuperar el contacto con el propio cuerpo y con la pareja.

Recorrido de la clase

00:00:00 · Del problema al movimiento

Repaso de las tres primeras sesiones y de la progresión desde definir el problema hasta trabajar recursos, emociones, valores, límites y territorio.

00:06:16 · Las huellas que llegan a la pareja

Relaciones parentales, parejas anteriores, duelos no resueltos, abortos y la posición de los hijos de relaciones previas como dinámicas que pueden influir en el vínculo actual.

00:10:31 · Cuando la familia se cierra sobre sí misma

Se exploran incestos reales o simbólicos, apellidos y fechas repetidas, y la posibilidad de que la pareja reproduzca un vínculo parental no resuelto.

00:15:04 · Dar lugar a la rabia y cerrar lo pendiente

La expresión de la rabia, el resentimiento y el dolor permite que el consultante deje de llevarlos al cuerpo y a la relación; el proceso se adapta a cada historia.

00:18:42 · Actos simbólicos para elaborar duelos

Sembrar una semilla, trabajar con una piedra y crear un gesto ceremonial son propuestas para dar forma al duelo, agradecer lo vivido y transformar la percepción.

00:22:47 · Coaching sistémico y constelaciones: dos encuadres

La conversación compara el movimiento de una constelación con el trabajo más dialogado, expresivo y continuado de una sesión de coaching sistémico.

00:28:07 · Validar la experiencia y elegir la herramienta

El consultante expresa lo que siente sin recibir una frase prefabricada; la técnica se elige con respeto, honestidad y atendiendo a lo que necesita esa persona.

00:34:29 · Ordenar los lugares y recuperar el contacto corporal

Las preguntas finales aplican la mirada sistémica a familias que se repliegan, nuevas parejas, hijos y experiencias de abuso, con una secuencia corporal gradual de contacto, límites y acercamiento.