

# INTIMIDAD DESDE DENTRO HACIA FUERA

RESUMEN DEL MODELO, PARTES DEL  
TERAPEUTA

**Toni Herbine-Blank**

BASIC TRAINING: MODULE 1





**BIENVENIDO**



Las relaciones íntimas se forman y se mantienen basadas en muchos factores, incluyendo y no limitado a:

- > influencias intergeneracionales
- > religión y espiritualidad
- > género
- y sexualidad
- > cargas culturales y por legado
- > la conexión de las personas con su parientes, y con la comunidad que ha creado.

**Ninguna única teoría sirve para todos y por ello enfatizamos el discernimiento mientras aprendes. También insistimos en la importancia de la sensibilidad cultural cuando se empieza una terapia con cada individuo, pareja o sistema.**





# Resumen del modelo

## TRES FASES DE IFIO:

### **Comienzo:**

Conocer la relación, introducir posibilidades

---

### **Los remolinos y el fluir a medio camino:**

Protocolos no lineales

---

### **Finalización:**

reparación y visión

---

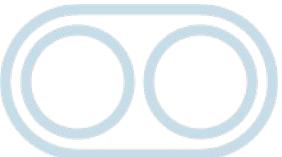
# IFIÓ es un modelo de diferenciación

➤ La diferenciación se define como la capacidad de autoregularse y unirse

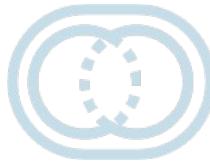
— DESDE LA DIFERENCIACIÓN INTERNA A LA DIFERENCIACIÓN EXTERNA —



Conectado de forma segura dentro



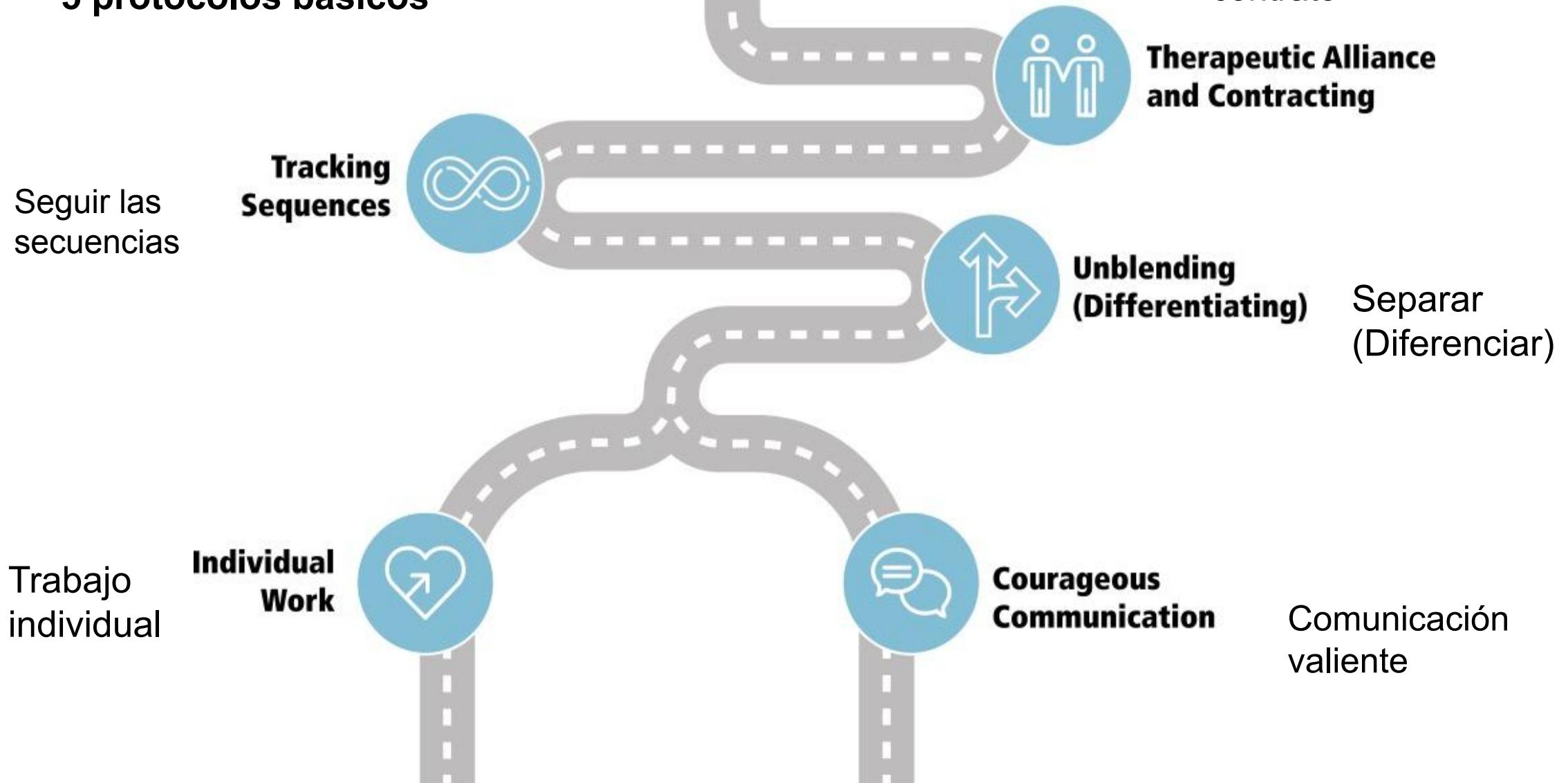
Conectado de forma segura con el otro



La Diferenciación fortalece la intimidad

# Hoja de ruta

## 5 protocolos básicos



# SISTEMA DE LA PAREJA

**PROTOCOLOS**  
**básicos no**  
**lineales**



**META:**

**Liderazgo de Self**

Separado, diferenciado, relaciones más profundas

---

**Orientado hacia la  
experiencia y el  
proceso**

---

**La Separación de  
nuestras partes o  
interacciones  
lideradas por el Self**  
llevan a una  
**comunicación  
efectiva**

---

**Facilitamos su viaje  
hacia **relaciones  
mutuamente  
satisfactorias****

# ¿Qué es la intimidad?



**Podemos definir la intimidad como una cualidad de la relación que demuestra una conexión emocional. Ver y ser visto, reciprocidad y mutualidad. ¿Y si la intimidad fuese una expresión fluida de partes y de Self, dentro y fuera?**





# ¿Qué factores llevan a la incapacidad de intimar?

## Heridas relacionales

- Heridas de apego
- Temperamento
- Desarrollo psicológico

## La vergüenza

- Soy malo

# ¿Qué hacen los protectores para intentar evitar el dolor?

- 
- Luchar

---

  - Huir y evitar

---

  - Entumecer

---

  - Congelar
- 
- Controlar Self u otros

---

  - Cuidar

---

  - Avergonzar/culpar

---

  - Someterse

---

  - Intentar unirse de manera desesperada

# Tareas del terapeuta

- Seguridad, conexión, empatía, compasión y estar en sintonía
- Claridad para reconocer los exiliados debajo de los protectores
- Coraje para validar y retar a los protectores con claridad y amabilidad
- Habilidad para escuchar a protectores mezclados y retarles cuando se haya construido una relación de confianza

# Cualidades de liderazgo de Self que cultivarán terapeutas de IFIO

## CORAJE

- > Quedarse con los protectores y recordar sus dilemas y sus embrollos

## CLARIDAD

- > Sostener la perspectiva amplia para la pareja cuando ellos no pueden

## PERSISTENCIA

- > “Apuntalar” durante momentos difíciles de la terapia en pareja

## PERSPECTIVA

- > Confiar en el proceso
- > Ver el panorama completo

## COMPASIÓN

- > Y también empatía (saber la diferencia)

## CREATIVIDAD

- > Humor
- > Disposición para cambiar de dirección rápidamente y a menudo

## PACIENCIA

- > Prestar atención a los pasos y ritmo del cliente



# Acceso directo

## **UNA HABILIDAD NECESARIA PARA EL TERAPEUTA DE PAREJA DE IFIO**

- Implícito o explícito
- Especialmente necesarios con protectores mezclados

# La Conciencia de las partes de uno mismo es esencial para ser exitoso

## Habilidades del terapeuta

- Experiencia, buena teoría, buenos conceptos y juicio, conciencia de prejuicios implícitos

## Partes del terapeuta

(Pueden atrapar al terapeuta en un triángulo)

- Contratransferencia  
(activaciones de la infancia salen a la superficie)





[ToniHerbineBlank.com](http://ToniHerbineBlank.com)

