

LA INTIMIDAD DESDE DENTRO HACIA FUERA

EMPEZANDO, SEGUIR LAS SECUENCIAS

Toni Herbine-Blank

BASIC TRAINING: MODULE 2



Hoja de ruta

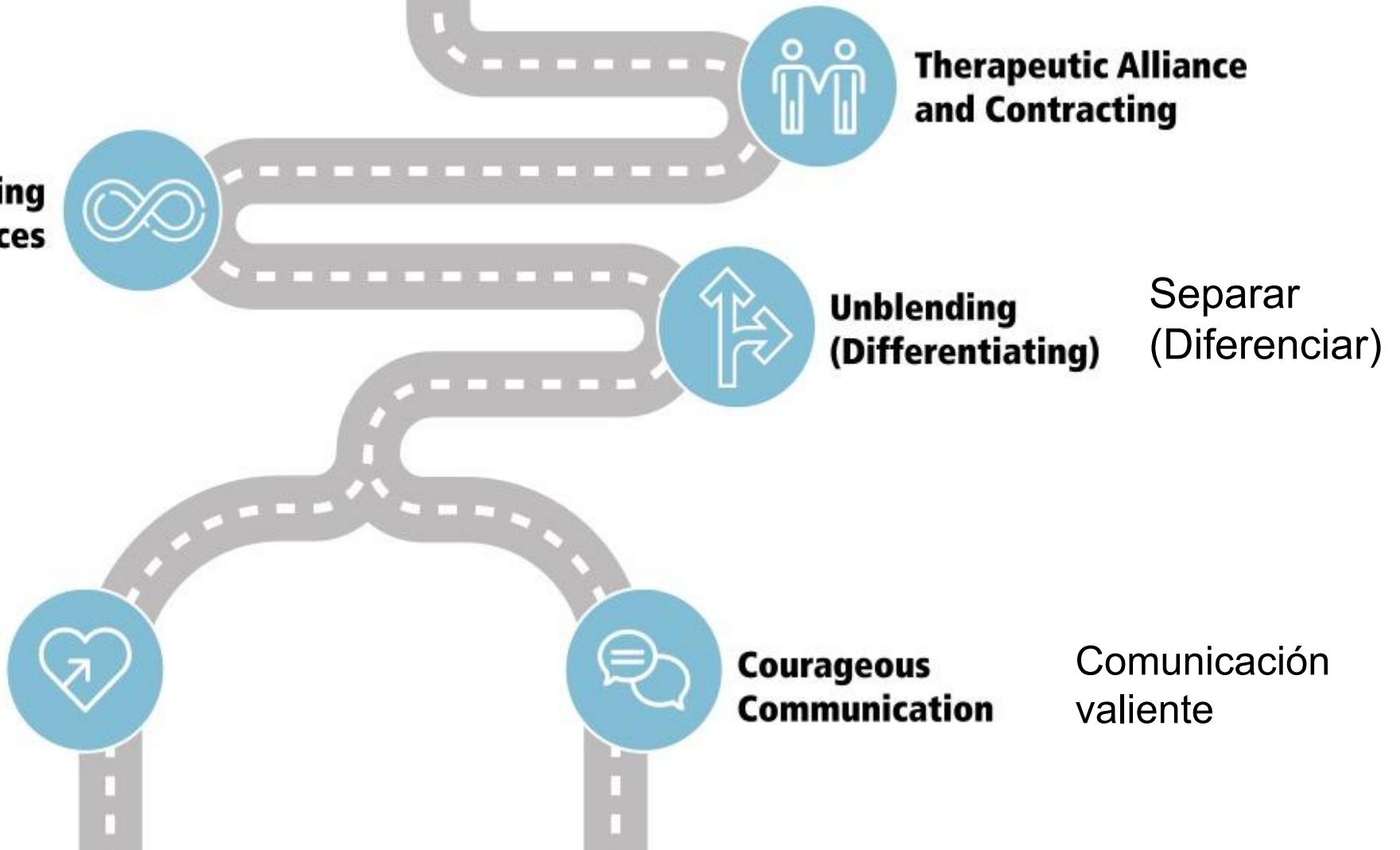
5 protocolos básicos

Seguir las secuencias

Tracking Sequences

Trabajo individual

Individual Work



Alianza terapéutica y contrato

Therapeutic Alliance and Contracting

Separar (Diferenciar)

Unblending (Differentiating)

Comunicación valiente

Courageous Communication



Alianza terapéutica

¿Qué significa esto?

- Liderazgo de Self
- Reflejo seguro
- Honrar a las personas. Su lucha y su perspectiva.
- Escuchar y seguir cuidadosamente con un alto nivel de sintonía.



Empezando

Escuchar a sus partes

- > Historias, necesidades, lucha, etc.
- > ¿Trauma del pasado o del presente?
- > Cargas por legado o culturales de:
 - su familia de origen
 - la comunidad a la que pertenecen
 - racismo
 - la cultura dominante

Contrato para un resultado

- > ¿Qué resultado quieres?

Invita a las preguntas y preocupaciones

- > *¿Cómo es para ti empezar con la terapia?*
- > *¿Tienes preguntas sobre cómo trabajo?*
- > *¿Cómo es para ti estar aquí conmigo?*
- > *¿Qué diferencias entre nosotros o entre vosotros pueden hacer que la terapia sea desafiante?*

Más preguntas

- *¿La sexualidad es algo que estáis interesados en explorar en la terapia?*
- *¿Hay una historia de adicción? ¿De enfermedad crónica?*
- *¿Tenéis preguntas específicas para mi sobre cómo trabajo?*
- *¿Habéis estado en terapia antes?*
 - > *¿Que funcionó?*
 - > *¿Qué no funcionó?*



Qué creencias tienes sobre las relaciones basadas en:

- Cultura
- Valores familiares
- Cargas por legado

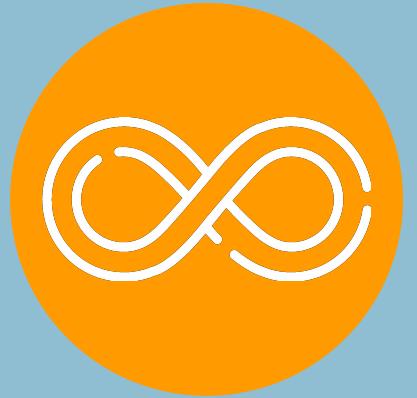
- ¿Cuál es tu estilo de comunicación?
- ¿Qué funciona en tu comunicación?
- ¿Qué no funciona en tu comunicación?



> **Los contratos** se hacen para cuidar de la seguridad pero también por definir sobre qué se va a trabajar en la terapia

> **Presentar el modelo enseñándolo o demostrándolo**

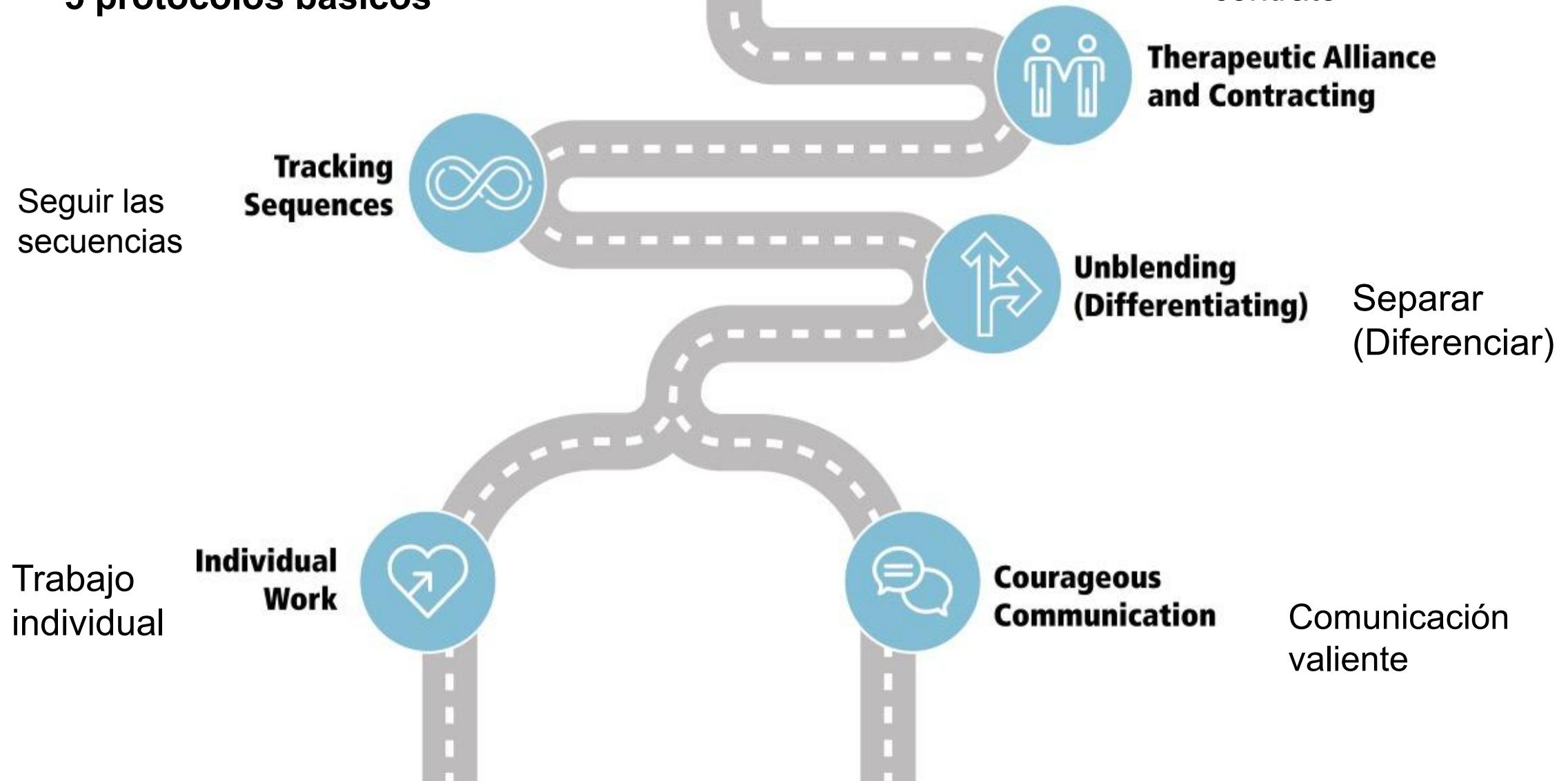
- Qué es universal
- Partes y Self
- Por qué te encanta el modelo
- Basada en la entrevista inicial, qué es posible para ellos

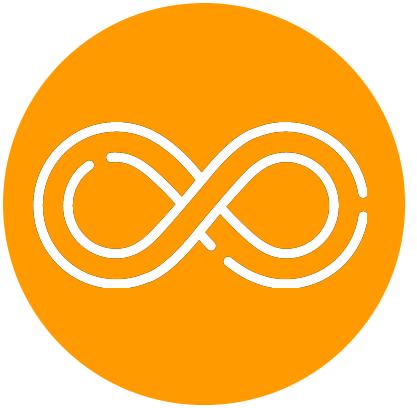


Seguir las secuencias

Hoja de Ruta

5 protocolos básicos





Seguir las secuencias: COMPRENDER LOS PATRONES

Las secuencias son:

- Patrones predecibles y repetitivos de comportamiento entre partes protectoras.
- Protectores actuando en respuesta a los sentimientos y necesidades más profundas de los exiliados.
- Interacciones dolorosas que son intentos inadecuados de restaurar la conexión.
 - Hacen que las personas se sientan sin esperanza y desconectadas.



El Propósito de seguir las secuencias

- Llevar a la conciencia al baile de los protectores
- Nombrar el ciclo repetitivo
- Ofrecer un giro hacia uno mismo
- Empezar a bajar a la vulnerabilidad



El proceso

Reflejar y nombrar el ciclo usando lenguaje de partes, si es apropiado

Empezar un giro hacia uno mismo

- *¿Qué ocurre dentro de ti?*
- *¿Qué ocurre en tu cuerpo?*
- *¿Qué te dices a ti mismo?*
- *¿Eres consciente de alguna emoción?*
- *¿Cuál es el primer instinto de tu protector? (aunque no reacciones de esta manera)*
- ***¿Qué acción tomas?***
- *¿Qué haces o dices en relación a ellos?*



- Continuar trabajando horizontalmente hasta que tú (y ellos) **reconozcáis el ciclo**
- Descubrir **las esperanzas y los miedos** de los protectores
- Nombrar a los **exiliados**, si es posible



La invitación

¿Cómo sería si cuando tu pareja hace eso, tu fueras capaz de estar más presente contigo mismo y tener más elección sobre cómo responder?

¿Qué pasaría si cuando tu pareja haga o diga eso, tus sentimientos vulnerables o defensivos no te inundaran?

Cuál es la invitación que puedes ofrecer auténticamente a tus clientes?



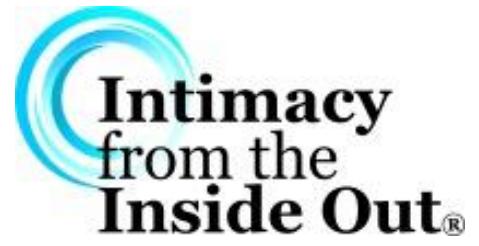
Recordatorios

Seguir moviendo horizontalmente

No engancharse con el contenido

La vulnerabilidad impulsa la protección

¿Te sientes amable hacia sus protectores?



ToniHerbineBlank.com

