

**APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES****APPROACH TO FAMILY SECRETS**

Fernando Mansilla Izquierdo

[mansillaif@gmail.com](mailto:mansillaif@gmail.com)

Secreto familiar, transmisión generacional.

Family secret, Generation transmission.

**RESUMEN**

Los secretos familiares hacen referencia a los acontecimientos traumáticos (violación, incesto, maltrato, aborto, suicidio, crimen, trastorno mental, etc.) ocurridos en una familia que son escondidos porque se avergüenzan o se culpan de ellos y se ocultan con tanto esmero y recelo incluso a parte de la familia que trascienden por generaciones, causando problemas biopsicosociales a la descendencia.

Cada miembro de la familia es portador de los conflictos no solucionados de su estirpe, lo que origina además de sufrimiento y patologías, dificultad para autorrealizarse y para conseguir los objetivos personales, familiares y sociales. Pero los secretos familiares no afectan a todos los descendientes de la misma forma ni con la misma intensidad, ya que depende del acontecimiento traumático, de cómo se va transmitiendo y de las circunstancias de cada uno de los miembros de la familia.

**APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES**

Los secretos familiares integran parte de la cotidianidad de las personas y, por tanto, se han convertido también en un elemento constitutivo de las dinámicas familiares. Además forman parte de la intimidad de los miembros de la familia (Alarcón de Soler, 2013).

La temática de los secretos familiares son susceptibles de ir cambiando a través de épocas y tiempos, ya que suelen ser conductas prohibidas y sancionadas por los códigos legales como el asesinato o el robo o son conductas censuradas o repudiadas por la sociedad como la prostitución o adicciones.

Se han definido los secretos familiares como el ocultamiento consciente de alguna información o algún acontecimiento por uno o más miembros de una familia, que pueden verse afectados por ésta (Rober, Walravens y Versteijnen, 2012). Así mismo, se ha precisado que son una forma de controlar la información, porque se acuerda implícita o explícitamente el ocultamiento a través de un trabajo colectivo que crea una realidad para unos frente a otros (Vangelisti y Caughlin, 1997)

## **APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES**

De manera que los secretos familiares consisten en silenciar una información o en ocultar un hecho o acontecimiento que ha ocurrido. Unas personas conocen el hecho y poseen la información, mientras que otros lo ignoran. Por lo tanto, se es portador de un secreto o se está excluido o se es víctima.

El secreto familiar se entiende como un producto de la intimidad que se desarrolla en los vínculos del sistema familiar, pero además funciona como un mecanismo defensivo que permite protegerse a sí mismo u a otros del exterior (Salazar Alvarado, 2017). Todas las familias tienen secretos porque ocultan algún suceso de algún antepasado que resulta doloroso y del que abominan o se arrepienten. Estos secretos, llamados "secretos turbios" están cargados de intensos sentimientos de temor, vergüenza y culpa, y limitan la entereza y la libertad de los miembros de la familia (Bradshaw, 2000).

El secreto familiar suele emerger como una defensa ante la amenaza de ruptura del núcleo familiar o por el temor de un miembro a ser expulsado del mismo. Los sucesos más comunes que se silencian y se constituyen en secretos familiares se refieren a acontecimientos vitales estresantes y traumáticos como: violación, incesto, abuso sexual infantil, encarcelamiento, maltrato físico o psicológico, robo, aborto, suicidio, adicciones, infidelidad, prostitución, homosexualidad, asesinato, trastorno mental, etc. Estos eventos se esconden y se guardan con tanto recelo, que incluso trascienden por generaciones (Termini, 2018).

Los secretos familiares no influyen en todos los descendientes de la misma forma ni con la misma intensidad, ya que depende del evento traumático, de la duración del trauma, de cómo afectó y afecta a la familia, de la posición que ocupa el miembro en la familia, de la autoridad y aquiescencia que tuvo cada antepasado y de su influjo en la familia actual. Además también interviene en el padecimiento el hecho de ser conocedor o no del secreto. Así, se va conformando una trama de división familiar, malestar y relaciones de poder. El que guarda el secreto u obliga a guardarlo, tiene el poder de la información en relación a los demás. El secreto familiar acaba teniendo consecuencias tanto en el que lo guarda como en el que lo desconoce.

El secreto familiar guardado en una generación es una fuente de traumas y conflictos para los miembros de la familia de las generaciones siguientes (Jodorowsky y Costa, 2012). Incluso actúa como un agente desestructurante y desorganizador.

Cuando un acontecimiento traumático no se elabora, no se simboliza de un modo adecuado no puede expresarse en palabras y continuará presente en la familia a través de comportamientos o actitudes, pero no mediante el habla, ya que no se podrá verbalizar.

El secreto familiar que causa vergüenza, rechazo, censura, desaprobación y humillación es doloroso para la familia y la somete a presión psicológica, por eso se silencia, se esconde, se reprime, y termina formando parte del inconsciente, pudiendo emerger en una generación posterior. De ahí que esté en el origen de problemas psicológicos y de disfunciones familiares. Además puede ser vivido como algo destructivo, como un cuerpo extraño que genera un

## **APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES**

desgaste emocional y un nivel de ansiedad que irá creciendo con el tiempo, pudiendo llegar a la somatización (Termini, 2018).

Incluso puede conllevar a patrones repetitivos, reincidiendo en situaciones dolorosas, desgraciadas o dañinas. Pero cuando un patrón se repite se puede estar dando una señal de aviso y al mismo tiempo se puede intentar develar el secreto que persiste en el inconsciente. Por eso puede expresarse a través del cuerpo, pero el lenguaje que utiliza el cuerpo tiene que ser decodificado, ya que el mensaje que transmite no concuerda con el lenguaje verbal.

Todos los miembros de la familia establecen vínculos entre sí, pero también con los antepasados y, por tanto, les mantiene unidos a sus traumas silenciados mediante una identificación inconsciente. Los secretos familiares pueden ser contemplados como una producción vincular que busca esconder conscientemente algo a otro miembro de un vínculo (Alarcón, 2007), este ocultamiento está anclado en funcionamientos inconscientes. Se podría decir, que los secretos dan forma no sólo a las relaciones, sino también a las vidas internas (Imber-Black, 1993).

Los secretos familiares frecuentemente suelen ser la pérdida de un objeto que no pudo ser elaborada y al resultar una afrenta narcisista no puede ser contada (Larbán Vera, 2011).

El ocultamiento consciente de una realidad produce una herida narcisista y cuestiona los ideales de la familia. Lo que se esconde circula en el inconsciente vincular. Aunque, en algún nivel se sabe o presiente aquello que se oculta (Alarcón, 2007).

Lo que se oculta, el secreto, es un mecanismo defensivo familiar anclado en el funcionamiento intrasubjetivo que hace referencia al narcisismo, en el funcionamiento intersubjetivo que hace alusión a los ideales familiares y en el funcionamiento transubjetivo que se relaciona con la pertenencia social (Alarcón de Soler, 2013).

A través de una lealtad invisible con sus antepasados, un miembro de la familia carga con experiencias traumáticas que no son suyas, que son de sus antepasados, que fueron silenciadas y que no fueron elaboradas en su momento. A partir de esa lealtad familiar invisible que es conformada por los secretos (Imber-Black, 1993), un miembro recibe una historia que no le es propia, pero que incorpora a su psiquismo y determina su experiencia vital (Del Rey y otros, 2014).

Los secretos familiares penetran paulatinamente en el inconsciente e inician un ejercicio adverso tanto en la mente como en el cuerpo. Generan infelicidad, perturban y hacen sufrir y tienen consecuencias psíquicas en los hijos (Tisseron, 2017). Con asiduidad los secretos familiares pueden manifestarse en los descendientes en problemas físicos relacionados con el estrés, ansiedad y otros problemas psicológicos (Berger y Paul, 2008) (Pruchno, 2014).

La tensión provocada por las emociones que genera un secreto familiar puede afectar a los sistemas biológicos y perjudicar las funciones inmunitarias, cardíacas, renales, intestinales, etc. (Langlois y Langlois, 2010).

## **APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES**

Por otro lado, hay que tener en cuenta que el tiempo que se haya mantenido el secreto tiene su complejidad a la hora de develarlo. Así, el secreto familiar reciente puede ser ventilado buscando un momento propicio, una estrategia apropiada y un lenguaje adecuado, pero si es un secreto del pasado y se da cierta cronicidad, posiblemente tenga que ser abordado con ayuda profesional, ya que cuanto mayor tiempo se mantiene el secreto, mayores son las complicaciones que se encontrarán para resolver el problema, porque conforme va pasando el tiempo más ardua se hará la develación.

Cuando los secretos familiares son develados de forma involuntaria o espontánea suelen acompañarse de intensos sentimientos de tristeza, culpa y vergüenza y, a veces, de ira y agresividad contra los miembros de la familia a los que se considera culpables del sufrimiento. Es conveniente diferenciar entre contenido del secreto y la función del secreto. El contenido hace referencia al dato, evento o circunstancia que se oculta y la función se refiere a para qué surge o se mantiene el secreto (Alarcón, Gutiérrez y Gallego, 2000), ya que cuando va a llevar a cabo la develación del secreto y se aborda la patología derivada del secreto familiar hay que tener en cuenta tanto el contenido como la función del secreto, que está instituido por lo que no se habla en la familia, lo que está prohibido saber y lo que resulta doloroso para quienes guardan el secreto (Tisseron, 1996).

A lo largo de los años los secretos familiares se han ido ordenando y catalogando en distintas categorías:

Secretos familiares individuales que son guardados por un miembro al familia que oculta sucesos para evitar consecuencias perjudiciales y para proteger a otros del dolor que origina el secreto. Estos secretos individuales pueden generar ansiedad en el que guarda el secreto por temor a ser descubierto y el resto de la familia puede sentir que algo ocurre y la incertidumbre les altera y puede provocar desasosiego e intranquilidad.

Secretos familiares internos involucran al menos a dos miembros de la familia que mantienen un secreto a uno o más miembros de la familia. Como el secreto es conocido por unos y no por otros se crean subgrupos, y se dan separaciones entre los que tienen la información que se oculta y los que no.

Y en secretos familiares compartidos el suceso lo conoce la familia, pero se esconde y está vetada a los de fuera. Compartir este secreto incrementa la unión y la cohesión de la familia al crear una cultura interna. Es habitual que los secretos familiares compartidos se centren en temas tabú, como el abuso dentro de la familia, el encarcelamiento de un miembro o la drogodependencia. Estos secretos crean un límite entre la familia y el mundo exterior (Karpel, 1980) (Vangelisti, 1994)

También los secretos familiares se organizado en:

- 1) Eventos de pérdida como accidentes incapacitantes o fatales o enfermedad grave y crónica.
- 2) El abuso en general, y en particular el abuso sexual grave y prolongado, acoso o maltrato físico o psicológico crónico.

## APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES

3) Eventos vergonzosos como son tener hijos ilegítimos, la homosexualidad, familiares que padecen enfermedades mentales, embarazo fuera del matrimonio o en edad infantil, prostitución o encarcelamiento.

4) Eventos económicos con potencial altamente estresante o traumático como bancarrota en general o pérdida de trabajo (Termini, 2018).

Incluso los secretos familiares han sido divididos en nocivos y peligrosos:

Los secretos familiares nocivos pueden haberse formado tres generaciones atrás o el mes anterior. Tienen efectos negativos en la comunicación, en el bienestar emocional y en la capacidad para solucionar problemas. También disminuyen los recursos personales, deterioran las relaciones interpersonales y dañan la identidad.

Los secretos familiares peligrosos colocan a los miembros de la familia ante un riesgo inmediato y su capacidad de funcionamiento se ve deteriorada. A los secretos peligrosos le acompañan la intimidación, el miedo y la represión, ya que el miembro de la familia reprimido vive en un contexto de gran amenaza física y emocional (Imber-Black, 1993) (Tisseron, 2017). Los secretos familiares se han considerados como secretos patógenos, ya que cuentan con estas tres características (Tisseron, 2017):

- a) Algo que no se dice, bien porque no se pueda o porque no se quiera.
- b) Está prohibido conocer el contenido del secreto o se ha ocultado alguna circunstancia del mismo.
- c) El acontecimiento oculto es vivido como trágico y está siempre ligado a un suceso traumático.

Los secretos familiares como hechos traumáticos se transmiten de generación en generación. Cuando en la familia se silencian los hechos traumáticos y se los convierte en secretos se hace por lealtad a la familia y por mantenerse integrado y sentirse perteneciente a la familia, lo que puede provocar en miembros de la familia y en generaciones futuras entre otras patologías: trastorno fóbico, problemas de relación, trastorno físico o conductas suicidas.

Para abordar los secretos familiares y sus consecuencias patológicas es necesario develarlos cuando la integridad de un miembro de la familia esté en riesgo o cuando la lealtad a la familia esté dañando la identidad o cuando se menoscabe y perjudique el sentimiento de pertenencia de algún miembro de la familia (Imber-Black, 1998).

Para develar los secretos familiares es adecuado utilizar como instrumento de apoyo el genograma, a través del cual se pueden estudiar las influencias inconscientes de la historia familiar en las decisiones de los miembros y puede contribuir a la toma de conciencia de aspectos de la vida que se deben a lo transmitido entre generaciones más que a las decisiones y acciones conscientes realizadas por un miembro de la familia.

## APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES

### BIBLIOGRAFÍA

1. Alarcón, M. (2007). *Secretos familiares y sus marcas en la subjetividad*. Bogotá: Georgia State University.
2. Alarcón de Soler, M. (2013). Secretos familiares: Interrogantes y reflexiones. *PSIMONART*, 5(1-2), 23-35.
3. Alarcón, M., Gutiérrez, M., Gallego, L. (2000). *Secretos, familia y lugar del analista en la trama vincular. Los secretos y su relación con los ideales familiares*. III Jornadas Nacionales sobre Teoría y Clínica Vincular Psicoanalítica. Buenos Aires.
4. Berger, R., Paul, M. (2008). Family Secrets and Family Functioning: The Case of Donor Assistance. *Family Process*, 47(4), 553-566
5. Bradshaw, J. (2000). *Secretos de familia: El cambio hacia la autoaceptación y el reencuentro*. Barcelona: Editorial Obelisco.
6. Del Rey, P., Rodríguez, E., Sáncer, A., Tayó, N. (2014). *Aperturas en psicoanálisis (III). Efectos del trauma ancestral silenciado*. XIV Jornadas del Espacio Psicoanalítico de Barcelona (EPBCN). 10 de mayo.
7. Imber-Black, E. (1993). *Secrets in families and family therapy*. New York, NY, US: W. W. Norton & Company.
8. Imber-Black, E. (1998). *The secret life of families*. New York: Bantam Book.
9. Jodorowsky, A., Costa, M. (2012). *Metagenealogía*. Barcelona: Penguin Random House. DEBOSILLO.
10. Karpel, M.A. (1980). Family secrets: I. Conceptual and ethical Issues in the relational context. II. Ethical and practical considerations in therapeutic management. *Family Process*, 19(3), 295-306.
11. Langlois, D., Langlois, L. (2010). *Psicogenealogía*. Barcelona: Ediciones Obelisco.
12. Larbán Vera, J. (2011). Transmisión psíquica inconsciente de contenido traumático. *Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/66203708/Transmision-Psiquica-Inconsciente-de-Contenido-Traumatico>*.
13. Pruchno, R. (2014). *Surrounded by madness: A memoir of mental illness and family secrets*. Indianapolis: Dog Ear Publishing.
14. Rober, P., Walravens, G., Versteijnen, L. (2012). In search of tale they can live with: About Loss, family secrets, and selective disclosure. *Journal of Marital and Family Therapy*, 38(3), 529-41.
15. Termini, F. (2018). Family secrets: Clasificación and consequences. *Euromediterranean Biomedical Journal*, 13(23): 98-103.
16. Tisseron, S. (1996). *Secrets de famille, mode d'emploi*. París: Ramsay.
17. Tisseron, S. (2017). *Les secrets de famille*. París: Que sai je? N° 3925. Presses Universitaires de France. PUF.

## **APROXIMACIÓN A LOS SECRETOS FAMILIARES**

18. Vangelisti, A. L. (1994). Family secrets: Forms, functions and correlates. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(1), 113-135.
19. Vangelisti, A.L., Caughlin, J.P. (1997). Revealing family secrets: The influence of topic, function and relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 14, 679-705.