

Mail de Michael:

La pregunta de Raquel es una cuestión de ética que me importa mucho después de mi experiencia personal, donde he visto bastantes complicaciones respecto a relaciones duales.

Llevo 11 años en una organización que hoy en día clasifico como una secta psicoterapéutica, con foco en la honestidad. No teníamos conciencia de sistemas de poder, ni mucho conocimiento de trauma, y un verdadero desprecio por la ética, por lo cuál muchas de nuestras participantes y aprendices (generalmente mujeres) pagamos el precio. No sabíamos mucho de las dinámicas de poder, y nos decimos que “sólo con ser honesta, siguiendo el proceso, todo irá bien”.

Me imagino que en IFS, el equivalente sería, “si sólo estoy lo suficientemente conectada con el Self, todo irá bien”.

Finalmente (después de muchos años de negación del hecho) aceptamos que lastimamos a las personas por nuestra falta de respetar esos límites. Ahora, llevo casi 2 años intentando cambiar la cultura de la organización e introducir un sistema ético, y tengo mucho respeto y confianza en la ética.

Algunos puntos importantes que quiero compartir desde mi punto de vista:

- Así como en mi organización aprendimos que ser totalmente honesto no es suficiente para un buen acompañamiento, tampoco es suficiente estar lo suficientemente conectado con el Self. El Self por sí mismo no es capaz de comprender sistemas complejos de poder, por ejemplo, y tampoco puede ver todos los peligros potenciales de la relación terapéutica. Para eso, tenemos un sistema ético y supervisión para ayudarnos a navegar las trampas inevitables. Algunos ejemplos de mi experiencia personal:
 - Transferencia/contratransferencia: ser tan íntimo puede generar sentimientos de amor, atracción sexual, etc. Por ejemplo, yo ya me siento atraído por mi compañera de IFS después de un par de sesiones. También siento atracción por ti por ser Maestra de la formación. Eso es normal y por eso poner límites es importante. La dinámica es aún más peligrosa cuando se trata de un terapeuta hombre y una clienta mujer por razones sociales, históricas y biológicas. En mi experiencia, 90% de los casos son así.
 - Efectos posteriores (vergüenza, miedo, rabia) - tras mostrar partes vulnerables, se pueden activar partes que se sienten muy avergonzadas o temerosas de haberse mostrado tan vulnerables con un conocido que nos pueda juzgar, aunque nos sintamos seguros durante la sesión. Esto puede ocurrir sin que el terapeuta se dé cuenta, y puede dañar la relación de forma importante.
- Es mucho más difícil que no aparezcan otras partes con sus propias agendas cuando acompañamos a amigos y familiares, especialmente si somos principiantes. Cuando queremos compartir IFS con nuestros conocidos, el regalo que queremos hacerles ya es sospechoso. Mejor que sea otro el que les dé ese regalo. Hay muchas personas en esta misma formación dispuestas a ofrecer sesiones gratis, sin riesgo de relaciones duales.
- Me imaginaba que el instituto internacional IFS cambiaba la política de quién puede formarse para evitar dar “el sello de aprobación” a personas sin la formación adecuada para evitar esos problemas éticos. No sé, estoy curioso...

- Para mi, no importa el tipo de terapia, hay un guía y una persona que sigue al guía. Esta dinámica de poder debe ser respetada. A mi parecer, corremos un riesgo innecesario al animar a los principiantes a entrar en esa dinámica. Incluso en Coaching (en el que no hay consejos, diagnósticos ni prescripciones, solo exploramos juntos el mejor camino elegido siempre por el cliente) no es recomendable entrar en esa dinámica con amigos y familiares.

Así que, todo esto para pedirte que reconsideres tu posición sobre el tema, al menos respecto a los principiantes. Quizás después de unos años de práctica, haya mucho menos peligro.

Gracias por leerme y considerarme,

-La parte de Michael que quiere proteger a los clientes.