

Capítulo 6: Partes Perpetradoras

Richard C. Schwartz

Recientemente, un amigo expresó su indignación ante el creciente número de atentados terroristas en el mundo. No podía entender la mentalidad de alguien que mata a niños inocentes. Le pedí que recordara cómo era él en los años sesenta. Acordó que, al igual que yo, había tenido impulsos asesinos hacia figuras gubernamentales, impulsos que aún a veces se despertaban. Aunque ninguno de nosotros se acercó nunca a desatar esas partes, ambos conocíamos a personas más cerca del límite, personas con las que sentíamos una fuerte simpatía. Dijo que eso era diferente: nosotros teníamos la razón y el gobierno estaba asesinando inocentes. Dije que eso me sonaba familiar.

Mientras que las partes perpetradoras pueden quedarse atascadas en sus roles, no comenzaron como perpetradores y realmente no les gusta tener que hacer su trabajo. Deben diferenciarse de los bomberos enfadados ordinarios y de los gerentes altamente críticos. Los dos últimos pueden ser dañinos, pero actúan sin el impulso de poder o el desprecio hacia la vulnerabilidad que caracteriza a los perpetradores.

Defino las partes perpetradoras como una clase de protectores caracterizada por cualidades particulares:

1. El impulso de dominar y/o humillar a otros;
2. Alivio cuando pueden tomar el control y/o disfrute por la sensación de poder;
3. Un intenso odio hacia la vulnerabilidad y un deseo de castigarla dentro del sistema del cliente y en otros;
4. Falta de preocupación por las consecuencias de sus acciones o por los sentimientos de sus víctimas.

Por supuesto, estas distinciones no siempre son claras. Por ejemplo, hay muchos protectores no perpetradores que manifiestan cierto desprecio por la debilidad o cierta falta de empatía, y hay partes perpetradoras que no obtienen placer al dominar, sino que lo ven como un trabajo.

Todos tenemos partes que harán lo que sea necesario para mantenernos vivos. He experimentado tener una parte así solo una vez. Cuando fui atacado repentinamente en un bar durante la universidad, me transformé inmediatamente en un guerrero feroz e intrépido, protegiéndome con eficiencia fría. Hasta entonces, no tenía idea de que tenía una parte así, pero desde entonces he estado alternadamente perturbado, intrigado y reconfortado por su existencia.

En las últimas tres décadas, he tratado a muchos ofensores sexuales,

adolescentes y adultos con trastorno de conducta que fueron abusados sexualmente cuando eran niños. Prácticamente todos fueron traumatizados, descuidados, humillados y/o traicionados cuando eran más jóvenes. Es decir, habían sido víctimas de las partes perpetradoras de cuidadores, vecinos, compañeros o extraños. A su vez, encontré partes perpetradoras en la mayoría de ellos que encarnaban la energía de la persona que causaba daño.

Los individuos que tenían partes perpetradoras altamente mezcladas dirigiendo sus vidas hoy recibirían el diagnóstico de trastorno de personalidad antisocial según el DSM-5, ya sea que cumplieran o no con los criterios de sociopatía o psicopatía. Así que, para fines descriptivos (más que diagnósticos) en este capítulo, me referiré a estos protectores como antisociales. Aunque algunos de estos individuos funcionaban bien en la sociedad en ese momento, en terapia conmigo describieron estar preocupados por recuerdos de victimizar en el pasado o por planear victimizar en el futuro. Tenían la capacidad de objetivar a las víctimas y justificar todo tipo de actos abusivos.

Otro tipo de cliente sabía que era capaz de violencia, lo cual era una fuente de constante vergüenza y miedo. Estas personas pasaban sus vidas evitando situaciones que podrían precipitar la violencia y se avergonzaban por cualquier violencia que hubiera ocurrido. Estaban dominados por una polaridad entre gerentes temerosos, auto-castigadores o altamente críticos y una parte perpetradora. En consecuencia, les habían dado diagnósticos como trastorno de ansiedad, trastorno obsesivo-compulsivo o depresión.

Otros aún eran inconscientes de una parte perpetradora enterrada profundamente en su interior. A menudo se presentaban con gerentes temerosos o críticos que luchaban por mantener a raya a sus exiliados (atrapados en escenas de abuso), y permanecían ajenos a la parte perpetradora hasta que ya estábamos bien avanzados en la terapia. Estas personas tenían diagnósticos como trastorno de estrés postraumático, depresión o trastorno de ansiedad. Invariablemente, se sorprendían y se horrorizaban al encontrar una manifestación de la energía de su abusador dentro de sí mismos.

En general, Internal Family Systems (IFS) ve las categorías diagnósticas como descripciones de cómo los sistemas internos se organizan para protegerse. La mayoría de los clientes con diagnósticos severos, desde personalidad antisocial hasta trastornos alimentarios y depresión, tienen exiliados crudos que sus protectores luchan por contener. En el proceso, los protectores se polarizan, con un conjunto queriendo apagar a la persona y retirarse del mundo, mientras que el otro conjunto tiene el impulso de actuar de alguna manera. El diagnóstico depende de cuál conjunto domina.

Basado en la experiencia, espero que la mayoría de los clientes que han sido

abusados y traicionados por personas con partes perpetradoras tengan una parte en un rol similar. También tendrán partes que odian o están aterrorizadas por el perpetrador interno y luchan por mantenerlo contenido. Todas estas partes, el perpetrador y sus oponentes, están tratando de manejar exiliados que permanecen congelados en circunstancias de abuso.

Protectores Antisociales

Durante el proceso de ayudar a los clientes a dialogar con partes como esta, me di cuenta de que ninguna de las partes era malvada. En cada caso, la parte perpetradora se sentía forzada a asumir el rol de victimizador despiadado por eventos anteriores en la vida cuando la persona había sido atacada e impotente. El abuso dejó a la parte con un fuerte impulso de dominar para estar segura. Jurando nunca más, desarrolló una mentalidad egoísta y supervivencialista y buscó controlar el entorno. Como resultado, la parte haría lo que fuera necesario para sobrevivir, sin importar las consecuencias.

También descubrí que las partes antisociales expresan desprecio y desdén por las partes débiles y sensibles que están asustadas, humilladas y sufren, pero exactamente a quienes protegen, tanto interna como externamente. Para hacer este trabajo, también deben combatir continuamente con los críticos que buscan controlarlos y con las partes sensibles que se preocupan por herir a otros.

Un Estudiante de Secundaria Violador con una Parte Perpetradora que No Siempre Estaba Mezclada: Troy

Troy tenía 17 años cuando lo entrevisté en un centro de tratamiento para ofensores sexuales juveniles donde consulté durante 7 años. Cortés, de modales suaves y juvenil, Troy no podría haber parecido más alejado del estereotipo de un violador. Le pregunté qué se decía a sí mismo antes de la violación por la cual había sido encarcelado. "Que merezco tomar lo que quiero. Que simplemente debería tomarlo", respondió. Le pedí que se enfocara en eso para conocer mejor esa parte. Pero él no quería porque tenía miedo. Después de tranquilizarlo asegurándole que podíamos manejar la parte, miró hacia dentro y vio a un hombre siniestro y musculoso. El miedo de Troy era claro. Dijo de nuevo que odiaba y temía a esta parte.

Le dije a Troy que usara su imaginación para poner al hombre siniestro en una habitación contenida. Al hacerlo, informó que el hombre parecía muy enojado por ser metido en la habitación. Así que dije: "Aquí hay una ley útil de la física interna: tu miedo le da poder sobre ti. Cuando no tienes miedo, ese poder se va. He trabajado con partes como él durante más de 30 años. Sé cómo manejarlas. No tengo miedo. Podemos poner tus partes asustadas en un lugar seguro y puedo ayudarte a hablar con él". Mi comportamiento era calmado y confiado, lo que

ayudó a sus partes asustadas a sentir que podían retirarse. Las llevó a un jardín y les dijo que esperaran.

Ahora Troy no tenía miedo. Quería saber por qué el hombre musculoso siniestro lo había estado instando a hacer cosas violentas a las mujeres. "Entra en la habitación y pregunta", dije. El hombre musculoso respondió que las personas habían privado a Troy, por lo que debería poder tomar lo que quisiera...

"¿Por qué querrías violar a una mujer desconocida?", le preguntó Troy. Después de escuchar, me informó: "Asustar a la gente lo emociona". "Pregunta por qué le emociona cometer violación", dije. "Dice que le gusta el poder de hacer que otros hagan lo que él quiera", dijo Troy. "También le gusta tener poder sobre mí".

"Pregunta al hombre qué teme que suceda si no te hace sentir poderoso y si no pudiera conseguir cosas para ti", dije. "Dice que no le teme a nada, simplemente le gusta el poder". Así que hice que Troy reformulara la pregunta: "Si él no hiciera esto, ¿qué podría pasar dentro de ti?". "Dice que sería un bebé llorón", reportó Troy. "Pregúntale qué pasaría entonces". "Dice que las personas tendrían poder sobre mí". "¿Y qué pasaría entonces?", dije. "Dice que las personas me lastimarían". Dije: "Pregunta si está tratando de protegerte de que te lastimen". "No está respondiendo", dijo Troy, "pero parece triste".

El violador interno de Troy finalmente reveló que protegía partes exiliadas de Troy que tenían una variedad de recuerdos intensos y cargados de emociones. Por ejemplo, cuando Troy tenía 7 años, su padre estaba golpeando a su madre frente a él y él se sintió impotente para ayudar. Cada vez que esos exiliados se sentían débiles o tristes, el hombre los atacaba internamente e intentaba hacer que Troy se sintiera fuerte o sexual para contrarrestar y distraerse de sus sentimientos. El hombre también luchaba con partes que querían que Troy fuera un buen chico (como pude ver por su apariencia). El hombre odiaba esas partes y, a su vez, ellas le temían y lo odiaban. Ambos lados deseaban poder eliminar al otro y temían las consecuencias para Troy si fallaban. El sistema de Troy era similar al de muchos ofensores sexuales y otros criminales con los que he usado IFS a lo largo de los años.

Algunos ofensores, a diferencia de Troy, dependen de y les gusta su parte perpetradora. Pero una vez que un cliente se vuelve lo suficientemente guiado por el Self como para escuchar a una parte perpetradora, la historia que escuchamos es notablemente consistente: Estas partes se ven a sí mismas como protectores. En sesiones posteriores, la parte perpetradora de Troy reveló que cuando su padre violento lo golpeaba, la parte perpetradora tomó la bala. Es decir, dio un paso adelante y asumió el castigo para proteger las otras partes de Troy.

Como resultado, no solo se sentía furioso, sino también impotente y determinado

a que eso nunca volviera a suceder. Cuando Troy estaba siendo atacado, la parte perpetradora veía el poder de su padre. Desesperada por tener su propio poder, la parte imitó el comportamiento y la energía del padre, especialmente su deseo de dominar y castigar la vulnerabilidad. En IFS llamamos a esto una carga heredada, o una creencia o comportamiento que una parte absorbe de un padre u otra persona influyente, que a su vez la ha absorbido de otros de manera similar. Las cargas heredadas son impulsores potentes del pensamiento y el comportamiento.

Aunque hay muchos tipos diferentes de cargas heredadas, en mi experiencia las cargas heredadas de partes perpetradoras vienen directamente de experiencias con perpetradores y se relacionan con ser poderoso. Al igual que el síndrome de Estocolmo, una parte adquiere cualidades de un torturador cuando está aterrorizada e impotente. Aunque la parte perpetradora de Troy, este hombre musculoso, solo lo dominaba a veces, una parte perpetradora puede estar completamente mezclada todo el tiempo, en cuyo caso el individuo probablemente cumpla con los criterios para un diagnóstico de trastorno de personalidad antisocial según el DSM-5. Cuando una parte perpetradora permanece mezclada todo el tiempo de esta manera y el cliente no tiene acceso a otras partes, la consideramos un gerente en lugar de un bombero.

Como descubrimos, el hombre musculoso de Troy no estaba particularmente interesado en el sexo: quería dominar, sentirse poderoso y asustar a otros. Cuando Troy estaba en la secundaria, el hombre musculoso tomaba el control a veces para intimidar a niños nerds, lo que metía a Troy en problemas. En respuesta, los gerentes de Troy intentaron con más fuerza controlar al hombre musculoso. Así, el hombre musculoso descubrió que podía asociarse con un bombero diferente, la parte sexual de Troy, lo que era mucho más difícil para Troy de resistir. Las violaciones fueron el esfuerzo colaborativo de esta alianza interna impía.

Como escuchamos con el tiempo, el hombre musculoso de Troy, que estaba polarizado con su parte de buen chico, tenía muchas razones para asumir el rol de perpetrador. Primero, estaba motivado para proteger a Troy en la infancia durante una época de escenas familiares terribles. Segundo, estaba cargado de rabia, la mentalidad de supervivencia de nunca más, el deseo de dominar y el odio hacia la vulnerabilidad. Y la tercera razón, una que encuentro en la mayoría de los perpetradores, incluso aquellos etiquetados como antisociales, es que un crítico avergonzador ataca constantemente a la parte perpetradora internamente. El crítico de Troy usó su miedo a la ira de Dios (Troy había sido criado en una familia cristiana fundamentalista) para intentar contener a la parte perpetradora. Para sanar a los ofensores, debemos enfocar tanta energía en calmar al crítico avergonzador como en transformar la parte perpetradora.

Aunque algunos autores ahora cuestionan el dogma de que los individuos antisociales carecen de conciencia (Wong, 2000; Loving, 2002; Salekin, 2002;

D'Silva, Duggan, & McCarthy, 2004; Stalans, 2004), los expertos tienden a creer que no pueden ser tratados. En mi experiencia, esta reputación se gana—y es muy probable que el cliente la acepte—cuando una parte que no tiene ninguna preocupación por otros domina el sistema interno. No obstante, he trabajado lo suficiente con varios clientes diagnosticados como antisociales para convencer a sus partes perpetradoras de que se retiren. Cuando lo hicieron, escuchamos de las partes críticas del cliente, cuya salvajería fomentaba una parte suicida, lo que hizo que la parte perpetradora insistiera en mantener un agarre firme.

Además de críticos y partes suicidas, encontramos partes infantiles que están atrapadas en escenas terribles de impotencia, terror, humillación y dolor. Me he sentido tremendamente conmovido al ver cómo estos clientes recuperaban y sanaban a sus exiliados. El contraste entre sus exteriores duros y el amor gentil que su Self ofrece a sus niños internos a menudo me hace llorar. Este ha sido uno de los trabajos más gratificantes de mi carrera, y creo que la reputación de ser intractable puede estar altamente exagerada para al menos algunas partes perpetradoras.

La misma dinámica de vergüenza mantiene el comportamiento de la mayoría de los perpetradores no antisociales. Cuando los exiliados se sienten solos o tienen miedo, la parte perpetradora activa impulsos, el crítico responde atacando, y los exiliados una vez más se sienten avergonzados. Ahora, no solo el perpetrador tiene que distraerse de la soledad y el miedo de los exiliados, sino que también tiene que suprimir su vergüenza. Así que el perpetrador incrementa los impulsos hasta que la persona perpetradora actúa, lo que trae un alivio temporal pero es seguido por un ataque aún más abrasador del crítico, lo que a su vez hace que los exiliados del cliente se sientan avergonzados una vez más. Este ciclo es vicioso y auto-perpetuante.

Una vez atrapada, la persona perpetradora generalmente se convierte en objeto de indignación y desprecio, dando al crítico más munición. El encarcelamiento es tortuoso porque la parte perpetradora ya no puede distraerse de los críticos y la vergüenza que incitan en los exiliados. A menos que los protectores encuentren otra manera de imponer insensibilidad, la persona probablemente se verá abrumada por el dolor, la vergüenza y la soledad, lo que hace que la opción del suicidio sea poderosamente tentadora.

El tratamiento para las personas que han perpetrado a menudo se basa en las estrategias de prevención de recaídas desarrolladas por los programas de adicción en los años 80. En estos programas, los terapeutas adoptan una postura agresiva y avergonzadora para fomentar la responsabilidad. Requieren que los participantes detallen sus delitos, los confrontan con el daño que han hecho y, finalmente, les hacen listar todos los estímulos para reincidir (personas, lugares, pensamientos y emociones) mientras planean cómo evitarlos. Es decir, los

esfuerzos estaban todos dirigidos a reforzar la capacidad del crítico para contener a los bomberos.

Dado que la vergüenza evoca culpabilidad en lugar de vergüenza, hace que las partes perpetradoras se desesperen por actuar una vez que el cliente es liberado del tratamiento. Como resultado, cuando se evaluó una década después, el enfoque vergonzoso directo no resultó ser más efectivo en reducir la reincidencia que no recibir tratamiento (véase Marshall, Marshall, Serran, & O'Brian, 2011, para un buen resumen de esta investigación).

Algunos... que se especializan en tratar ofensores han notado su ineficiencia. Marshall y colegas (Marshall et al., 2011) en Canadá ofrecen calidez mientras se enfocan en las fortalezas del ofensor en lugar de avergonzarlo. Enseñan autorregulación y habilidades sociales mientras abordan creencias distorsionadas, preocupación sexual o aislamiento social. Su investigación indica que este enfoque es más efectivo.

Para ofensores de antecedentes patriarcales o religiosos cuyo comportamiento está principalmente impulsado por el aislamiento, la soledad o el pensamiento distorsionado, el apoyo y la consideración positiva del terapeuta representan un cambio de paradigma importante. Sin embargo, en mi opinión, ambos enfoques son inadecuados cuando se trata de abordar el trauma que impulsa a muchos perpetradores.

Donde están involucradas partes perpetradoras (es decir, donde la ofensa está impulsada por el impulso de dominar y herir a otros), recomiendo enfáticamente enfocarse en sanar el dolor emocional y la vergüenza que derivan de abusos anteriores. Para generalizar más allá de los ofensores sexuales a los perpetradores en general, mi punto es que cuanto más aislamos, avergonzamos y tratamos inhumanamente a los perpetradores, más probable es que perpetrén acciones. Este ciclo vicioso ayuda a que nuestras prisiones se desborden.

Al mismo tiempo, creo que los criminales perpetradores deben ser encarcelados. Necesitan ser contenidos tanto para proteger al público como para romper el dominio de los tipos de partes que estoy describiendo. Me gustaría ver nuestras cárceles convertirse en una oportunidad para que los internos calmen a los críticos avergonzadores, despolaricen partes protectoras, sanen exiliados y finalmente descarguen sus partes perpetradoras.

Cuando consulté en dos centros de tratamiento para ofensores, vi a Troy y a muchos otros ofensores lograr este tipo de sanación. A medida que crecía mi reputación, jóvenes hombres hacían fila frente a mi puerta en el centro de tratamiento. Todos los demás decían: "Una vez ofensor sexual, siempre ofensor sexual". A los ofensores se les decía que siempre tendrían que estar vigilantes (es

decir, auto-avergonzarse) respecto a sus impulsos, lo cual les parecía imposible, y estaban desesperados por una alternativa.

Mis intentos de recaudar fondos para un estudio de resultados con esta población no tuvieron éxito, por lo que no puedo decir de manera definitiva que nuestro trabajo les evitó perpetrar nuevamente después de la liberación. Pero puedo decir que reportaron sentirse más responsables por sus acciones y salieron del centro con más liderazgo del Self. Además, se sintieron intensamente conectados conmigo, con el personal y con sus compañeros detenidos (mucho del trabajo se hizo en grupos).

Antes de hacer trabajo grupal informado por IFS, muchos de estos internos habían suplicado al personal que no los dejaran salir del centro, temiendo no tener autocontrol. Pero después de identificar a los perpetradores internos y liberarlos de sus roles extremos, estos jóvenes hombres reportaron grandes reducciones en los impulsos de perpetrar (y en algunos casos los impulsos desaparecieron), y ahora sabían qué hacer si empezaban a sentir un impulso. Su autoconcepto fue revisado: No se veían a sí mismos como ofensores sexuales, sino como sobrevivientes de trauma con partes que intentaban protegerlos de maneras terriblemente destructivas.

Cuando presento estas ideas, invariablemente se hace alguna versión de la siguiente pregunta: "Al decirle a los ofensores que una parte es responsable, o que son sobrevivientes y no perpetradores, ¿no los estás haciendo menos responsables? Ahora pueden simplemente decir, ¡No lo hice! ¡Esa fue una parte que no pude controlar! Y además, fui víctima, así que solo estaba haciendo lo que me hicieron". Mi respuesta es que, por supuesto, las personas pueden abusar del mensaje. Pero mi experiencia es lo contrario. Los ofensores vienen a la terapia IFS altamente polarizados e incapaces de ejercer autocontrol, y se van con el liderazgo interno y la compasión (por sí mismos y por otros) necesarias para enmendarse y comportarse de manera diferente. En resumen, se vuelven responsables.

Muchos observadores también sienten, a veces inconscientemente, que al tener compasión por los ofensores no reconoces el impacto de sus crímenes atroces y traicionas a sus víctimas. Dado que trabajo con muchos sobrevivientes de diversas formas de abuso, conozco bien este sentimiento. Cuando ayudo a alguien a abandonar una escena horrible en el pasado, mis partes que se sienten conectadas a la víctima querrían herir al abusador. En esos momentos, nunca podría imaginarme intentando ayudar a personas tan horribles. Pero luego recuerdo a mis partes el trabajo que he hecho con ofensores y cómo los ofensores también son sobrevivientes, y que sanar en lugar de atacarlos salvará a futuras víctimas.

Tengo en mente la historia de dos hombres que están sentados junto a un río cuando niños que se están ahogando comienzan a flotar. Uno se lanza al agua para sacar a los niños uno por uno. Mira atrás y ve a su camarada corriendo río arriba. El hombre en el agua grita: "¡No puedo creer que seas tan despiadado que abandones a estos niños que sufren!". El otro hombre responde: "Voy a ir a buscar al que los está tirando al río".

Troy salió del centro sintiendo compasión en lugar de desprecio por sí mismo y por sus víctimas. También informó que sentía (y el personal corroboró que mostraba) una compasión genuina por otros internos. Mientras que su parte de buen chico antes lo hacía hacer cosas por los jóvenes más duros en el centro, ahora consolaba a los más frágiles cuando se sentían tristes. Esto corresponde a otra ley de la física interna: Sentiremos y nos relacionaremos con otras personas de la misma manera que sentimos y nos relacionamos con nuestras partes que se parecen a esas personas.

Las partes perpetradoras de muchos ofensores infligen el mismo tipo de tortura o castigo a los exiliados en el mundo interno que experimentaron cuando eran niños. Hay varias razones para este fenómeno perturbador:

1. Tienen el impulso de perpetrar, y si no pueden dominar externamente, actuarán internamente.
2. Cuando mantienen a los exiliados en un estado de terror, tienen más poder en el mundo interno porque el terror debilita la resistencia.
3. Como muchos gobiernos saben, mantener a una persona en un estado perpetuo de miedo la hace más dependiente.
4. Como un padre policía abusivo, las partes perpetradoras creen que las partes vulnerables necesitan fortalecerse para no ser tan vulnerables a ser lastimadas nuevamente.
5. Culpan y quieren castigar a los exiliados por ser vulnerables y necesitados, lo que, en su opinión, fue lo que lastimó al sistema en primer lugar.

Vemos esto con Troy, cuyo hombre musculoso castigaba a sus exiliados por debilidad y también intimidaba a otros chicos que parecían vulnerables. Pero una vez que pudo amar y consolar a sus exiliados, comenzó a empatizar y consolar a aquellos que sufrían a su alrededor. Al mismo tiempo, Troy escribió espontáneamente cartas de disculpa a sus víctimas. En resumen, este trabajo lo cambió. El personal del centro de tratamiento dijo que era como si el borde de Troy se hubiera ido, haciéndolo más suave y accesible.

He visto a menudo cambios como este cuando las personas encuentran y liberan el dolor, la protección y la polarización producidos por su experiencia. También he visto a menudo cambios similares en familias que están lidiando con

polarizaciones extremas y están revelando su dolor y miedo unos a otros. Su borde colectivo se desvanece y pueden mostrar energía del Self unos a otros. En un estado de liderazgo del Self, pueden ver más allá de la perspectiva limitada y supervivencialista del interés propio individual; reconocer las consecuencias de sus acciones en los demás; y crear una visión común y armonizadora para la familia.

Fortalezas Agrietadas

Aunque tengo mucha experiencia trabajando con las partes perpetradoras de los ofensores, estas eran principalmente personas que habían sido capturadas e encarceladas, lo que había destrozado sus mundos. Las fortalezas protectoras secretas que sus partes perpetradoras habían creado para protegerlos de la vergüenza y otras emociones aterradoras habían sido abiertas. Sin estas grietas, el trabajo terapéutico habría sido fútil en algunos casos y habría tomado mucho más tiempo en otros.

Esto se debe a que cuando las partes perpetradoras argumentan que su comportamiento es absolutamente necesario para nuestro bienestar, son muy convincentes internamente. Estas partes comprometidas crean puntos ciegos éticos que nos animan a minimizar o negar el daño que hacen a otros. Esto no solo es cierto para las partes perpetradoras que cometen delitos sexuales o violentos. También se aplica al esposo dominador, al colega racista, al jefe opresivo y al padre crítico o abusivo: el tipo de partes perpetradoras que la mayoría de los terapeutas encuentran en sus oficinas cada día.

Al igual que los ofensores, estos clientes generalmente no vienen a terapia de manera voluntaria. En cambio, esposas, empresas o servicios de protección toman una postura y les exigen recibir tratamiento.

¿Cómo se agrietan sus fortalezas?

Desafiando con un Barco Vacío

Ser forzado a entrar en terapia a veces es suficiente para agrietar la fortaleza. Generalmente, los clientes mandatorios llegan sintiéndose agobiados, incomprendidos y con miedo de ser avergonzados. En la terapia, queremos crear suficiente seguridad para que sus protectores se relajen y permitan que el Self del cliente se conecte con el terapeuta. Si el terapeuta puede mantenerse guiado por el Self cuando el cliente minimiza el impacto de sus acciones y culpa sus problemas a otros, los protectores del cliente sentirán aceptación y apoyo. A su vez, comenzarán a confiar en el terapeuta.

Y aquí está nuestra oportunidad de desafiar a una parte perpetradora, un cambio

de postura que es incómodo para muchos terapeutas. Al comienzo de la terapia, los protectores pueden fácilmente desviar la retroalimentación convenciendo al cliente de que el terapeuta no se preocupa. Pero cuando está claro que el terapeuta sí se preocupa, un desafío probablemente tendrá impacto.

El arte de desafiar a un cliente implica ayudar a su parte perpetradora a separarse y reconocer el daño que ha causado mientras mantienes tu corazón abierto al cliente para que no se sienta juzgado. La confrontación guiada por el Self no es una contradicción. El terapeuta debe recurrir a cualidades de coraje, claridad y confianza sin perder la compasión.

Algunos terapeutas tienen partes que se sienten atraídas por la gentileza del enfoque IFS, pero si tememos la confrontación pareceremos débiles, socavando nuestro impacto. Por otro lado, las partes gerenciales agresivas y cortantes en el terapeuta avergonzarán al cliente, lo que da munición a los críticos internos del cliente, inflama a los exiliados y refuerza el compromiso de las partes perpetradoras con sus roles.

Cuando un miembro de la tribu Navajo comete un crimen, en lugar de ver a esa persona como mala, la tribu explica a la persona como confundida, perdida y necesitada de amor para volver al camino. La comunidad se une para mostrar apoyo a la persona. Es decir, ayudan a su gente a separarse de sus partes perpetradoras amablemente.

Cuando desafiamos a una parte perpetradora, lo hacemos para detener la actividad perpetradora y acceder a la compasión por cualquier víctima, no para juzgar o castigar.

Thomas Merton (1965) tradujo una historia taoísta relevante:

Si un hombre está cruzando un río y un barco vacío choca con su canoa, aunque sea un hombre malhumorado, no se enojará mucho. Pero si ve a un hombre en el barco, le gritará que se mantenga alejado. Si el grito no se escucha, gritará nuevamente, y otra vez, y empezará a maldecir. Y todo porque hay alguien en el barco. Sin embargo, si el barco estuviera vacío, no estaría gritando ni enojado. Si puedes vaciar tu barco al cruzar el río del mundo, nadie te opondrá, nadie buscará hacerte daño.... Tal es el hombre perfecto: Su barco está vacío. (p. 114)

En el mismo espíritu, si vacías tu barco de juicio, enojo y miedo mientras lo mantienes lleno de compasión, confianza, calma, coraje y claridad, puedes chocar con todo tipo de ofensores sin provocarlos para que se defiendan o retraigan. Puedes perforar la negación de la parte perpetradora y ofrecerle un nuevo rol. Sin embargo, esto no es suficiente. Más allá de ver el impacto de una parte perpetradora y ayudarla a separarse, debemos ayudar al sistema interno del

cliente a tener menos necesidad de sus servicios. Es decir, el cliente debe sanar a los exiliados que impulsan los impulsos protectores en el sistema interno.

Demasiadas terapias se detienen después de la confrontación y nunca llegan al trauma subyacente. He trabajado con muchos clientes que sabían muy bien cuán dañinas podían ser sus partes perpetradoras, y sus partes perpetradoras incluso podían separarse y retirarse, pero si el cliente se sentía aterrorizado e inútil, la parte perpetradora volvía de inmediato, fuerte como siempre.

Casas de Cristal

Trabajar con partes perpetradoras en los clientes no es para aquellos que quieren permanecer autojustificados. Mientras realizaba este trabajo, me vi obligado a reconocer mis partes con derecho, egoístas y negadoras. Aunque nunca infligí el tipo de dolor que algunos de mis clientes reportaron, mis partes habían dañado relaciones y herido a personas cercanas a mí.

Como observó el místico cristiano del siglo XVII François Fenelon (1877, p. 27):

A medida que la luz aumenta, nos vemos a nosotros mismos peores de lo que pensábamos. Nos asombramos de nuestra anterior ceguera al ver salir de las profundidades de nuestro corazón una jauría completa de sentimientos vergonzosos, como reptiles asquerosos de una cueva escondida. Nunca hubiéramos creído que albergábamos tales cosas, y quedamos horrorizados al verlas aparecer gradualmente. Sin embargo, tendremos mucho menos miedo de iluminar esa luz si sabemos de antemano que estas partes no son reptiles asquerosos—son buenas partes atrapadas en malos roles. Si confiamos en que iluminar a estos habitantes de nuestro interior profundo y liberar sus cargas los transformará en ciudadanos internos valiosos, no necesitaremos retraernos del dolor emocional, atacar la debilidad interna o huir del perpetrador interno. En cambio, podemos dar la bienvenida a sus recursos descargados.

Y en ese momento, estaremos preparados para ayudar a los perpetradores del mundo.

Aunque algunos comportamientos perpetradores son peores que otros, su comportamiento tiene un tema común de ser egocéntrico y carecer de empatía. He seguido el rastro de estas partes en mí para encontrar y sanar a los exiliados que protegían y ayudar a mis gerentes auto-críticos a convertir su vergüenza fútil en una convicción de no herir a las personas nuevamente. Todos vivimos en casas de cristal. Siempre es más cómodo mirar hacia afuera y juzgar las partes perpetradoras de otros que mirar hacia adentro y ver las nuestras.

A pesar de todo el trabajo que he hecho en mí mismo, sé que tengo más partes

como esta por encontrar.

Scott y Joey: Una Parte Perpetradora de un Padre que No Cumpliría con los Criterios de Trastorno de Personalidad Antisocial, Pero Está Patinando al Borde

Después de tres sesiones familiares, reconocí que estaba sentado con lo que parecía un típico triángulo familiar que involucraba a una madre sobreprotectora, un hijo de 10 años aliado con la madre que había estado intimidando a los niños en la escuela, y un padre excesivamente duro. Si podía ayudar a cada padre a hablar por las partes protectoras que impulsaban su comportamiento, confiaba en que los padres podrían negociar un frente más unido, lo que liberaría a su hijo de su posición en el triángulo y lo calmaría.

Así que le pregunté a Scott qué pasaba dentro de él cuando veía a su esposa malcriando a su hijo. Describió una batalla interna entre una parte que quería castigar a ambos y otras partes que le decían que lo dejara pasar.

"¿Con qué frecuencia gana esa primera parte?", pregunté.

"Algunas veces", respondió Scott. "¿Y qué pasa entonces?", pregunté.

"Encuentro una razón para azotar a mi hijo". Jane estalló: "¡Llamas a eso azotar! ¡Estás temblando de rabia y gritándole! No soporto ver a Joey herido así".

"Estás exagerando", dijo Scott. "Tiene que crecer algún día y no lo estás dejando".

"Parece que tu parte castigadora puede salirse de control a veces", observé.

"Bueno", respondió Scott, "simplemente no soporto cuánto lo consiente ella".

Dije, "Entiendo eso—y puedo ayudar a Jane con sus partes que podrían hacer eso —pero ahora mismo quiero quedarme con tu parte castigadora. ¿Cómo te sientes cuando esta parte toma el control?"

"No sé. Me siento mejor. Como si no estuviera de pie siendo un cobarde y dejando que esto suceda".

Tuvimos que terminar la sesión poco después de este intercambio, así que le pedí reunirme con cada uno de los padres individualmente la próxima semana. Quería ayudar a Scott a separarse de la parte que estaba abusando de su hijo, lo cual sabía que sería más difícil en presencia de Jane. Y quería escuchar más de Jane sobre el alcance de la violencia de Scott sin que Scott estuviera presente porque la honestidad a menudo es difícil—y puede ser arriesgada—para alguien en su posición.

En su sesión, Jane informó que las explosiones de Scott eran frecuentes y no se limitaban a su hijo. Scott nunca la había lastimado físicamente, pero a menudo había sido amenazante. Además, regularmente la reprendía y la burlaba por su paternidad, y estaba a punto de perder su trabajo porque era abusivo con sus subordinados. Dijo: "Es como si de repente se transformara en una persona completamente diferente cuando se enoja—como el Doctor Jekyll y Mr. Hyde".

Al comienzo de mi sesión con Scott, él habló sobre la relación de Jane con Joey, llamándola poco saludable. Le aseguré que ayudaría a Jane con sus partes, pero ahora mismo quería saber más sobre su castigador interno.

Nuevamente, Scott intentó minimizar su impacto, diciendo que su padre lo azotaba y él salió bien. "Entiendo que sientes que esta parte castigadora es necesaria para contrarrestar la manera en que Jane consiente a Joey", dije. "Pero necesito que escuches que está haciendo mucho daño en tu familia. Es solo una parte de ti. Puedo ver que eres un gran padre y esposo en muchos aspectos. Puedes conocer esta parte. Puedes ayudarla a dejar ir esta rabia y transformarse. Puedo mostrarte cómo hacerlo si estás interesado".

Esta declaración desafiante, pronunciada con la compasión, calma y confianza de mi Self, contiene varios elementos que son diferentes de otros tipos de confrontación. Primero, en lugar de decir que Scott es abusivo, digo que tiene una parte que puede ser hiriente, pero que de otra manera es una buena persona. También estoy hablando directamente con la parte, sugiriendo que no es mala y que no estamos intentando deshacernos de ella—más bien, siente mucha rabia, lo cual podemos descargar para que pueda transformarse. Finalmente, a través de mi confianza, ofrezco esperanza y afirmo que el cambio es posible, pero también digo claramente que perseguir el cambio es su elección.

He entregado una versión de este mensaje a muchas personas con partes perpetradoras, y casi nadie ha rechazado la invitación a cambiar. A veces, les toma un tiempo abrirse completamente, pero un desafío incrustado en tanta esperanza y cuidado calma a sus protectores defensivos y elicitua su Self, el lugar dentro de ellos que sabe que están fuera de control y también tiene empatía por sus víctimas.

Scott dijo que tenía que pensarlo. Tenía miedo de sentir el dolor bajo la rabia, así que tomó un par de sesiones para repasar todos sus miedos sobre lo que podría surgir si se enfocaba internamente. Y antes de estar dispuesto a trabajar con esta gran arma, tuve que convencerlo de que podría mantenerla sin que lo abrumara y que no lo juzgaría sin importar lo que saliera. También le preocupaba que sin esta parte fuera un gran adulador que permitiría a sus empleados y otros aprovecharse de él. Escuché esto como una preocupación sobre otras partes que se preocupan

demasiado por lo que la gente piensa y están demasiado preocupadas por no herir a nadie.

Estas partes enfocadas externamente y complacientes causaron que la parte perpetradora de Scott temiera ser ineficaz en el trabajo. Personas como Scott que dependen de partes perpetradoras a menudo creen que serán sin columna vertebral y vulnerables a la explotación si su parte dominante no está a cargo. Y generalmente tienen partes excesivamente complacientes. Pero puedo tranquilizarlos, como lo hice con Scott, de que todos tienen un Self con una brújula moral y cualidades como coraje, claridad y confianza, y que su Self podría ser firme sin alienar a las personas.

Cuando dije esto a Scott, le costó creerlo pero estuvo dispuesto a esperar y ver. Al enfocarnos en el protector, Scott dijo que no veía ninguna imagen, pero sintió un tipo de poder en sus brazos y puños. Noté que sus puños estaban apretados y sus brazos habían empezado a temblar.

"Deja que esa parte mueva tu cuerpo de la manera que quiera", dije, y de inmediato golpeó el aire con fuerza.

"¿Cómo te sientes hacia él?", pregunté.

"Tengo miedo", dijo.

"Aunque no ves la rabia", dije, "ponlo en una habitación contenida dentro de ti para que te sientas menos asustado de él. Podemos comunicarnos con él mientras está allí dentro".

Después de hacer esto, hice que Scott tranquilizara a sus partes asustadas diciéndoles que podíamos conocer a la parte rabiosa sin dejar que se apoderara de él, y que no podría lastimar a Scott si él no le tenía miedo. Luego pusimos todas sus partes asustadas en una sala de espera.

"Aún no puedo ver la rabia, pero puedo sentirla en la habitación. Ya no le tengo miedo, así que puedo decir que está separada de mí", dijo.

"¿Entonces cómo te sientes hacia ella ahora?", pregunté.

"Podría conocerla", dijo.

La parte le dijo a Scott cuánto odiaba y quería castigar la debilidad. Scott preguntó de dónde venía ese odio y la parte le mostró una escena de su infancia. Tenía alrededor de 9 años, su padre estaba ebrio y Scott le estaba contestando. De repente, su padre, un hombre enorme, estuvo encima de él, golpeándolo.

Además de estar en dolor, el niño se estaba ahogando por el aire. Su padre parecía lo suficientemente ebrio como para no notar que Scott había dejado de respirar. El joven Scott se sintió desesperado e impotente. Pensó que iba a morir y deseó ser tan fuerte como su padre para poder protegerse.

Le pregunté si quería que yo entrara en la escena con él para recuperar al niño, y Scott dijo que sí. Scott informó que estábamos en el dormitorio y me pidió que sacara al padre y lo sacara de la habitación mientras Scott ayudaba al niño. Dije, "Está bien y dime cuando lo haya hecho". Después de un momento, Scott dijo, "Lo has sacado de allí. Estoy sosteniendo al niño. Está temblando por todas partes. Le estoy diciendo que ahora está seguro. Lo estoy llevando a casa".

Después de descargar al niño, dije, "Mira si la rabia todavía está presente".

"La está", dijo. "Y ahora puedo verla. Se parece mucho a mi padre y está muy cansada".

"¿También quiere descargar, verdad?", pregunté.

"Sí", dijo Scott.

Mientras la parte rabiosa abandonaba la energía furiosa y controladora de su padre, Scott vio a otros—que asumió que eran sus ancestros—también descargándose. Al igual que la experiencia de Scott, encuentro que muchas partes perpetradoras llevan cargas heredadas: las cargas que se transmiten de generación en generación. Si se exploran, a menudo provienen de un evento traumático (guerra, desplazamiento, inmigración, hambruna, etc.) que ocurrió mucho antes de que naciera el cliente. A menudo no es necesario presenciar la fuente de una carga heredada antes de descargarla, por lo que el proceso puede ser tan fácil como lo fue para Scott. Pero a veces las partes son reacias a soltar las cargas heredadas por miedo a ser desleales o perder contacto con el miembro de la familia que transmitió la carga.

Como Scott pudo descargarla, no exploramos los orígenes de la carga heredada. Pero si él hubiera querido, podríamos haber hablado con los ancestros que aparecieron y podría haber obtenido más información. En la siguiente sesión, hice que Scott describiera la descarga de su parte perpetradora a Jane y explicara lo que había aprendido sobre su origen. Ella estaba claramente conmovida y dijo que sentía por el joven Scott. También expresó un gran alivio al escuchar que Scott estaba trabajando en su ira.

Le recordé nuestro acuerdo de que ella trabajaría con sus partes sobreprotectoras. Dijo que hacerlo sería mucho más fácil ahora que Scott había dejado ir su rabia. También animé a Scott a disculparse con su hijo, Joey. Scott

respondió, "Ya lo he hecho—y le conté lo que me pasó". Joey, que estaba trabajando con un terapeuta IFS individualmente, había respondido que entendía y estaba conociendo la misma parte de sí mismo.

"Antes de hablar con Joey, sin embargo, me sentí enfermo por lo que te dije", dijo Scott. "Me avergonzaba y estaba seguro de que me estabas juzgando. Iba a dejar la terapia. Pero luego recordé que estoy haciendo esto por mi hijo. Así que busqué a Joey y hablamos".

"El retroceso es común", afirmé, "especialmente después de ser vulnerable por primera vez, y me alegra que me lo hayas contado. Quiero que sepas que cuando pensé en ti durante la semana, mis únicos pensamientos fueron cuánto me conmovió tu trabajo y lo conectado que me sentí contigo después".

Mi trabajo con Scott ilustra que no solo encontramos partes perpetradoras en nuestras prisiones o centros de tratamiento. Aparecen en muchos, muchos de nuestros clientes y tienen un gran efecto organizador en sus psique, incluso cuando nunca se les permite tomar el control. Las mujeres también tienen partes perpetradoras, y la mayoría de las clientas femeninas con las que trabajo que han experimentado abuso sexual las encuentran. También he encontrado a muchos ejecutivos de negocios exitosos y políticos que aprecian la ventaja competitiva que derivan de una parte perpetradora. Un impulso insaciable de poder junto con poca preocupación por los demás les ayuda a escalar a la cima. Desafortunadamente, pero no sorprendentemente, las empresas u organizaciones que dirigen llegan a reflejar su falta de empatía y sus valores perpetradores. Así, al trabajar con partes perpetradoras obtenemos mucho provecho por nuestro esfuerzo...

Cuando descargamos el dolor y el miedo de una, salvamos a otros del mismo destino.

Referencias

- D'Silva, K., Duggan, C., & McCarthy, L. (2004). ¿Realmente empeora el tratamiento a los antisociales? Una revisión de la evidencia. *Journal of Personality Disorders, 18*, 163–177.
- Fenelon, F. (1877). *Cartas espirituales a los hombres*. Londres, Inglaterra: Rivingtons.
- Loving, J. L. (2002). Planificación del tratamiento con la Lista de Verificación Antisocial-Revisada (RCL_R). *International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology, 46*, 281–293.
- Marshall, W. L., Marshall, L. E., Serran, G. A., & O'Brian, M. D. (2011). *Rehabilitando ofensores sexuales: Un enfoque basado en fortalezas*. Washington DC: APA Press.

- Merton, T. (1965). *La vía de Chuang Tzu*. Nueva York: New Directions.
- Salekin, R. T. (2002). Pesimismo antisocial y terapéutico: ¿Lore clínico o realidad clínica? *Clinical Psychology Review, 22*, 79–112.
- Stalans, L. J. (2004). Ofensores sexuales adultos bajo supervisión comunitaria: Una revisión de las estrategias y tratamientos de evaluación recientes. *Criminal Justice and Behavior, 31*, 564–608.
- Wong, S. (2000). Ofensores antisociales. En S. Hodgins & R. Muller-Isbemer (Eds.), *Violence, crime, and mentally disordered offenders* (pp. 87–112). Chichester, Inglaterra: Wiley.

Citations:

[1] <https://ppl-ai-file-upload.s3.amazonaws.com/web/direct-files/42391204/9a438311-e598-41a4-a8fb-691dab8853f8/paste.txt>