

2 niveles de trabajo con Sistemas Internos

1. Comunicación Interna = El Self del Cliente en relación con parte(s) del Cliente



2. Acceso directo = El terapeuta es el Self en el sistema - en relación con una parte o partes del cliente

Dos tipos de Acceso Directo

- **Explícito**

- Una técnica que se utiliza cuando una parte no se desmezcla. El terapeuta pregunta: "¿Puedo hablar con esa parte?"

- **Implícito**

- Hablar y responder directamente a una parte sin reconocer que se está dirigiendo a una parte. El terapeuta es consciente de las diferentes partes a las que se dirige.

Cuándo utilizar el Acceso Directo

En cada sesión de IFS empezamos utilizando el Acceso Directo para construir el puente hacia la Comunicación Interna

- **Hablar directamente con las partes sobre tu plan**
- **Describir cómo vamos a trabajar con seguridad**
- **Abordar los temores y preocupaciones de los protectores**
- **Ser un comerciante de esperanza**

Otro momento para utilizar el Acceso Directo

- Cuando una parte secuestra el sistema
- Directivos desconfiados
- Bomberos enfadados o peligrosos
- Cuando una parte no quiere desmezclarse
- Cuando una parte necesita desarrollar confianza en el terapeuta
- Cuando una parte necesita desahogarse
- La frustración aparece al intentar desmezclar

Acceso Directo como continuum

Acceso directo



Comunicación Interna



**El terapeuta es el
Self en el sistema**

**Terapeuta en
posición Directiva**

**El terapeuta
como Guía**

**El terapeuta
como Testigo**

Entrevista a la parte protectora

Dime cualquier cosa que quiera que sepa de tí

Qué haces? Cuanto tiempo has estado haciendo este trabajo? Cuál es tu intención?

Qué es lo que temes que sucedería si no hicieras tu trabajo?

Qué preferirías hacer?

Qué quieres que más sepa? Como proteges a X?