

El Terapeuta Floral: A la búsqueda de las cualidades de un buen terapeuta

Manuela María Menéndez
manuela.menendez@mineco.es

Introducción: Evolución de la Terapia Floral

La Terapia Floral ha recorrido un largo trayecto, un importante camino de expansión y crecimiento desde aquellos primeros tiempos en que un entusiasta Dr. Bach descubriera este método de curación natural por las flores. En este recorrido se han ido produciendo diferentes experiencias terapéuticas relacionadas con distintos niveles de aplicación de la terapia.

Existe, como sabemos, un primer nivel de experiencia de la Terapia Floral en el campo de la autoayuda. Este es básicamente el nivel para el que la Organización Mundial de la Salud realizó su reconocimiento, recomendando su utilización a los estados miembros, a través de la obra que lleva por título: *“Medicine Traditionelle et Couverture des Soins de Santé”*, OMS, Ginebra, 1983.

El Dr. Bach por otro lado, concibe la Terapia Floral como el método curativo más perfecto que se conoce << y tan sencillo que puede ser empleado en el hogar >>.

El campo de aplicación es efectivamente muy extenso en el ámbito familiar, y tiene una gran trascendencia porque podemos afirmar que, cuando las flores entran en casa, cambia toda la energía del hogar, de la familia y de las relaciones interpersonales, contribuyendo a elevar el nivel “vibracional” y, por tanto, a corto y medio plazo se produce una mejora sustancial de todos los miembros que forman este entorno. La aplicación de la Terapia Floral en el ámbito familiar evita además, que algunos de los problemas tratados deriven con el tiempo en patologías más graves. Puede decirse y se dice, que hay un antes y un después del contacto con las flores aplicadas en el ámbito familiar.

Pero en lo que vamos a centrarnos, es en el nivel profesional de aplicación de la Terapia Floral. Este nivel implica, claro está, una formación superior, ya que los casos que se tratan responden a una mayor complejidad. Este nivel comprende el tratamiento de problemas psicoemocionales más graves o más disfuncionales, en general de perturbaciones más complejas, de temas difíciles en los que se necesita una ayuda terapéutica más cualificada.

Así, señala acertadamente Patricia Kaminski¹ que un terapeuta experimentado puede aportar apoyo y agudeza perceptiva cuando las esencias florales evocan sentimientos dolorosos o nos confrontan con elecciones difíciles.

La Terapia Floral ejercida desde el nivel profesional, ha experimentado igualmente una evolución en los últimos años. Esta evolución se refiere no sólo a un mayor y más profundo conocimiento del sistema terapéutico que conocemos como Flores de Bach y a la filosofía que lo sustenta, fruto de los trabajos e investigaciones de reconocidos autores, sino también una evolución en cuanto a la manera de enfocar el tratamiento terapéutico floral.

Somos cada vez más, los Terapeutas Florales que consideramos que un tratamiento basado exclusivamente en prescribir fórmulas florales, dejando que las flores actúen por sí solas, no es suficiente ni satisfactorio, si no se contempla un

¹ Patricia Kaminski. *Flores que sanan*. Ed. Nestinar

verdadero proceso terapéutico. Como ya hemos tenido ocasión de comprobar, no es lo mismo dar flores que hacer Terapia Floral.

El proceso de cambio que el tratamiento con esencias florales produce, será mucho más transformador cuando en el camino el consultante pueda encontrar un terapeuta que entienda la Terapia Floral como una terapia holística, que atiende en primer lugar a la persona con su única y especial forma de ser y manifestarse, con su necesidad de ser entendido, aceptado, valorado, escuchado y acompañado en un proceso en el que lo más importante no son los síntomas, si no la forma en que la persona, que solicita ayuda, los vive.



latradiciondelaluna.blogspot.com

Un proceso en el que el terapeuta contribuye a poner más conciencia entre todas las partes de la persona que se hayan a menudo disociadas, por eso es una concepción holística e integradora. Tratar de hacer consciente lo inconsciente para poner en coherencia todas esas partes, es un trabajo de la verdadera terapia.



liderazgo-integral.com

En este enfoque integramos interesantes aportaciones de las psicoterapias humanistas y transpersonales, así como de otras disciplinas que tratan sobre el alma, como la filosofía, la metafísica, la teosofía, o cualquier aportación que nos permita profundizar en la naturaleza humana, de la misma manera que Bach integró en su día diversas tendencias e influencias en la creación de su método natural de curación por las flores.

Vamos a enfocarnos en este proceso, precisamente, en la persona que se pone al frente del mismo: El Terapeuta Floral.

La Figura del Terapeuta: El Terapeuta Floral

Ser Terapeuta Floral profesional es una vocación basada en el deseo de ayudar al otro. Una vocación más relacionada con el arte terapéutico que con el desempeño de un oficio, y que va siempre de la mano de una concepción trascendente de la naturaleza humana.

Para poder ayudar a otros en el marco de una consulta profesional, podemos preguntarnos qué cualidades, qué características serán necesarias para ser un buen terapeuta.

Para Bach <<Cada uno de nosotros es un sanador, porque cada uno experimenta en su corazón amor por alguna cosa: por nuestros semejantes, por los animales, por la naturaleza o la belleza en alguna de sus manifestaciones. Por este motivo no sólo nos podemos sanar a nosotros mismos, sino que también tenemos el privilegio de encontrarnos en situación de ayudar a sanar a nuestros semejantes siendo los únicos requisitos para todo esto el amor y la compasión>>.

Efectivamente todo buen terapeuta es compasivo con el dolor, con los problemas y las dificultades del otro, y toda terapia debería ser un acto de servicio y cuidado.

<<El amor es un despertar de la conciencia humana. Cuando el amor nos inspira nos sentimos motivados para comprometernos de forma generosa en el servicio de ideales más altos >>². Son inspiradas palabras de Patricia Kaminski.

Toda la filosofía bachiana, de hecho, nos alienta a desarrollar conscientemente el lado amoroso de nuestra naturaleza, como seres individuales y como sanadores:

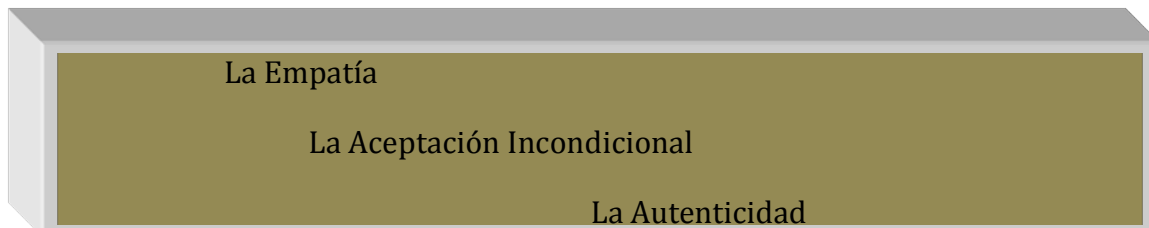
² Patricia Kaminski: Obra citada.

<<La conquista final de todos se hará a través del amor y el cariño y cuando hayamos desarrollado lo suficiente estas dos cualidades nada podrá asaltarnos, pues siempre estaremos llenos de compasión y no ofreceremos resistencia.>>

Cualidades del Terapeuta: Una visión psicológica

La mayoría de las corrientes terapéuticas modernas coinciden en aceptar la aportación realizada por Carl Rogers³, practicante de una psicoterapia de tendencias humanistas, en torno a las cualidades básicas que debería tener un buen terapeuta.

Estas serían:



La Empatía



habilisociales.blogspot.com

La empatía, es la capacidad del terapeuta de ponerse en el lugar del consultante. Es la habilidad de entrar en su mundo y experimentarlo bajo su particular prisma.

Es la capacidad del terapeuta que hace que el cliente se sienta comprendido no sólo desde la mente, si no desde el sentimiento, desde el corazón.

La empatía es fundamental en la terapia. Podemos preguntarnos ¿Qué posibilidades hay de entender a otro ser humano o sus problemas y dificultades si no es poniéndose en su lugar?

³ Carl Rogers ha sido un influyente psicólogo que junto con Abraham Maslow fundó la rama humanista en la psicología.

Cuando el cliente llega a la consulta, necesita sentirse entendido por el terapeuta, necesita que éste pueda darse cuenta de lo que siente, que pueda deducir aquello que a él le cuesta expresar, y que se interese verdaderamente por su bienestar y su proceso de sanación.

La empatía se refuerza con cualidades complementarias como son:

La cordialidad, la calidez, el humor y el optimismo por parte del terapeuta hacia la persona que viene a consulta.

<<La mirada cálida y afectiva- en palabras de Luis Jiménez- contribuye a crear un clima acogedor en la consulta, que facilita la libre expresión del consultante.>>



El humor es otra característica deseable en el terapeuta, ya que puede ser un valioso recurso para restar seriedad o “quitar hierro” a situaciones complicadas en el marco del proceso terapéutico.

elrinconletrasperdidas.blogspot.com

Transmitir optimismo en la recuperación, es una actitud esencial. Imaginemos que la persona que viene a solicitar ayuda se encontrara con un terapeuta desesperanzado, un terapeuta del tipo Gorse. ¿Qué clase de ánimo podría encontrar?

Transmitir esperanza de modo realista ayuda a progresar y a reconocer los logros obtenidos en la terapia.

Bach nos señala en este sentido:<<Nunca dejéis que alguien pierda la esperanza de ponerse bien>>. <<Abrir los ojos al que padece e iluminarle sobre la razón de su existencia, inspirarle esperanza, consuelo y fe que le permitan dominar su enfermedad>>, es la recomendación que Bach nos deja a los Terapeutas Florales.

Los beneficios de inspirar optimismo en el paciente son objeto de un creciente número de investigaciones. Según Martin Seligman, psicólogo de la Universidad de Pensilvania, considerado uno de los principales expertos en el estudio de los efectos del optimismo, el optimista se hace y se sabe responsable de aquello que le sucede, y por tanto se cuestiona qué es lo que puede hacer para rectificar, mejorar o cambiar una determinada situación.

El terapeuta contribuirá, por tanto, a despertar en el consultante la esperanza para enfrentar una prueba, para encontrar el significado de su dolor, y para ver la luz al final del túnel en mitad de una crisis.
--

La aceptación incondicional

El amor hacia el otro, toma forma en una aceptación incondicional del cliente y de los temas o dificultades que trae a consulta.

Consideramos bastante precisa la definición de Marshall Rosenberg⁴ al señalar que el terapeuta es la verdadera persona que realmente comprende las vacilaciones y debilidades del cliente, y las acepta sin intentar negarlas y corregirlas.

El terapeuta debe lograr aceptar, apreciar y valorar al individuo íntegro, dándole incondicionalmente seguridad y estabilidad en las relaciones, creando un entorno seguro que el consultante necesitará para correr el riesgo de explorar nuevos sentimientos, actitudes y conductas.

La aceptación incondicional implica por tanto, la consideración positiva hacia la persona que demanda la ayuda, y es indispensable para contribuir a equilibrar su autoestima, frecuentemente dañada.

El terapeuta debe cultivar la tolerancia y una mentalidad abierta para no juzgar, haciendo que el cliente se sienta aún peor, ya que una regla básica en todo arte curativo es que lo primero es no dañar “*primun non nocere*”.

Como terapeutas tenemos que ser conscientes de cómo la propia cultura, la educación, la situación socioeconómica, los valores y creencias personales, pueden afectar a nuestra práctica terapéutica y ser capaces de dejar de lado las creencias personales en el transcurso del trabajo terapéutico. Aceptar por tanto que hay estilos de vida diferente, y que todos tenemos aspectos positivos que desarrollar.

Aceptación y respeto deben estar enraizados en la personalidad del terapeuta, y para ello debe sentir aceptación y respeto hacia sí mismo.



eldiaqueviunaestrella.blogspot.com

Aceptación incondicional no quiere decir que estemos siempre de acuerdo con lo que hace o dice el consultante, porque otra importante cualidad o habilidad terapéutica a desarrollar es la firmeza.

Firmeza para no dejarse manipular por el cliente y poder ayudarle a reconocer sus errores, y a recorrer con él el camino de evolución, que va, desde la ignorancia al conocimiento y del defecto a la virtud, y a que pueda identificar las consecuencias de sus actos.

⁴ Rosenberg, psicólogo estadounidense creador de “La Comunicación no violenta”

La Autenticidad

La autenticidad se refiere a la coherencia interna del terapeuta para no simular, fingir, o aparentar ante el consultante, para no llevar una “doble actuación”, representando un papel que restaría todo crédito a la terapia.

Esta coherencia interna ha de ser fruto del autoconocimiento. Un buen terapeuta ha de conocerse lo mejor posible a sí mismo, debe trabajar con su sombra, con sus heridas y su dolor. Debe tener autoconciencia sobre su problemática emocional, así como capacidad de autocritica y autoanálisis, siendo consciente de lo que aún no tiene resuelto, lo que supondrá sus limitaciones ante la terapia.

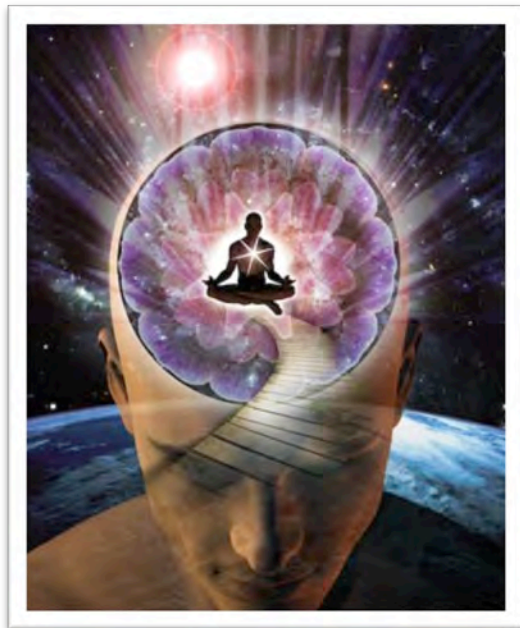


El terapeuta que considera que ya está de vuelta, es que no ha llegado a ninguna parte más allá de instalarse en una cómoda soberbia, desde la que se cree que todo lo sabe, es decir se siente omnisciente y omnipotente para “arreglar” los problemas de la persona que viene a pedir ayuda.

historiasdelpasador.blogspot.com

El terapeuta no está por encima del consultante. Es un guía en el proceso para ayudar a la persona a comunicarse con su alma, pero siempre es ella misma la responsable de su curación.

Un buen terapeuta puede manejar mejor su equilibrio psicoemocional y espiritual por el trabajo de autoconocimiento realizado y por la formación adquirida, lo que le faculta para tender su mano a otros en su proceso evolutivo.



preparemonosparaelcambio.blogspot.com

Conviene por tanto tener muy presente que el terapeuta por sí mismo no cura nada, la base de nuestro trabajo consiste en ayudar a que la personalidad y el alma de la persona se armonicen, y se resuelva así el conflicto esencial.

Señala Eduardo Grecco a la hora de opinar sobre la formación de un Terapeuta Floral que <<El Terapeuta Floral sólo podrá guiar al paciente en lograr el objetivo de un mayor conocimiento en la medida en que él se conozca, por eso el punto de partida y de llegada de la formación del Terapeuta

Floral, es su propia experiencia como paciente floral>>.

El Terapeuta no debe olvidar nunca que él mismo es un ser en evolución, y que las personas que llegan a su consulta siempre traen algo concreto a su vida que debe ser observado como posibilidades de crecimiento. La ayuda en definitiva, es mutua.

El autoconocimiento deberá ir acompañado de una autorregulación suficiente para que sus problemas no interfieran en el tratamiento.

Cuando las limitaciones propias no permiten tratar adecuadamente al cliente, lo más conveniente es que el terapeuta busque tratamiento para superarlas.

El autoconocimiento es un trabajo que nunca tiene fin, ya que el terapeuta siempre debe estar inmerso en un permanente proceso introspectivo, lo que contribuirá a desarrollar la capacidad de expresar ante el cliente sus verdaderas impresiones y sentimientos.

Como decía Bach: <<Estudiar la vida durante todo el día aprender, aprender y aprender de nuestros semejantes y de los avatares de la vida. Perdernos en el arte de adquirir conocimiento y experiencia, y aprovechar de utilizar esta experiencia a favor de un compañero de ruta>>.

Además de estas cualidades del buen terapeuta, ampliamente aceptadas por la comunidad profesional, me permito señalar dos habilidades que pueden ser consideradas muy relevantes para la práctica terapéutica floral, como son: la intuición y la creatividad.

La Intuición

El Terapeuta Floral, cuya misión principal es intermediar en la conexión del alma del consultante con su personalidad, debe poder conectar con la energía de la intuición.

La intuición puede ser equiparada a la voz del Ser Superior intentando comunicarse a través de señales y mensajes que cada personalidad pueda entender y captar.



beckeza.wordpress.com

Todos los grandes sanadores han desarrollado la capacidad de conectar con el poder de la intuición.

La intuición puede ser definida como el reconocimiento de una verdad sin la necesidad del proceso de razonamiento; esto es la aprehensión de la esencia.

En el proceso terapéutico, la intuición puede permitir al terapeuta acceder a la esencia del problema que trae el consultante y a sus motivos internos, permitiéndole encontrar la verdadera causa de la enfermedad y el remedio más adecuado.

La intuición facilita al terapeuta mantener una actitud de canal, de intermediario entre la energía curativa de la Naturaleza y la energía curativa del consultante, ayudándole a conectar con los dictados de

su alma. La Unidad a que se refiere Bach, requiere que el trabajo del Terapeuta Floral se realice con un sentido de conexión con las fuerzas espirituales de sanación, solicitando la ayuda y protección de los guías espirituales y del propio Ser Superior del terapeuta.

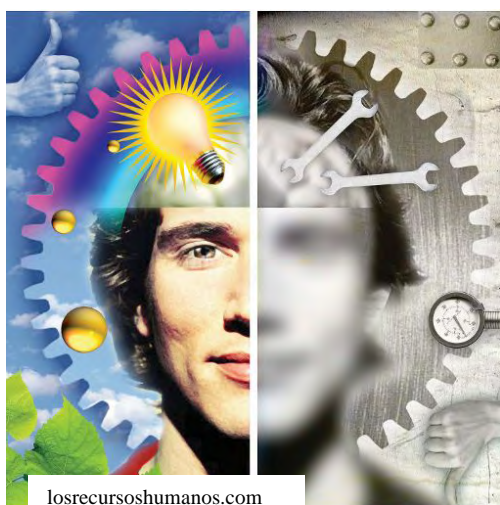
De la misma manera en que los remedios florales fueron puestos en la naturaleza para contribuir a la sanación del ser humano, se pone a disposición de los terapeutas que utilizan estos remedios, la superior guía para conectar con las verdaderas necesidades del consultante en el proceso terapéutico floral.

La Creatividad

Toda terapia tiene una parte de arte.

Suscribo las palabras de Luis Jiménez:

<<Sin duda la terapia floral es un arte. Para hacer terapia desde esta dimensión, es necesario que la capacidad creativa del terapeuta y la espontaneidad en su práctica, se desarrollen de forma particular y compasiva con cada una de las personas que llega a consulta. Cualquier protocolo específico, eliminará el arte y, con ello, la posibilidad de fomentar el autoconocimiento de aquél que llega para compartir un tramo de viaje con nosotros>>.



La creatividad es el arte de crear y forma parte del proceso evolutivo de las personas. Lo propio del ser humano es la creación y quien no se permite crear, no se permite ser humano. Las cualidades esenciales en todo proceso de creación son:

La fluidez, la flexibilidad y la originalidad.

Aplicada al ámbito terapéutico, la fluidez es la posibilidad del terapeuta de aportar muchas ideas para atender al conflicto que presenta el cliente. La flexibilidad es la posibilidad de adaptarse a situaciones nuevas e imprevistas, de poder cambiar de idea o estrategia en el enfoque de un tratamiento, o de aceptar nuevos conceptos, trascendiendo la necesidad de aplicar unos protocolos fijos e inamovibles.

La originalidad del terapeuta es la que le permite presentar ideas terapéuticas singulares, diferentes y divergentes.

Cada persona que aparece en la consulta puede ser un soplo de inspiración. Ser creativo en terapia implica, por tanto, encauzar el proceso terapéutico con fluidez, flexibilidad y originalidad, porque cada persona es un ser único que habrá de ser contemplado atendiendo a su exclusiva manera de estar en el mundo.

El Terapeuta Floral trata al enfermo y no a la enfermedad y como nos advierte Bach:

<<Cada caso requerirá un cuidadoso estudio, y sólo quienes hayan dedicado gran parte de su vida al conocimiento de la humanidad y en cuyos corazones arda el deseo de ayudar, podrán emprender con éxito esta gloriosa y divina labor >>

La cuestión de confianza

El desarrollo de las cualidades fundamentales de un buen terapeuta contribuirán a lograr el objetivo esencial de crear seguridad, esto es, un entorno seguro donde el consultante además de sentirse aceptado podrá sentir confianza hacia el terapeuta.



La confianza es la percepción de la persona que viene a consulta de que el terapeuta trabajará para ayudarlo, y de que no le perjudicará o engañará en modo alguno. La confianza en el terapeuta es tan importante, que sencillamente no podría haber ninguna posibilidad de terapia sin ella.

El cliente debe poder sentirse cómodo con el terapeuta por la elemental razón de que va a ser la persona a quien va a confiar sus secretos más íntimos y personales, sus pensamientos más recónditos, sus preocupaciones más disimuladas para otros, sus problemas inconfesables que en muchas ocasiones no han podido ser revelados a ninguna otra persona.

La confianza del consultante en el terapeuta tiene como vemos, un sentido básico y esencial, pero además en Terapia Floral, esa confianza ha de extenderse necesariamente a la eficacia y beneficios de la acción terapéutica de las esencias florales, así como al proceso terapéutico floral.

Las cualidades que hacen a un buen terapeuta deben irse enraizando en su personalidad, desarrollándose en paralelo con la práctica terapéutica, considerando siempre que lo más importante es la voluntad de querer adoptar estas cualidades.



La atención sobre la trascendencia del desarrollo de estas cualidades debería estar en la base de formación de cualquier terapeuta, ya que en definitiva se trata de cualidades de respeto, comprensión y sinceridad hacia el cliente que permiten lograr actitudes más positivas.

Amor, compasión, empatía, aceptación incondicional y autenticidad, aunque son palabras fáciles de pronunciar, y más complicadas aún de alcanzar, son básicas para la buena marcha

del proceso terapéutico.

Bach decía que <<no se nos pide más de lo que podemos dar, por tanto el esfuerzo y la pura intención de ayudar a nuestros semejantes, contribuirán a guiarnos en el camino que como terapeutas tenemos que recorrer, así como a armonizar los defectos que en el proceso como aprendices de terapeutas iremos encontrando.>>