

Fragmentos seleccionados de la transcripción · Ejemplos de falsos dobles

Selección de fragmentos educativos; no es una transcripción exhaustiva. Se omiten conversaciones de coordinación y ejemplos personales para proteger la privacidad. Los términos se presentan como vocabulario de la clase, no como diagnóstico ni prueba de causalidad. Duración del vídeo: 01:03:35.

00:02:00 Nosotros cuando estamos, y esto se los recomiendo totalmente, en el área de abordar y trabajar todo lo que tiene que ver con sistémica, tenemos que entender que nuestro vocabulario, cuando decimos las cosas, es muy importante,

00:08:00 hay historias ocultas. Muchas veces cometemos el error de ir directamente a esa historia oculta.

00:10:00 A recoger mis proyecciones. ¿Qué significa recoger mis proyecciones? A ver exactamente qué era lo que yo sentía por mi tía. Yo tenía unos sentimientos especiales por mi tía, unos sentimientos muy

00:14:00 Y simplemente me quito las gafas y empiezo a ver a mi pareja con otros ojos. Para eso me sirve. Pero si yo estoy buscando la fecha para

00:28:00 Pero recuerden que cada caso tiene sus particularidades. Resulta que

00:30:00 respiramos profundamente y simplemente una pregunta: ¿para qué te ha servido saber todo eso? ¿Ha solucionado tu problema? No. Genial. Entonces vamos a dejar eso fuera de consulta. Nos centramos en el aquí y el ahora".

00:32:00 Todo esto es para reordenarme yo dentro del sistema, buscar mi posición, una posición que me dé fuerza dentro del sistema,

00:34:00 Simplemente es una idea de lo que se puede dar y de lo que se puede hacer, pero cada

00:44:00 tenemos que tener mucho tino, mucho cuidado antes de los juicios, porque a veces nos dejamos guiar cuando no tenemos tanta experiencia, nos dejamos guiar directamente por lo que dice el

00:56:00 Preguntar siempre es la mejor opción. A veces no lo saben, pero normalmente te dicen eso: "No, bueno, yo me fumo un cigarrillo diario, dos".

01:02:00 cómo estoy proyectando las creencias de esta persona en mi vida. Cómo estoy juzgando, cómo estoy viviendo mi vida a partir de las gafas de esa otra persona. Eso es más interesante.