

Transcripción

La Configuración como diagnóstico

Transcripción automática revisada para lectura. Los saltos temporales enlazan con el vídeo en la experiencia interactiva.

00:00:01

En este caso, cuando nosotros les pedimos que configuren la situación presente, puede ser que uno de los miembros de la pareja simplemente va a

00:00:12

configurar su situación y utilizamos un solo espacio. Pero en este caso, que esté él y que esté ella, o puede ser ella, ella y él, y él. No estoy excluyendo aquí a nadie.

00:00:24

Ella va a configurar de su lado lo que ella percibe de la situación. Vamos a suponer que en una relación de pareja,

00:00:33

el problema que tiene es la infidelidad. Yo le puedo preguntar a ella: "Mira, ¿qué es lo importante para ti en este problema?" "Para mí lo importante es

00:00:43

que él es mala gente, que yo estoy sufriendo y que me está engañando con diferentes mujeres". "¿Cuáles son los elementos que tú consideras importantes en esta situación?"

00:00:53

"Él, yo, la infidelidad y de repente las mujeres". Eso para ella es importante. De repente le pregunto a él: "¿Cuál

00:01:03

es la situación que tú consideras importante en este conflicto?" Y él me puede decir: "Mira, la situación que yo

00:01:10

considero importante aquí es la falta de sexo, ella y yo, solamente eso". Fíjense que cada uno tiene una percepción diferente de la situación.

00:01:21

Yo aquí no le voy a decir: "Tú vas a sacar tal cosa". No, cada uno va a sacar lo que quiera, van a representar cuál es la

00:01:28

situación presente. ¿A qué nos va a ayudar esa situación presente? Primero que nada, a hacer un diagnóstico. Cómo percibe cada uno la relación y

00:01:40

cómo cada uno de ellos está viendo el problema en la situación. Algunos pueden poner que uno es más grande, otro más pequeño, otros pueden poner

00:01:47

que hay algún elemento que no está aquí, él puede poner los celos y ella no pone los celos y así.

00:01:54

Esa es la configuración del tiempo presente. En la del tiempo pasado, nosotros podemos poner líneas y podemos poner, por ejemplo, una línea de cinco años.

00:02:04

Vamos a ver cuando ustedes se conocieron. Vamos a poner una configuración de cuando ustedes se conocieron. También ponemos él y ella de cuando se conocieron.

00:02:14

Vamos a poner una configuración de hace 10 años. Vamos a poner una configuración de hace cinco años. Vamos al pasado, partiendo del presente, de la situación presente, hasta

00:02:24

el pasado. Podemos guardar. En la plataforma tenemos la ventaja de guardar y podemos poner si esto está en el presente, una configuración del presente,

00:02:35

podemos guardarla, la escena, y luego volverla a cargar para volver a cargar cuando vayamos a trabajar en otra sesión, la sesión del pasado.

00:02:43

También podemos hacerlo con el futuro para ver la perspectiva y los deseos que tiene una pareja, si esos deseos son realizables, si esos

00:02:50

deseos no son realizables, a ver si cada uno espera lo mismo en una relación, porque a veces una relación ya se termina porque uno desea una cosa y

00:02:58

otro desea otra. Es el momento de poner fin a la relación. Recuerden siempre que nosotros no vamos a tratar de que en la

00:03:07

relación se salven ni nada por el estilo, nosotros no somos ningún salvavidas, ni ningún rescatado. Nosotros estamos en la relación para que la relación

00:03:16

funcione bien. Hay casos donde cada uno tiene metas diferentes, cada uno tiene planes diferentes y deseos diferentes. Por ejemplo, yo vi una relación de pareja donde uno le

00:03:28

gustaba ir a donde compartían pareja y a la chica no le gustaba, no quería. Obviamente, esa relación se iba a acabar. ¿Por qué?

00:03:38

Porque ella tenía una finalidad diferente, ella quería una cosa y él quería otra. Obviamente, esos eran puntos irreconciliables. Ahí, por más que quisieran, no se podía reconciliar esa situación.

00:03:50

Cuando tenemos puntos de vista muy diferentes acerca de la vida, acerca de nuestros valores, acerca de nuestros principios, a veces simplemente nuestro

00:03:57

trabajo es ayudar a que tengan un buen cierre y no a tratar de salvar. Recuerden que un coach no está para salvar nada, simplemente

00:04:05

ayuda a los consultantes a lograr los objetivos que tienen o que se plantean al inicio de las sesiones. Hasta aquí para ver un ejemplo. ¿Hay alguna pregunta?

00:04:41

Entiendo que no hay ninguna pregunta. Me gustaría saber si hay alguien que tenga una situación de pareja, dos personas. Una persona que tenga una situación de pareja y a ver si

00:04:57

otra persona tiene una situación de pareja parecida a eso. ¿Quién quiere hacerlo? Yo puedo hacerlo. Soy la participante. Vale, la participante.

00:05:16

¿Qué situación de pareja tienes? La situación de pareja yo la expongo y luego ya me dices. Porque he hablado

00:05:31

sin pensar. La situación que tenemos con mi pareja es que nos comunicamos de forma diferente, desde mi punto de vista.

00:05:43

Que no nos entendemos en la comunicación. Vale. ¿Llega a discusión? Vale. Hablo en plural porque normalmente el funcionamiento es que nos

00:06:02

sentimos atacados. Espera, que pongo la cámara. No hace falta, no estoy viendo la cámara, no te preocupes. Vale. Nos sentimos atacados.

00:06:10

Nos sentimos atacados cuando el otro nos dice algo que no es lo que yo estoy pensando, me contradice y en vez de recibirlo como una

00:06:20

opinión diferente, normalmente lo recibo como un ataque. Creo que me pasa más a mí que a él, pero creo que igual es una dinámica en la pareja y luego nos enfadamos,

00:06:33

pero no dura mucho el enfado. Nos enfadamos y separamos físicamente aquel momento para no seguir con la discusión. Y luego cuando está más calmado, podemos volver, pero no se termina

00:06:46

de hablar lo que ha pasado normalmente. Por eso lo de la comunicación. Vale, genial. ¿Hay alguien más que tenga esta situación de pareja en su relación de

00:06:55

pareja? Que tenga problemas de comunicación, que se sienta atacado cuando el otro le habla. ¿Quién es yo? Yo. Catherine.

00:07:07

Catherine, cuéntame tu situación. Muy parecida a la que planteó la participante. Cuando de repente digo algo, mi pareja lo toma como si

00:07:24

lo estuviese atacando, aunque esa no es mi intención. Pero yo siento que está a la defensiva y le cuesta

00:07:32

hablar de lo que siente, de sus sentimientos. Eso a veces hace complejas ciertas situaciones. Vale, genial. Entonces, primero voy a ir

00:07:51

haciendo cada una de ustedes. Vamos a trabajar con la participante, ¿están en la plataforma? No, ninguna de las dos. ¿No?

00:07:58

Ah, bueno, yo supuestamente voy a reiniciar. Cathy, sí. Empiezo contigo. Quiero que tú, voy a permitirte movimiento libre y tú vas a configurar lo que tú

00:08:13

consideres. Me vas a ir contando cuáles son los aspectos que tú consideras que son importantes. Vas a ir sacándolos, los aspectos que tú consideres

00:08:21

importantes de ese problema. Vas a ponerte en él, en la parte donde dice "ser". Okey. Esa serías tú, ¿no?

00:08:36

Sí, esa soy yo. Puedes recoger la figura. Puedes cogerla y sacarla tú misma. Okey. No tienen que ser otras personas.

00:08:53

Vale. ¿Eso sería qué? Quería escogerlo a él, pero se metió bien. Da igual, aquí no hay casualidad. Okey. Lo pones donde

00:09:13

nunca permitan que el cliente les diga: "Ah, no, es que no escogí la que no era". No. Escogieron la perfecta.

00:09:19

Colócala donde quieras y ¿quién sería? Esto sería tu pareja. Mi pareja. Vale. Colócala donde tú quieras. Vale. ¿Y qué otra cosa consideras tú importante?

00:09:40

No sé si colocar problemas de la comunicación. Lo que tú quieras, yo no te voy a decir. Claro. Dame un segundito.

00:10:09

Y ese es como estar a la defensiva. Colócala donde quieras. Okey. Porque ahora me estás representando la situación presente, la situación actual, tal

00:10:27

cual como es ahora. Y esto es estar a la defensiva, ¿no? Sí. Bueno, voy a poner defensivo. ¿Sientes que falta algún otro elemento?

00:10:51

No, por los momentos no. Vamos a ver aquí. la participante, ¿estás? Vale. Quiero que ahora vayas sacando los elementos que tú consideres importantes en tu situación

00:11:12

presente del problema. Vale, en el de ella, ¿no? No, en donde dice ella, exactamente. En donde dice ella. Vale.

00:11:23

¿Esa serías? Esa soy yo.

00:11:43

Vale. Sí, muy bien. ¿Qué más?

00:12:05

Esta es mi pareja. Yo tengo radioactivo, no sé qué es esto. Voy a sacar la comunicación.

00:12:39

Ya está. Esas son las situaciones. ¿Qué ves tú de esto que está viendo ella? Vamos a ver, fíjate tú

00:12:53

aquí. ¿Yo, la participante? la participante. Fíjate tú, ella está viendo directamente a este que está enojada. ¿Qué piensas de esto, de que ve ese que está aquí enojado?

00:13:09

Yo pienso que solo ve el enojo, que no ve la otra parte. No sé si lo pienso o lo siento, lo que me ha salido es esto,

00:13:24

que solo ve el enojo, no ve nada más. Vale. ¿Qué más tendría que ver? Las otras partes de su

00:13:38

pareja. No solo la que está enojada, sino las otras partes que tiene su pareja, el chico, la chica. ¿Y qué otras partes tiene la pareja?

00:13:54

No lo conozco. No, olvídate, imaginamos que es tu pareja y esta es la configuración de tu pareja. Está haciéndose una la otra.

00:14:05

Vale. Fíjate tú, que ella dijo todo lo contrario que tú dijiste de tu pareja. Tú normalmente te sientes atacado y

00:14:13

ella siente que él se siente atacado. Sí, es verdad. De eso me he dado cuenta. Imaginemos que está siendo tu pareja y tu pareja está viéndote así.

00:14:31

¿Qué aspectos quieres tú que vea de ti? ¡Qué aspectos quiero que yo! Me estoy liando. A ver, es que yo no me lo estoy diciendo.

00:14:39

Lo expliqué al principio. Dios mío, lo expliqué al principio. Claro, es que no estaba yo al principio, he entrado cinco minutos

00:14:50

tarde. No, lo expliqué al principio. Tú estabas ya. Mira, este es él y esta es ella. Está siendo de tu pareja y tú estás haciendo el tuyo.

00:15:04

Y tú estás diciendo aquí que tu pareja está viendo solamente el enojo. Mío. Exactamente. Ahora lo entiendo. ¿Y qué otras partes

00:15:14

tengo? ¿Qué aspectos? Aparte del enojo, ¿tengo otros aspectos? Aparte del enojo, ¿tengo otros aspectos? ¿Como cuáles? Soy cariñosa, cuidadosa,

00:15:31

responsable, atenta, bastante activa, muy activa en cualquier cosa. Y me comunico desde la parte emocional. Soy comprensiva. Bueno, con él no lo sé si es así.

00:16:04

Eso suena como una mamá, me da la sensación. A ti, Katherine, ¿cómo te suena eso que ella acabó de decir?

00:16:11

Una persona que es cariñosa, cuidadosa, responsable, activa, se comunica desde lo emocional, es comprensiva. Creo que hay aspectos que sí.

00:16:32

Comprensivo creo que es el que menos me suena. Porque los demás sí, puede ser cuidadosa, protectora, pero comprensiva, no.

00:16:49

Katherine, ¿cómo crees tú que se siente una persona que otra persona está allí hablando y hablando y discutiendo y el otro está así, inmóvil?

00:16:55

¿Cómo crees tú que se siente el que está discutiendo? Yo siento que está como ausente, que no está prestando atención. Ni siquiera la está

00:17:14

viendo. ¿Estoy como ausente? Está ausente y pareciera que ni siquiera está viendo a la persona. Estoy como ausente. Estoy como ausente, perdón. Y no te estoy viendo.

00:17:32

¿Hacia dónde ves? Pareciera que estuviera viendo al piso.

00:17:59

Vale. ¿Cómo ves tú esto otro que ves aquí, que esta pareja está al lado y la comunicación está al frente?

00:18:18

Me parecerá que no hay ningún tipo de interacción. No hay interacción. ¿Cómo te hace sentir el que no haya interacción?

00:18:30

Triste. Me siento algo en el pecho, me da un poquito de sentimiento, pero tengo una molestia en el pecho.

00:18:56

¿Cómo te hace sentir eso que ella ha dicho, la participante? Me estoy dando cuenta de que he desconectado cuando ella ha hablado.

00:19:15

Es significativo esto que acaba de pasar. Mi pregunta es: ¿desconectas cuando tu pareja te habla? Ya, estaba yendo ahí yo también. Creo que sí.

00:19:30

No sé si lo tengo, pero cuando a ella le has preguntado cómo es que la pareja está delante, a mí me viene como si la comunicación es un

00:19:39

hijo. Una pregunta, pero ¿dónde estás cuando te desconectas? ¿A dónde vas? Me viene a no sufrir. A no sufrir. ¿Qué implica

00:20:01

sufrir? Sentir el dolor, entrar en la herida. ¿De dónde viene esa herida? De no sentirme vista ni escuchada. ¿Cómo te llega eso, la participante?

00:20:27

Una persona que está a la defensiva porque no se siente vista ni escuchada. Fíjate que tú misma admitiste que no la estabas viendo también.

00:20:37

Sí. Me sorprendió un poco.

00:20:56

¿Qué miras tú al suelo? ¿Qué evitas? Como ganas de escapar. Ganas de escapar. Mi pregunta para las dos: realmente, el problema de la relación de pareja, ¿cuál es?

00:21:18

Que ya hemos visto que no es la comunicación. ¿Qué es? Para mí, el sentirnos vistos, el poder mirarnos. la participante, ¿para ti?

00:21:44

No sé si es tema de canción, pero no lo termino de ver. Tú lo dijiste por allí: ganas de escapar.

00:21:55

¿De qué quieres escapar?

00:22:09

Yo creo que del conflicto, es lo que se me viene. ¿Qué implica el conflicto para ti? ¿Qué es el conflicto para ti?

00:22:18

Pelea, discusión, dolor. Entonces, el verdadero problema aquí es desconectar del sufrimiento y desconectar del dolor. Ese es el verdadero problema de esta relación de pareja.

00:22:40

Como podemos observar, nos ayuda a hacer un diagnóstico. Fíjense dónde hemos llegado. Todo esto, problemas de comunicación. Usted se siente a la defensiva, yo me siento a la defensiva.

00:22:55

Pero realmente, ¿qué es lo que está pasando? Cada uno de ustedes. Ella no quiere sufrir y él tiene miedo al

00:23:05

dolor y por eso quiere escapar. ¿Qué les parece? Muy revelador. Aquí no se queda. Hasta allí lo podemos dejar para diagnóstico. Como diagnóstico está muy bien, pero quiero que

00:23:27

vean un poquito. Para ti, la participante. Fíjense que estamos haciendo como si ella fuera ella y él, justamente, el asunto es aquí lo mismo, pero a la inversa, ¿no?

00:23:40

Sí. Ha sido revelador, significativo. Hay un punto en mí que veo que me cuesta verlo, aunque lo haya reconocido.

00:23:54

No sé cómo se llama en castellano, pero tengo el ojo puesto en la comunicación para evitar sentir lo que

00:24:04

realmente me pasa. Claro, pero es que no nos comunicamos. Siempre utilizamos la comunicación como algo que está allí, pero

00:24:11

realmente, ¿qué es lo que hay detrás del problema de comunicación? Eso es lo que siempre tenemos que buscar. No podemos quedarnos con lo que trae el consultante.

00:24:21

Porque si no, ya el problema lo hubieran resuelto Si realmente fuera un problema de comunicación, lo habrían resuelto. Entonces, quiere decir que hay algo más abajo y por eso están buscando nuestros

00:24:30

servicios. Porque no son capaces de verlo por sí mismos, no son capaces de ver qué es lo que hay debajo.

00:24:38

Hasta aquí lo pudiéramos dejar para un diagnóstico, para ver qué es lo que pasa, hablar. Pero ahora yo quiero que cada uno hable

00:24:48

desde su lugar. Ya les voy a explicar cómo es esto. Y cada uno recuerden siempre que está representando al otro, a su

00:25:01

pareja. Yo quiero que la participante hables en primera persona de tu sufrimiento con tu pareja aquí y ahora. De tu sufrimiento, no relacionado a él, sino lo que te hace sufrir a

00:25:20

ti profundamente. Mi pareja. Yo quiero que tú hables con tu pareja. Tu pareja no es la que te hace sufrir, qué es lo que te hace a ti sufrir.

00:25:31

Nunca, cuando nosotros estamos comunicándonos con el otro, le decimos qué es lo que hace el otro para hacernos sufrir. No, porque así no funciona.

00:25:38

El otro no hace nada para hacernos sufrir. Somos nosotros, nuestra percepción, los que nos hacemos sufrir. Entonces, vamos a un momento de tu

00:25:49

vida en que tú hayas sufrido mucho. Da igual si estabas en pareja, si no estabas en pareja. Un momento de tu vida donde haya sido mucho sufrimiento y que de eso

00:25:59

desconectas. Cuéntanos. Cuéntale aquí a tu pareja: "Oye, mira, sabes que yo pasé por esto y en esta situación me sentí así y

00:26:10

estuve con mucho sufrimiento". No relacionado con la persona, sino en cualquier momento de tu vida. Cuenta. Vale. Puede ser algo que

00:26:19

me ha venido cuando- Algo que te lleva a desconectar porque has sufrido mucho en una situación. Lo primero que te llega a la mente.

00:26:31

Lo primero que me ha llegado a la mente cuando has dicho esto, no sé si puede ser esto, porque yo estaba en la barriga de mi madre.

00:26:38

Da igual, sí. Dile. Cuando yo estaba en la barriga de mi mamá, mi mamá estaba teniendo relaciones con mi padre, mi padre

00:26:52

biológico. Entonces, mi padre biológico, que no sabían que era mi padre biológico, como yo iba creciendo, decidió dejar a mi madre y, por tanto, también abandonarme a mí.

00:27:07

Y esto me causa mucho sufrimiento. Otro momento de tu vida que te haya causado mucho sufrimiento. Cuando mi mamá se separó de mi padre

00:27:29

adoptivo para estar con otro hombre. A partir de aquel momento, ella solo podía mirarlo a él y dejó de

00:27:41

vernó a mí y a mi hermano. Y entonces, allí, ¿sentí? Y entonces ahí sentí mucho sufrimiento y dolor. Vale. Otra situación.

00:28:00

Cuando mi primera pareja, después de supuestamente estar muy enamorados, sin decirme nada, desapareció. Y esto me causó mucho sufrimiento y mucho no entender qué es lo que

00:28:19

pasaba. Vale. Otra situación. Cuando otra pareja, mi expareja última, no la actual, también me dejó de un día para mañana después de cinco

00:28:43

años de relación. Y eso me causó mucho sufrimiento. Vale. ¿Qué resumes entonces tú a tu pareja de lo que realmente

00:28:58

te duele actualmente? Sumando todas esas experiencias. Sí. Me duele cuando me siento abandonada por alguien que me quiere. Y ahora me doy cuenta de que eso tiene que ver conmigo y no contigo.

00:29:24

Y ahora me doy cuenta de que esto tiene que ver conmigo y no contigo. ¿Cómo te hace sentir? Me he sentido muy aliviada diciendo

00:29:40

esto último. ¿Viste cómo hablamos entonces con nuestra pareja? ¿Qué va a prevalecer si yo hablo así con mi pareja?

00:30:01

¿Qué crees tú que prevalezca? El rechazo. Estar defensiva para que no me abandone. Prevalece el amor cuando yo hablo así con mi pareja.

00:30:22

Porque me estoy comunicando desde mi esencia, desde lo que yo siento, no desde la acusación, no desde el reclamo.

00:30:31

Sobre lo que yo siento. Imagínense esto en consulta con nuestro cliente. Gracias, la participante. Vamos a ver ahora qué tiene que

00:30:40

decir la participante de ese dolor. Ella evita la pelea, la discusión, porque le da dolor. ¿Cuál fue la primera experiencia donde sentiste

00:30:51

ese dolor? Cuéntale a tu pareja. Tendría ocho o nueve años. Hubo una discusión muy fuerte entre mis padres, donde se dijeron muchas cosas.

00:31:18

Me sentí bastante impotente al no poder hacer absolutamente nada y ver cómo se peleaban las dos personas que más amo

00:31:27

en ese momento. ¿Otra experiencia donde hayas sentido un dolor similar? Un dolor parecido lo sentí con mi exesposo. Hubo

00:32:00

una infidelidad. ¿Y en ese entonces, qué sentiste? Sentí dolor, sentí decepción. Sentí dolor, sentí decepción. Y entonces ahora prefiero estar ausente para no sentir ese dolor y esa

00:32:19

decepción. Escapar. ¿Otro momento donde hayas sentido dolor? Con mi pareja actual, que tuvimos un tiempo que nos separamos. No, no me hables de tu pareja actual.

00:32:47

Okey. Otro momento. Un momento que sentí mucho dolor también fue cuando mi hija se fue del país. Sentí que

00:33:09

me arrancaban algo. Respira profundamente. De todas estas situaciones dolorosas, entonces, ¿qué aprendiste del dolor?

00:33:39

A partir de estas decisiones o de estos sentimientos, o de esto que sentí, de ese dolor tan grande, entonces quise estar

00:33:50

con ganas de escapar. Ausente. Escaparme. Sí, es más fácil escapar que enfrentar. Claro. Entonces nos preguntamos por qué el otro se

00:34:01

molesta. De eso que nosotros acusamos al otro, normalmente lo tenemos nosotros, lo que pasa es que no queremos verlo.

00:34:26

Respiramos profundamente. ¿De qué me doy cuenta con esto?

00:34:49

Yo que tengo que dejar de mirar al otro y mirar a mi sufrimiento y hablar desde ahí, darle un lugar.

00:35:01

Darle un lugar a lo que siento y expresar lo que siento en primera persona, sin acusar al otro. Porque ahí es donde viene el conflicto.

00:35:12

Cuando yo estoy acusando al otro de lo que yo siento. Aquí hemos visto que no es lo que el otro hace o deja de

00:35:19

hacer, es lo que yo ya vengo sintiendo desde antes, que no he cerrado. No quiere decir con esto que el otro no tenga lo suyo, el otro tendrá lo suyo, pero

00:35:32

una vez que uno se moviliza, el otro también se ve en la necesidad de moverse. la participante, ¿de qué te has dado cuenta tú?

00:35:55

la participante. Me doy cuenta de que de nada sirve huir, siempre va a estar allí, entonces hacerme cargo. Hacerte cargo y expresar desde lo que tú sientes.

00:36:20

"Oye, yo me siento así", pero no es acusando al otro. Fíjense que comunicarse no es comunicar lo que el otro me hace sentir. No.

00:36:29

El otro simplemente está ayudándonos a ver una herida que tenemos abierta. Por eso nos moviliza lo que el otro hace, porque si no, no nos movilizara

00:36:44

Nos moviliza justamente porque tenemos la herida abierta y desde allí intentamos comunicarnos. ¿Qué les parece la técnica, chicas? Y chicos, que no sé si hay algún chico aquí hoy.

00:36:59

Muy buena, excelente. A mí me gusta y a la vez me cuesta entender cómo lo desarrollas muy rápidamente. A

00:37:16

mí me cuesta llegar ahí, si lo tuviera que hacer sola. Es sencillo. Simplemente, cada uno va a comunicar qué

00:37:25

es lo que ve el otro, a ver qué está pasando, qué pasa cuando uno está alterado y el otro está tranquilo, qué pensará cada uno de ellos.

00:37:34

Qué piensa cada uno de ellos. Es explorar. Al final, ¿dónde voy siempre? A las emociones, a los sentimientos, a lo que está

00:37:43

reprimido. Cuando nosotros configuramos qué es lo que va a salir, algo que está inconsciente, algo que el consultante no ve.

00:37:50

Y no me quedo con lo que me cuenta. Lo que me cuenta la defensiva y la comunicación es puro cuento.

00:37:56

Realmente hay algo más abajo y eso es lo que yo estoy explorando. Estoy explorando las sensaciones y sentimientos de los

00:38:02

personajes. Esto lo podemos hacer con la situación presente. Podemos guardar la situación presente y entonces ver una situación pasada. Vamos a configurar cuando

00:38:14

ustedes se conocieron, por ejemplo. Configuro allí mismo cuando ustedes se conocieron. O del futuro, cuáles son las expectativas que tienen del futuro, cómo se

00:38:24

imaginan su situación a futuro, cómo sería su situación a futuro. Eso lo podemos hacer en diferentes sesiones. De todas maneras, esta sesión yo la voy a guardar y luego podemos

00:38:35

continuarla. Vamos a guardar aquí. Voy a poner la participante. ¿Pongo el título? No, yo. Normalmente le podemos pedir de tarea que ponga un título, pero en este caso, no

00:38:52

lo vamos a pedir. Esto lo voy a guardar ahora. ¿Alguna pregunta, alguna duda con respecto a esto? No, yo coincido con la participante en que tú lo sacas tan rápido,

00:39:08

sacas el rollo tan rápido. Porque no me engancho en lo que el consultante está diciendo. Me engancho en lo que

00:39:17

percibe, lo que estoy viendo yo allí y aquí. Fíjense que no son mis palabras, son todo el rato las palabras del otro.

00:39:25

Aquí no hay una comunicación, aquí no hay una interacción entre ellos. Fíjense que uno va a opinar sobre el otro. No va a opinar sobre él mismo.

00:39:34

Fíjense, este lo hace sobre el otro. Yo comunico, voy a hablar de este y el otro va a hablar de ella.

00:39:44

Eso es una manera de ponerse en los zapatos de la otra persona. Es un trabajo muy sutil, muy bonito.

00:39:53

¿Alguien más, alguna pregunta? la participante la participante, tú me has visto haciendo este trabajo, ¿no? Sí. Me sigo sorprendiendo. Vale. ¿Alguien más?

00:40:17

Vale. Un momentito. Ahora, ¿qué vamos a hacer? A ver si nos da tiempo de hacerlo y después venir para hacerlo del pasado y

00:40:29

del futuro. Vamos a dividir la clase en grupos. la participante, la participante. Vamos a dividir la clase en grupos y entonces, ¿qué va a hacer?

00:40:51

Uno va a ser de terapeuta. Y otros dos van a hacer de qué? Van a hacer como si fueran pareja.

00:41:03

Uno va a contar cuál es el problema de pareja que tiene. Lo mismo que hicimos aquí. ¿Se quedan incapaz

00:41:09

o no? Vamos a probar. Entonces uno va a ser de terapeuta y dos van a ser de pareja. Van a ver un problema que tengan en común

00:41:24

en pareja. ¿Sí? Sí. Genial. Entonces voy a dividir los grupos aquí por escrito yo. ¿Cuánto tiempo necesitan para eso?

00:41:52

No sé. Solo tiene que hacer un terapeuta, ¿no? Y las otras dos personas hacen esto que hemos hecho, ¿no?

00:42:00

Sí. No sé. 15 minutos, 20. No sé qué dicen los compañeros. Los 20. Vale. Entonces, vamos a ver los grupos. la participante, la participante,

00:42:26

la participante, la participante, la participante, la participante, la participante, el participante, la participante, la participante. Y la participante. Vamos a ver. la participante, te dejo en el grupo de la participante

00:42:43

Que ellas trabajen, la participante, y tú observas. O de paso, de sala en sala para que vayas observando. Okey. Y que ellas trabajen.

00:42:53

Entonces voy a hacer los grupitos, un momentito, 20 minutos entonces. Asignar manualmente. ¿Quién hace de terapeuta o esto ya lo elegimos?

00:43:03

Ustedes, preferiblemente el que vaya a abrir la sala. Tú no seas de cliente, la participante, porque ya hiciste de cliente.

00:43:18

Ya. Lo que pasa es que tengo un ligero problema con el ordenador y estoy iniciando sesión desde otro. La he puesto en el móvil mientras tanto.

00:43:27

Vale, pero bueno, lo haces. Eres cliente, la participante, por favor, tú se cliente. Okey. Vale. la participante puede ser la consultante y la participante y la participante hacen de

00:43:42

cliente. Entonces voy a meter aquí. la participante, la participante y Silvio. En la otra viene. Yo voy a ponerla. Voy a abrir sesión.

00:44:07

Pero no, quiero abrir sesión en mí. la participante, la participante y la participante. ¿Quién está?

00:44:47

Listo. Pueden ir entrando. la participante, te iré pasando por varias después de cada tiempito, ¿vale? Vale, okey.