

Doce posiciones observables

Una guía de supervisión para pasar de la reacción a una pregunta que puedas revisar.

CENTRO · Presencia adulta al servicio del proceso

Curiosidad · límites claros · autonomía · disposición a revisar

01 Rescatar y arreglar

soluciones antes de escuchar la demanda

02 Proteger como padre o madre

consejo y cuidado que reducen autonomía

03 Necesitar ser imprescindible

el avance parece depender de mí

04 Enseñar o demostrar saber

explicación extensa o hipótesis incuestionable

05 Juzgar o hacer justicia

pregunta acusatoria, etiqueta o deberías

06 Aliarse o defender

una voz recibe más curiosidad que la otra

07 Buscar aprobación o dejarse seducir

evitar límites para conservar aprobación

08 Confiar en la omnipotencia del método

la técnica elegida dirige la sesión

09 Apresurarse o caer en impotencia

presionar, frustrarse o dejar de estar presente

10 Buscar una causa o significado total

origen o significado presentado como hecho

11 Quedar atrapado/a en un papel

me vuelvo parte de una escena conocida

12 Competir, lucirse o retirarse

demostrar valor o desconectarme para protegerme

Cómo usarlo: primero describe lo que dijiste, hiciste o evitaste; después considera una posición como hipótesis. La emoción y el patrón no prueban la intención del cliente. Las treinta figuras originales se conservan agrupadas en estas doce familias para facilitar su observación.

Posiciones 1–4 · cuidado y saber

Señal visible → pregunta supervisora → movimiento de retorno.

01 Rescatar y arreglar

Formas relacionadas: Salvador/a · rescatador/a

Señal observable: Aparecen consejos, ejercicios, soluciones o tiempo extra antes de aclarar qué pide la persona; cuesta permanecer junto a su dolor sin resolverlo.

Pregunta: ¿Qué me ocurre si no consigo aliviar o solucionar esto ahora?

Movimiento de retorno: Pausa. Pregunta qué necesita de la conversación y qué opciones ya contempla. Devuelve una decisión a la persona.

02 Proteger como padre o madre

Formas relacionadas: Padre/madre · protección excesiva

Señal observable: Das orientación no solicitada, te preocupas por la vida de la persona o sientes orgullo y decepción según siga tus indicaciones.

Pregunta: ¿Estoy viendo su capacidad para decidir o sólo su vulnerabilidad?

Movimiento de retorno: Nombra lo que observas sin infantilizar. Pregunta qué quiere decidir y qué apoyo desea recibir.

03 Necesitar ser imprescindible

Formas relacionadas: Terapeuta que necesita ser necesario/a

Señal observable: Te cuesta plantear el cierre, amplías la ayuda sin revisar objetivos o piensas que la persona aún no puede avanzar sin ti.

Pregunta: ¿Qué cambio podría continuar fuera de la relación conmigo?

Movimiento de retorno: Revisa objetivos y evidencias de autonomía. Lleva a supervisión cualquier dificultad propia para cerrar.

04 Enseñar o demostrar saber

Formas relacionadas: Maestro/a · experto/a que necesita tener razón

Señal observable: Explicas durante mucho tiempo, presentas una lectura como hecho o conviertes el desacuerdo de la persona en prueba de tu hipótesis.

Pregunta: ¿Qué parte de mi explicación estoy dispuesto/a a revisar si la persona no la reconoce?

Movimiento de retorno: Reduce la explicación a una hipótesis breve. Pregunta qué encaja, qué no encaja y qué lectura propone la persona.

Posiciones 5–8 · vínculo, imagen y método

Señal visible → pregunta supervisora → movimiento de retorno.

05 Juzgar o hacer justicia

Formas relacionadas: Juez/a · fiscal · policía moral · misionero/a

Señal observable: Usas preguntas con acusación, etiquetas a alguien ausente o empujas una decisión desde tus propios valores sobre pareja, familia o estilo de vida.

Pregunta: ¿Estoy nombrando una conducta y su efecto o dictando quién es correcto?

Movimiento de retorno: Describe el hecho y el impacto sin emitir un veredicto. Vuelve a los objetivos, valores y límites de competencia de la persona.

06 Aliarse o defender

Formas relacionadas: Aliado/a · abogado/a

Señal observable: Validas una versión y dejas de explorar la otra; preparas mentalmente argumentos a favor o en contra de alguien que no está presente.

Pregunta: ¿Qué perspectiva está quedando fuera de la conversación?

Movimiento de retorno: Revisa cómo repartes preguntas, tiempo y curiosidad. En pareja, abre espacio para cada voz sin forzar simetrías cuando haya razones de seguridad para no hacerlo.

07 Buscar aprobación o dejarse seducir

Formas relacionadas: Necesidad de agradar · seducción emocional

Señal observable: Evitas una pregunta difícil o un límite por temor a perder aprobación; dedicas atención especial a quien te admira, fascina o agradece.

Pregunta: ¿Haría esta misma intervención si no necesitara gustarle?

Movimiento de retorno: Recupera el encuadre y formula la pregunta pendiente con respeto. Observa si necesitas llevar tu reacción a supervisión.

08 Confiar en la omnipotencia del método

Formas relacionadas: Terapeuta omnipotente · fascinado/a por su método

Señal observable: Buscas la técnica perfecta o interpretas todos los problemas desde tu enfoque, incluso cuando la demanda actual pide otra cosa.

Pregunta: ¿Qué dato indica que este recurso encaja con el objetivo, el momento y mi competencia?

Movimiento de retorno: Aclara la demanda y los límites. Considera también no usar una técnica; si dudas, consulta antes de avanzar.

Posiciones 9–12 · reacción, significado y papeles

Señal visible → pregunta supervisora → movimiento de retorno.

09 Apresurarse o caer en impotencia

Formas relacionadas: Impotencia · frustración · impaciencia

Señal observable: Empujas el cambio, repites propuestas, esperas resultados según tu calendario o te desconectas y trabajas en automático.

Pregunta: ¿Quién desea este cambio y qué ritmo ha expresado la persona?

Movimiento de retorno: Vuelve a un objetivo acordado y a un paso observable. Revisa tu expectativa y consulta si la sensación de bloqueo persiste.

10 Buscar una causa o significado total

Formas relacionadas: Detective · intérprete · espiritualizador/a

Señal observable: Buscas con insistencia el origen oculto o asignas un significado psicológico o espiritual como si fuera un hecho, sin comprobar si ayuda ni pedir permiso.

Pregunta: ¿Qué evidencia compartida sostiene esta lectura? ¿Qué otra explicación cabe?

Movimiento de retorno: Devuelve la interpretación a una hipótesis opcional. Pregunta si tiene sentido para la persona y puedes dejarla fuera si no aporta.

11 Quedar atrapado/a en un papel

Formas relacionadas: Identificación · proyección · terapeuta niño/a · rebelde · fusión

Señal observable: Sientes que la historia de la persona es la tuya, te notas pequeño/a frente a alguien con autoridad, reaccionas como si tuvieras que obedecer o rebelarte, o te llevas el caso a casa.

Pregunta: ¿Qué papel siento que se me invita a ocupar y qué cambió justo antes?

Movimiento de retorno: Separa la historia de la persona de la propia; vuelve al aquí y ahora. Lleva la escena a supervisión o a trabajo personal según lo que necesites.

12 Competir, lucirse o retirarse

Formas relacionadas: Competencia · necesidad de destacar · distancia

Señal observable: Quieres superar al terapeuta anterior, producir una intervención brillante o te vuelves emocionalmente inaccesible para evitar sentirte evaluado/a.

Pregunta: ¿Estoy intentando impresionar o protegerme retirándome?

Movimiento de retorno: Recupera curiosidad por la experiencia de la persona, ofrece una intervención sencilla y revisa si la distancia o la competición interfieren con el proceso.

De la posición a una pregunta

Plantilla imprimible · trabaja con una escena ficticia o anonimizada.

MOMENTO OBSERVABLE

¿Qué se dijo, hizo o evitó justo antes? No escribas nombres ni datos identificativos.

MI SECUENCIA EN ESTA ESCENA

EMOCIÓN Y PENSAMIENTO

¿Qué apareció en mí y qué me dije?

IMPULSO Y CONDUCTA

¿Qué ganas tuve y qué hice realmente?

EFFECTO OBSERVADO

¿Qué respuesta vi después?

POSICIÓN TENTATIVA

¿Qué tarjeta podría orientar una pregunta?

OTRA EXPLICACIÓN QUE MANTENGO ABIERTA

¿Qué más podría explicar el mismo intercambio? ¿Qué dato me permitiría revisar la hipótesis?

PREGUNTA QUE LLEVO A SUPERVISIÓN

¿Qué lugar estoy ocupando? ¿Qué parte es observación y qué parte es interpretación?

MOVIMIENTO DE RETORNO Y EFECTO A REVISAR

¿Qué respuesta proporcionada elegiré dentro de mi alcance y qué observaré después?

La práctica no evalúa si acertaste una etiqueta; evalúa la precisión de tu observación y tu disposición a revisar.