

Transcripción de clase (anonimizada)

Subtítulos de Vimeo agrupados por intervalos para facilitar la lectura. Se han omitido nombres de participantes, se han generalizado intervenciones personales y se han retirado detalles familiares y profesionales identificadores. La atribución de voces no está verificada y el reconocimiento automático puede contener errores.

00:00:00 Imaginemos que este es un cliente, vamos a escoger una figura para, eh, su madre, y vamos a escoger otra figura para su éxito. Vale, entonces, eh, una de las cosas que nosotros tenemos que tener, claro, siempre, eh, aquí lo logran ver. Bien, en verdad vale, una de las cosas que nosotros tenemos tener en cuenta, siempre hay dos cosas, eh, diferentes. Vale, vamos a ver cuando nosotros estamos aquí, estamos en esto cuando nosotros tenemos esto, vale a nosotros tenemos aquí algo que se llama lealtad. Vale. La lealtad normalmente con quien son esas lealtad. Vale, una lealtad suele ocurrir hacia nuestra madre, nuestro padre. Vale, imaginemos normalmente lo que está pasando. A veces con esto, vamos a imaginar que aquí colocamos a la madre. Supongamos que la lealtad está con la madre. Observamos la figurita de esta. Vale, esta figurita está viendo hacia a un lado hacia este lado. Y esta otra figurita del éxito está la está viendo a ella. Vale, la está viendo directamente a ella. Observamos que está, la está viendo a ella. Y ella sigue mirando hacia un lado también. Vale, fíjense que nos damos cuenta de que esta está y esta está como mirando hacia adelante. Vale. Entonces cuando nosotros hablamos de una lealtad, muchas veces hablamos de esa lealtad, con quién? Una lealtad con una madre, lealtad con un padre, lealtad con un hermano muerto, lealtad con un esto. Y hay otra cosa que nosotros llamamos vamos a imaginar aquí, imaginemos aquí, vamos a quitar esto. Y vamos a imaginar aquí, eh, vamos a traer a otra mujer. Y entonces aquí tenemos i.

00:02:00 Imaginemos que aquí tenemos a la abuela abuela materna. Vale. Entonces quizás lo que le está sucediendo, el cliente estoy es hipotético, vale? Quizás lo que le esté sucediendo, el cliente está relacionado con la abuela. Vale, qué significa eso? Bueno, que tiene una implicación con la abuela. Vale, aquí hay una implicación o una implicancia, como llaman a algunas personas, hay una implicación con la abuela, pero la lealtad hacia quién es [participante]? Por qué lo sabe que la alerta es hacia la madre? Desde Ahí, chico, le estoy diciendo que no les estoy colocando un, no es un no, vale que Lo está diciendo. Estoy diciendo que le estoy explicando algo para hacerlo. Vale, no vale nada, sino que imaginemos que Imaginemos. Vale, Vale. Entonces, en este caso, fíjense que la lealtad es normalmente hacia la madre, hacia el padre o hacia un hermano fallecido. Y la implicación puede ser un tío a un abuelo a una situación que ocurrió. Vale, entonces entendamos esa la diferencia. Casi siempre las lealtades son hacia el padre hacia la madre, hacia un hermano fallecido. Y las implicaciones son a otros miembros del sistema. Vale? Decir la la abuela, qué sucede? Yo puedo tener una implicación con la abuela. Imaginemos que mi relación con mi madre es malísima. Vale, tengo una lealtad hacia mi madre. Vale, tengo una mala relación con mi ma con mi madre. Yo estoy representando a mi abuela. Vale, yo quiero decirle a mi mamá qué es lo que tiene que hacer. Vale, imaginemos que eso es la situación. Quiere decir que yo tengo una implicación con mi abuela. Estoy ocupando su lugar, pero la lealtad siempre porque estoy haciendo esto por amor a mamá, no por amor a la abuela, sino por amor a mamá. Eso es lo que quiero explicarle. Queda claro o no. Supongamos que un padre alcohólico,

00:04:00 el hijo no bebe para nada. Y el padre es alcohólico desde que se fue su propio padre desde que se fue el abuelo. Vale, a quién es leal? El hijo? El hijo no bebe nada de alcohol y lucha contra las personas que beben alcohol trabajan en se ha dedicado a ayudar a las personas. Ah, este trabajar ayudar a las personas que beben alcohol. A quién está haciendo leal el hijo? Entiendo el padre al padre, Entiendo. Yo no al padre, pero la implicación con quién es con el abuelo con el abuelo? Exactamente. Entonces, lo que quiero es, siempre que entiendan eso, las lealtades normalmente son con un hermano fallecido con el padre o con la madre. Y las implicaciones son con los abuelos, los tíos, parientes lejanos y todas esas cosas. Tengo una implicación con ellos por lealtad aquí a papá, mamá o hermano fallecido sin nos entendemos eso. Claro o no? Sí. Vale, esto es importante porque mmm. A veces cuando nosotros estamos diciendo este, las palabras de las palabras que se utilizan, las oraciones que se utilizan en constelaciones, a veces decimos por qué decimos a a la madre? Porque decimos al padre porque decimos al hermano fallecido a ley es porque la lealtad principal está hacia ellos. Y los otros son implicaciones con con ellos implicación. Estamos de alguna

manera embrollado. Vale, aquí hay un embrollo, un lío. Hay una especie de cadena, pero hay una lealtad ciega hacia el padre o la madre. Vale, casi siempre el hijo lo hace para pertenecer y pertenecer pasa por el padre o la madre está claro. Es decir que aunque sea con alguien más atrás en el sistema, normalmente lo va a hacer por lealtad

00:06:00 o al padre o a la madre. Vale, eh, como nosotros, vamos a saber si es el sistema. Porque la duda siempre es como saber, no si es el sistema de la madre o el sistema del padre. Normalmente no sabemos cuándo es el sistema del padre o de la madre. Cuando nosotros vemos este, a veces podemos sentirlo. A veces podemos ubicarnos nosotros en ese puesto, vamos a suponer en un momento determinado. Yo me coloco en el eh como representante de la madre y ve, observo yo misma como coceadora me com. Me pongo en ese lugar y observo a ver que se sienta a a ver si es por allí, no por allí. O me conozco en sistema mal papá, a ver si es por allí o no. O a veces también veo de cuál el consultante está hablando peor. Vale, de cuál el consultante le cuesta conectar? Entonces, normalmente, de acuerdo a eso, el hijo vale, pero bueno, eso lo vamos adquiriendo con la práctica. Vale. Saber exactamente o vaya, es el sistema. Tengo que saber también que sistema tienen prioridad. Vale. El sistema actual tiene prioridad sobre el sistema anterior, cierto o falso? No para mí. No creo que no, no, Vale, no. Entonces siempre tenemos que tener claro que cosas son prioritarias en esa persona. Vale que aunque nosotros, si la persona está cancelando algo actual, recordemos siempre que nos nos vamos a olvidar que vamos a ir directamente, papá, la mamá, y no nos vamos a olvidar de lo actual. Tengo que ver la representación de lo que ocurre en su pareja actual para poder ver y luego poder ir más atrás. Pero al principio tengo que trabajar con ese sistema original. Vale, ese sistema que ella está trayendo, que es su sistema actual, que tiene prevalencia, cierto Y luz a mi no me ha quedado muy, muy clara. Lo de eh se implica con alguien por le hartar a la otra persona. No ese ese triángulo así no me ha quedado mí muy, muy bueno. Vale, simple. Vale, es simple las lealtades con quienes son Con los padres, hermanos, papá, Mamá y hermano muerto.

00:08:00 Y hermano, eso Vale, simplemente eso y con quién son las explicaciones Con los abuelos, tío y con Todos los demás con todos los demás. Entonces las lealtad de siempre son papá, mamá o hermano muerto para y las implicaciones son con el resto del sistema. Obviamente, si a veces es un asunto con papá, pero a veces un asunto con papá que papá ya lo trae de antes, no a veces un asunto con mamá que mamá lo trae antes nosotros por la abuela y seccionando la ab abuelo, pero normalmente, casi siempre tiene las dos cosas dando la leal alta como la implicación. Vale. Y esa implicación sería la oxi radiante. Pues quizá con la abuela con el abuela con los que sea no, Bueno, sí, está ocupando su está ocupando su lugar. Sí, está implicado con esa persona. Pero aquí en esta ha haciendo leal el papá o a la mamá está haciéndolo por amor a ellos. Mm-hmm. Casi siempre. Papá o a la mamá? Alguien más tiene alguna duda? Esto queda claro o no? Es que esto se queda hacer de esto. Casi nunca se habla por ahí. Y es muy importante porque a veces nos complicamos y me hicimos porque tocamos al papá porque tomos a la mamá porque la lealtad muchas veces es hacia ellos, vale. Y por eso simplemente lo sacamos. Esta es la madre y este es el padre. Y vamos a hablar acerca de la verdad de aquí. Cuál es la verdad? Aquí vamos a ver posibles, verdad? Es que ustedes se lo pueden ocurrir, que hay aquí, que hay que reconocer aquí vamos a ver qué posibles verdades ella del padre, cómo exclusión del padre. Vale, la cl. La cliente está atrás de de mamá. Vale, voy a irlo diciendo aquí

00:10:00 una verdad, papá? Me siento más grande que tú, mamá. Siento que me tengo que acerca cargo de ti. Vale. Son posibles verdades que se pueden inferir de ahí. Vale, esas verdades a veces lo logramos identificar fácilmente. Son cosas que el consultante tiene que decir ale a veces, eh? Imitamos casi siempre a que lo explore por sí mismo. Vale, no, no, nosotros no. Eh, decimos a estas verdades. Yo le dice puso a ustedes dentro del curso, eh, que pudieran hacerlo. Mmm. Que pudieran encontrar sus propias verdades. Vale, ese sistema no lo vamos a usar con el cliente porque obviamente estamos trabajando en una constelación. Pero si nosotros reconocer cuáles son esas verdades dentro de la constelación aquí, vale, es siempre es como nombrar cuando nosotros nombramos el ya la verdad del consultante o el consultante las nombra ya de una manera. Nosotros tenemos prácticamente ya el 80 del trabajo a ello. Vale? Con todo lo que hemos venido haciendo, ya sería como el el resto sería, eh, bueno, que invite, se invite a la reconciliación que se invite, que se invite a la reconciliación. Pero al principio hay que reconocer esas verdades. Entonces esas verdades la podemos ver cómo, como sabemos, cuáles son las verdades. Bueno, observamos cuál es el orden del amor transgredido. Y simplemente lo que hay es que decir eso que está diciendo, como sabemos que orden del amor amor está a trasgredido aquí la jerarquía. Vale, aquí vemos que la cliente está más grande que todos. Bueno, que su padre está más grande que su padre.

00:12:00 Y encima está detrás en una posición, está por posición detrás de la madre y está por tamaño más grande que su propio padre. Por lo tanto, aquí en esta consultante, hay algo de soberbia. Está queriendo ocupar el lugar de la madre y puede ser, entonces, cuál, eh, yo voy a tomar, eh, lo más importante es que yo colo me coloquen en el lugar adecuado de esos padres. Vale, que aprende a ocupar el lugar delante de mis padres y más pequeño que mis padres. Vale, eso sería lo suyo que yo colocara. Y pues simplemente esto lo viniera más adelante. Me colocara más pequeño que aquí. Siempre pueden colocar la figura más pequeña. Este lo pueden hacer más grande solamente si consultante quiere, por supuesto. Y por supuesto, sería o para un lugar más adelante. Vale, eso sería. Vale, genial. Vale, eso sería más o menos, eh, el orden vale, pero solamente se da a través del proceso. Sí, queda claro eso. Reconocer las verdades. Vamos a ver otra de reconocer verdades porque, claro, es diferente hacerlo, eh? Cuando eh, verlos aquí. Así vamos a ver esto sería el cliente sería la pareja. Y esta sería la relación. Piensa otra cosa. Entonces, aquí, qué verdades llamarían aquí? Cuál sería una verdad Que la cliente está en con la relación? Oh, La cliente está molesta con la relación. No hay cosas más evidente aquí. Eh que el que el papá, eh, la pareja está está ocupando el lugar de de su papá.

00:14:00 Vale, exactamente. Entonces aquí sería, no es que mi pareja está dando lugar de mi papá, sino que, Pero que yo le estoy poniendo y quiero Entera que está trabajando. Quiero, quiero que mi pareja se haga cargo de mí. Quiero que mi pareja me cuide. Ajá. Mm-hmm. Vale, si no ds cuenta eso para ir identificando las verdades que tenemos que decir. Vale. Porque esto a veces es difícil, eh? Admitirlo. A veces no queremos admitir esto. Vale, a veces quiero que mi pareja me cuide. Quiero que mi pareja se haga cargo de mí. Esto es el primer paso para empezar a sanar, empezar a reconocerlo, vale? Desde el paso ya de dar un pasito a ser adulto, reconocer nuestras verdades a veces son muy, muy crudas y a veces es muy difícil. Entonces tenemos que empezar. Entonces le estoy poniendo estos ejemplos para que ustedes vean cuáles son las posibles verdades. Vale, depende a veces de la configuración. Podemos ver cuál puede ser este la verdad de esa persona les parece fácil. Les parece difícil. Yo cuál? Cuál es la diferencia entre una hipótesis y una verdad? Las posibles verdad? Vale, una hipótesis es un movimiento que yo digo desde antes que puede pasar. Bueno, puede pasar que yo diga que la cliente está, eh, siguiente al papá vale que la cliente está llorando, el papá o que la cliente está. Y entonces quiero saber si la cliente se iona como grande. Pues simplemente va a ser que, eh, está haciendo siendo soberbia delante. El padre vale, eso es una hipótesis. Y yo compruebo y luego la verdad es que yo tengo que ayudar al cliente a que reconozca lo que está pasando y que no se atreve a contarse, que ella cree que el problema es de su pareja, pero no es el problema de que ella

00:16:00 está buscando su papá en su pareja. Vale, entonces la verdad allí sería, estoy buscando a mi papá de mi pareja. No te, no estoy bien. No estoy viéndote como pareja. Vemos la diferencia. Okey, Sí. Vale, sí, sí, es una, es aquello que yo no, la verdad es internet. Es aquello que yo no me atrevo a nombrar porque es que no soy capaz de verlo. Vale? Si nosotros nos diéramos cuenta de esta verdad interna, muchas cosas se solucionaría. Esa verdad interna pasa por hacernos responsable. Y esa pasa por hacernos responsables, hacernos adultos. Yo te tengo otra duda. No es muy relacionada con esto, pero es de la plataforma. Qué significa cuando el el, el personaje o el el muñeco, por ejemplo, cuando es el padre, pero está con una figura femenina o vice berta, que es la madre y está con una una figura masculina. Vale, eh, yo particularmente no le doy, eh, mucho, mucha cosa. Vale. No le doy mucho sentido a esto. Algunas veces puede ser, bueno, yo, porque trabajo en ciego, hay gente, no hay gente que dice recog coges uno para tu papá y uno para tu mamá. Y no acá es una masculina o una femenina. A veces, eh? Tenemos algo que son los hijos de mamá y los hijas, la las hijas de los hijos de mamá y los hijos, las hijas de papá. Vale. Algunas veces nosotros, eh, nos incluso a veces podemos escoger una figura para nosotros, el sexo contrario, porque eso suele ser un indicio de que estamos, eh, conectado con esta. Estamos siendo el hijo o la hija de mamá o de papá male. Si yo soy la hija, yo de hecho, eh, durante mucho tiempo fui la hija de papá. Vale, entonces la hija de papá normalmente es una persona bastante más masculina. Entonces esa hija de papá, pues tiene ciertas características masculina, eh? Cómo se llama? Toma en exceso en lo masculino y rechaza lo femenino en ella. Vale. Y si es el hombre, normalmente esta mujeres, eh,

00:18:00 qué sucede que les cuesta conseguir pareja? No, no es tan satisfecho con ninguna pareja. Todos le parecen poco a cosa. No le parece suficiente. Esto puede ser, si ella rechaza al padre, también puede ser la hija de papá por tanta detestar al padre. Se convierte en la hija de papá o puede ser que tiene una afinidad por él. Vale, este y también sucede en el caso contrario, a veces cuando son los hijos de mamá, los hijos de

mamá, pues simplemente no tienen, eh, les cuesta dos cosas o le cuesta conseguir una relación de pareja o tiene muchas mujeres que van a conquistar a las mujeres, seducen a las mujeres, eh, eh, compulsivamente para demostrar esa hombría. Pero al final no pueden comprometerse con ninguna porque ya están comprometidos con mamá. Vale. Entonces algunas veces significa eso. Vale. Entonces algunas veces depende de lo que estamos trabajando. Si estamos trabajando un problema de pareja donde no nos comunicamos o alguno tiene una energía de un tipo de otro tipo, entonces allí teníamos que verlo. Vale, en caso de pareja, normalmente de se ve en otros tipos de cosas. Normalmente no se ve simplemente en casos de pareja. Vale, el resto no, no le prestaba mucha atención a eso. Vale, si yo quiero trabajar en ciego, genial. Yo porque a mí me gusta mucho trabajar en ciego. Hay gente que no hay gente que le dice escoge uno para mamá uno para papá y genial, está bien, vale, está perfecta. Uno para mamá y uno para papá. Y listo. Entonces, bueno, ella escoge ella escogerá así es masculino. Si, femenina una vez, si no dice que me equivoqué, figurita, no se que no, aunque se ella equivocado, figurita, no lo dejamos. Lo que es porque el campo ya ha sacado lo que es. Vale, entonces es perfecto eso que es no a ver si hay gente de costs selladores que le les mandan escoger otras figuritas. No se que no, no, no. De hecho, fíjense que hay muchos costs selladores que costean con los ple móvil que son, no tienen género que parecen todos, hombres o mujeres que present iguales o de madera.

00:20:00 Entonces es tan poco eso important en caso de pareja un poquito más. Vale. Pero en caso generales, no tanto. Vale, vamos a escoger otra figura. Podría ser que que la que la enfermera está situada entre el y la vida, Vale, eso se puede significar Que no está. Mmm. Mmm, que no va hacia la vida o que no está mirando hacia la vida. Cuál sería la verdad? La verdad es que no, no voy hacia la vida, no que quiere morir, que Me veo a la enfermedad en lugar de la vida Que quiere morir. Vale, pudiera ser, quiero morir. No soy capaz de tomar la vida. Mm, Vale, son verdades que aquí hay que admitir. Vale, sí. Entonces, eh, a veces por más dura que sean, hay que admitirla, hay que decirlas porque ya eso, normalmente hay una descarga emocional del cliente. Cuando, eh dice la verdad son porque, bueno, porque pasamos la gran mayoría de nuestra vida engañándonos. Vale, ojalá supiéramos esta verdad consciente y bueno, nos ayudaría muchísimo, pero a veces no la sabemos. Vale. Y entonces, atrás de una constelación, una de las cosas que nosotros identificamos, buscamos y reconocemos, vale? Desde mi punto de vista, y esto es muy personal, eh? Por eso decidí llamarle el método de el ingre, un método de origen. Desde mi punto de vista, esto es algo que en las constelaciones no se, no sé, a veces se pasa por alto. Vale, normalmente vamos directamente a la frase sanadora y ya mi experiencia han en trabajo con constelaciones. Hay que, si nosotros no pasamos a contar esa verdad,

00:22:00 el trabajo de la de las constelaciones, a veces, eh, eh, se queda la superficie y no profundizamos. Entonces, una vez que reconocemos esta verdad, es muy, muy, muy sonadora. Entonces yo les invito a que puedan trabajar. Vale? Porque suele ser muy potente. Sí. En una otra pregunta está claro hasta aquí. Entonces, fíjense que esa verdad casi siempre está relacionada con el orden del amor que está atrás. Vale, Eh, más siento que, um, quiero como for fortalecer más seguridad. Vale, exactamente. Qué quieres decir con eso? De fortalecer más tu seguridad? Porque digamos que a veces, eh, creo que tener una a una segunda opinión para yo sentirme más segura Con respecto a qué te ocurre Al tomar una decisión? Ah, bastante, eh, fuerte, digamos así. Mm-hmm. Con qué frecuencia te ocurre? Digo eso cuando se llega la opción de de poder, eh, tomar la decisión una decisión. Pongamos que esta constelación hace efecto que esperarías de esta constelación. Cómo sería que pasaría con tu vida si esa constelación hace efecto?

00:24:00 Mm, sentirme toda ah más fuerte, más segura, más, eh, eh, eh? Um, como eh, como más deita más más, eh, eh, hacer yo. Vale. Pero entonces a hacer tú y quién eres tú que me di aquí? Me estás diciendo más fuerte, más segura, más de decidida, más ser yo que ser que ser tú Más em. Ah, como era que ya no tendría necesidad de de de de o ya no quiero tener necesidad de sentir 1000 eh? Que me diga una opción para yo decir, oh, sí, mira, sí, está mejor esto, así Como tomas tus decisiones a ver, cuéntame cuál es tu proceso para tomar decisiones, Eh? Por ejemplo, este si. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa.

En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa. En un ejemplo anonimizado, una decisión profesional genera inseguridad y búsqueda de confirmación externa.

00:26:00 Vale, tu tu procedimiento, vale, tu procedimiento para tomar decisiones es preguntarle a otra persona, no? Vale, sí. Pues, bueno. Y yo creo que allí esta deriva el problema vale, para tomar decisiones. Hay que tener una estrategia para tomar decisiones cuando nosotros tomamos decisiones como adultos que hacemos, miramos todos los pros y todos los contras. Cuáles son las cosas positivas de quedarme? Cuáles son las cosas positivas de irme? Cuáles son las cosas negativas de quedarme? Cuáles son las cosas, eh, negativas de irme. Vale. Y ver qué suman y que resta más. Eso es algo que lo puedo hacer por mí mismo. Vale. Luego, eh, ver cual si las como, toma la decies bueno, ver si la la las cosas positivas son más que las negativas y lo o los negativos son más. Entonces eso me va a decir oye, toma esta decisión o no toma esta decisión. Vale, eso es una metodología. Otra metodología puede ser oye, mira cuáles son mis valores, mis valores, mmm, tener este vivir cómodamente este tener tranquilidad, tener tal cosa. No sé qué, eh? Trabajar en eso, que me gusta trabajar en aquello, lo que sea. Entonces son mis valores y no tienen no, no voy a, no voy a a cambiarlos. Y bueno, eso para mí es más importante. Y tomo una decisión porque va de acuerdo a mis valores. Entonces, yo puedo tomar en decisión en base pro y contra en base valores en base, ser el tipo de vida que yo quiero tener. Sí, Mm-hmm. Vale. Y cuando una de esa decisión que tomas no, no, no sale como querías, qué haces? Ay de me ba, Te vas ne y que pa más pasa que pasa contigo que pasé dentro de ti

00:28:00 Ahí donde este siento yo que ah, me me me aumento la inseguridad, diría yo. Vale, Vale, vale. Entonces que te parece esto de la estrategia para tomar decisiones No. Super bien, ya las anoté super bien, súper, súper bien. En tu vida. Nunca has tomado ninguna decisión así, Eh, digamos que no, tal vez como uno o dos puntos. Pero pero como que voy viéndole todo, todo lo que me acaba decir está s. Bien, y me gusta. Y voy a, pues, ya a prepararme tomando en cuenta y preparar ya yo misma las cosas. Vale, Eso yo bastante. Tener estrategias para, eh, tomar mucha las decision son es algo que nos quitan energía diamante y lo más importante es tener ya una metodología para tomar esas decisiones. No? Realmente es mucho más fácil. Si, sí. Vale. Bueno, entonces sigamos. Eh? Que es lo peor que puede pasar de él, mi, si no llegas a tomar decisiones efectivamente, no logras sentirte segura. Tomando decisión. Mm-hmm. Sí, claro. No, no, no. Este Qué es lo peor que puede pasar? Que puede pasar los de que no avanza? No sigo. No, nada. No adelanto con mis cosas. Vale, nadie puede ser representando chicos. Ay. Y a mí me estoy en la table. Me Levantó la mano. Ya me según yo ya entré. No sé. Y también yo, según también yo Yo levanté la mano.

00:30:00 Ver porque No es que no he puesto el nombre para entrar porque no sabía El tu nombre. Vale, vamos. Una respiración profunda. Nos entramos en aquí a la hora y vamos a estar el servicio de este trabajo esco es una figura que represente a del mi, Eh? Me voy a figuras o Sí? Cojas figuras y en figuras, después uno que quiera lo vas colocando donde tú quieras de la plataforma. No me dejamos ver a a la uno. Bueno, simplemente para moverla uno te pulsa sobre ella y después pulsas el lugar donde quieras que se coloque. Vas a cog otra figura para la yo niña de la cliente. La figura número uno es el cliente actual. Okey? Y la figura número tres va a ser la yo niña del cliente del mi, como mira, se esa figura tú, yo, niña, Solo que no hay que hacer. Y esa niña pudiera decir algo que necesita que sería Y necesita apoyo que necesita eh? Con más seguridad, más. Si. A quién se lo pediría

00:32:00 A mi papá. Vale, [participante] es una figura para el papá. Mm-hmm. Así es verdad? O ustedes? Dos figuras pero bueno, Okey, es que no me está dejando la plataforma. Está toda volteada, Pero tú la escoge donde tú quieres. Mm, Tú la puedes poner eh? Donde tú quieras. Ya me fui al cielo. Ahí está. Allá a ahora. Sí. Mm, vale, Vale. Del mi desde allí que le dirías a papá. La persona expresa que echa de menos el apoyo de su padre. Se omiten los datos familiares personales. La persona expresa que echa de menos el apoyo de su padre. Se omiten los datos familiares personales. La persona expresa que echa de menos el apoyo de su padre. Se omiten los datos familiares personales. La persona expresa que echa de menos el apoyo de su padre. Se omiten los datos familiares personales. La persona expresa que echa de menos el apoyo de su padre. Se omiten los datos familiares personales. Vale. Respiro profundamente. Don papá allí di alguna frase que te suena parecido a esto o tu propia frase, la que tú quieras. Se reconoce una necesidad de apoyo parental y su búsqueda en otras relaciones. Se omiten detalles personales de la intervención.

00:40:00 Sí. Entonces quiero que tuyo. Adulta. Tuyo. Adulta. Fuerte, valiente. Mm-hmm. Segura. Quiero que le diga a esa niña. Tú no cuentas con nadie más que conmigo. Yo me encargo. Tú no cuentas con nadie más que conmigo. Yo me encargo Y deja que esa niña exprese sus sentimientos, sus emociones, su frustración,

incluso sus pataletas. Y dile, papá me duele mucho. Papá me duele mucho. Y poquito a poco te vas despegando de papá y te vas acercando tu yo adulta. Mm-hmm. Hasta que se haga una. Es bien a luz, No poquito a poco como quieras [participante]. Vale, poquito a poco, a tu tiempo y a tu ritmo hasta que te fundas. Tú yo adulta con esa niña. Aunque te cueste crecer, aunque me cueste crecer. Decid hacerlo hoy. Qué sensaciones surgen en tu cuerpo? Bastante, eh? For felicidad. Mm-hmm. En donde en qué parte sientes exactamente la sensación En mi pecho ya los toma. Vale, papá,

00:42:00 Mamá. Hoy el hijo. Crecer y hacerme adulta Hoy el hijo crecer y hacerme adulto. Gracias por lo que me han dado d y como me lo han dado. Gracias por lo que me han dado y cómo me han mal Y observase. Sientes paz o si no? O si sientes que lo que sea que sientas obval en tu cuerpo. Sí Que sientes. Me siento tranquila. Bastante tranquila. Mm, cómo es hacerse adulto? No? Pues mm, Respiro profundamente. Y voy colocando todas mis expectativas, mis expectativas de que me cuiden y que me protejan, que me abracen de que se encargue de mí. La voy metiendo en un globo De Color que yo quiera. Voy llenando todo ese globo cuando esté lleno, lleno, lleno con todas las expectativas, con todo lo que deseo de los demás. Un compar que no a la Suelto un globo. Y con él todas mis expectativas infantiles,

00:44:00 la persona que está haciendo representante del cliente quiere mover alguna figura o así está bien, Me gusta, gustaría hacerle uno más grande. Bueno, sobre él, vale, pulsas sobre él y se hace más grande. Pulsas sobre él. Y hay una parte que tiene aumentar y aumentar el tamaño. Este proceso no es sencillo, vale. El hecho de crecer a veces si vmos toda la vida así, a veces es difícil, pero tenemos que irnos haciendo consciente de ello, soltando esas expectativas, esa expectativas que jamás serán cumplidas Jamás. Pero solo el niño sigue queriendo, pero eso a veces cuesta establecer una relación de pareja. Por eso, a veces cuesta conseguir un trabajo que sea realmente que me guste, que me satisfaga, porque es que en el fondo estoy buscando en todo, en todo, en todo, en todo lo que voy a mi camino. Sigo buscando llenar esas expectativas bus, un trabajo que me cuide, que me respalde una pareja que me cuide, que me respalde en el fondo. Estoy buscando en todo papá, tú sabes que renunciar a esas expectativas No permiso eso todo lo que todo eso que usted dice, todo eso ha pasar. Sí, que todo eso que usted dice, todo eso ha pasado en eso de de que la pareja uno busca para allá. Va a ser diferente. Vale. Si he sido crecer, si he sido soltar esas expectativas, liberarlas y hacerme cargo como adulta. Mm-hmm. Ahora sale esa niña interna

00:46:00 con placer la y ahora encargarme yo de ella como adulta. Entonces puede ser diferente si no seguirá igual. Todo depende de la acción que decida hacer de ahora en adelante. Es correcto. Un ejercicio para ti del [participante] escribe todos los días. Ponga a escribir a esa niña interna con tu mano izquierda. Vale. Y todas las expectativas en un papel. Escribe las expectativas que sueltas. Vale, la expectativa que te cuiden, que te protejan, que te mimen, que te atiendan todas esas cosas. Vale, escribe las escribe, las escribe, las escribe hasta que ella sientas que ya no sale más nada. Vale, luego y luego tu yo adulta, observa como se siente. Vale, Okey, No está mal que la niña haga pataleta. No está mal que la niña tenga necesidades, pero esa necesidad de esa niña se la cubre mi yo adulta. Es correcto, d. Sí, te sirve? Sí, claro. Excelente. Super más. Bien, muchísimas gracias. Gracias a ti. Una frase para este trabajo es que estaba siendo representante de que quiere decir algo que la pueda aportar a elmi Que ella tiene esa fuerza para ya encargarse de ella y que todas las decisiones que tome de manera consciente la llevarán a siempre a su mayor. Bien, Gracias. Pero es importante. Tú as, eh, como representante de las diferentes figuras, eh, las sensaciones que sentistes que pasaba entre cada una de la figuras.

00:48:00 Eso quizás puedo ayudar. Okey? Pues cuando cuando escogí y la primera, realmente no me di cuenta que ni siquiera tenía como una antifaz, ni que era como super héroe este, pero sí percibí cuando entró ya al al al área. Pues mucho enojo, mucha carga, eh? Cuando puse la decisión, pues las decies ahí están como siempre, como a la disposición. Pues para para ella. Y cuando me pediste que entrara o que escogiera a la niña, eh? Pues igual sentía como, como que ella tuvo que tomar decisiones también de niña. Pero a la vez, pues muy desprotegida cuando entró papá. Pues fortalecida pero con mucha sensación de, pues, de ser protegida. Pues ya conforme tú le fuiste diciendo por eso, sí, te dije que si me quería mover porque pues me fui sintiendo fortalecida para convertir ahora sí que la figura del cliente en alguien ya adulta porque aparte estaba chiquita. Y si ahorita me siento igual, como dice del mis sila, percibo fortalecida y tomando todo esto. Sí. Sí. Recuerden, siempre que esto es un proceso que se da poquito a poquito. Mm-hmm. No tenemos que correr. Sí, sí, No tenemos que correr esto. Se va dando despacito poquito a poco. Pero eso sí, tomando las acciones necesaria. Vale, Mm-hmm. Muchísima. Muchísimas gracias a todos A ti. Gracias. [participante] Para

todos los demás que estaban viendo este trabajo, opiniones, comentarios, preguntas?

00:50:00 Bueno, yo quería comentar que la que una vez más, veo la importancia que tiene las preguntas que le hace al cliente y lo que facilita la la constelación Dieron cuenta de que la verdad es dura. Eso te quería comentar yo luz que de verdad que fuerte yo me metí apenas es el primer ejercicio con este inteligencia, pero las tres preguntita van dos días que me las hago en la noche. Y es impresionante el ver como vivimos con con mucha mentira y sobre todo creyéndome que esa es la verdad. Exactamente. Entonces esto como de bajarlo al cuerpo y de donde lo siento como para mí, ha sido muy, muy revelador. Y dentro del marco de la constelación, si nosotros no nombramos ya esta verdad, el cliente sí, es cierto. Bueno, se produce esa reconciliación, pero sin nombrar lo que es sin reconocer lo que es, es difícil que realmente pueda d Ser el cambio, El cambio, vale. Y entonces ese desde mi punto de vista, es un fallo, eh, en general, en las constelaciones que no se mm. Prioriza sobre eso. Se prioriza directamente sobre la reconciliación, que es verdad que las constelaciones están e invitan a la a la a la reconciliación. Pero primero hay que reconocer eso, vale, primero hay que reconocerlas, verdad? Porque sin ese reconocimiento, nos estoy bajando las profundidades de de mi ser no estoy como conectándome con mi parte más profunda la que estoy ocultando. Ay, Sí. Entonces aquí es observar lo que he venido haciendo hasta

00:52:00 ahora, observar desde donde soy y renunciar a eso. Pero ojos siempre es aquí estamos hablando de decisiones. Siempre es una decisión personal, el hijo, eso a partir de ahora o no.

00:56:00 Fin de los subtítulos: 57:22.