

Transcripción

Clases Adicionales: Conseguir dinero y miedo adelgazar

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

00:00:00

¿Dónde no se le pongo? Porque ya he puesto varias veces la misma clase, si no, si no, si no.

00:00:06

Vamos a ver. Si nosotros empezamos aquí, empezamos la cosa de la gente familiares. Si nosotros empezamos la cosa de la gente familiares,

00:00:14

¿maribel? ¿Tú lo que has visto es lo primero que nosotros vemos o hacemos cuando hacemos una cosa de la gente familiares?

00:00:21

Pues lo primero es delimitar el tema.

00:00:24

¿Vale?

00:00:25

Genial.

00:00:27

Elimitar el tema, ¿qué más?

00:00:32

Pues definir como cuantas personajes o, como se dice.

00:00:40

Sí, cuantas personas van a entrar a la plataforma, ¿no?

00:00:44

O sea, a ver, ¿mater clientes?

00:00:45

Vamos a hacer escuchar, ¿vale?

00:00:47

Primero paso, escuchar el problema del cliente, ¿vale?

00:00:51

OK.

00:00:51

Escullar el asunto del cliente.

00:00:55

el truco de ese asunto lo delimitamos, la delimita de limitación, por ejemplo,

00:01:00

te dice igual es delimitar es como poner en una frase, lo pongo así porque a veces,

00:01:08

esa palabra a veces es una como muy técnica, no se poner en una frase, lo que se va a

00:01:15

coserar, ¿no?

00:01:17

Ok.

00:01:18

Sí.

00:01:19

Sí.

00:01:20

Vale, después de poner nosotros en una frase en que se va a coserar su con ambos, y vamos

00:01:25

vamos a poner un ejemplo, supongamos que una persona dice,

00:01:29

ah, vale, este, pues mira, yo quiero postular y se llegaba la

00:01:34

delimitación del tema, quiero postular mi dificultad para

00:01:44

conseguir dinero, ¿vale? ¿A quién es cogerías allí?

00:01:54

Me preguntas.

00:01:56

Sí. La persona es el tema delimitado, ¿eh?

00:02:02

Mi dificultad para conseguir dinero.

00:02:09

pues siento que dependiendo de lo que me diga el cliente, obviamente el cliente, al dinero, la dificultad.

00:02:20

Entonces mira, fíjate tu, aquí fíjate qué pasa, de limitar el tema, entonces poner en

00:02:25

una frase lo que se va a costalar y luego qué es lo que se hace, elegir qué figura se va a sacar.

00:02:31

de donde sale eso de la frase, yo no puedo inventar más nada y salir de la frase,

00:02:44

es decir, si yo digo, yo quiero constatar el tema delimitado, el siguiente es mi dificultad

00:02:52

para conseguir dinero, entonces quién soy? Yo el dinero y la dificultad, tres personas en

00:02:58

nada más, vamos otro ejemplo, tengo problemas de comunicación con mi pareja,

00:03:10

¿cuál sería las figuras que cogéramos ahí?

00:03:16

En la persona.

00:03:18

La persona?

00:03:19

En la pareja.

00:03:21

La pareja.

00:03:22

Y la dificultad.

00:03:23

La dificultad, exactamente.

00:03:25

Vamos a poner en otros ejemplo.

00:03:26

y imaginamos que tengo un problema que la mandíbulas siempre la tengo tensa y la

00:03:36

rechino de noche. Ok sería la mandíbulas y la atención.

00:03:45

Vale, exactamente, genial. Este otro ejemplo, bueno es que tengo problemas con mi mamá y siento

00:04:04

Ahí te puesto, ahí te puesto, ahí te puesto una trampa.

00:04:10

Porque aquí estoy diciendo, no eres un toque cliente,

00:04:13

pero delimitar, por ejemplo, siento que mi mamá no me quiere,

00:04:18

que es esto, es el encuadro delimitamos el tema,

00:04:21

exactamente, tenemos que ver que sea algo un hecho.

00:04:25

¿Vale?

00:04:25

Un hecho, algo que sea real, no es,

00:04:29

a yo siento percibo que, no, no, no, ni me realidades, vale.

00:04:34

entonces voy a bocar, simplemente me acuéstas, coge de esto, vale. Yo siento que en lugar de

00:04:40

siento, pues simplemente es un hecho, ¿vale? Cuando delimitamos el tema, el tema tiene que ser en una

00:04:46

frase y un hecho, una frase. Tengo problemas para conseguir dinero, discuto con mi pareja, tengo

00:04:52

problemas de sexualidad como en pareja, tengo otra problema en el trabajo, tienes un hecho,

00:04:58

a ver que otra cosa puede ser. Mi madre me ha maltratado y me sigue maltratando.

00:05:09

Este, mi padre abusó de mí. Eso son hechos, ¿sí? Soy inmigrante y no sé cómo abrirme

00:05:17

espacio en el nuevo país. Eso también es muy hecho. ¿Sí? Que claro, esto entonces, a partir de allí,

00:05:26

entonces nosotros sacamos. Soy inmigrante y no sé cómo abrirme un espacio en el nuevo país,

00:05:31

¿Qué figuras ecogerías? El cliente, el nuevo país y el espacio, abrirme espacio exactamente

00:05:46

ves, complicado, no para nada, para nada. Así no. Como así no que. Así ha delimitado el tema.

00:05:57

yo no que siento que tengo dificultad y es este en delimitar el tema porque yo te

00:06:04

vale vamos a delimitar el tema bueno el problema con el imitar el tema es que

00:06:09

es la mayoría de las personas siempre se empiecen a hablar y hablar y hablar y

00:06:12

hablar y hablar y hablar de su rollo quieren contar de sus cosas quieren decirte que

00:06:17

si sí que si no que si cada que yo siento percibí es que me pasó es que me abuela no

00:06:23

no sé qué es mal. Y entonces allí, allí, normalmente el conservador cuando se está en el campo

00:06:31

de conocimiento tiene cierta autoridad. Y entonces en esa allí es cuando el conservador

00:06:35

respectuó somente por supuesto corta al cliente y le dice a ver. De todo eso que me has

00:06:42

contado, igual es el mayor miedo que tienes con eso. Por ejemplo, tengo miedo a volvernilocas,

00:06:47

que es lo peor que pueda pasarse de vuelves loca.

00:06:53

¿Qué me encierre?

00:06:55

Eso es un tema interesante para donselar.

00:06:57

¿Es?

00:06:58

¿Ok?

00:06:59

Vamos, yo te voy a poner un ejemplo y tú me lo vas a limitar, ¿vale?

00:07:02

Vamos a ver.

00:07:04

Este...

00:07:04

Oye, mirad, ¿sabes que yo tengo problemas para adelgazar?

00:07:14

Este siempre hago muchísimo esfuerzo para adelgazar.

00:07:16

es siempre a un día de esta siempre he sido gorditas de niña y me puesta un mundo y

00:07:24

lo servimos, dietas, las dietas y no sé cómo ha gastado. Es lo que quisiera constolar.

00:07:32

¿Qué? Pues sería la dificultad para mantenerse delgada. No. Yo he tenido esos dietas, dietas,

00:07:43

las dietas y no ha sido. ¿Cuál es la pregunta allí? Te la acabo de decir. ¿Cuál es tu mayor

00:07:51

temor o miedo de no adelgazar o cuál es tu... Puede ser de las dos maneras, cuál es tu mayor

00:07:57

miedo de adelgazar o tu mayor miedo de no adelgazar? ¿O qué es lo que puede pasar si no

00:08:02

adelgazas? ¿O qué es lo peor que puede pasarse a adelgazar, porque no hay los dos sirve? Pero

00:08:07

la cosa que sea una frase, esa frase tiene que retumbar, por ejemplo, así como que ya

00:08:13

como que no se puede sacar más de esa frase. Hoy que me encierren, eso como que una frase que te resuelan

00:08:19

ti internamente y tú dice, oh, may, pongo otro ejemplo. Este, como bien, mira, yo quiero

00:08:27

postelar un asunto de una casa este que bueno, este quiero comprar, pero no termina de salir, no sé

00:08:37

qué pasa con esa casa, que no termina de salir. Me gusta mucho, pero al fin y acabo no termina de darse.

00:08:49

¿Y cuál es tu mayor miedo de que no se venda?

00:08:54

¿Y de que no la compres?

00:08:57

Que bueno que la casa de mis sueños,

00:09:00

este es de esa parezca forever.

00:09:07

¿Y qué pasa si se desaparece la casa de tus sueños?

00:09:16

Me disilusiona.

00:09:21

Entonces aquí ya encontramos el tema de la disilución.

00:09:25

Vale, lo sentices tú, sí, puede ser.

00:09:28

Ok, mi disilución vale, pues entonces a quien sacaría?

00:09:34

Hay cliente ya, ya la disilución,

00:09:39

hay cliente y la disilución vale y que más?

00:09:46

Pues, bueno la cliente de la disilución sería bastante.

00:09:50

Ya sería potente.

00:09:54

Ok, genial, me puedes poner la caja, no puedes poner la caja porque cliente también

00:10:00

está diciendo que es un asunto de casa para que se siente escuchado sería chulo también.

00:10:05

Pero si nos damos cuenta de cómo del mental del tema vamos a ver otro ejemplo.

00:10:12

Este mira resulta que en mi familia, este toda la mujer siempre se queda sola.

00:10:22

Yo sé que han sola, triste, sabandonada y bueno, eso me sosten poco a yo terminar igual.

00:10:31

y que y cuál es tu miedo de terminar igual. Bueno, repetir esa historia, ¿no? Para esos

00:10:38

son las posibilaciones para repetir historia, ¿no?

00:10:44

Y que pasa si repite la historia, si de igual que ellas, y cuál es el mayor miedo tuyo de

00:10:58

que sea, si igual que ellas. Terminar igual. Aquí te puso otra pita. Sí, está muy bueno.

00:11:13

sigues, sí, bueno, pero sigue, sigue a ver, no, porque se pueden encontrar salida,

00:11:18

ver, siga ver.

00:11:25

Y también un segundo.

00:11:36

Es que no lo encuentro porque si repite la historia, y bueno, si repito la historia,

00:11:41

si repito la historia, eso yo igual que ellas.

00:11:45

¿Y cuál sería el motivo por el? Bueno, ¿qué pasaría si sales de repetir la historia?

00:11:55

De repetir el patrón.

00:11:58

¿Y qué pasaría si sales el patrón? Bueno, que pudiera tener una pareja.

00:12:10

¿Y cuál?

00:12:11

Ok, yo creo que aquí está, ¿no?

00:12:15

Vale, ¿qué sacaría?

00:12:21

sacaría al cliente y a la pareja al cliente y a la pareja.

00:12:29

Mira, aquí te hice una pequeña trampa.

00:12:33

Porque ya aquí la persona ha dicho directamente que no quieres ser igual que las mujeres

00:12:39

de su familia, que nos estamos dando eso.

00:12:44

Aquí hay una transgresión del orden de la amor, verdad?

00:12:47

Yo quiero ser mejor que usted, no me quiero parecer, no lo estamos.

00:12:53

si nos damos cuenta, sí, ¿sí? Ok, entonces aquí, caro, no hay, entonces aquí podemos sacar

00:13:09

a ella y a alguien que representa las mujeres del sistema, varias generaciones de las mujeres

00:13:14

del sistema, puede ser, va a ser un trabajo potente para el cliente, ¿vale?

00:13:20

De cuesta mucho de limitar el tema, ver cuéntamos, más cladora. Sí, sí, mucho más claro,

00:13:28

la verdad es cuando al menos sobre te que estoy empezando un poquito que con la

00:13:36

inteligencia artificial es lo mejor ahí, lo poco a poco lo estoy haciendo mejor,

00:13:43

me cuesta cuando yo quisiera trojar en mí, son de ellos solita, como también me hago

00:13:51

curlos y no he podido hacer nada, pero fuera de eso como que cuando es más, te sale, es un

00:14:01

poquito, no, este. Vale, esta semana te voy a poner algo en curso para que vayas practicando

00:14:06

allí directamente, vale, para que lo usas constantemente y lo vayas utilizando directamente

00:14:13

allí, este siempre en el curso y lo puedas hacer para que practiques esto, vale. Normalmente

00:14:20

las personas cuando plantean a gente siempre quiere hablar de lo suyo, entonces cuando quiero hablar de lo suyo

00:14:27

podemos escuchar y podemos sentir que está pasando, que no está pasando con la otra persona,

00:14:32

observando su gesto, ver qué pasa, pero lo importante al final es que es lo peor que puede pasar si

00:14:39

ese miedo que tiene la persona se hace realidad, si ese conflicto tiene la persona se hace realidad,

00:14:45

por ejemplo, me va a suponer, tengo miedo que mi pareja me deje, que es lo peor que puede pasar

00:14:50

si tú pareja te deja, que me quede sola, vale, ya eso que me quede sola es suficiente,

00:14:57

¿verdad? Vale, tengo miedo perder mi trabajo, que es lo peor que puede pasar si fieres su trabajo.

00:15:08

Pues lo por que puede dar con mi trabajo, que me quede en la calle, eso que me quede en la

00:15:12

calle, y que es lo peor si te quedas en la calle que sería un amendío, ya eso es suficiente para

00:15:17

trabajar sonan huela a traje nacional que no veas, ¿sí?

00:15:23

Ya, ¿ok?

00:15:24

Vale, vamos ahora, yo quiero que tú practiques, canto con José, José, que te diga, plantea

00:15:30

ti diferentes temas, José plantea un tema cualquiera de de de cocelación cualquiera y

00:15:37

ella va a delimitar el tema, ¿ver qué tal? Vamos a ver, practiquemos aquí un poquito porque

00:15:42

esto es, se hace es practicando, ¿ver? Cuéntame.

00:15:48

La anteleva es un tema, José cualquiera que quieras

00:15:50

costeler, no lo vamos a costeler, simplemente plantea cualquier

00:15:53

tema que ella, que quieras costeler, lo que sea.

00:15:59

Bueno, vamos a quedar hasta la 20 porque poquita persona.

00:16:03

Ajá, José.

00:16:06

Este me gustaría que me ayudaras porque últimamente me

00:16:11

sentido como frustrado no tengo la razón clara de por qué vale maribel y que lo cuál es tu mayor

00:16:37

miedo de sentirte frustrado sentirme que no avanza que no estoy viendo resultados y que lo que

00:17:03

pasas y no avances que lo peor que pueda pasar si no avances y no ve resultados.

00:17:12

Me hace sentir hasta atascado sin progresar.

00:17:37

Que lo peor si no progresas.

00:17:47

Pues de regreso me siento atascado y siento la necesidad de progresar.

00:18:04

Vale, que sacaría si entonces este...

00:18:08

Maribel.

00:18:11

El cliente.

00:18:15

El progreso y por lo prondinamos.

00:18:25

¿Qué te tuyosa quería?

00:18:26

Al cliente, atascado y al cliente sin atascar y a progresar.

00:18:33

Por ejemplo.

00:18:34

OK, OK.

00:18:35

Vale, porque fíjate tú, que cuando hablaba atascado,

00:18:39

hablaba de sí mismo, entonces, claro, es como que sí,

00:18:41

ha ido un dos partes internas luchando,

00:18:43

una parte que quiere salir adelante y quiere progresar

00:18:46

y otra que estás carando. Entonces aquí seguramente a ver un diálogo entre esas partes.

00:18:53

Ya, ok, perfect. Fíjate que chulo, ¿no?

00:18:57

Genial, Julia, pone tu ejemplo a Maribel a ver qué tal.

00:19:02

Pone tu cualquier caso para que ella lo delimite otra vez, ¿a ver?

00:19:05

Ok, Maribel, ¿me gustaría como explorar? ¿Por qué no tengo amigos?

00:19:15

¿Y qué es lo que puede pasar si no tienes amigos?

00:19:26

No, nada.

00:19:27

No tengo nada.

00:19:30

Sólo que hay veces es como chévere, tener a alguien.

00:19:47

Es como chévere tener a alguien.

00:19:50

Disculpe a mí.

00:19:51

¿Algón quien habla?

00:19:53

Algón quien habla.

00:20:00

¿Cuál es tu mayor miedo si no tienes a alguien con quien habla?

00:20:03

No, realmente no, no siento caramero, solo me gustaría tener como más amigos, pero

00:20:23

miedo no siento que es lo miedo.

00:20:28

¿Vale?

00:20:29

Recuerda que no es el miedo, solamente es más nivel.

00:20:33

¿Puedes decir lo peor?

00:20:34

¿Qué es lo peor que puede pasar si tienes amigos?

00:20:37

Recuerda que podemos decirlo negativo o impositivo.

00:20:40

Es igual.

00:20:41

Ok, que es lo peor que puede pasar si tienes amigos. Muy bien, que es lo peor que puede

00:20:50

pasar si tienes amigos. Lo único que se me viene es tener que confiar.

00:21:02

Y ahí la tienes redondita, ¿ves? ¿Qué sacarías?

00:21:07

es, se acaría al cliente, la confianza y los amigos.

00:21:23

Exactamente, Teresa, es que chulo, siempre recuerda llevarlo a una persona

00:21:31

entra en un bucle, preguntándolo contrario, ¿vale?

00:21:36

¿Puedo preguntarlo con dar lo que es lo mismo?

00:21:39

porque al final si yo no estoy logrando algo es porque hay una resistencia interna. Entonces,

00:21:43

si hay una resistencia interna es porque si loobro eso siento que estoy en peligro. Entonces,

00:21:48

no no mente ahí una lealtad, si lo logro, por ejemplo, quiero postelar porque no tengo éxito

00:21:54

que pasaría si tienes éxito. Ah, pues me sentía muy feliz tal que se yo vale, pero que sería

00:22:00

su momento que tengo el éxito que todo el mundo te conoce, que llegas alrededor del mundo,

00:22:05

que es lo peor que pueda pasar entonces allí la persona dice a quizás no puede tener amigos

00:22:10

porque quizás la gente me buscaría por interés después entonces allí ya tienes el peor miad

00:22:18

siempre en una dirección buen otra siempre es como buscar si la persona no está logrando algo

00:22:23

porque algo interno no lo está impidiendo porque lo impide normalmente porque hay una lealtad

00:22:27

entonces lo que buscamos nosotros siempre es en ese tema que muestra una lealtad cuando nosotros

00:22:32

digamos esa frase, vamos a poner, pero aquí esa frase aparte es un hecho, también es una

00:22:37

la alta sistémica. Ok, ok. Es una alta sistémica, lo que sale ahí, me vuelvo loca, que me encierre,

00:22:47

me da miedo a que si progreso supera mi padre, me da miedo para ser más la mujer de mi familia,

00:22:58

te das cuenta que son la alta de sistema y acá son embryos sistémicos, una

00:23:02

lealtad y un embryo o hay un nudo sistémico, ¿vale?

00:23:06

Sí, ok, genial, vamos, si te quedan más claro esto, ya te vamos a volver, esperan

00:23:14

delimitar el tema entonces.

00:23:16

Eso se le da que sí.

00:23:18

Genial, vamos a ver, vamos a ver José, Julia, por un ejemplo, a José, para que José

00:23:25

el delimite de tu tema y después maribel tu también le pones un ejemplo ok le pones un caso para

00:23:32

que él lo delimite vamos a hacer con el que yo le decía o sea es lo que pasa que yo siento que

00:23:49

soy responsable emocionalmente de las personas y cuál es tu mayor miedo de ser responsable de las

00:24:07

personas. No es algo muy cansado, una carga muy pesada. ¿Y qué es lo peor que puede pasar?

00:24:25

Que sea muy pesada. Es lo que pasa que me reviene. Y llegó a momento que veo que no.

00:24:38

Que no se me da bien. Y a las cucas que no se te cuya bien. Llego un momento me reviento.

00:24:44

¿Por qué? Porque ya no soy capaz de más.

00:24:50

Mira, fíjate, que flaseta interesante en mi reviento y me dedico en esta que no soy capaz de más interesante.

00:25:01

¿Vale? ¿Sigue José o delimitando o decidí que escogerías en caso de ella para coserlar?

00:25:09

Pues, y lo primero, ya para mí no sentí ese capaz, me enfocaría en esa, no sentí ese capaz.

00:25:21

y que más acaría, la gente me llama mucha atención, ese me reviento, me reviento,

00:25:34

ese me reviento también, sacaría entonces a quien? A mí me llamó a más la transgención, la carga,

00:25:42

no se en qué se capaza si ella. Vale, vale, entonces por allí tenemos una visión,

00:25:49

¿Vale? Genial. Sí, así simplemente y a veces como ustedes casi todos saben de sistémicas

00:25:57

interesante porque a veces cuando alguien nos dé limita, limita el tema ya tenemos una

00:26:03

solución allí entre manos para encontrar, para encontrar qué es lo que hay detrás, ¿vale?

00:26:09

maríberlo, por ejemplo, José. Ok.

00:26:13

A ver, tengo un caso a José para que el delimite.

00:26:23

Pues no puedo encontrar un trabajo donde me valoren. Por ejemplo.

00:26:38

¿En cuál es tu mayor miedo donde encontraron trabajo? ¿Dónde te valoren?

00:26:46

Pues que nunca voy a estar a gusto trabajando.

00:26:54

¿Y cuál es tu peor miedo de no estar a gusto?

00:27:04

Pues no sentirme feliz trabajando.

00:27:16

No sentirme que feliz, o sea, trabajando, ¿vale?

00:27:24

pues ya me con el hecho de no no sentir ser feliz, ser miedo creo yo que me da la pausa para

00:27:46

que cosa rías entonces que figura sacaría? A él el cliente, vale sí que te más sacaría

00:28:00

o cuál es el tema que sacaría? ¿Cuáles son las figuras que sacaría? Al cliente,

00:28:10

para felicidad. La felicidad.

00:28:26

¿Qué más? ¿Qué más?

00:28:29

Y creo que el trabajo como pauta para

00:28:32

para el juego. Vale.

00:28:36

Vale. Es un área interesante para

00:28:38

trabajar genial.

00:28:41

Ahora yo quiero fíjense aquí.

00:28:43

El gilón tema vamos a hacer

00:28:46

un último para delimitar.

00:28:48

vale, imaginemos ustedes, pero ese delimitación es para auto-costelar, vale, entonces imaginemos que

00:28:54

el maribel quiere costelar un tema, supongamos maribel, tú quieres costelar un tema y entonces,

00:29:02

quiero que ya lo des delimitado y digas que figura sacar de los fuerzas auto-costelar,

00:29:10

vale, vamos a sacarías, pues, pues ser el tema que acabo de decir es periódico,

00:29:20

pero bueno vale vale no no no importa lo puedes limitar tu y entonces tú decir que

00:29:25

sacaría a ver el tema sería a ver cuál sería el tema aquí el tema sería cuál me dijiste

00:29:34

el el no sentimos feliz en el trabajo vale si tú fueras autococelar que sacaría lo que

00:29:42

dijo José no no no me digas lo que me digo a un salio eso no se vale lo que internamen

00:29:47

Sí, la felicidad y el trabajo.

00:29:51

Y yo.

00:30:00

¿Qué sería lo peor que pudiera ocurrir si tú logras sentirte feliz en tu trabajo?

00:30:09

Fijense que...

00:30:11

Ah, ¿qué sería lo peor que ocurrieras?

00:30:13

Si te sientes feliz en tu trabajo.

00:30:17

Pues, ¿qué trabajaría aún más?

00:30:20

¿Qué trabajaría más? ¿Vale? ¿Qué más?

00:30:24

¿Qué pasa así trabajarías más?

00:30:26

que no que descuido otras áreas de mi vida.

00:30:32

Ah, ya. Y si de cuidados otras áreas, ¿de tu vida que pasa?

00:30:39

Pues me siento frustrada en algunas cosas.

00:30:48

¿Qué algunas cosas que se cosas son interesantes?

00:30:54

pues como el tema de de la pareja de

00:30:58

a

00:31:01

piensa que no y dices esa recita nerviosa no me dan siempre mucha información

00:31:06

entonces fíjense una cosa que ella

00:31:08

cuál es el mecanismo y esto lo podemos ver a nivel psicológico esto a nivel de

00:31:13

coherencia lo podemos ver

00:31:14

interesante no bueno no se los vean a nivel psicológico porque no es esto

00:31:20

la clase psicología en inauguración, pero a nivel sistémico fíjense o una cosa. Si yo quiero

00:31:28

analizarme y por eso a veces cuando tomas una cosa la acción es como repreguntarnos, como decían

00:31:34

mis vosotros, siempre hay que aprender a hacerse preguntas y preguntas y preguntas. Las mejores

00:31:39

preguntas nos ayudan a resolver las situaciones, ¿vale? Entonces, ¿qué pasa? Entonces, fíjense que el embrol yo

00:31:45

no sentirme feliz en el trabajo y fíjense donde llegamos y a donde llegamos

00:31:51

donde hemos llegado a el tema de la pareja entonces claro yo estoy de un trabajo que no me hace feliz

00:31:56

porque porque quiero una pareja no yo estoy de un trabajo que no me hace feliz exactamente porque en

00:32:07

el fondo deseo una relación de pareja entonces cuál es el verdadero tema para trabajar

00:32:12

en la relación de pareja la relación de pareja no vemos claro entonces el tema para autocorrelación

00:32:21

sería eso, que esa cariaje en un tema para otra constelación, este maribel. Pues yo la pareja.

00:32:33

Si queríamos la pareja, la pareja que más, tú por supuesto, el cliente que más,

00:32:49

el trabajo está en el como intermedio o no. Bueno, pudiera ser, pero sería complicar una

00:32:59

en la cosa, si te hacía el tema de pareja que más cosas te asustan o te han

00:33:04

terror en el tema de pareja.

00:33:17

Puedo decir algo?

00:33:18

No, no, no, dejad a ella porque es como que si estuviera auto-costelando.

00:33:21

Vale.

00:33:24

Que me ha asusten el tema de pareja.

00:33:26

Yo creo que el lavandolo no.

00:33:37

Ahí tiene aspectos interesantes para auto-costelar en con respecto a la relación de

00:33:42

pareja.

00:33:42

a ver si fuéramos a ser. Entonces fíjense que a veces nosotros podemos encontrar nuestros propios

00:33:48

asuntos y trabajarlas. genial. Gracias, Maribel te aclarar. Esto es mucho más tante.

00:33:57

Descubierta, ¿no? Sí, sí. Sí, yo quiero que ustedes vean esto de limitar el tema y descoger

00:34:07

las figuras de coselaciones con disfrute no lo vean como que es difícil que

00:34:12

complicaron o que lo vean como disfrute que lo vean oye mira qué bien que

00:34:16

puedo hacer esto incluso a veces cuando una persona diga cualquier frase

00:34:20

cualquier cosa, ah ya quien se que día yo se tuviera que coselar aquí a esta

00:34:23

persona, no sin decirle nada, hace un momento yo pensando, porque si voy a ejerciendo

00:34:28

yo recuerdo que cuando yo estudiaba coselaciones recuerdo que nos íbamos a comer

00:34:32

con mis compañeras de clase, eso estamos viendo vale mira que ya pareja que

00:34:36

veis allá si pudieras transcar esa pareja a ver aquí entraríamos, aquí entraríamos una

00:34:41

postelación en esa pareja a mí de traeríamos un flanito, traeríamos, inferíamos lo que

00:34:45

estaba pasando con ella y los movimientos sistemicos, que movimientos haríamos y todo esto,

00:34:50

porque son buenas prácticas, interesantes de la hora de nosotros trabajar en esto, ¿vale?

00:34:57

Genial, ¿vale? José Rafael, si pudieras tu auto-cocelar un caso, ¿qué caso auto-cocelaría?

00:35:09

Pues como decía, me voy a verídico, lo de la frustración, a sentirme estancado.

00:35:27

Vale, la frustración de sentirme estancada.

00:35:33

Si sigue allí, ¿qué pasaría si sigue estancado? ¿Qué no contrario estancado?

00:35:47

por cierto. Se me viene sentirme libre, sentirme avanzando.

00:36:08

Vale, que es lo peor que puede pasar si avanzas.

00:36:19

No, tenemos responsabilidad.

00:36:23

Vale, aquí es sonreír. ¿Qué más? Que peor puede pasar.

00:36:47

Si tiene más responsabilidad que pasaría.

00:37:00

tener más responsabilidad.

00:37:06

Es lo porque pudiera pasar imagínate que tienes toda la

00:37:09

responsabilidad del mundo. Tienes más responsabilidad de la que puedes

00:37:13

afrontar. ¿Qué pasaría con tu vida?

00:37:20

Dejaría de disfrutarla.

00:37:26

Disfrutarla a quien?

00:37:28

La vida. Dejaría de disfrutarla a vida.

00:37:35

Vale.

00:37:36

¿Y qué pasa así? ¿Qué es lo que pudiera pasar si deja de disfrutar la vida?

00:37:58

Se me viene así lo primero por mi mente hablando volver a estar triste.

00:38:10

Si deja de disfrutar la vida, vuelve a estar triste. ¿Y qué?

00:38:23

¿Y qué es lo que puede pasar si estás triste?

00:38:37

Bueno, gana de vivir. ¿No?

00:38:40

Se me quita las ganas de vivir.

00:38:48

y aquí no vemos, estamos en esto, realmente tengo ganas de vivir, pues se me viene lo que me

00:39:05

he venido diciendo varias veces, es ese duelo, vale, que esa caridad si fueras a costilar,

00:39:16

auto costilar, la tristeza y la vida, bien, bueno, es auto costilar, no?

00:39:40

sí, a busco celular siempre va al cliente también. Vale, entonces, costelería eso.

00:39:49

Como estoy yo para ahora frente a la vida. Hay una parte de mí que quiere tirarse en el

00:39:57

suelo y quedarse allí y ya reconozco eso, lo hago con siente.

00:40:04

mucho, mucho, mucho. Vale, entonces esto es una realidad y entonces esa realidad tengo que

00:40:19

afrontarla y entender que bueno, puedo decidir mirar la vida y conectarme con ella o puedo elegir

00:40:29

mirar la muerte y ser conectado a otra vez con ella. Entonces, como esto sirve pero no

00:40:37

otra postelación. Fíjense cómo llegamos a los temas y esto nos sirve para cuando nosotros

00:40:47

estamos trabajando con nosotros mismos, estamos haciendo casos de nuestra historia que

00:40:52

pasa conmigo, que está pasando, sólo hago yo constantemente para cualquier chorrada que

00:40:59

me ocurre siempre, es como este, como se llama, ese es lo potente de las otras postelaciones,

00:41:06

¿Yuliet, tu caso si quieres? Yo pienso que se acaría.

00:41:17

¿Ya va? ¿Tú caso sería?

00:41:21

El de los amigos.

00:41:25

Lo prente hace no tener amigos porque no puedo tener amigos.

00:41:30

Sí. Pues pienso que se acaría a mí.

00:41:38

¿Qué pasaría? ¿Qué pasaría?

00:41:39

Sí, ya vamos a ver. ¿Qué pasaría si tienes amigos?

00:41:49

Digiste que tendría que confiar, que más, y que más, tendría que...

00:42:00

Mostrarme. ¿Y qué más?

00:42:11

Tener una persona social.

00:42:14

Bueno, no necesariamente, pero bueno, vale.

00:42:21

y entonces y si eres una persona social que te muestra y confía y es lo peor que se

00:42:32

dan en ese caso si eres una persona que te muestra que confía no es algo ilógico pero siento

00:42:45

que me moriría o sea aquí tenemos también o otra vez me oye el asunto, más o menos mismo caso

00:43:03

por allí que es oye, por cada uno fíjense, pero él es la misma dinámica, pero cada uno

00:43:08

desde un ángulo, ¿no? ¿Déjate? ¿Vale? ¿Qué sacaría entonces? Creo que sacaría

00:43:17

lo mismo tres, los amigos, la confianza y... ¿A mí es muy?

00:43:33

Tampoco es importante aquí porque me moriría también, y en el caso de se me quitan las ganas

00:43:38

de vivir, bueno, en este caso le pusó la vida, ¿vale? Nos damos cuenta, así nosotros podemos

00:43:47

vamos a trabajar, ¿vale? Y esto, lo que yo quiero es que se le haga sencillo, que cada vez

00:43:52

sean capaces de hacerse esa pregunta a ustedes mismos y sean capaces de hacerlo a los demás,

00:43:57

que no es que sea complicado. La gente se complica más, porque claro, la gente no

00:44:02

enseñó una metodología para delimitar el tema, pero esa la gente se complica tanto. Pero

00:44:08

nuestra metodología es bastante sencilla. Fíjense que es un hecho, una realidad, es un hecho

00:44:12

no era la idea que yo me siento frustrado, el sentirme estancado.

00:44:15

Hay cierta lealtad por allí y elegir que figuras vamos a sacar.

00:44:21

Y luego que les dijimos la figura, configurar.

00:44:24

¿Male?

00:44:25

Hasta que nos queda claro todo esto.

00:44:30

Sí o no.

00:44:31

O hay alguna duda comentario.

00:44:36

Yo tengo un comentario para estar a veces me ayuda a aclararlo.

00:44:39

Dime.

00:44:40

Me ha llamado la atención en la forma que le hemos trabajado con los compañeras

00:44:44

es de que lo del trabajo o lo de los amigos es como el vehículo que te muestra la emoción

00:45:00

o la lealta que existe. ¿Qué estáis?

00:45:04

Tiene esto, esto es como un ruido externo, como el supuesto bloqueo, lo que yo estoy

00:45:11

utilizando para escudarme para esconder lo que está más profundo. Entonces por eso siempre

00:45:18

delimitamos el tema, porque eso que delimitamos el tema, normalmente por eso que se delimita

00:45:23

el tema, porque hay una cosa que el consultante está diciendo, pero hay otra más profunda

00:45:28

que es lo que hay que buscar, que es la lealtad, el embrolio, que tiene la persona. Entonces

00:45:33

eso lo que hay que buscar por eso hacemos esto por señiento. Cuando ustedes me ven apuntando

00:45:38

todo este tipo de cosas, esto que yo estoy haciendo aquí es lo que apunto en mi libre de

00:45:43

ta con usted hablando con un cliente cuando lo estoy entrevistando, vale, voy apuntando

00:45:47

todo este tipo de cosas hasta llegar directamente a la gafi, en el que ya cuando estoy haciendo

00:45:51

que me moría y aquí se llega directamente, ¿cuál es eso? Lo que vamos a sacar y luego después

00:45:57

sobre la marcha vamos viendo que es lo siguiente, pero esto es lo primero, nos vamos a cuenta de eso,

00:46:02

¿Sí?

00:46:06

¿Cómo es, Luz? Porque ahorita es un muchísimo más claro,

00:46:09

lo más necesito de identificar el orden.

00:46:14

Ex...

00:46:15

Ex...

00:46:15

Se me hace como que la...

00:46:19

la emoción para demostrar una lealtad o identificarse o

00:46:28

de centificarse con el sistema.

00:46:31

¿Será que emoción estoy ignorando o me está llamando...

00:46:37

Bueno, la atención para volcar a ver algo que yo acepto rechazo del sistema.

00:46:45

Vale. La emoción y todo lo demás lo vemos cuando vemos los órdenes que agredidos y

00:46:50

todo lo demás. Vale. Todavía aquí estamos en la parte de escuchar el cliente o de escucharnos

00:46:56

delimitar el tema y elegir la figura azacada.

00:46:59

Vale. Luego, si cuando vemos la configuración y todo lo demás, bueno,

00:47:03

a ver, o sea, hay alguna emoción que está allí guardada y todo este tipo de cosas, pero en general,

00:47:09

al principio, lo que nos interesa, al principio, al principio tener claro esto. Si yo tengo

00:47:14

esto claro, es muy sencillo el trabajo, pero si no tengo esto claro, el trabajo es complicado,

00:47:20

porque me voy, me pierdo entre las ramas. Entonces, yo tengo claro cuál es el Plendimiento original

00:47:25

del cliente, qué es lo que pasaría, lo peor que puede pasar o lo peor que puede pasar si logra eso,

00:47:33

o si no lo logra, puede ser cualquiera de las dos, puedo ir a un lado o por otro lado.

00:47:40

Entonces, ¿qué es lo peor? No pregunte siempre cuál es tu mayor miedo ni nada de estas

00:47:45

cosas, ¿vale? Puedes ir variando, ¿vale? En ese caso, puedo decir cuál es tu mayor miedo,

00:47:50

con respecto a esto, ¿qué es lo peor que pudiera pasar si o en positivo o en negativo si lo logra o si

00:47:57

no lo logras, luego después, ah, vale, y que te daría terror de eso, que te preocuparía

00:48:05

de eso, que te hago vía ría de eso para no usar siempre el mayor temor o lo peor

00:48:10

que pudiera pasar.

00:48:14

Sí, te que nos hemos dado cuenta con estos pequeños movimientos que hemos realizado

00:48:21

fíjense que es solamente para delimitar el tema, fíjense lo es clarecedor que puede

00:48:25

de ser para el cliente, que ustedes están siendo cliente ahora. ¿Qué tan es clara ese

00:48:32

dorfo para maribel esto debe de limitar su tema?

00:48:38

Rúp, de la noche al día.

00:48:46

Exactamente. Narme cuenta de que es lo que realmente está pasando, genial. José.

00:48:58

se obviamente muy aclarador, algo que vengo cargando,

00:49:07

me han podido digerir. ¿Ase cuando tiempo ha murido,

00:49:12

tu hermano? Ya estar contigo, cumplir un año.

00:49:17

Vale, pues mira, lo dicen que los periodos normales para

00:49:20

afrontar y vivir un duelo y asumirlos son dos años.

00:49:23

Pasa que claro ahora no nos damos tiempo para vivir los duelos.

00:49:28

Es normal que siéntate tristeza, normal que siéntate así,

00:49:31

No pasa unido, ¿sáño que ha muerto de tu hermano?

00:49:36

Entonces, normal que sienta tristeza.

00:49:39

Y hacemos con la tristeza, pues simplemente observamos,

00:49:43

la observamos sin criticarla, sin hacer juicio de ella,

00:49:48

sin enganarnos a ellos, sino simplemente lo observamos tristeza.

00:49:52

Hablamos con la tristeza, la ponemos allá,

00:49:54

fuéramos un muñequito, una figura tristeza que tienes que decir,

00:49:57

me habéis cuenta, me hablas, dime tus poemas,

00:50:01

qué es lo que quieres de mí.

00:50:02

y simplemente observo, observo lo que pasa conmigo cuando traigo la tristeza colegio.

00:50:07

¿Vale?

00:50:08

Contacto con esa tristeza, abrazo, mi compañera la tristeza, porque mientras más me resistas,

00:50:13

más va a persistir.

00:50:15

Entonces tengo que asumir la abrazar, bueno, ya eso te lo he dicho otra vez, ¿eh?

00:50:21

¿Vale?

00:50:22

¿Vale?

00:50:23

Sí, me hace bien claro porque como que no la asumo, no le ignoro, como tú dices, lleno el

00:50:30

y cuando se viene el vaso, pongo sale todo, se rebaja.

00:50:34

Esa es exactamente y entonces eso es lo que justamente no podemos hacer con nuestras emociones,

00:50:39

las emociones y las sensaciones, las emociones están para emover, hay un movimiento y ese

00:50:45

movimiento viene detrás de una sensación, hay una sensación interna que no estoy

00:50:49

prestando la tensión, pero claro como iníbo la tristeza entonces no le presto atención a

00:50:55

la sensación que hay por debajo.

00:51:02

Esa es la otra de ellos, otras oportunidades.

00:51:05

Y bueno, aquí simplemente el, el, el atreverme y el estar allá fuera y y mire, el hecho de, de

00:51:16

compartir con cualquier persona siempre.

00:51:19

hay un favor que es el segundo.

00:51:23

Esa llamada verón.

00:51:27

Me suele que no tiene un a mí.

00:51:29

Más tú me lo he hecho y me puedes.

00:51:34

Llámalas tú.

00:51:35

Vale.

00:51:36

Este desculpe en gran mécuñada.

00:51:38

Esa llamada.

00:51:39

Que me suena en el miem.

00:51:41

Colgue llamada en mi teléfono.

00:51:43

Vale.

00:51:44

Este fíjense una cosa aquí cuando nosotros nos exponemos a cualquier otra persona,

00:51:53

siempre cualquier otro ser humano. Si yo persiguo al otro separado de mí,

00:52:01

te va a pasar, pues, bueno, voy a entender que es un peligro porque bueno, porque las

00:52:04

personas tienen defectos al igual que yo, ¿vale? Pero si llevo al otro como parte de mí,

00:52:10

simplemente voy a entender que esa persona siempre está mostrando me cosas de mí.

00:52:15

Mire, una de las cosas más bonitas de tener una lesión de pareja, de tener a mi está,

00:52:19

es conocerse, es decir, mira, esto me atrevo a hacer vulnerable, me atrevo a exponerse,

00:52:29

la travesse amada es a travesse a hacer vulnerable, a travesse a sentir toda aquella persona,

00:52:35

como dice Pablo Covello en su libro de Mecendario de Río Piedri-Yoré, que dice que todo aquel

00:52:43

que quiera poseer una flor está destinado a verla morir, todo aquel que sea capaz de abrirse

00:52:57

al amor en este plano, en este mundo, al final, ¿sabos que vamos a sufrir? ¿Por qué?

00:53:03

Bueno, porque al final, ¿quién de quién nos duele las cosas? Las personas que queremos

00:53:07

las personas que hacemos, pero bueno, eso es parte de mi humanidad, eso me hace que el ser,

00:53:12

eso me hace evolucionar. Entonces cuando nosotros no atreemos a abrirnos a los demás,

00:53:16

lo que ocurre es maravilloso y es mágico porque nos aprendemos a conocernos

00:53:21

otro mismo y no lo haremos a ser más vulnerable.

00:53:26

Bueno, yo sé cómo matéramos a ser vulnerables,

00:53:28

ahí estamos en ese niño inocente y que al final todos somos eso.

00:53:35

¿Sí? ¿Allá más?

00:53:37

Sí, sí, sí, sí, sí.

00:53:43

Entonces esa es mi invitación a cada uno de ustedes que simplemente me abro y estos son

00:53:50

aspectos que debo trabajar en mí. Y fíjense, estos aspectos también lo trabajo siempre con

00:53:58

las personas y no es muy complicadas de limitar el tema simplemente exponerlo y trabajarlo.

00:54:06

al final luego hacemos una configuración que es la parte más sencilla, pero si nosotros hemos

00:54:12

delimitado bien el tema, hemos acabado, hemos definido bien las figuras, es que es muy sencilla

00:54:19

el trabajo, pero al final es que también es que creo que lo tengo que hacer yo, y que tiene que

00:54:24

ser algo muy profundo, no, no, no, en la simplicidad está lo mágico de esta trabajo, en la simplicidad,

00:54:33

de la sencillez, no tengo que llegar a grandes temas.

00:54:37

¿Qué sucede?

00:54:38

Bueno, que la mayoría de las veces estamos

00:54:41

obteniendo una ganancia secundaria de estar en una situación.

00:54:45

Entonces, la cosa es identificar cuál es esa ganancia secundaria.

00:54:50

¿Por qué realmente esa ganancia secundaria es lo que no se capaz de afrontar.

00:54:55

Y una vez que descubra cuál es esa ganancia secundaria,

00:54:58

pues simplemente entonces me abro a seguir trabajando y ir bajando esto.

00:55:04

Y lo bajando de esto y lo bajando de esto.

00:55:07

No sé si me estoy explicando.

00:55:09

Me he explicado.

00:55:14

Sí.

00:55:17

Vale.

00:55:22

Cada día más se requiere que asumamos nuestro poder,

00:55:28

que asumamos nuestro poder.

00:55:32

Y simplemente se trata de eso de asumir nuestro poder

00:55:36

y de vivir con intensidad con esa poder que tenemos.

00:55:43

¿No? En el, lo vamos a dar hoy ese aquí porque no vino que se nadie, tres

00:55:50

personalistas nada más. Yo no llevamos chicos. Esta clase la en la siguiente

00:55:57

seguimos profundizando en esto para que quede muy muy claro estos puntos, ¿vale? Y luego

00:56:03

maliberme recuerdas para dejarte que es lo que tienes que hacer en la práctica, ¿vale?

00:56:08

¿Ok?

00:56:10

genial, que no es que te llevas.

00:56:13

Pues este, con unos de ni como de nominarlo, mucha claridad, mucha luz, mucha conocimiento

00:56:27

y pues el inicio siento como que el inicio de lo que tengo que empezar a trabajar realmente

00:56:34

¿no?

00:56:38

Gracias.

00:56:40

Yo le he llegado como más claridad en este asunto de la confianza.

00:56:56

Me está algo cuando me ha vendido rondando.

00:57:14

Bueno, bueno, cuando hacemos un pequeño movimiento la vida también se mueve.

00:57:19

Chicos me despido, usted den muchas gracias por estar.

00:57:23

Disculpe que era el que lo se sabe en el acuerdo, pero ¿cómo estamos tan poquitos que me

00:57:27

da cosa luego más sacarlas a ustedes?

00:57:29

Entonces, nos vemos en la siguiente.

00:57:31

Un besito.

00:57:32

Gracias, Luis.

00:57:33

Gracias.