

22/04/2009 10:04:31 * usuario33 cambia su nickname a **BALDERRAMA**

22/04/2009 10:04:31 * usuario653 se une a Mi sala

22/04/2009 10:04:32 <patriciav> buenos dias a todos

22/04/2009 10:04:51 * usuario505 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:04:52 <Rumpel> buenos

22/04/2009 10:05:22 <BALDERRAMA> Buenos días Bienvenidos

22/04/2009 10:05:27 * usuario459 se une a Mi sala

22/04/2009 10:05:44 <Sandra> Gracias Doc, buenos días.

22/04/2009 10:05:44 * usuario459 cambia su nickname a usuario405

22/04/2009 10:05:44 * usuario622 se une a Mi sala

22/04/2009 10:05:54 <BALDERRAMA> Alguien propone tema o podemos continuar con el autoboicot que iniciamos el lunes

22/04/2009 10:05:55 <Berenice> buenos dias

22/04/2009 10:06:16 <Sandra> Yo voto por el autoboicot.

22/04/2009 10:06:26 <Rumpel> igual

22/04/2009 10:06:55 <usuario653> tania yo tambien

22/04/2009 10:07:09 <BALDERRAMA> Bien. La idea central es...

22/04/2009 10:07:35 <BALDERRAMA> Si yo tengo una meta que no he alcanzado, las opciones serían

22/04/2009 10:07:49 <BALDERRAMA> 1.- Está fuera de mi alcance

22/04/2009 10:07:52 * usuario653 cambia su nickname a usuario653 tani

22/04/2009 10:08:06 <BALDERRAMA> 2.- Realmente no me interesa tanto

22/04/2009 10:08:33 <BALDERRAMA> 3.- Me boicoteo

22/04/2009 10:09:04 <BALDERRAMA> 4.- Miscelánea (no se me ocurre otra pero igual a ustedes si)

22/04/2009 10:10:04 * usuario520 se une a Mi sala

22/04/2009 10:10:27 * usuario520 cambia su nickname a Mariana

22/04/2009 10:10:36 <Sandra> En el boicot entraria, ¿tengo miedo de lograrlo?

22/04/2009 10:10:38 <Mariana> Buenos días!

22/04/2009 10:10:42 <BALDERRAMA> Si está fuera de mi capacidad, sería bueno aceptarlo y cambiar la meta

22/04/2009 10:10:45 * usuario405 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:11:39 * usuario505 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:12:03 * usuario677 se une a Mi sala

22/04/2009 10:12:12 <Rumpel> miedo al fracaso?

22/04/2009 10:12:20 <BALDERRAMA> Si no me interesa tanto como para verdaderamente hacer el esfuerzo también podría reconocerlo y sufrir menos

22/04/2009 10:12:34 * usuario353 se une a Mi sala

22/04/2009 10:12:53 <Sandra> No miedo al fracaso, sino a lo que tendira que enfrentar si llego a mi meta.

22/04/2009 10:12:55 <BALDERRAMA> Pero si está en mis posibilidades, realmente me atrae y no lo estoy alcanzando tendría que

22/04/2009 10:14:12 <BALDERRAMA> analizar la posibilidad del auto boicot y entonces la pregunta sería ¿Qué consecuencias tendría lograr el objetivo?, es decir una vez alcanzado

22/04/2009 10:15:45 <BALDERRAMA> que modificaría en mi vida, ¿Cual sería la nueva mi nueva realidad?

22/04/2009 10:16:34 <BALDERRAMA> Si alguien nos regala un ejemplo nos ayudaría mucho

22/04/2009 10:16:56 <Rumpel> el día de ayer mi hijo de 21, me preguntaba que "ique podía hacer para ganar mas dinero? yo le dije ¿que sabes hacer? ... después de una retórica, llegamos a la conclusión que sus capacidades como electricista son buenas, entonces

22/04/2009 10:17:17 <Rumpel> le dije, por que no ponemos un letrero en los postes de lo que haces y el me contestó:

22/04/2009 10:17:25 * usuario443 se une a Mi sala

22/04/2009 10:17:33 <usuario677> en mi caso tendría que dejar de atender mi casa y salir y como que seria un caos

17:50 <Rumpel> ya hay uno en los postes, le dije ¿tuyo?, me di me dijo "no"

22/04/2009 10:18:06 <Rumpel> entonces, le dije, pues hay que poner uno nosotros

22/04/2009 10:18:38 * usuario677 cambia su nickname a Hilda

22/04/2009 10:18:51 <Rumpel> el dijo que no lo llamarían, por lo 1ue le dije que , lo mas seguro es que al que puso el letrero SI lo llamaríasn

22/04/2009 10:19:03 <Rumpel> entonces

22/04/2009 10:19:50 <Rumpel> le dije que hay que promocionarse y darse la oportunidad uno mismo, el divagó con que lo ideal es que el mundo se muriera empezando

22/04/2009 10:20:01 * usuario379 se une a Mi sala

22/04/2009 10:20:28 <Rumpel> por los políticos, le dije que eso, es una fantasía infantil en la que lo ideal es resolver todo por magia

22/04/2009 10:20:48 <Rumpel> lo que quedó en el aire es: "no te das la oportunidad de crecer" (fins)

22/04/2009 10:20:59 <Rumpel> (fin)

22/04/2009 10:21:11 * usuario379 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:21:11 * usuario379 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:21:41 * usuario642 se une a Mi sala

22/04/2009 10:21:46 * usuario149 se une a Mi sala

22/04/2009 10:21:51 <BALDERRAMA> Suena muy probable que haya boicot. Sandra tendrías posibilidad de compartir algo que

22/04/2009 10:22:07 <BALDERRAMA> iniciabas hace unos días?

22/04/2009 10:22:21 * usuario149 cambia su nickname a lidia

22/04/2009 10:22:34 * usuario642 cambia su nickname a rafael 2

22/04/2009 10:22:35 <Sandra> Si, Doctor, el lunes pasado le hablaba de lo desesperada que me encuentro, por el exceso de peso que tengo

22/04/2009 10:23:10 <Sandra> y gracias a ese chat del miércoles pasado y al programa del lunes.... no me queda mas que aceptar que me estoy boicoteando

22/04/2009 10:23:18 <Sandra> y creo que tengo claro porque.....

22/04/2009 10:23:43 <Sandra> El porque seria, que me da mucho miedo ser atractiva hacia el ***o opuesto, porque la ultima vez

22/04/2009 10:24:12 <Sandra> que me sentí delgada, atractiva tuve una mala experiencia, y no quiero cometer ese mismo error

22/04/2009 10:25:00 <Sandra> siento que volvería a caer una vez mas en el error que he venido cometiendo toda mi vida.

22/04/2009 10:25:34 <hilda> Sandra yo igual que tu me he boicoteando por veinte años y me dedique a engordar este tiempo y a quedarme en mi casa, pero estoy en terapia y ya baje unos cuantos kilos, y el día de ayer me atreví a ir a una entrevista con viejos jefes que tenia y ahora siento pánico de que pueda trabajar y no hacerla

22/04/2009 10:26:20 <BALDERRAMA> Si entiendo bien el sobrepeso te protege del acoso masculino?

22/04/2009 10:26:55 <Rumpel> Sandra: ¿te rechazaron por tu peso (aspecto)?

22/04/2009 10:27:00 <Sandra> Así lo siento yo, aunque me quedo claro cuando Rafael compartía que siempre hay un roto para un descosido

22/04/2009 10:27:16 <Sandra> No, nunca había sido gorda.

22/04/2009 10:27:49 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:27:57 <Sandra> Creo que mas bien me protege a mi misma de caer en ese acoso.

22/04/2009 10:27:59 * usuario654 se une a Mi sala

22/04/2009 10:28:47 * usuario831 se une a Mi sala

22/04/2009 10:29:04 <Rumpel> ¿el acoso te da miedo por que puedas "responder" o por lo incómodo?

22/04/2009 10:29:13 * usuario654 cambia su nickname a fa

22/04/2009 10:29:39 <lidia> El sentimiento de acoso tienen que ver con que tu no te sientes tan bonita como para que le gustes a alguien?,

22/04/2009 10:29:39 * usuario353 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:29:42 <Sandra> creo que porque puedo responder.

22/04/2009 10:29:49 <BALDERRAMA> Preguntas para Sandra?

22/04/2009 10:29:58 * usuario831 cambia su nickname a Veronica Tello

22/04/2009 10:30:15 <fa> deja le leo un poco para agarrar el hilo de este rollo

22/04/2009 10:30:48 <lidia> a entonces es porque a ti también te guste y tu matrimonio se vea afectado?

22/04/2009 10:30:52 <Sandra> No entiendo bien la pregunta lidia, espero responderte, el sobrepeso lo he manejado como algo que evitara el acoso, ante el cual me siento muy débil, y caería redondita.

22/04/2009 10:31:00 <patriciav> yo creo que si respondes es por que esa persona te movio el tapete muy fuerte

22/04/2009 10:31:10 <Sandra> Si creo que si.

22/04/2009 10:31:10 <Mariana> Sandra: Si podemos saberlo, ¿cuál es ese error que has cometido toda tu vida?

22/04/2009 10:31:33 <Sandra> El relacionarme con hombres que son los correctos.

22/04/2009 10:31:40 <patriciav> por que no responderías a cualquier persona

22/04/2009 10:31:58 <Mariana> ¿que son los correctos? ¿o que NO lo son?

22/04/2009 10:32:09 <Sandra> Bueno claro que no a cualquier persona, pero si reconozco que tengo muy

22/04/2009 10:32:13 <lidia> tienes miedo a enamorarte otra vez de alguien que no valga la pena, eso es?

22/04/2009 10:32:21 <Sandra> baja autoestima y caigo muy fácil.

22/04/2009 10:32:49 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:32:49 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:32:49 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:33:01 <Rumpel> entonces **"proteges a tu matrimonio"** y **a la vez** lo pones **"en riesgo"** al dejarte engordar?

22/04/2009 10:33:03 * usuario505 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:33:03 <Sandra> Siendo sincera, creo que nunca me he sentido enamorada..... mas bien me he relacionado a la segura

22/04/2009 10:33:10 <Sandra> con quien se que me quiere.

22/04/2009 10:33:33 * usuario443 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:33:34 <Sandra> Podría ser Rumpel, aunque a mi marido no le desagrada como este físicamente,

22/04/2009 10:33:51 <Sandra> e igual y se siente seguro de saber que así no me iría con otro hombre.

22/04/2009 10:34:02 <Rumpel> **"relacionado a la segura"**, me gusta la frase para mi repertorio

10:34:46 <Sandra> No me gusta el rechazo y nunca le he rogado a un hombre, por eso digo que me relaciono a la segura, solo cuando sè que realmente me quiere.

22/04/2009 10:35:00 <Sandra> o le atraigo, porque talvez no siempre haya cariño.

22/04/2009 10:35:38 * usuario735 se une a Mi sala

22/04/2009 10:35:46 <Sandra> Doctor, será que ya lo traigo en mi ADN, mi papà

22/04/2009 10:35:47 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:35:53 <Sandra> siempre fue mujeriego.

22/04/2009 10:36:12 <Sandra> Y creo que soy la que mas se parece a él en muchos aspectos.

22/04/2009 10:37:46 <lidia> quizá tienes carisma para relacionarte con los hombres, que es algo que se te da, y tu misma lo escondes con el sobre peso Sandra eso?

22/04/2009 10:38:11 <lidia> que padre que tengas es

22/04/2009 10:38:15 * usuario338 se une a Mi sala

22/04/2009 10:38:16 <Sandra> Si, lidia eso me suena muy congruente.

22/04/2009 10:38:33 <lidia> pues que suertuda niña.

22/04/2009 10:38:56 <Rumpel> ... y como ligamos el auto boicot?

22/04/2009 10:39:14 <BALDERRAMA> Si engordar te protege de los hombres, cabe la posibilidad de que internamente te sientas incapaz de negarte. Es una característica tuya la dificultad para decir NO?

22/04/2009 10:39:30 <Sandra> SI....

22/04/2009 10:39:50 <Sandra> me resulta muy difícil decir no, en todos los sentidos.....

22/04/2009 10:40:12 * **BALDERRAMA** desconectado (timeout)

22/04/2009 10:40:14 <Sandra> a quien me pide un favor, a quien me solicita tiempo, un trabajo, o lo que sea.

22/04/2009 10:40:30 * rafael 2 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:40:34 <usuario735> Un saludo a mi amigo Dr, Psiquiatra **BALDERRAMA** de Francisco Javier Desde los Angeles. Ca

22/04/2009 10:40:36 <Rumpel> ¿... cual dices que es tu teléfono?

👉

22/04/2009 10:40:45 <Sandra> jajajajajaja

22/04/2009 10:41:03 <Sandra> creo que eso de lo que sea, se vio muy raro ¿verdad?

22/04/2009 10:41:34 <Sandra> a lo que me refiero es que se me dificulta decir que no, pero estoy hablando de la parte sana.

22/04/2009 10:41:48 <rafael 2> aaa

22/04/2009 10:41:58 <lidia> si te entendimos no te preocupes..

22/04/2009 10:42:22 <Sandra> ves, es que los hombre siempre se van por otro lado.

22/04/2009 10:42:28 <Rumpel> entonces ... en lugar de trabajar tu "NO" ejercitas tu "si al boicot"?

22/04/2009 10:42:39 <Sandra> pero bueno, gracias Rumpel porque me hiciste reir

22/04/2009 10:42:45 <Sandra> y estaba llorando.

22/04/2009 10:42:58 <Rumpel> chin ...

22/04/2009 10:43:00 * usuario338 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:43:00 * usuario338 desconectado (timeout)

22/04/2009 10:43:04 <Rumpel> :!

22/04/2009 10:43:08 <Sandra> Si, creo que según yo me esfuerzo mucho por bajar de peso

22/04/2009 10:43:22 <Sandra> pero a final de cuentas no bajo

22/04/2009 10:43:39 <Rumpel> porque no es el problema!!

22/04/2009 10:43:42 <lidia> entonces para que quieres bajar de peso? O sea que quieres lograr con eso

22/04/2009 10:43:44 <rafael 2> aaaa

22/04/2009 10:44:12 <hilda> Sandra no bajas porque te boicoteas tu sola y te haces trampas tu misma

22/04/2009 10:44:37 <hilda> te lo digo por mi experiencia

22/04/2009 10:45:03 <Sandra> Es que en verdad no me gusta como luzco frente al espejo, me veo como una mujer mayor, me siento fracasada, me veo como fodonga, no me gusta verme y sentirme así.

22/04/2009 10:45:34 <Rumpel> pero alejas a los acosadores!!

22/04/2009 10:45:35 <hilda> si te entiendo porque yo sentía lo mismo

22/04/2009 10:45:40 <Sandra> Y me pongo a dieta pero no bajo, aunque si hay días que estoy muy ansiosa y desearía romperla pero me veo en el espejo y me arrepiento, y

22/04/2009 10:45:55 <Sandra> creo que no me hago trampa, pero no bajo.

22/04/2009 10:46:10 <rafael 2> creo?

22/04/2009 10:46:13 <lidia> pues, enfócate a ese sentimiento, y cuando ya estés delgada trabaja el otro sentimiento. Tal vez.

22/04/2009 10:46:28 <hilda> entonces tendrás algún problema físico

22/04/2009 10:46:48 <Sandra> si, creo porque por ejemplo debería de hacer ejercicio y no lo hago.

22/04/2009 10:47:12 <hilda> no porque yo no hago ejercicio y he estado bajando

22/04/2009 10:47:18 <Rumpel> me suena a que haces ejercicio para aprender a bailar y vas a clases de baile para saber cantar... o sea que usas la formula equivocada pra el problema equivocado

22/04/2009 10:47:19 <Mariana> Sandra, me acuerdo que alguien te mencionó la vez pasada que revisaras si tenías un problema hormonal, y me pareció buena idea, hasta me gustó para hacerlo yo.

22/04/2009 10:47:43 <Sandra> Si he pensado lo del problema físico, pero a veces pienso que es un pretexto y si me hago exámenes médicos y no tengo nada, me voy a sentir mas enojada.

22/04/2009 10:47:51 <rafael 2> ¿y?

22/04/2009 10:48:05 <Mariana> Sólo para descartar!

22/04/2009 10:48:05 <Rumpel> exacto

22/04/2009 10:48:41 <Rumpel> insisto: **buscas el norte volteando al sur**

22/04/2009 10:48:56 <Sandra> Si, prometo que será el siguiente paso, solicitare a mi medico que me mande hacer los exámenes que correspondan para descartar esa opción.

22/04/2009 10:49:05 <hilda> Sandra un tiempo fui a un grupo que se llama tragones anónimos y me dio buenos resultados

22/04/2009 10:49:18 <Sandra> Alguna idea para encontrara el camino Rumpel???

22/04/2009 10:49:40 <Rumpel> definir el problema y buscar la solución para cada problema

22/04/2009 10:49:48 <usuario438> "Los hombres se van por otro lado" Eso le pasaba a tu papá y no tiene que ver con la herencia

22/04/2009 10:49:48 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 10:49:54 <Rumpel> por ejemplo empezar a trabajar tu inseguridad y tu "NO"

22/04/2009 10:50:16 <Sandra> Gracias Hilda, lo he pensado, pero ahora estoy yendo a un grupo de terapia gestalt, no se si seria prudente ir a dos grupos ¿que opinas?

22/04/2009 10:50:32 <rafael 2> a

22/04/2009 10:50:43 <lidia> hilda que pasaba en esas reuniones?

22/04/2009 10:50:46 <BALDERRAMA> Probando

22/04/2009 10:51:03 <Sandra> Doctor, no nos abandone así.

22/04/2009 10:51:05 <BALDERRAMA> Es que no lograba que entraran mis mensajes

22/04/2009 10:51:21 <Rumpel> auto boicot!!!!!!!

22/04/2009 10:51:24 <hilda> Sandra opino que deberías probar en este grupo y después que lo conozcas lo decides tu

22/04/2009 10:51:32 <Sandra> Doctor, me sugieren que haga exámenes médicos

22/04/2009 10:51:45 * **BALDERRAMA** desconectado (timeout)

22/04/2009 10:51:49 <Sandra> y además acudir a tragones anónimos.

22/04/2009 10:52:26 <Mariana> Perdón de antemano si me pasé de los límites de mi rol, yo no soy quien para decirte que te hagas un examen!

22/04/2009 10:52:32 <Sandra> Y como dice Rumpel saber decir que NO.

22/04/2009 10:53:24 <Sandra> Gracias Mariana, en verdad ya lo había pensado pero con tu aportación haces que me de fuerza para hacerlo

22/04/2009 10:53:29 <BALDERRAMA> Lo de los hombres se van por otro lado (arriba) me parece congruente parecería que el problema es no sé decir NO, Como diría Rumpel deberías estar llena de hijos

22/04/2009 10:54:00 <Sandra> jajajajaja, es que no me referia a ese NO.

22/04/2009 10:54:16 <fa> oye sandra... soy metiche nueva y tengo una pregunta para ti...

22/04/2009 10:54:30 <Sandra> adelante.

22/04/2009 10:54:32 <fa> te gusta realmente hacer ejercicio?

22/04/2009 10:54:38 <hilda> Lidia en esas reuniones se trabajas las emociones y ahí se descargan y ya no comes por ansiedad

22/04/2009 10:54:39 <Sandra> No

22/04/2009 10:54:50 <fa> y que buscarías con ello?

22/04/2009 10:54:56 <fa> si es que te gustara

22/04/2009 10:55:14 <Rumpel> Hola FA ¿Como llegaste acá? (con eso de que eres nueva)

22/04/2009 10:55:18 <Sandra> Bueno es que siempre dicen que dieta y ejercicio es la mejor opción.

22/04/2009 10:55:23 <fa> oye... se me ocurrió hace tiempo una opción cuando tenia el mismo problema que tu

22/04/2009 10:55:29 <fa> hola rumpel
22/04/2009 10:55:43 <Sandra> Por eso decía que no me ayudo del todo porque no me propongo a hacer ejercicio.
22/04/2009 10:55:45 <fa> y se me ocurrió bailar....
22/04/2009 10:55:51 <fa> si.... baila
22/04/2009 10:56:12 <Mariana> ¿Sí sirve bailar?
22/04/2009 10:56:14 <fa> odio los gimnasios porque me parecen encerrados y con olores de todo tipo
22/04/2009 10:56:20 <lidia> es buena opción, Sandra piénsalo
22/04/2009 10:56:25 <Sandra> si verdad, bailar, no me representa tanto esfuerzo y es mas divertido
22/04/2009 10:56:43 <fa> y además cuando el clima no se pone de modo pasas frío o demasiado calor
22/04/2009 10:56:51 <Mariana> Yo siempre desconfiando, es que comencé una clase de algo así como "cardio zumba", pero no sé si acabe adelgazando...
22/04/2009 10:57:04 <fa> entonces se me ocurrió comprar discos de cumbias de lo mas ricas y movidas. y
22/04/2009 10:57:29 <fa> créeme... es un verdadero placer mover el esqueleto todito y además
22/04/2009 10:57:32 <lidia> también hay grupos de baile, verdad?
22/04/2009 10:57:47 <fa> cuidar un poco la alimentación ... sin sacrificios por supuesto
22/04/2009 10:57:59 <BALDERRAMA> Momento, momento. El problema no es su peso, el engordar es la solución que le está dando al problema de la posible erotización y dificultad para poner límites
22/04/2009 10:58:00 <fa> y además baila para ti corazón..... para nadie mas
22/04/2009 10:58:24 <Sandra> gracias chicas.
22/04/2009 10:58:33 <fa> tiene que ver con decir que no por supuesto
22/04/2009 10:58:45 * usuario155 se une a Mi sala
22/04/2009 10:59:04 <rafael 2> aaa
22/04/2009 10:59:04 <Mariana> ¡Ya nos fuimos por otro lado y son las 10:56!
22/04/2009 10:59:06 * usuario155 cambia su nickname a Héctor Urzúa
22/04/2009 10:59:13 <Rumpel> "diga SI al NO"
22/04/2009 10:59:22 <Rumpel> DIGA no AL si
22/04/2009 10:59:26 <BALDERRAMA> y por otro lado es claro que le impide trabajar no porque no la puedan contratar, sino porque no se autoriza a sí misma el salir a buscarlo
22/04/2009 11:00:26 <Rumpel> "ella si se dice a sí misma NO"
22/04/2009 11:00:27 <fa> oiga doc.. y no tendrá también que ver con la sensación de merecimiento?
22/04/2009 11:00:36 <Sandra> Exactamente Doctor.
22/04/2009 11:01:45 <fa> una de las cosas que aprendí con usted doc.. es que tenemos NOSOTROS el poder de decir si o no

22/04/2009 11:01:55 <hilda> o será falta de autoestima
22/04/2009 11:02:07 <fa> pero que el decir si... lleva a ciertas consecuencias y también el decir no
22/04/2009 11:03:07 <BALDERRAMA> Habría que poner el foco en la capacidad para poner límites sin tener que aislarse o pelearse, para no quemarse con el fuego de una
22/04/2009 11:03:09 <fa> y que es cuestión nuestra estar en contacto tan cercano con nosotros mismo para saber cuando es sano el si y cuando es sano el no
22/04/2009 11:03:10 <Sandra> Sabe Doctor cuando estuve yendo a terapia con Marilu... estuvimos trabajando en eso de decir NO,
22/04/2009 11:03:46 <Sandra> y creo que hasta me costo la cercanía de algunos familiares, que cuando les decía que NO, se sorprendían, creo que todo mi familia
22/04/2009 11:03:51 <fa> y si nuestras decisiones son acertadas o no... Tomar nuestra responsabilidad...No culpa
22/04/2009 11:04:04 * usuario743 se une a Mi sala
22/04/2009 11:04:09 <Sandra> sabia que a mi me podían pedir cualquier favor y yo nunca les diría que no, eso me hizo sentir muy fuerte
22/04/2009 11:04:27 <BALDERRAMA> chimenea bastan unos pasos, pero Sandra tu corres 3 cuadras y efectivamente no te quema pero tampoco te da el calorcito deseable
22/04/2009 11:05:01 <Sandra> ¿como?..... No entendí
22/04/2009 11:05:28 <rafael 2> a
22/04/2009 11:05:34 <Sandra> rebaso el limite y no siento que me estoy quemando?
22/04/2009 11:05:47 <fa> habla creo yo de la sana distancia a las cosas y las personas... al menos eso entiendo
22/04/2009 11:06:43 <Mariana> Por ejemplo, te alejas de la posibilidad de ser buscada por los hombres poniéndote gordita, siendo que sólo necesitas no darles entrada.
22/04/2009 11:06:45 <fa> dice el refrán .. ni tanto que queme al santo ni tanto que no lo alumbre je je
22/04/2009 11:07:06 <Rumpel> Mariana = 💡
22/04/2009 11:07:18 <Sandra> Cierto Mariana.
22/04/2009 11:08:15 <lidia> yo no doy entrada a ningún hombre, y créeme que también es un problema. No es algo de lo que me sienta orgullosa, no creo que tu carisma sea tan malo o innecesario.
22/04/2009 11:08:21 <Sandra> Yo creo que tengo mucho miedo de volver a ponerme a prueba y no superarla.
22/04/2009 11:08:51 <Sandra> Sabes, no es que les de entrada
22/04/2009 11:09:01 <Rumpel> como el chiste: eres Frágil
22/04/2009 11:09:02 <Veronica Tello> dr. Me gustaría que me ayudara a aclarar lo sig. El lunes estuve en el foro y menciona usted q estaba entrampada por llevaba 9 años que no logro titularme
22/04/2009 11:09:09 <BALDERRAMA> Bien dice fa. Yo pondría el foco en los límites y en mejores soluciones, porque si

22/04/2009 11:09:21 <lidia> bueno no entrada sino que soy muy parca o no amistosa eso quería decir.

22/04/2009 11:09:23 <Veronica Tello> este año intentare otra vez terminar mi servicio social

22/04/2009 11:09:32 <fa> un día el doc me habló de las señales que emitimos y que tiene que ver con lenguaje corporal y verbal

22/04/2009 11:09:58 <fa> y me hizo mucho sentido... tal vez si tomamos conciencia de ello y podríamos corregir

22/04/2009 11:10:15 <Sandra> [Tampoco entiéndase como que ando partiendo corazón por todos lados,.....](#)

22/04/2009 11:10:22 <fa> y si queremos seguirlo haciendo... tenerlo muy claro también con sus resultados

22/04/2009 11:10:38 <Sandra> [no he tenido muchas relaciones pero las pocas que he tenido no han sido de lo mejor.](#)

22/04/2009 11:10:50 <Veronica Tello> pero llevo 3 o 4 veces que lo he intentado, es mas lo he logrado terminar pero solo me falta hacer el tramite necesario. No quiero que me pase de nuevo, quiero entender que es lo que me hace que me paraliza

22/04/2009 11:10:51 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 11:10:51 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 11:11:04 <rafael 2> a

22/04/2009 11:11:22 <BALDERRAMA> [lo vemos globalmente el problema a resolver es que LA SOLUCIÓN UTILIZADA PARA RESOLVER EL PROBLEMA ORIGINAL ES INADECUADA, OBSOLETA, ABSURDA O IMPRODUCTIVA O LO QUE QUIERAN AGREGAR, de hecho ha complicado el problema](#)

22/04/2009 11:11:32 <Veronica Tello> y no concreto, se que al terminar el servicio tendré que titularme pero llevo mas de 9 años intentándolo

22/04/2009 11:11:47 <Mariana> Sandra: Déjame creer que andas partiendo corazones por todos lados, eso me reanima...

22/04/2009 11:12:17 <BALDERRAMA> [El tiempo casi se acaba permítanme sintetizar algunas ideas](#)

22/04/2009 11:12:36 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 11:12:36 * lidia desconectado (timeout)

22/04/2009 11:13:03 <Sandra> [Ok Mariana, jejeje](#)

22/04/2009 11:15:08 <fa> un abrazo

22/04/2009 11:15:32 <rafael 2> adios

22/04/2009 11:15:42 <BALDERRAMA> [Los invito a leer el último tema del blog, escrito por Héctor Urzúa, informa sobre los cambios que hemos hecho, confiamos en que sean atractivos. y los invito a releer el de las formas de solución de problemas el que](#)

22/04/2009 11:15:47 <Sandra> [Gracias fa, espera un momento el Doctor esta por decirnos la conclusión al chat de hoy.](#)

22/04/2009 11:16:34 <BALDERRAMA> [inicia con "cuando un niño tiene hambre..." porque hoy Sandra y al final Verónica nos han](#)

22/04/2009 11:16:36 <usuario735> Dra Un gusto en saludarlo de Javier Castillo

22/04/2009 11:16:50 <usuario735> Dr!
22/04/2009 11:17:04 <Sandra> fa te esperamos cada lunes y miércoles.
22/04/2009 11:17:05 <usuario743> Si yo también estoy esperando sus conclusiones
22/04/2009 11:17:13 <BALDERRAMA> Hola Javier
22/04/2009 11:17:27 <usuario735> Hola!
22/04/2009 11:17:30 <lidia> chssss.....
22/04/2009 11:18:05 <BALDERRAMA> mostrado las soluciones que han dado a ciertos problemas, es decir boicotarse la figura o la titulación tiene un propósito defensivo y
22/04/2009 11:18:19 <usuario735> Me da gusto saber y reconocer que se mas y muchas gracias por su ayuda
22/04/2009 11:18:48 <Rumpel> paciencia, parece que el Doc, escribe con técnica de 2 dedos
22/04/2009 11:18:58 <Rumpel> 🙄
22/04/2009 11:19:03 * **BALDERRAMA** desconectado (timeout)
22/04/2009 11:19:14 <Rumpel> (o con uno)
22/04/2009 11:19:20 <lidia> jajajajja ya ven'
22/04/2009 11:19:25 <usuario743> Tus soluciones han dado mejores resultados? usuario 735
22/04/2009 11:19:32 <Sandra> Rumpel ya hiciste que se desconectara el Doctor.
22/04/2009 11:19:32 <fa> jjaa jjjaa
22/04/2009 11:19:44 <usuario735> Gracias
22/04/2009 11:19:50 <Rumpel> está buscando la tecla!!
22/04/2009 11:20:06 <lidia> rumpel como se te ocurren tantas cosas?
22/04/2009 11:20:18 <fa> la paciencia es una virtud chicos
22/04/2009 11:20:25 <fa> y chicas
22/04/2009 11:20:28 <BALDERRAMA> protege de algo (eso es lo que la terapia identifica) si lográramos
22/04/2009 11:20:28 <usuario735> tiene que tener la mente ocupada
22/04/2009 11:20:33 <BALDERRAMA> protege de algo (eso es lo que la terapia identifica) si lográramos
22/04/2009 11:20:43 <hilda> gracias por tu sentido humor Rumpel
22/04/2009 11:21:00 <BALDERRAMA> Ya encontré la tecla
22/04/2009 11:21:02 <rafael 2> a
22/04/2009 11:21:14 <Rumpel> jajajajajaja
22/04/2009 11:21:15 <fa> bien!!!
22/04/2009 11:21:17 * lidia desconectado (timeout)
22/04/2009 11:21:22 <Sandra> contrate a Rumpel de secretaria Doc
22/04/2009 11:21:35 <Sandra> usted le dicta y él escribe.
22/04/2009 11:21:42 <Rumpel> que pasooooooooo! :O
22/04/2009 11:22:05 <BALDERRAMA> resolver la incógnita podríamos evaluar si esa "solución" es la mejor y frecuentemente
22/04/2009 11:22:25 <BALDERRAMA> elegiríamos otras

22/04/2009 11:22:29 <usuario735> tenemos muchísimas rutas de solución

22/04/2009 11:22:53 <BALDERRAMA> Bueno ahora si me despido. Se quedan en su casa Bye

22/04/2009 11:23:02 <usuario735> gracias

22/04/2009 11:23:06 <Sandra> Gracias Doctor.

22/04/2009 11:23:19 <usuario653 tani> bye a todos y gracias

22/04/2009 11:23:20 <usuario743> Pero tu estas seguro que las tuyas son mejores?

22/04/2009 11:23:21 <hilda> bye doc, y gracias

22/04/2009 11:23:25 <fa> gracias a todos y es rico que además de terapia, aprendizaje,, encontré risas

22/04/2009 11:23:28 <Mariana> Gracias, doctor, hasta luego a todos!

22/04/2009 11:23:37 <Sandra> Y mil gracias a todos, créanme que me costo mucho trabajo abrir esta parte de mi vida ante ustedes, pero me ayudaron mucho

22/04/2009 11:23:48 <Sandra> gracias a cada uno por su valiosa aportación.

22/04/2009 11:23:51 <Veronica Tello> gracias, espero hablar el lunes para tratar de resolver esa incógnita

22/04/2009 11:23:55 <usuario735> Hasta luego mucho gusto en conocerlos.