

CHAT LUNES 8 DE JUNIO

58:42 <BALDERRAMA> Buenos días. Bienvenidos. Es momento de proponer tema o tomar el que yo traigo

08/06/2009 09:59:15 * usuario423 cambia su nickname a Rumpeltzinky

08/06/2009 09:59:41 * usuario653 se une a Mi sala

08/06/2009 09:59:45 * usuario745 cambia su nickname a verónica Tello

08/06/2009 09:59:47 <Rumpeltzinky> **1, 2, 3 por mí**, para mí el que sea está bien

08/06/2009 09:59:56 <verónica Tello> hola a toooodos!!!!

08/06/2009 10:00:39 * usuario653 cambia su nickname a laura

08/06/2009 10:00:52 <laura> buenos días a todos

08/06/2009 10:01:04 <laura> voto por el tema del doc

08/06/2009 10:02:32 <BALDERRAMA> El miércoles pasado en "la radio en línea", y después en el blog hablamos del "Devaluado rol de proveedor", y de ahí a la tendencia a poner el foco de la protesta en criticar lo que haces bien en vez de

08/06/2009 10:02:34 <Javier> tomemos el tema del Doctor. Según yo

08/06/2009 10:03:05 * usuario632 se une a Mi sala

08/06/2009 10:03:25 * usuario689 se une a Mi sala

08/06/2009 10:03:47 <BALDERRAMA> intentar modificar lo que haces "mal", mi propuesta es que abundemos en el problema, pongo ejemplos de inicio

08/06/2009 10:07:05 <BALDERRAMA> Una mujer desearía que su marido pasara más tiempo en casa y le critica su generosidad con los "de afuera", una novia tiene buena sexualidad (con su pareja, por supuesto) pero se siente "no escuchada" y entonces

08/06/2009 10:07:34 * usuario860 se une a Mi sala

08/06/2009 10:08:27 * usuario860 cambia su nickname a pvc

08/06/2009 10:08:39 <BALDERRAMA> boicotea el s e x o, un señor se siente no amado por su esposa y se burla de lo limpia que tiene la casa

08/06/2009 10:10:20 <Javier> Ser proveedor como jefe de familia, nos compromete a proveer de una forma desinteresada

08/06/2009 10:10:33 <Javier> mas no reconocida

08/06/2009 10:12:22 <BALDERRAMA> En los 3 casos la "solución" en vez de buscar mejoría de lo que molestaba se dirigió a golpear lo agradable, este

08/06/2009 10:13:29 <Javier> ¿buscar el balance?

08/06/2009 10:13:59 * usuario594 se une a Mi sala

08/06/2009 10:14:10 <BALDERRAMA> estilo es usual o por lo menos muy frecuente. Empiezo con una incógnita a resolver ¿Porqué criticar lo que el otro hace bien?

08/06/2009 10:14:19 * usuario689 cambia su nickname a Mary

08/06/2009 10:15:23 <Rumpeltzinky> ¿Porque no sabemos con certeza lo que queremos "demandar"?

08/06/2009 10:15:29 * usuario11 se une a Mi sala
08/06/2009 10:15:34 <Rumpeltzinky> y es lo que tenemos a la mano?
08/06/2009 10:15:51 * usuario594 cambia su nickname a Rafael Javier
08/06/2009 10:15:54 <Mary> es como hacer presión, por lo que al otro le gusta y así molestarlo,
08/06/2009 10:16:21 * usuario103 se une a Mi sala
08/06/2009 10:16:41 * usuario103 cambia su nickname a Mariana
08/06/2009 10:16:53 <Mariana> ¡Hola, buenos días!

•

BALDERRAMA

10:18:56 * usuario11 cambia su nickname a CASIOPEA
08/06/2009 10:19:16 <laura> doc yo pienso que es por que no sabemos como expresar IA Inconformidad y muchas veces hacemos el daño inconcientemente
08/06/2009 10:20:43 <Rumpeltzinky> **Anécdota:** hace algunos años un amigo le dijo a una amiga (al parecer le gustaba) que no "soportaba ese olor a flores" que usaba ella, después supimos que ella le gustaba a él y no sabía como decirle que el "olor a flores" le motivaba de alguna manera y no sabía como decirle que SI LE GUSTABA
08/06/2009 10:20:50 <CASIOPEA> BUEN DIA (solo estoy de observadora, estoy trabajando)
08/06/2009 10:21:45 <Rumpeltzinky> como cuando los niños molestan (jalan las trenzas, etc.) a las niñas que les gustan
08/06/2009 10:21:53 <Rumpeltzinky>.
08/06/2009 10:22:47 <Rafael Javier> ah
08/06/2009 10:24:01 <BALDERRAMA> Lo irónico es que provocamos distancia, pero deseamos cercanía ¿Qué estará ocurriendo?
08/06/2009 10:25:24 <Rumpeltzinky>... ni idea 🤔
08/06/2009 10:26:08 <BALDERRAMA> La mayor parte de los que hacemos eso tenemos cerebros inteligentes. ¿Cómo es que un cerebro inteligente llega a la conclusión de que la mejor opción es golpear?
08/06/2009 10:26:34 <veronica tello> será porque anulamos lo que hace bien como forma de desaprobación a tooodo y no solo a lo que nos molesta. Es como si no pudiéramos separar
08/06/2009 10:26:43 <veronica tello> o reconocer
08/06/2009 10:27:04 * usuario609 se une a Mi sala
08/06/2009 10:28:09 <Javier> Balance entre reconocer y ser reconocidos, estoy de acuerdo con Veronica
08/06/2009 10:28:31 <Rumpeltzinky> **Javier:** me hace acordarme lo que me decías de tu hija, de como pone *distancia* pero parece que reclama cercanía 🗣️
08/06/2009 10:28:47 <Javier> Es posible

08/06/2009 10:29:21 <Javier> Es posible Rumpeltzinky,
08/06/2009 10:29:41 <BALDERRAMA> La incógnita es ¿Por qué tomo esa decisión?, las variables conocidas son 1.- Está frustrado(a)
08/06/2009 10:29:55 <Javier> la diferencia es que ella no quiere
08/06/2009 10:30:48 <Javier> Será la diferencia entre la emoción y la Razón Doctor
08/06/2009 10:31:09 <Rumpeltzinky> juntando lo que dice Verónica, **me suena** a que desacreditando lo que el otro hace, yo *escondo* lo que no he hecho por solucionarlo
08/06/2009 10:31:23 <BALDERRAMA> 2.- Esta golpeando algo que si le agrada
08/06/2009 10:32:03 <BALDERRAMA> Hasta aquí ¿Qué opciones se nos ocurren?
08/06/2009 10:32:12 <CASIOPEA> Más bien no sabe como expresarlo
08/06/2009 10:32:28 <veronica tello> estar enojado con la persona por no hacer lo que uno quiere y la golpeamos por frustración, para no vernos tan obvios o no ser directos en decir lo que nos molesta
08/06/2009 10:33:11 <CASIOPEA> **Falta de asertividad**
08/06/2009 10:33:33 <Javier> no pensar, solo actuar

•

BALDERRAMA

10:34:20 <Javier> miedo a ser rebasado como autoridad
08/06/2009 10:34:26 <Mary> esta golpeando algo que si le agrada, pero lo hace inconscientemente
08/06/2009 10:35:08 <Rumpeltzinky> el que golpea **se siente seguro** de que "lo que golpea" no se verá derrumbado ¿?
08/06/2009 10:35:57 <BALDERRAMA> Verónica. ¿En venganza?
08/06/2009 10:36:27 <veronica tello> yo creo que si, doc
08/06/2009 10:37:21 <BALDERRAMA> Pareciera estarse vengando, de ser así ¿De qué?
08/06/2009 10:37:24 <veronica tello> es como parecer buena no diciéndolo directamente, pero golpeando indirectamente, sin que haya pruebas por así decirlo
08/06/2009 10:39:17 <veronica tello> pues vengarse de lo que no es agradable, de lo que no es,
08/06/2009 10:39:53 <Mariana> Creo que también es como decirle al otro: "no eres tan buen como tú crees" "no lo haces tan bien como tú pensabas"
08/06/2009 10:40:26 <Rumpeltzinky> Tiene **Secuestrada la aprobación** hacia lo que hace bien, hasta que la otra persona no suelte lo que también tiene *secuestrado* del contrario.
08/06/2009 10:40:26 <Mariana> Es como querer provocar un shock en el otro, y que se baje a ver nuestra miseria
08/06/2009 10:41:22 <BALDERRAMA> ¿de lo que no me das? (reconocimiento, ***, atención, etc.)

08/06/2009 10:41:25 <Rumpeltzinky> venganza, pues desea crearle frustración, y desea que también la padezca.

08/06/2009 10:41:40 * pvc desconectado (time out)

08/06/2009 10:41:40 * pvc desconectado (time out)

08/06/2009 10:41:42 <laura> es simplemente ignorancia de no atreverse a hablar y decir me gustaría obtener esto de ti.

08/06/2009 10:41:49 <CASIOPEA> ¡Vaya enredo! esa emoción de no saberse expresar

08/06/2009 10:42:56 <CASIOPEA> No amiga Laura creo que no va por ahí

08/06/2009 10:42:59 <Rumpeltzinky> ¿entonces secuestramos la aprobación si deseamos aprobación, secuestramos sexo si lo deseamos, secuestramos atención si deseamos atención?

08/06/2009 10:43:18 <Rumpeltzinky> tienes que pagar con la misma moneda

08/06/2009 10:43:27 <BALDERRAMA> Rumpel Empezó con "porque no sabemos lo que queremos demandar"

08/06/2009 10:43:47 <Rafael Javier> ah

08/06/2009 10:43:58 * pvc desconectado (time out)

08/06/2009 10:44:22 <veronica tello> creo que si sabemos, mínimo en algunos casos pero el decirlo de frente es lo que no sabemos

08/06/2009 10:44:43 <Rumpeltzinky>... o ino lo tenemos claro!

08/06/2009 10:45:07 <veronica tello> así es, en el interior sabes que nos molesta

08/06/2009 10:45:11 <Mary> lo sabemos pero queremos, que lo adivinen

08/06/2009 10:45:20 <Mariana> Puede haber un sentimiento de malestar, sin saber qué es lo que lo provoca, y nos choca ver que el otro, en este caso la pareja, anda tan a gusto y entonces, izas!, un golpe...

08/06/2009 10:45:27 <CASIOPEA> Hablando de hombres y uno muy particular no soportaba su temor Que al pan le llamasen pan y al vino vino. Me surge una pregunta ¿Nuestro rostro que dice nuestro rostro?

08/06/2009 10:45:28 <laura> creo que no en todos los casos somos malditos también somos ignorantes para expresar nuestro sentir

08/06/2009 10:45:45 * **BALDERRAMA** desconectado (time out)

08/06/2009 10:46:01 <Mariana> O si no es un golpe, al menos un tirón

08/06/2009 10:47:17 <BALDERRAMA> y me parece que sería útil identificar el motivo de la frustración, porque aunque en el "interior" sabemos lo que nos molesta convendría también saberlo

08/06/2009 10:47:28 <Javier> Paz y serenidad, si piensas detenidamente lo que vas a hacer tal vez ni siquiera necesites expresar una sola palabra

08/06/2009 10:47:50 <BALDERRAMA> al exterior, es decir hacerlo consciente

08/06/2009 10:48:30 <Rumpeltzinky> **Mary dijo:** "lo sabemos pero queremos, que lo adivinen", como para que salga espontáneo, es decir "agradeciendo", por lo tanto "**no te agradezco porque no me agradeces**"

08/06/2009 10:48:45 <BALDERRAMA> Permítanme mostrarles una hipótesis

08/06/2009 10:51:40 <BALDERRAMA> Si yo se lo que me frustra consciente o inconscientemente y decido vengarme entonces devuelvo el golpe donde te duele (mala opción) o he llegado a la conclusión de que

08/06/2009 10:51:47 <Javier> ?

08/06/2009 10:52:18 * usuario632 desconectado (time out)

08/06/2009 10:52:22 <BALDERRAMA> NO HAY FORMA DE LOGRAR LO QUE PRETENDO

08/06/2009 10:52:44 <Rumpeltzinky> = frustración

08/06/2009 10:52:50 * usuario605 se une a Mi sala

08/06/2009 10:53:49 * usuario632 desconectado (time out)

08/06/2009 10:53:49 <Rafael Javier> si

08/06/2009 10:53:53 <BALDERRAMA> Pero esa conclusión ¿Será correcta?

08/06/2009 10:54:55 <Mary> una forma de lograrlo es hacerse consciente de lo que se quiere y trabajar en ello

08/06/2009 10:55:04 * usuario632 desconectado (time out)

08/06/2009 10:55:33 <BALDERRAMA> Mary. Para lo cual no haría falta golpear lo que SI me gusta

08/06/2009 10:55:44 <Javier> la frustración Rumpeltzinky, está pero también con la razón controlas y buscas alternativas de solución

08/06/2009 10:55:58 <BALDERRAMA> so riesgo de también perder ese beneficio

08/06/2009 10:56:19 * usuario605 desconectado (time out)

08/06/2009 10:56:38 <Mary> pues si Doc. Pero para ello yo creo que hay que trabajar mucho en ello

08/06/2009 10:56:50 <Rumpeltzinky> frustrado, es difícil razonar!!!

08/06/2009 10:57:04 <Javier> Si Mary

08/06/2009 10:57:20 <BALDERRAMA> Mary. Más que mucho hay que trabajarlo inteligentemente

08/06/2009 10:57:36 <veronica tello> ¿cuales serian las alternativas?

08/06/2009 10:57:51 <BALDERRAMA> Desde cerebro humano y no desde cerebro animal

08/06/2009 10:57:59 <Javier> Inteligencia.... es eso exactamente Doc.

08/06/2009 10:58:08 <Mary> si Doc. Tiene toda la razón

08/06/2009 10:58:42 <CASIOPEA> Me recuerda aquella frase de una canción "TU ERES MI GRAVE PROBLEMA QUE YO NO SE RESOLVER"

08/06/2009 10:59:00 <Javier> Si se puede razonar Rumpeltzinky, pues tenemos un cerebro desarrollado para eso

08/06/2009 10:59:10 <Rumpeltzinky> la frustración desata lo animal.

08/06/2009 10:59:20 <BALDERRAMA> Quiero decir cerebro animal (emoción) nos muestra el dolor, cerebro humano (razón) nos ofrece soluciones

08/06/2009 10:59:37 <Rafael Javier> si

08/06/2009 11:00:00 <Javier> verdad que si Rafael Javier,

08/06/2009 11:00:25 <BALDERRAMA> Nos toca decidir si DECIDIR ¿Cuál dirigirá la conducta?

08/06/2009 11:01:10 <laura> por lo regular casi siempre es el animal

08/06/2009 11:01:44 <CASIOPEA> Muy agradecida con sus aportaciones caballeros"¡OH si lo hubiera sabido antes!"

08/06/2009 11:01:47 <Rumpeltzinky> **Antes de que se acabe el tiempo:** si desean conocer un poco mas de **Javier** les invito a visitar la siguiente página: <http://blog.rumpeltzinky.com/2...r.html>, "**¿Que ves en los dibujos de Javier?**" ahí pueden dejar su comentario.

08/06/2009 11:02:00 <BALDERRAMA> Yo creo que casi siempre es el humano, lo que pasa es que cuando ocurre al revés entramos en problemas

08/06/2009 11:02:23 <Mary> creo que desde el momento en que estamos en este Chat es porque queremos, decidir por la razón, no creen

08/06/2009 11:02:30 <BALDERRAMA> Rumpel. Gracias lo haré pronto

08/06/2009 11:03:20 <Mariana> ¿Puede haber que, lo que actúa en esos momentos sea nuestra conducta infantil?

•

BALDERRAMA

11:04:06 * usuario609 desconectado (time out)

08/06/2009 11:04:39 <Rumpeltzinky> Entonces solo nos damos cuenta de *el uso animal* cuando **tenemos problemas**, pero no reconocemos que la mayor parte de las veces usamos la razón, pues no nos causa problemas,.. *¿Como la buena digestión?*

08/06/2009 11:05:25 <BALDERRAMA> Mariana- Si en ese momento actuamos desde respuestas propias de la infancia, es decir de la época en que nuestros recursos eran limitados

08/06/2009 11:06:09 <Javier> lo que tenemos que hacer es controlar el miedo, la frustración, la ira, la envidia,

08/06/2009 11:06:34 <Javier> control de mi pensamiento

08/06/2009 11:06:48 <Rumpeltzinky> (lo 7 pecados capitales??)

08/06/2009 11:07:04 <Javier> esos meros Rumpeltzinky,

08/06/2009 11:07:15 <Rumpeltzinky> son los que más me gustan

08/06/2009 11:07:23 <BALDERRAMA> o pensar para controlar la emoción. No renunciar a la emoción sino a la solución que la emoción me propone

08/06/2009 11:08:29 <BALDERRAMA> La rabia o el coraje no obligatoriamente llevan a la destructividad, también podría mover a soluciones creativas

08/06/2009 11:09:20 <Javier> ya ves Mary,

08/06/2009 11:09:34 <Mary> si ya veo
08/06/2009 11:10:25 * usuario609 desconectado (time out)
08/06/2009 11:10:27 <Javier> un letrero " YA NO DEBO GOLPEAR A MI PROVEEDOR"
08/06/2009 11:10:47 <Rafael Javier> pues si, adiós a todos, cuídense
08/06/2009 11:10:51 <CASIOPEA> De acuerdo contigo Javier
08/06/2009 11:11:20 <CASIOPEA> Aunque a veces la emoción me gane
08/06/2009 11:11:26 <Javier> adiós Rafael Javier,
08/06/2009 11:11:46 <BALDERRAMA> La venganza es una opción, conviene tener consciencia de que si la actúo habrá consecuencias lógicas, pero si de entrada
08/06/2009 11:11:47 <CASIOPEA> Yo también me despido
08/06/2009 11:12:27 <BALDERRAMA> renuncio aunque sea temporalmente a la venganza, habrá otras soluciones
08/06/2009 11:12:55 <BALDERRAMA> Les propongo continuarlo en la radio en línea el próximo miércoles
08/06/2009 11:13:05 * usuario632 desconectado (time out)
08/06/2009 11:13:25 <Mary> si Doc. El lunes nos escuchamos
08/06/2009 11:13:30 <Javier> me parece correcto, estaré pendiente
08/06/2009 11:13:55 <BALDERRAMA> Por lo pronto me despido, se quedan en su casa por si quieren continuar pensando en voz alta
08/06/2009 11:14:18 * CASIOPEA se ha desconectado
08/06/2009 11:14:26 <BALDERRAMA> La radio en línea la cambiamos a los miércoles y el Chat a los lunes. Hasta pronto
08/06/2009 11:14:39 <Mary> hasta el lunes y gracias
08/06/2009 11:14:42 <Rumpeltzinky> OK
08/06/2009 11:15:03 * Rafael Javier desconectado (time out)