

## CHAT DEL LUNES 9 DE ABRIL DE 2012.

### ¿Tengo conciencia de lo importante que soy para los demás?

:00:56 <quest35> Tema pendiente de la vez pasada: "Qué tan valioso puedo ser"

09/04/2012 08:01:20 <balderrama> Buenos días. Bienvenidos. Alguien propone tema?

09/04/2012 08:01:36 <balderrama> Cierto

09/04/2012 08:02:02 <balderrama> Lo tomamos

09/04/2012 08:04:38 <balderrama> Qué tan valioso puedo ser, o lo que es lo mismo ¿Qué tanta conciencia tengo de lo importante que soy para algunas personas?

09/04/2012 08:05:41 <Javier> en una tabla de valores poniendo prioridades, Padres hijos, dinero, éxito, están basados en ??????

09/04/2012 08:06:07 <Javier> mi yo interno... según yo

09/04/2012 08:06:09 <Mariana> Usted como psiquiatra creo que puede ser más valioso que nosotros

09/04/2012 08:06:09 <balderrama> Nos afectan las actitudes de los demás, a ellos les afectarán nuestras actitudes?

09/04/2012 08:07:10 <Mariana> Yo creo que sí afecta a los demás tenemos actitudes negativas

09/04/2012 08:07:25 <R.> En mi experiencia, el hacerle ver a ciertas personas lo importante que son para mi, me ha traído problemas de abuso (de confianza ¿?) es por eso que solía evitar decir a los demás "Qué tan valiosos son para mí", y creo que esa negativa me ha creado un efecto espejo, pues pocas personas me lo dicen (o tal vez soy importante para pocas)

09/04/2012 08:07:28 <Mariana> o desagradables

09/04/2012 08:08:48 <Mariana> Yo creo que tienes mucha razón R cuando la gente se siente muy querida por nosotros abusa

09/04/2012 08:09:30 <Mariana> o te vuelves menos importante porque se sienten seguros de tu amor

09/04/2012 08:10:22 <balderrama> El tema surgió del comentario de javier que reproduzco <Javier> hasta antes de 97' no me daba cuenta de que tan valioso puedo ser. Y gracias a la Psicología bien vinculada.

09/04/2012 08:12:03 <balderrama> Mariana.- Para tu hija no

09/04/2012 08:12:36 <Javier> quiere decir que el valor yo lo pongo, tu o los demás me aceptan con esos valores que se que tengo, o que creo tener, o sea que me lleguen al precio, (esto no quiere decir arrogancia sino humildad)

09/04/2012 08:13:16 <Javier> yo doy lo que soy, y recibo lo que me das.

09/04/2012 08:13:18 <Mariana> Creo que no DR pero para mucha gente cuando les demuestro cuanto los amo se sienten con derechos a que les tolere todo

09/04/2012 08:14:04 <R.> Mariana, me checa lo que dices: "*o te vuelves menos importante porque se sienten seguros de tu amor*" el sentir amor (u otro sentimiento) suele "darse por entendido" y se "olvida" de decirlo o demostrarlo

09/04/2012 08:15:06 <Javier> R. Mariana. si tu toleras te toleran?

09/04/2012 08:15:53 <Javier> si espero el agradecimiento, reconocimiento, o que se me festeje por algo?

09/04/2012 08:16:32 <Mariana> Yo ame mucho a un hombre y él lo sabía, y no saben el daño que le hice al grado de que termine la relación

09/04/2012 08:16:33 <Javier> o solo soy como soy... (Jesús de Nazaret)

09/04/2012 08:16:40 <mariana c.> Yo acabo de escribirle una carta a mi papá donde le digo entre otras cosas, que él tal vez no lo vea, pero los que lo vemos desde fuera lo queremos mucho y nos hace falta, creo que tendrá efectos muy positivos, no para mí, porque sé que ya me quiere, sino que le hará pensar

09/04/2012 08:17:00 <mariana c.> en lo poco que ha creído que es valioso para otros

09/04/2012 08:17:09 <balderrama> Creo que están trayendo como ejemplo casos en los que ellos se saben importantes, pero el tema es si YO tengo conciencia de lo importante que YO soy para ellos

09/04/2012 08:18:12 <mariana c.> Mi papá es del tipo de papá que no le llama a su hija menor porque aquella no lo busca. Yo creo que si se sabe importante como el papá que es, y la cabeza de familia que es, él tomaría la iniciativa

09/04/2012 08:18:14 <Mariana> Si no me lo dicen es difícil tener conciencia Dr

:19:10 <Javier> mariana c., en tu caso tu papa espera primero que lo valoren para valorar.

09/04/2012 08:19:22 <Mariana> para creer que soy importante

09/04/2012 08:19:36 <R.> o, Yo sí tengo conciencia de lo importante que soy para algunas personas, y ello me trae responsabilidades, compromisos y tareas que deseo cumplir. Lo sé porque de alguna manera lo manifiestan pidiendo consejo, pidiendo "oído", diciéndomelo... ¿y ahora que hago con la información de "sé que soy importante para ellos"?

09/04/2012 08:20:10 <mariana c.> yo veo que se siente perdido en ese terreno del amor en la familia, desde su familia de origen.

09/04/2012 08:20:22 <Javier> el punto es que si yo **propongo** los valores, valores recibiré,

09/04/2012 08:20:29 <R.> (Javier, si espero por lo menos agradecimiento)

09/04/2012 08:21:59 <Javier> R., te lo va agradecer quien sea que tu también lo agradezcas sin que te digan "gracias" sino con el tiempo sabrán que el agradecimiento es un valor importante para ti

09/04/2012 08:22:49 <balderrama> R.- Estoy pensando, a ver si el grupo me ayuda (y ahora qué hago con esa información?)

09/04/2012 08:23:50 <Javier> mariana c., el amor esta dentro de ti... manifiéstalos a toda tu familia, tal vez alguien te lo valore, pero más importante es que tu sepas tu propio valor.

09/04/2012 08:25:22 <balderrama> Mariana c. aclárame, tu papá no llama a la hija, porque se sabe importante para ella o porque no sabe que es importante para ella?

09/04/2012 08:26:01 <mariana c.> No, Dr. yo creo que porque no se siente importante para ella. Incluso cuenta anécdotas donde él afirma que ella entró y no lo saludó, mientras ella afirma que sí

09/04/2012 08:26:30 <mariana c.> y le creo más a ella, porque él mira a través de un cristal muy pesimista

09/04/2012 08:28:31 <Javier> que ganancia tendría el papa de mariana c., o que ganancia tendría la hermana. si tan solo es un saludo... pero por que el orgullo nos hace suponer quien o que es más importante

09/04/2012 08:28:54 <mariana c.> Y bueno, tampoco creo que ella le salude muy afectuosa pero sí lo saluda. Cosas como " hola, pa' "

09/04/2012 08:30:11 <balderrama> El orgullo? Más bien parece que ninguno se siente importante para el otro

09/04/2012 08:30:50 <Javier> Es como "no sentirse querido"?

09/04/2012 08:31:14 <mariana c.> Así es, así lo veo.

09/04/2012 08:31:23 <Javier> esta como el pesimista... "Nadie me quiere!!!!"

09/04/2012 08:34:44 <R.> mmm hay quienes ponemos "carita triste" (☹\_☹) para "conseguir" cosas (o conductas) será que si me pongo "orgullosa" (malo) creo que podría conseguir algo (afecto, cariño, apapacho, etc)? (me pregunto)

09/04/2012 08:35:51 <Javier> R., cuando te piden consejo, te da gusto que te lo pidan por que saben que sabes?, o lo haces por el agradecimiento

09/04/2012 08:36:22 <balderrama> Uno sabe o deduce cierta importancia cuando hay dependientes, económicos, o de cualquier situación, si yo mantengo a mi hijo, cónyuge, es claro que soy importante como un cliente que representa la mayor parte de mis ingresos, pero

09/04/2012 08:36:37 <R.> Javier, me da gusto (cuando lo sé) pero me agrada que me lo agradezcan

09/04/2012 08:38:33 <balderrama> tenemos conciencia de cómo les puede afectar nuestra actitud, o la sensación de rechazo, y no solo por la amenaza de que dejaríamos de aportar dinero, sino simplemente por la necesidad de sentirse aceptados

09/04/2012 08:38:41 <Javier> R., yo difiero un poquitín, pues si me preguntan y se la respuesta esa sería mi satisfacción, si me lo

agradecen es secundario. ya que yo me quedo con el conocimiento y el gusto de compartir la información.

09/04/2012 08:39:38 <R.> (Javier, para no desviar la charla, te contesto al final)

09/04/2012 08:40:24 <Javier> Mi doc., cuando damos dinero para cumplir necesidades lo hacemos con gusto, porque la satisfacción es ver que aportas.

09/04/2012 08:41:00 <Javier> para un fin común.

09/04/2012 08:41:21 <R.> Entonces, (pensando) si tenemos conciencia de lo importante que somos para otras personas, tenemos PODER sobre de ellas y capacidad para encausar conductas y sentimientos en forma positiva o negativa, que afectarían sus vidas, #pensandoenvozalta

09/04/2012 08:42:26 <balderrama> R Me gusta, me gusta

09/04/2012 08:42:59 <Mariana> Te doy toda la razón R

09/04/2012 08:44:09 <Mariana> Sí nos sabemos importantes para ciertas personas, tenemos el control sobre ellas

09/04/2012 08:44:37 <Mariana> Por que por amor mucha gente soporta todo

09/04/2012 08:45:13 <balderrama> Pones el punto en un foco importante, que ayuda a responder a tu propia pregunta, que de "y ahora qué hago con esa información?", se convierte en... "y ahora que hago con este poder?"

09/04/2012 08:45:51 <Mariana> Abuso o me porto lindo ?

09/04/2012 08:46:03 <balderrama> Bueno cierto poder, cierto control, pero nada despreciable

09/04/2012 08:46:42 <Javier> R. mas poder? tu pones la medida

09/04/2012 08:46:43 <R.> pero "Oh gran responsabilidad!!!" (léase sacerdotes, políticos, padres, hermanos, líderes, jefes, gurús, psiquiatras, amigos ... etc)

09/04/2012 08:46:48 <Mariana> La mayoría abusa Dr

09/04/2012 08:48:01 <Javier> el poder está en el saber. Conocer, entender, discernir, que tengo el valor para hacerlo

09/04/2012 08:48:20 <R.> "Un gran poder conlleva una gran responsabilidad" ... (tío de Peter Parker, Spiderman)

09/04/2012 08:48:26 <balderrama> Si para bien o mal, implica responsabilidad

09/04/2012 08:48:47 <Javier> y la responsabilidad está en la libertad de decidir.

09/04/2012 08:49:35 <balderrama> Pero inevitable, siempre somos importantes para alguien, o no?

09/04/2012 08:49:58 <Mariana> siiiii

09/04/2012 08:50:55 <balderrama> No hace falta ser líder de opinión o mundial, nuestro universo es más pequeño, pero es nuestro universo

09/04/2012 08:51:42 <balderrama> Y es en el que influye nuestra "fuerza de gravedad"

09/04/2012 08:52:28 <R.> Y me preguntaría: en el caso que nos plantea mariana c., ¿Será que los dos se saben importantes para el otro y el otro pero el "orgullo" no les permite reconocerlo? ¿Por qué?

09/04/2012 08:53:05 <Javier> lo aprendieron!

09/04/2012 08:53:36 <Javier> imitando, observando, aplicando

09/04/2012 08:55:05 <Javier> pero no esperemos que yo tenga la razón, pero cuando uno necesita de el otro ahí estarán para afrontar y ayudar. O no?

09/04/2012 08:59:17 <balderrama> Ah, R. Tocas otro ángulo del tema, Si yo sé que soy importante para tí (emocionalmente)...tendré conciencia de que tengo un poder?, Si yo sé que tengo ese poder Por qué lo uso para someterte?

09/04/2012 09:01:48 <balderrama> Pero esto da para más, y el tiempo voló. Continuamos el próximo miércoles. Bye. Se quedan en su casa.

:03:02 <R.> Creo que hay una canción (de los años 40's) que dice: *No digas a una mujer cuanto la quieres* (o sea qué tan importante es para ti)

09/04/2012 09:05:21 <Javier> se lo puedes decir, lo difícil es cumplir lo que le dices que le dijiste. .... imagínate le digo que la quiero mucho!!! y luego que tal sin no?

09/04/2012 09:05:28 <R.> Javier, contestando lo que me decías arriba: te cuento que la mayoría de las veces que "no me agradecían" no valoraban, ni poquito el consejo, por eso ahora agradezco el agradecimiento, pues el decir "Gracias" los compromete a "ir más allá" de cómo estaban y por lo menos el tiempo valió la pena. (Antes pensaba como tu)

09/04/2012 09:06:53 <Javier> pues sigo pensando igual, quien sabe si la información se la seguiré dando, eso dependerá de mi mismo

09/04/2012 09:07:10 <R.> Javier, jajajaja pues "pá qué lo dices" mejor dí "te deseo" o "me caes bien" o "qué simpática eres" jajajaja, "la lengua es una gran sogá, o nos ahorca o nos enlaza" (frase con CC, derechos reservados 🍷)