

## Testimonios Escuela para Madres y Padres 2024

**Somos Martín Podlesch y Clarisa Diego.** Implementé la técnica del abrazo y me sorprendió el cambio de actitud de mi hijo de 3 años. Fue inmediato, se calmó y pude hablarle explicando lo que necesitaba que él hiciera.

**Lucia Restrepo.** Mi experiencia como participante en la escuela de padres y madres resultó para mí una fuente importante de reflexión, aprendizaje y ante todo puso en marcha mi interés por profundizar en la TVF.

Conceptos complejos que con estética se llevaron a la práctica, logrando procesos reflexivos en los participantes.

Aún cuando estoy en otra etapa de la vida, pude reflexionar y compartir con mi hija asuntos que me movieron mis historias de vida con ella y al tiempo pude ponerle palabras a las voces de mis padres y ancestros para verme y verla (a mi hija) desde una perspectiva relacional.

Tal y como lo dijo Claudia en uno de sus chats, no se trató solamente de allegar técnicas, por demás útiles, se trató de conectarse desde un lugar que permite cuestionar asuntos a veces inadvertidos acerca de la simetría inconsciente y otros temas.

Gracias por mí, por mi hija y por mis consultantes.

**Yanina Ojeda Alvarez.** Llego el último día de este curso al cual llegué cuando estaba en la búsqueda de hacer un curso que me de herramientas desde lo profesional por todo lo que observaba en cómo reaccionaban los chicos de hoy. Lo que empecé a darme cuenta cuando vi que era un taller para madres y padres, era que mi rol profesional no era el más importante sino el de mamá.

Empecé a darme cuenta de que primero había que empezar por mí, mi historia, mi vínculo con mis padres para luego ver qué pasaba con mi hijo de 9 años.

Cada clase ha sido sumamente productiva, enriquecedora, encontrando a dos personas maravillosas que me transmitieron que hay otras formas y maneras de educar y de llegar a nuestros hijos y de poder orientar a otros padres.

Luego encontré un grupo de padres que se encontraban pasando lo mismo que yo en muchas situaciones y eso me hizo sentir acompañada.

Finalmente, en el curso también me di cuenta que ya con mi mamá tenía una relación de simetría, no aceptaba sus límites, me enojaba más que ella, "la castigaba no hablándole". Fue así que entendí que no había un límite interiorizado, que hubo un rol o función paterna desdibujada, permanentes contagios emocionales (que hasta el día de hoy suelen pasar con ella). Y todo eso lo estaba transmitiendo al vínculo con mi hijo. Hoy estoy dispuesta a ese cambio, a mejorar, a dar lo mejor de mí. Es un día a día y sobre todo, lo más importante que me quedo es que si lo hacemos con amor y respeto nuestros hijos lo entienden. Terminé este curso feliz de que esto que no sabía que pasaba y que me pasaba tiene un nombre: simetría inconsciente con los padres y desde allí, al poner nombre, palabra, puedo seguir encontrando soluciones. ¡Eternamente agradecida!

**Mariela Pamistesta.** Quiero manifestar mi agradecimiento a Claudia y Benjamín por los valiosos conocimientos que nos han aportado, muy reveladores y clarificantes sobre la problemática actual en la crianza, en mi caso personal de dos adolescentes. Hace ya dos años que comencé terapia como trabajo personal bajo este abordaje "terapia vincular familiar" para reconstruir el vínculo con mis padres y a medida que el proceso fue avanzando pude comprender la interrelación entre "arriba (los padres) y abajo (los hijos)" y como las problemáticas con los hijos nos dan la guía y la pista por donde ir trabajando nosotros con nuestros padres. No es fácil, muchas veces doloroso pero es muy sanador y los cambios se van reflejando en el día a día. Lo recomiendo fuertemente. Me llevo de este curso herramientas y tips muy valiosos sobre cómo poner límites y abordar situaciones cotidianas con adolescentes simétricos. Fue muy grato contar con vuestro apoyo y también los aportes de los papás/mamás participantes que me hacen sentir muy acompañada. Muchísimas gracias por este espacio.

**Paciente de Lucia Restrepo.** Acercarme a la TVF me permitió generar reflexiones importantes sobre los desafíos que implica la crianza de la nueva generación de niños que se ubican desde una posición simétrica con los padres. Por ende, fue útil entender un nuevo modelo desde el cual los padres validan y empatizan con los sentimientos de los menores, les tocan el corazón, piden su ayuda y, al mismo tiempo, sostienen límites con firmeza y recuperan su lugar como autoridad para que los niños puedan internalizarlos como figuras seguras de apoyo.

**Valeria Moretti.** Durante el transcurso de este taller me sentí en primer lugar muy representada por tantos otros casos y eso fue algo realmente calmante para mí.

Ni hablar del desarrollo de un montón de conceptos nuevos que realmente le dieron un giro al lugar desde donde miraba lo que estaba sucediendo en nuestra familia. Y a su vez, puso en palabras tantas incoherencias que sentía entre lo que me decía mi intuición y lo que realmente podía hacer al momento de enfrentar cada una de las situaciones que se me ponían delante con mis hijos. Eso también trajo mucha paz.

Algunas cosas con las que me quedo (y por supuesto esto es recién el comienzo, me falta tanto!)

-El enfoque de la simetría, completamiento nuevo y revelador para mí. Comprender que también lo fui en muchos aspectos aunque de maneras más silenciosas, me hizo entender más sus cuestionamientos.

-El entender desde donde y porque ellos actúan como actúan. El saber que lo que sienten es confianza en sus propios criterios y desde ahí poder encarar de otra forma cuando hacen sus cuestionamientos.

-Tomar conciencia de la importancia de la comunicación (respetuosa además). Entender que lo que había que hacer muchas veces era simplemente explicar y enseñar, poner en palabras cosas que a veces damos por sentadas. Incluso darme cuenta que muchas veces espero de mis hijos reacciones que no corresponden a sus edades. Espero demasiado... (una vez más enfrentarme con mi exigencia extrema).

-El entender que el respeto que queremos en su trato, primero debemos dárselo a ellos.

-Recordar que los modos que ellos tienen (y no nos gustan), solo muestran nuestros propios modos hacia ellos primero.

-Ver la falta de paciencia que tengo en la vorágine diaria donde todo tiene que ser para ya, no quedando espacio para sostener procesos que son más lentos y que requieren de nuestra presencia, tiempo, energía y cuerpo... Que hace falta tiempo para sostener procesos más respetuosos.

-Vi que me faltan recursos para transitar sus frustraciones y dolores sin sentir culpa. Entender que a veces es necesario que ellos se enojen, o se angustien si algo no sale como esperaban y que eso no me tiene que enojar o entristecer a mí, sino que debo también poder acompañar ahí.

-EL CONTAGIO EMOCIONAL!! Así en mayúscula porque fue un concepto totalmente nuevo y que descubrí que me afecta casi por encima de cualquier otra cosa. Me cuesta horrores evitarlo. De a poco me voy dando cuenta de detectarlos, aunque aún a veces un poco tarde, lo voy internalizando.

-La validación de sus emociones. Ponerle palabras a sus sentimientos y también a los míos. Eso también lo daba por sentado, y también implica que me detenga a observar, a nombrar... también hace falta estar disponible para eso. Me descubrí, durante esta búsqueda en la que uno empieza a tomar más conciencia de algunas pequeñas cosas, en situaciones donde tampoco yo podía responder con claridad cuando me preguntaban cosas sencillas como ¿por qué estas enojada? O ¿por qué no puedes acostarte si estás cansada? Porque siempre voy muy apurada.

Pude comprobar, a través de la aplicación del primer y segundo tiempo, sobre la importancia de que existan instancias previas al modo más imperativo. Para que sea más asertivo, mucho más, cuando llega ese momento.

-A penas me estoy animando a ver el autoritarismo con el que fui criada y que suele ser lo primero que me sale con mis hijos.

-Revisar mis propios lazos parentales, me hizo detectar que mucho tiempo fui sostén emocional de mi madre y también de mi padre indirectamente.

Y podría seguir hasta el infinito.

Me quedo con la sensación de que me queda mucho por aprender, sobre todo por llevar a la práctica... (El retiro emocional me cuesta, no llego a aplicarlo aún).

Realmente un espacio super necesario, eso que estábamos necesitando y ni siquiera sabíamos.

Gracias infinitas!

**Bernardo & Lina Andrade.** Claudia y Benjamín, muchas gracias por el acompañamiento a este viaje interior, en donde pudimos identificar el tipo de relación que establecimos con nuestros padres y que estamos construyendo con nuestros hijos.

Hoy, esta relación tiene un nombre y un lugar y el tenerlo identificado, nos permite, con las herramientas adquiridas, tener una mejor relación familiar y de crianza.

Tomamos muchos tips compartidos en nuestra dinámica del día a día, unas desde el principio nos mostraron cambios, otras no han sido tan fáciles, principalmente con nuestro hijo de 4 años, pero sabemos que poco a poco podremos ir construyendo ese modelo con nuestros hijos.

Es muy valioso para nosotros como padres, poder contar con el acompañamiento de profesionales como ustedes, dispuestos a transmitirnos y a enseñarnos tanto, como lo hicieron los dos, de nuevo muchas gracias. Bernardo & Lina.

**Tania y Leonel.** Que gran taller nuevamente vuelvo agradecerles !!!!

Es confortable sentirse tan apoyado y escuchado, no sentirse mal pensando que solo le pasan cosas a uno y sentir que está haciendo mal las cosas! Que a todos nos pasa y que hay maneras de remediar y cambiar un poco la historia de cada uno! Para mejorar el futuro nuestro y de nuestros hijos! Gracias Claudia y Benjamín!

Interpretar que existe una simetría donde le pusimos nombre y apellido a lo que nos pasa como familia. Los hijos son todos distintos y necesitábamos ver qué rol cumplimos cada uno.

Otra cosa que nos pasa es hacerlos más partícipe a los chicos de las decisiones de ellos, por ejemplo el ir a bañarse preguntando en qué horario, antes o después? nos sirvió con el más chiquito de 4 años y con nuestra nena de 10 años entender su frustración, no apropiarnos de ella, si no tratar de acompañar! No quiero dejar de agradecer tanto a Claudia como a Benjamín por sus sabias palabras y siempre escucharnos y a todos los que participamos que aprendemos de todos! Gracias 🙏

**Cristina Miguelez.** En este taller junto a ustedes, pude adquirir conocimientos que me sirvieron mucho para afianzar y complementar mi idea de crianza respetada. Sí bien no conocía esta conceptualización, desde que tomé contacto con ella, sentí que era por ahí por donde se tenía que ir, incorporé el esquema de los tiempos y esto generó cambios positivos en mi familia.

Es un proceso en el que seguiré trabajando, repensándome, pero, sobre todo con mi pareja, para que pueda él también terminar de convencerse que esto es lo mejor y lo implemente al 100 por 100, ya que viene de una crianza muy autoritaria y en ocasiones cae en ese tipo de actitudes con nuestros hijos. Muchas gracias!

**Esteban Mullet.** El taller me pareció muy bueno, toca temas que me han servido para poder identificar cosas que estábamos haciendo de una forma que no consideraba el principio de simetría, por ende era compleja y generaba un desgaste muy grande. Fue muy útil recibir esta información. Estamos en pleno proceso de elaboración y redirección con todo lo que esto implica a nivel familia. Muchas gracias Claudia y Benjamín, y a todos los que han participado.

**Astrid.** Estoy muy agradecida por todo lo que he aprendido en este taller. Desde el momento en el que comprendí los conceptos de simetría inconsciente, paridad psíquica y contagio emocional, entre otros temas, pude ver de otra forma varias cosas que estaban sucediendo en la dinámica de mi familia. Reconocer desde otro lugar los comportamientos y actitudes de mis hijas. Ver cómo nos copian e internalizan, darnos cuenta de cómo nos convertimos en sus brazos ejecutores, de lo sensibles que son y muchas otras cosas más.

Las herramientas que me han proporcionado me han sido de gran utilidad. Empatizar con ellas, el respeto mutuo, la confianza básica, ponerle palabras a los sentimientos, devolverles la responsabilidad de sus actos, conmoverlos, el retiro emocional, etcétera.

Los relatos de las problemáticas de los demás compañeros del taller fueron aportes muy valiosos y una forma de sentirme acompañada. Gracias!!

Gracias a este trabajo puedo decir que varios aspectos de los vínculos con mis hijas han mejorado. La comunicación, la empatía y el respeto principalmente.

Todo este proceso me llevó a una infinidad de reflexiones y pensamientos, que por supuesto continúan. Pero particularmente me llevó a revisar el vínculo con mi madre. En mi familia el linaje materno tiene un patrón de repeticiones bien marcado. Las relaciones Madre e Hija siempre estuvieron definidas por la violencia y el abandono. La autoridad la ejercían las mujeres y con violencia. Yo habiendo sido criada de ese modo no quise q mis hijas padecieran lo mismo. A pesar de eso he sido violenta con ellas en algunas ocasiones. Les cuento esto porque hoy tengo nietos y cuando veo a mi hija gritarle o tirarle del pelo a mi nieto se me parte el alma.

Por eso, en medio de estas reflexiones decidí hablar con mis hijas y contarles todo lo que sé sobre nuestro linaje. Y la verdad que fue algo muy bueno. Nos permitió entendernos y acercarnos más. No sé...ojalá esto pueda ayudar a alguien.

Y por último, a nivel laboral también el taller fue de enorme utilidad para mí. Hago trabajo social con familias q están atravesando momentos muy difíciles. El taller me dio herramientas para poder ayudar un poco más en la contención que ellos necesitan.

**Silvina Lodola.** Admiración por Benjamín y Claudia. Gracias por compartir y escuchar con tanta generosidad y respeto. Sin juzgar. Me llevo como profesional mucho para trabajar con las familias. Y en lo personal sigo significando los vínculos con mis padres (ambos fallecidos) para sanar el vínculo con mis tres hijos.

**Martin Calvet.** Mi nombre es Martín y junto con mi esposa Agostina, tenemos 1 hija de 10 años y 1 hijo de 5 años. En mi caso vengo de un modelo crianza autoritario por parte de mis padres y sumado a ello que durante muchos años para mi madre fui el preferido a diferencia de mi hermano. Yo creía que el modelo autoritario era el mejor modelo de crianza porque fue lo único que conocí.

Sin embargo en terapia con Benjamín, más la ayuda de mi esposa -psicóloga- reaccioné y me di cuenta que el camino de la crianza autoritaria a hijos simétricos no funciona.

Los niños de hoy en día necesitan empatía, amor, ser escuchados, llegarles al corazón.

El contagio emocional que hablamos en el curso, es muy fuerte con niños simétricos.

La comunicación con ellos. Que sientan que en sus padres hay tono para hablar/conversar.

Los tiempos. Primer, segundo y tercer tiempo. Es brillante. Por ahora solo tuve que aplicar el primer tiempo y funcionó.

La terapia vínculo familiar y el taller me brindó conceptos valiosos. Herramientas para utilizar no sólo con mis hijos, sino yo como hijo para con mis padres. Y así poder tener un orden.

Si no conocemos nuestra historia estamos condenados a repetirla. Así empecé mi primera sesión con Benjamín. Comencé terapia porque sentí que me estaba convirtiendo en mis padres y no lo quería para mí ni tampoco quería ese modelo para mis hijos.

Gracias Claudia y Benjamín por la generosidad en transmitir, difundir y compartir tan fácil los conceptos que a veces uno no los ve o no los quiere ver.