

¿Crees que tu pasado no te afectó? Es probable!, pero...



### **Texto Reflexivo.**

A continuación te comparto algunos ejemplos de situaciones que solemos escuchar de manera cotidiana, (y no necesariamente en un ambiente de consultorio) :)

- “A mí mis papás me pegaban de niño y yo no estoy traumatado”, afirmó el hombre que su ex-pareja lo denunció por violencia física.
- “A mi de niño me dejaban llorando solo hasta que me durmiera y no salí tan mal”, señaló el hombre que pasa largas horas trasnochando en redes

sociales afectando su sueño.

- “A mi me castigaban de niño y estoy bien”, dijo el hombre que cada que comete un error, se dice a sí mismo palabras de desprecio, como forma de auto-castigo.
- “A mi de niña me pusieron mano dura y sufro de un trauma llamado - educación-”, afirmó la mujer que sigue sin entender porqué todas sus parejas terminan siendo agresivas.
- “Cuando yo me ponía de caprichosa de niña, mi padre me encerraba en una habitación sola para que aprendiera y hoy se lo agradezco”, dijo la mujer que ha sufrido ataques de ansiedad y no se explica porque teme tanto a estar encerrada en espacios pequeños.
- “A mi mis padres me decían que me iban a dejar sola o a regalar con un desconocido cuando hacía mis berrinches y no tengo traumas”, dijo la mujer que ha rogado por amor y ha perdonado reiteradas infidelidades a su pareja con tal de no la dejen.
- “A mí mis padres me controlaban con una mirada, y mira lo bien que salí”, señaló la mujer que no puede mantener contacto visual con figuras de ‘autoridad’ sin sentirse intimidada.
- “Cuando niño, me dieron hasta con el cable de la plancha y hoy soy un hombre de bien, hasta profesional soy”, afirmó el hombre cuyos vecinos han tenido que hablar a la policía cada vez que el sujeto llega borracho, golpeando objetos y gritándole a su esposa.

- “A mi mis padres me obligaron a estudiar una carrera que diera dinero, y mira lo bien que estoy”, dijo el hombre que cada día sueña con que sea viernes, porque está desesperado en su trabajo haciendo todos los días algo que no es lo que siempre quiso.
- “Cuando era pequeña me obligaban a estar sentada hasta terminar toda la comida y hasta me la embutían a la fuerza, no como ahora esos padres permisivos” afirmó la mujer que no entiende porqué no ha podido tener una relación sana con la comida y en su adolescencia llegó a desarrollar un trastorno alimenticio.
- “Mi madre me enseñó a respetar a punta sus buenos chancletazos”, dijo la mujer que se fuma 5 cigarrillos diarios para controlar su ansiedad.
- “Yo a mi mamá y a mi papá le agradezco cada golpe y cada castigo, porque sino quien sabe qué sería de mí”, afirmó el hombre que nunca ha podido tener una relación de pareja sana, y a quien su hijo le miente constantemente porque le tiene miedo.

Y es así... cómo vamos por la vida escuchando personas afirmando ser gente de bien y sin "traumas", pero paradójicamente, estamos inmersos en una sociedad llena de violencia y gente herida.