

TALLER:

EL NEURÓTICO ES UN VIAJERO QUE PESA MÁS QUE SUS MALETAS

Un taller para Valientes que cargan historias, no kilos



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA

Valientes, hoy vamos a hablar de ese viaje que hacemos incluso sin movernos del sillón

Ese viaje donde las maletas no suenan, pero adentro hay piedras: expectativas, fantasmas, mandatos, demandas, deseos no tramitados.

Hoy vamos a mirar qué pesa, quién lo puso ahí... y qué parte seguimos cargando porque creemos que somos nosotras quienes debemos llevarla.



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA

¿Qué quiere decir que el neurótico 'pesa más' que sus maletas?

- El neurótico no viaja liviano.
- No viaja solo.
- No viaja hacia delante: a veces viaja hacia adentro, o peor... hacia atrás.

Lo que pesa no es la valija:
es el fantasma, el guion, la escena que la estructura construyó y
que cada una repite sin saberlo.

La neurosis es ese equipaje extra que siempre despachamos sin
revisar.

@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA



“La neurosis es el intento constante de resolver un conflicto que no es actual.

Arrastramos la escena original a cada lugar al que vamos, la escondemos entre medias y perfumes... pero siempre viaja con nosotras.”



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA

Las tres maletas del neurótico

(actividad lúdica-clínica)

IDENTIFICAR TRES “MALETAS” QUE SIEMPRE LLEVAN:



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA

Maleta 1 – La maleta del Otro

En esta van:

- el deseo del Otro,
- los “tenés que”,
- “mejor si hago esto”,
- “que no se enoje”,
- “que no me deje”.

Es esa valija que no armamos nosotras ... pero igual cargamos...

¿Qué expectativa ajena seguís llevando como si fuera tuya?

@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA



Maleta 2 – La maleta del Miedo

Aquí vive:

- El síntoma,
- La evitación,
- Los “más tarde”,
- La postergación,
- La duda constante.

Es una valija que siempre pesa más cuando falta poco para subirse al avión.

¿Cuál es el miedo que te hace viajar con overbooking emocional?

@LAURA.AMICONONE.PSICOLOGA



Maleta 3 – La maleta del Deseo (la única que no pesa)

La sorpresa es que esta pesa poco, pero casi nunca la abrimos

Ahí guardan:

- Lo que realmente quieren,
- Lo que las mueve,
- Lo que las despierta,
- Lo que las haría viajar más lejos.

¿Qué deseo dejaste en el fondo de una valija que no abrís hace años?

@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA



Alienación y separación como dos aeropuertos

- **En la alienación: el viaje lo elige el Otro.**
- **En la separación: la Valiente empieza a elegir su propio destino.**
- **Pero el tránsito entre ambos da angustia: siempre.**

@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA



El síntoma como GPS desconfigurado

- **El neurótico lee el mapa como si fuera del viaje anterior.**
- **Hace reservas con la brújula rota.**
- **Se orienta por el miedo, no por el deseo.**



@LAURA.AMICONONE.PSICOLOGA

La repetición como el aeropuerto donde siempre hacen escala

**No importa a dónde crean que van:
siempre pasan por ahí.**



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA

Ejercicio final para cerrar el taller:

Escriban una breve declaración:

“Declaración de viaje”

“A partir de hoy reconozco qué peso no es mío.

**Declaro qué maleta estoy lista para revisar, cuál voy a dejar,
y hacia qué deseo voy a viajar.”**



@LAURA.AMICONE.PSICOLOGA