

De: Oscar [REDACTED]  
Fecha: 26 de abril de 2011 13:15:26 GMT+02:00  
Para: Raquel Ballesteros <raquel@raqueiballesteros.com>  
Asunto: hola

Hola Raquel,

Primero agradecerte tu ayuda, gracias a tí he podido superar un problema que tuve con mi pareja y ahora me siento mucho mejor. La verdad, que yo nunca hubiera ido a un psicologo, porque soy muy cabezón y pensaba que todo lo podía solucionar yo solo. Mi pareja pensó que podriamos ir al psicologo y contarlo para ayudaranos a solucionar el bache que pasábamos.

Al principio me consto un poco, pero al final ya iba a verte, porque veia que tus consejos me ayudaban mucho. He aprendido muchas cosas con las sesiones y sobre todo he aprendido a flexibilizar mi forma de pensar, ya que soy bastante obsesivo con algunas facetas de mi vida. Creo que no estamos acostumbrados a ir al psicologo cuando tenemos un problema, pero no tenemos ningún problema para ir al médico cuando nos duele algo. Siempre he pensado que si vas al psicologo, para ser sincero, estás un poco chalado :) y ahora veo que no, que muchas veces nos obsesionamos con algunas cosas y los psicólogos nos ayudan a desbloquear situaciones. Nos ayudan a ver los temas desde otra óptica.

Nunca nos han enseñado a como salir cuando tienes un problema en la cabeza, que te incomoda, que no te deja en paz, como es mi caso y como todo en la vida lo tienes que aprender. Además he aprendido a conocerme un poco más, que no está nada mal, pese a que tengo 36 años. Esto además me servirá a aplicarlo a otras facetas de mi vida, que seguro que me irá muy bien....

Así que nada Raquel, lo dicho muchas gracias por tu ayuda ....

un abrazo,

Oscar