



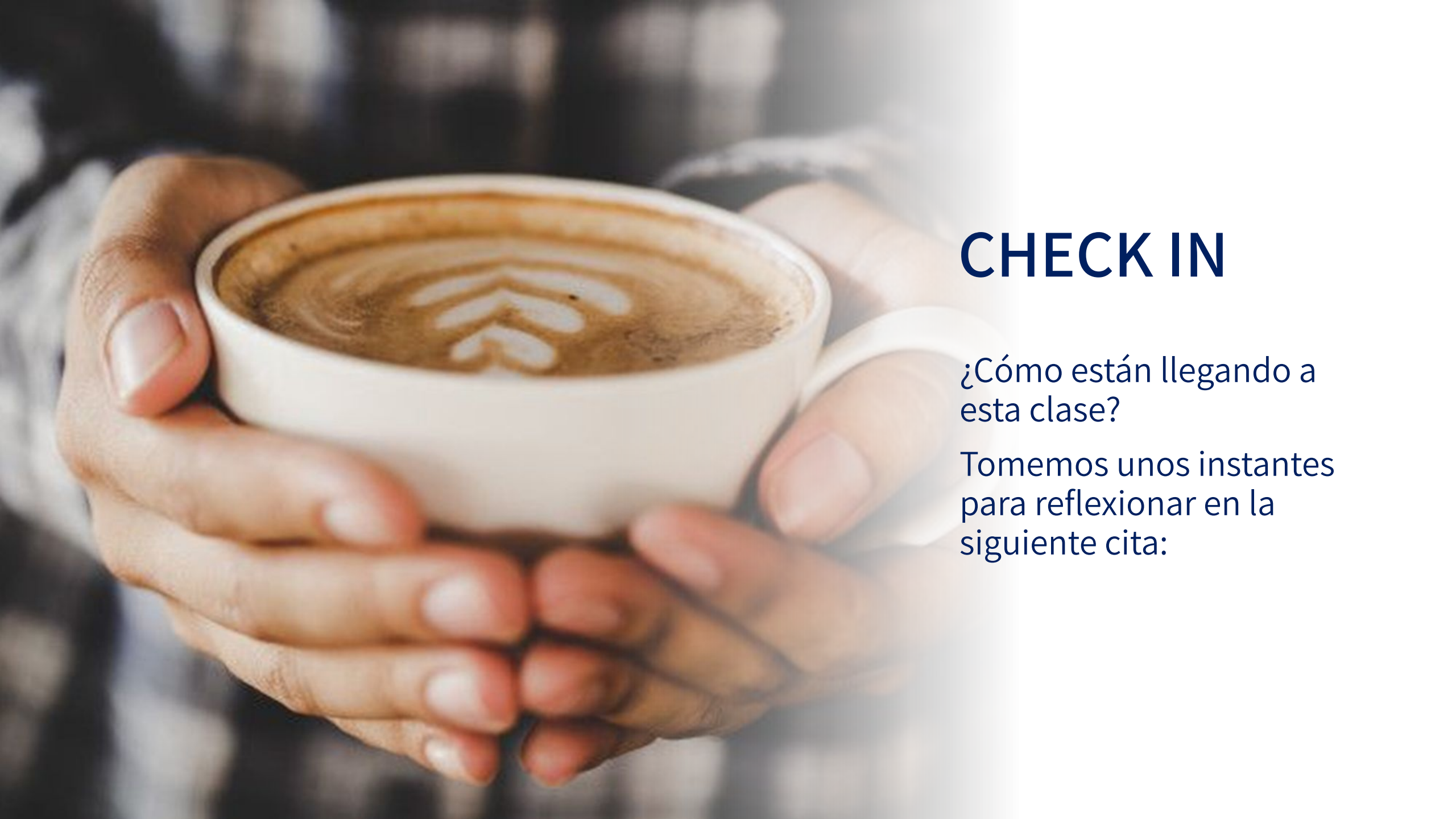
SERLIDERU

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO



¡Bienvenidos/as a la 10 clase del programa
MASTER PRACTITIONER en PNL, un espacio de
creación de posibilidades y logro de resultados!





CHECK IN

¿Cómo están llegando a esta clase?

Tomemos unos instantes para reflexionar en la siguiente cita:

ARMONIZACIÓN



- “Cuando te bañas, piensas en el desayuno. Cuando desayunas, piensas en el trabajo. En el trabajo, piensas en la salida. Saliendo, piensas en llegar a casa.
- Estando en casa, piensas en el día de mañana. Hoy, no has estado presente. Hoy, no has vivido el "ahora". Te estás perdiendo de la vida misma...”
- Eckhart Tolle.



¿Estás aquí y ahora en
tu clase del Mater?

TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL

¿Qué nuevos descubrimientos surgieron estos días luego de la clase? ¿Qué observaciones y reflexiones aparecieron en tu vida cotidiana al conectar con tus dones y el deseo de vivir?

¿Cómo fue reunirse con tu compañero/a a modelar?.



A close-up photograph of a person's hands writing in a notebook. The person is wearing a light-colored, ribbed sweater. They are holding a black pen and writing on the left page of an open notebook. The right page is blank. The background is a plain, light-colored surface.

**Reflexiona y registra
en tu bitácora:**

¿Qué significa el aprendizaje para ti?

- Completa las siguientes frases:





- 1-Aprender para mí es...
- 2-El aprendizaje me conecta con...
- 3-Me doy cuenta de que aprendí cuando...
- 4-Lo que más me ayuda a aprender es...
- 5-Desde que empecé este camino, ahora sé que aprender también es...



PUESTA EN COMÚN



Los cuatro estadios por los que pasamos en todo proceso de aprendizaje:



**¿Incompetencia
consciente?**

**¿Incompetencia
inconsciente?**

**¿Competencia
inconsciente?**

**¿Competencia
consciente?**



1-Incopetencia Inconsciente (I.I.) Yo no sé que no sé.

- Si nunca he visto, ni oído hablar del *criquet*, no sé lo que es, y no sé que no lo sé, carezco totalmente de esa información y experiencia.





2-Incompetencia Consciente (I.C.) Yo sé que no sé.

- He visto por primera vez el *criquet* me han explicado cómo se usa y reconozco que no sé cómo hacerlo.

3-Competencia Consciente (C.C.) Yo sé que sé.

- Es el momento en el que me esfuerzo por practicar y aprender su uso. Unas veces lo hago bien, otras mal, he de mantenerme muy atento/a al aprendizaje.





4- Competencia Inconsciente (C.I.) No sé qué sé.

- He experimentado y asimilado tanto la técnica, que el *criquet* es parte de mí mismo. No se requiere de ningún esfuerzo para usarlo y acciono naturalmente.

Aprender a manejar un auto: Las 4 etapas del aprendizaje

- **1-Incompetencia Inconsciente:** Creías que manejar era solo girar el volante. No sabías lo que no sabías.
- **2-Incompetencia Consciente:** Té subís por primera vez y descubrís que es mucho más complejo: embrague, cambios, espejos, señales...
- **3-Competencia Consciente:** Empezás a practicar con atención plena. Cada acción requiere concentración. Aprendés paso a paso.
- **4-Competencia Inconsciente:** Con el tiempo, manejas de forma automática. Charlás, ponés música, hasta pensás en otra cosa... y el cuerpo responde solo.



Pintar con acuarelas:

Las 4 etapas del aprendizaje

- **1-Incompetencia Inconsciente:** Creés que pintar es simplemente pasar el pincel sobre el papel. No sabés que hay técnicas, proporciones, tiempos de secado, agua, mezcla de colores...
- **2-Incompetencia Consciente:** Probás y te das cuenta de que no es tan simple: los colores se mezclan de una forma, el papel se rompe, el trazo no expresa lo que sentís. Descubrís todo lo que aún no sabés.
- **3-Competencia Consciente:** Te entrenás. Aprendés a humedecer el pincel justo lo necesario, a dejar espacios en blanco, a esperar que seque. Te enfocás en cada trazo con atención y constancia.
- **4-Competencia Inconsciente:** Un día, simplemente fluye. Tus manos saben. Mezclás, intuís, creás. No pensás en la técnica, sos la pintura. La obra nace sin esfuerzo aparente.



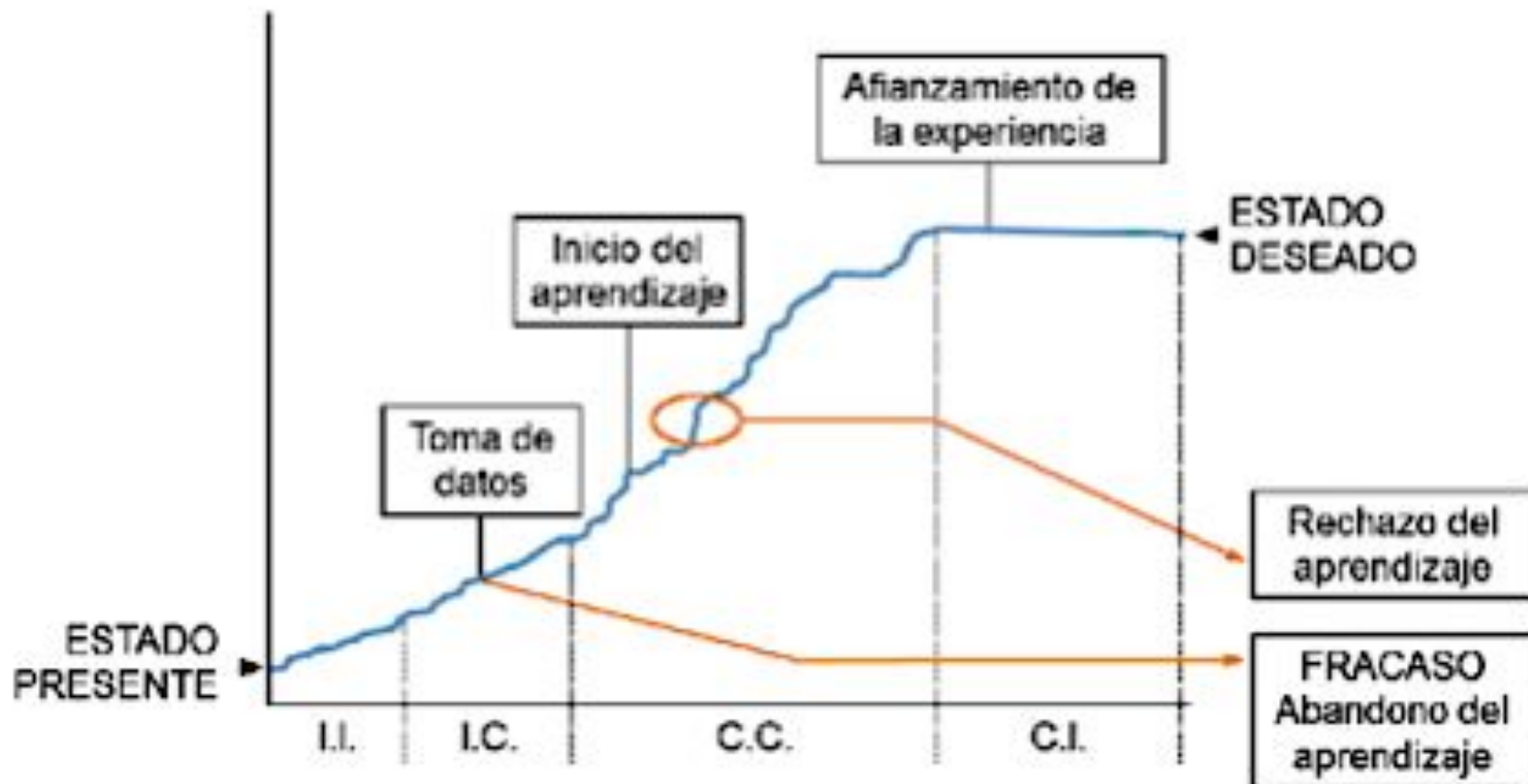


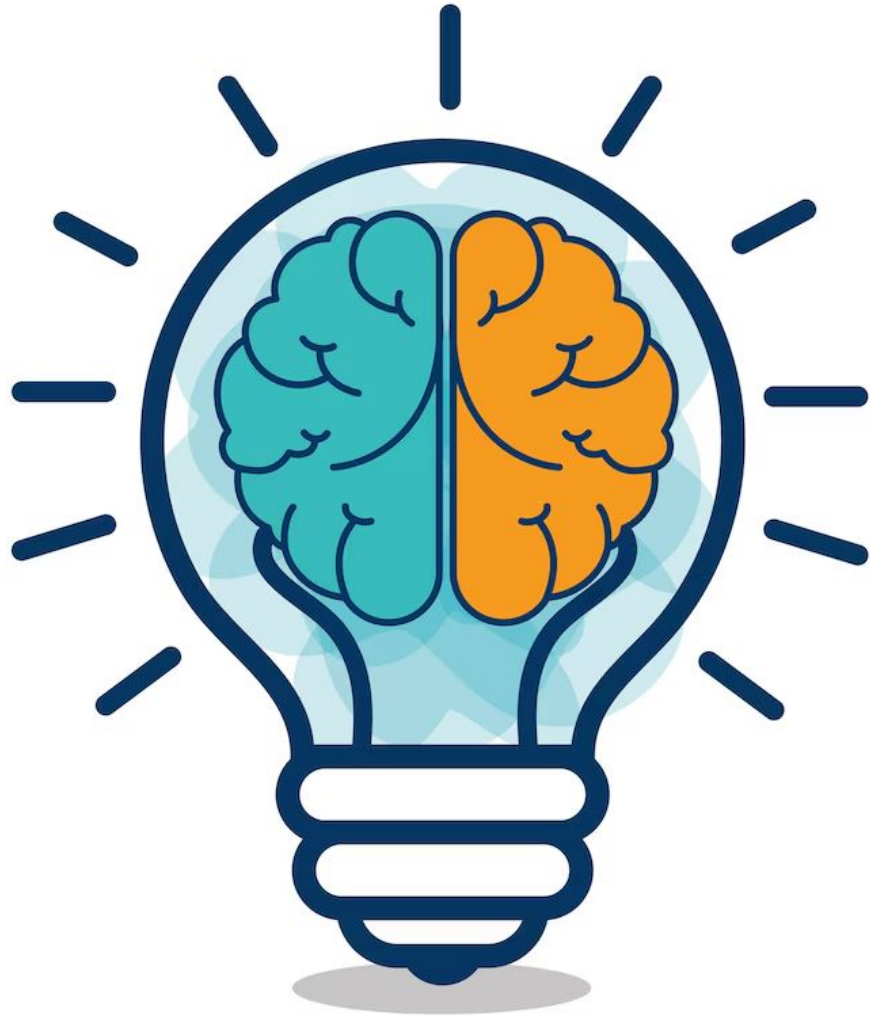
¿En qué etapa estás con alguna habilidad nueva que estás incorporando hoy?





- Como seres humanos en continuo proceso de transformación, seguimos unas pautas establecidas para el aprendizaje que se pueden representar gráficamente y se conoce como la Curva de Bandura.





Como podemos observar en la curva del aprendizaje comenzamos con:

- **I.I. (Incompetencia Inconsciente)**, o mejor dicho ahí no existe aprendizaje, ya que desconocemos aquello que queremos aprender. Una vez que recibimos por primera vez información sobre algo, es cuando realmente comienza el aprendizaje, en la fase **I.C. (Incompetencia Consciente)**, "me doy cuenta de que no sé de eso que deseo aprender". En esta fase tenemos dos opciones: iniciamos una búsqueda de información más completa, o, b) abandonamos el aprendizaje.

- Una vez que hemos adquirido el aprendizaje, tenemos la información necesaria para saber si queremos o no aprender, en ese momento comienza el proceso de aprendizaje propiamente dicho. **C.C. (Competencia Consciente)**.

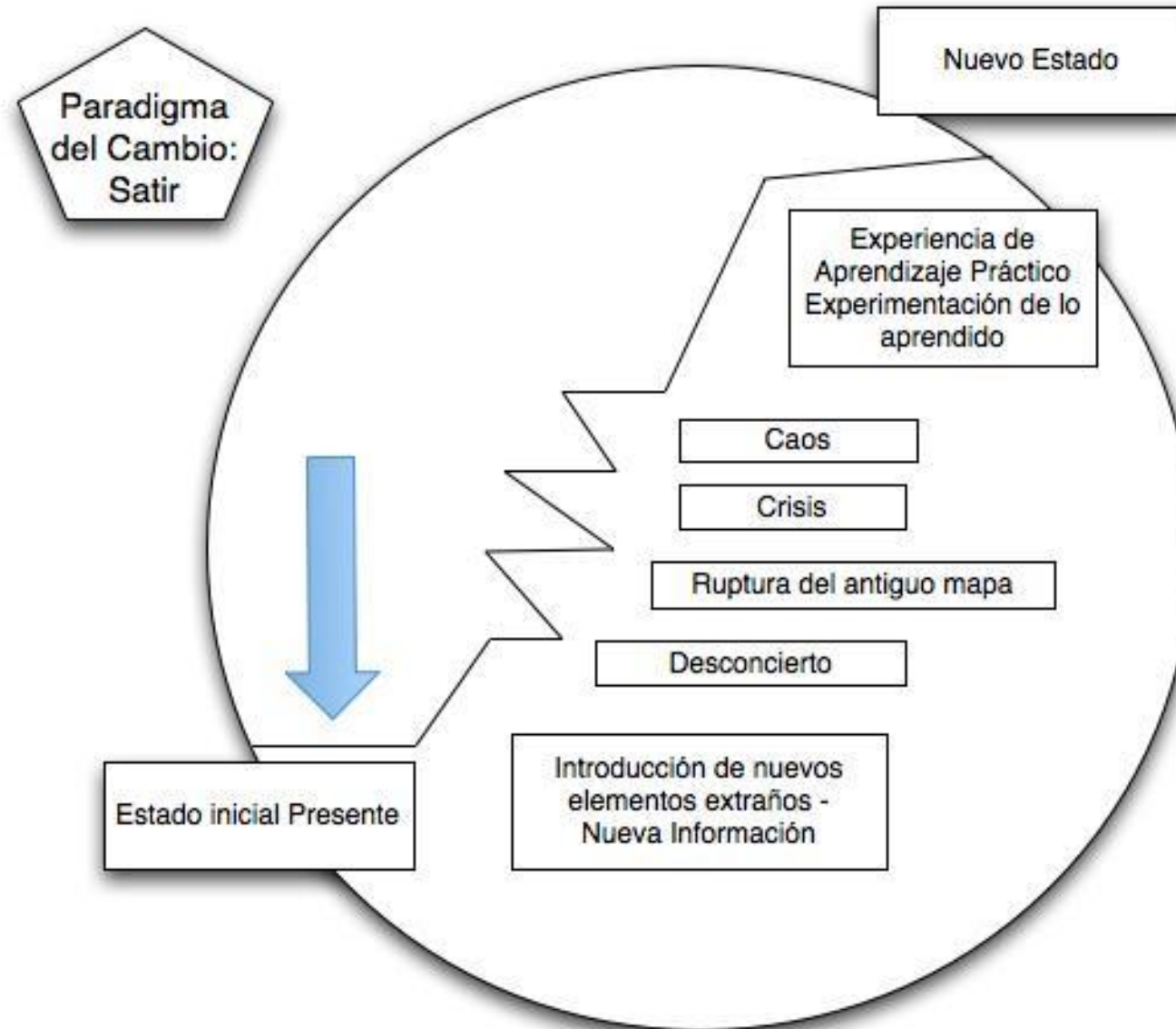




- En esa fase, que es la más compleja, debemos realizar esfuerzos y mantenernos firmes en lo que queremos, ya que al principio las dificultades de lo nuevo, la creación de nuevos patrones, el abandono de viejas costumbres, el encajar las diferentes partes que conforman el aprendizaje, suele ser costoso y en ocasiones se producen crisis. En ese punto, en el de las crisis, es donde se producen los abandonos, o podemos interpretar el aprendizaje como fracaso y no como un resultado.

- **Virginia Satir** representó la fase de la Competencia Consciente con un gráfico que denominamos: “**paradigma del cambio**”, y que representa todo proceso de cambio o aprendizaje.





- Una vez superada esa fase, no sin esfuerzo, alcanzamos la **C.I.** (Competencia Inconsciente), se afianza lo aprendido, pasa a niveles más profundos de nuestra mente, y operamos con ello casi sin darnos cuenta de que sabemos hacerlo. Por ejemplo: andar en bicicleta, conducir un automóvil o nadar. Cuando sabemos hacerlo bien, no nos planteamos si sabemos o no sabemos, lo hacemos sin más. En esta fase hemos alcanzado el éxito en lo que nos proponíamos.





- Como en todos los procesos de aprendizaje, en PNL ocurre lo mismo, lo primero es familiarizarnos con todas y cada una de sus partes.
- Es algo así como el montaje de un puzzle: lo primero es identificar cada pieza, aunque no sepamos en un principio donde colocarla, estamos en una etapa de toma de datos y de la ubicación espacial de cada uno de sus componentes. Más tarde procederemos al ensamblaje de todos ellos.

EXPLORA en tu línea de tiempo, en tu aprendizaje de PNL:

- Registra en tu bitácora:





- ¿Cómo fue el estado inicial, en la incorporación de elementos desconocidos y de una nueva información?

- ¿En qué etapa o fase de tu aprendizaje de PNL te encuentras en el Nivel del Master?





- ¿En qué etapa o fase te detienes recurrentemente en tus procesos de cambio y de aprendizaje?



- ¿Hubo momentos de desconcierto, ruptura de antiguos programas o crisis internas a lo largo de tu formación?





- Cuando comenzaron los aprendizajes prácticos:
¿Qué tipo de experiencias fuiste adquiriendo?

- Con respecto al aprendizaje y a los cambios:
¿Cómo quieres diseñar las etapas que te acerquen al logro de tu Certificación como Master en Programación Neurolingüística?





PUESTA EN COMÚN

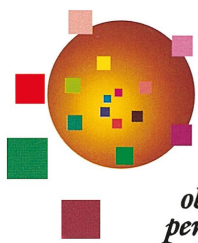
BREAK



JOSEPH
O'CONNOR

JOHN
SEYMOUR

Introducción a la PNL



*Prefacio de
John Grinder*

*Cómo descubrir
y emplear la excelencia para
obtener óptimos resultados
personales y profesionales*

20^a
edición

URANO

*Edición revisada
y ampliada*

Lectura como Aliada: Integrando la PNL en Pareja

- **Objetivo:** Fomentar una lectura reflexiva que nutra el recorrido personal, integrando los conceptos esenciales del libro como recursos para su transformación y crecimiento como Masters en PNL.

Lectura del Libro Introducción a la PNL de O'Connor y Seymour

- **Selección de Lectura:**

- Cada pareja de partners podrá optar por realizar una lectura completa del libro, o bien seleccionar capítulos específicos según su interés, afinidad con determinados temas o conexión con la etapa del proceso que estén transitando.
- La elección será libre, guiada por el propósito de integrar nuevos recursos que enriquezcan su recorrido personal y profesional como Masters en PNL.



- Durante la segunda parte del año, elegiremos un momento especial y poderoso para que cada pareja de partners comparta su recorrido lector.
- A través de esta instancia, exploraremos no solo el contenido del libro *Introducción a la PNL* de O'Connor y Seymour, sino también la manera en que ese contenido los habitó, los desafió y los expandió.



- Les proponemos llegar a ese encuentro con estas preguntas resonando en el corazón y en su bitácora:

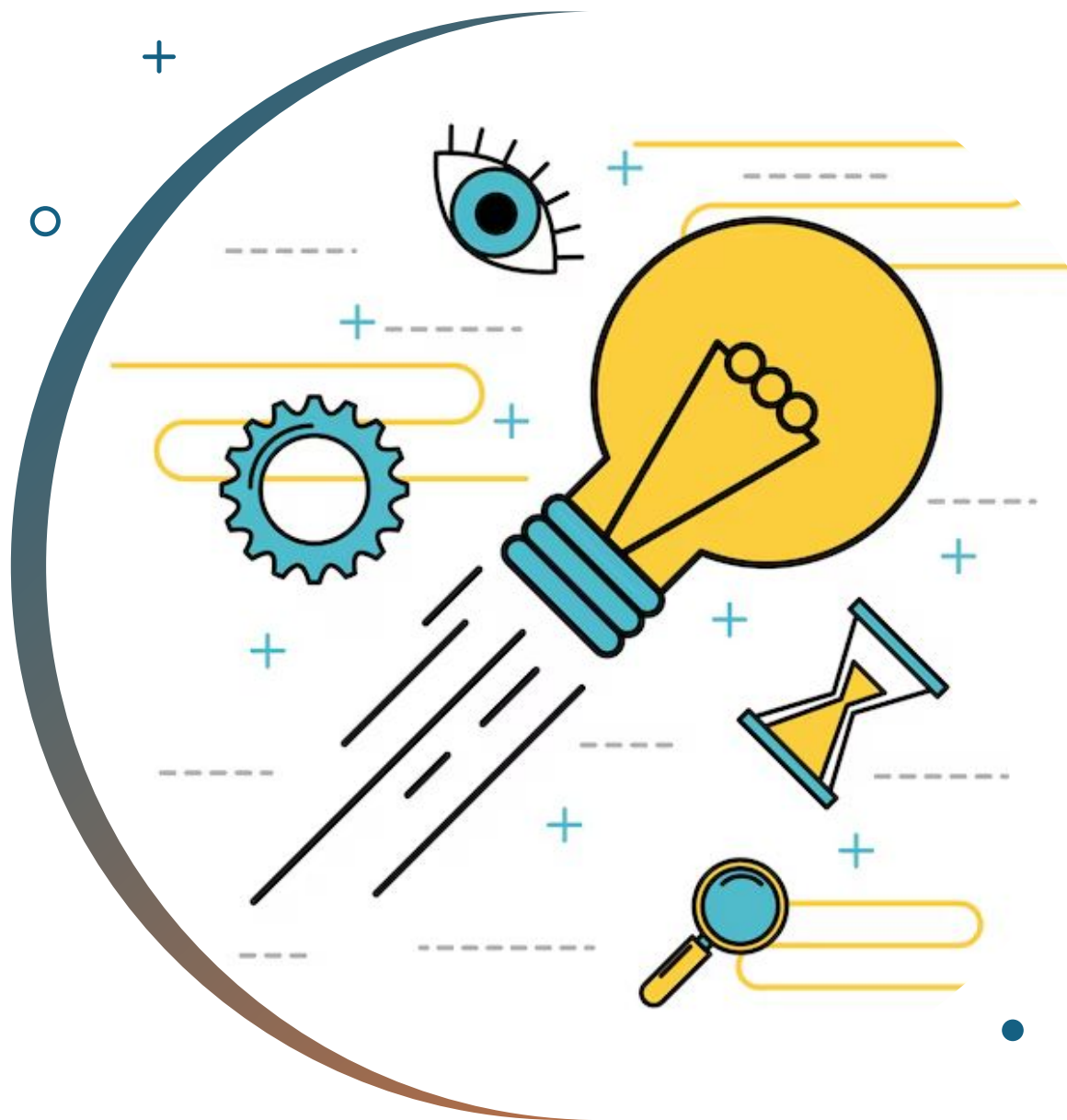




- ¿Qué descubrimos de la PNL a través de esta lectura?
- ¿Qué capítulo o pasaje resonó más profundamente?
- ¿Cómo podríamos aplicar lo leído en nuestros espacios de formación o en nuestra vida cotidiana?
- ¿Qué nos desafió como lectores?
- ¿En qué nos expandió la lectura?
- ¿Surgió algún insight revelador durante este proceso?
- ¿Qué metáfora representa nuestro viaje como lectores?
- ¿Qué frase del libro se nos tatuó en el alma?

Equipo de PNL Masters





- Un **NUEVO espacio** para co-crear identidad, con involucramiento y mucha creatividad

Identidad del Equipo de PNL

MASTER



- **Nombre del Equipo:** que represente su esencia, energía y propósito.
- **Estado Deseado como Equipo:** ¿Cómo queremos vernos, escucharnos sentirnos y funcionar como equipo de Trainers?
- **Propósito Compartido:** ¿Qué nos une? ¿Qué impacto queremos generar en otros y en el mundo?
- **Creencias y Valores que nos guían:** ¿Qué elegimos sostener como pilares internos que inspiran nuestra forma de ser y hacer?
- **Capacidades:** ¿Qué habilidades, talentos y recursos cada uno aportará al equipo?
- **2 Principios de la PNL que los representen:**
 - 1.
 - 2.

Momento de trabajar sobre su Bandera-Lienzo de su EQUIPO

- ¡Es tiempo de crear algo poderoso, auténtico y con mucho significado!



CHECK OUT

¿Qué te estás llevando del encuentro de hoy?



TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL



Durante la semana, te invitamos a:
Continuar con la entrevista de tu compañero a modelar.
Tomar contacto con la lectura del libro.
Y seguir dándole forma a la identidad y estado deseado del equipo.





SERLIDERU

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO