



**SERLIDERU**

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO



---

¡Bienvenidos/as a la clase n°9 del programa  
**Practitioner en PNL**, un espacio de creación de  
posibilidades y logro de resultados!

---





**CHECK IN**

# TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL

¿Cómo te fue con la tarea semanal?

Durante los próximos días, realizá prácticas de cambio de Submodalidades que realizamos en clase, junto a tus compañeros/as del mini equipo.

Te invito a experimentar con distintas experiencias y a observar los efectos que generan los ajustes en las Submodalidades sensoriales.

Anotá tus observaciones, descubrimientos y cualquier duda que surja durante la práctica.

Iniciaremos la próxima clase compartiendo lo vivido y abordando las preguntas o inquietudes que hayan aparecido.





**Logro de  
Objetivos  
desde la PNL**

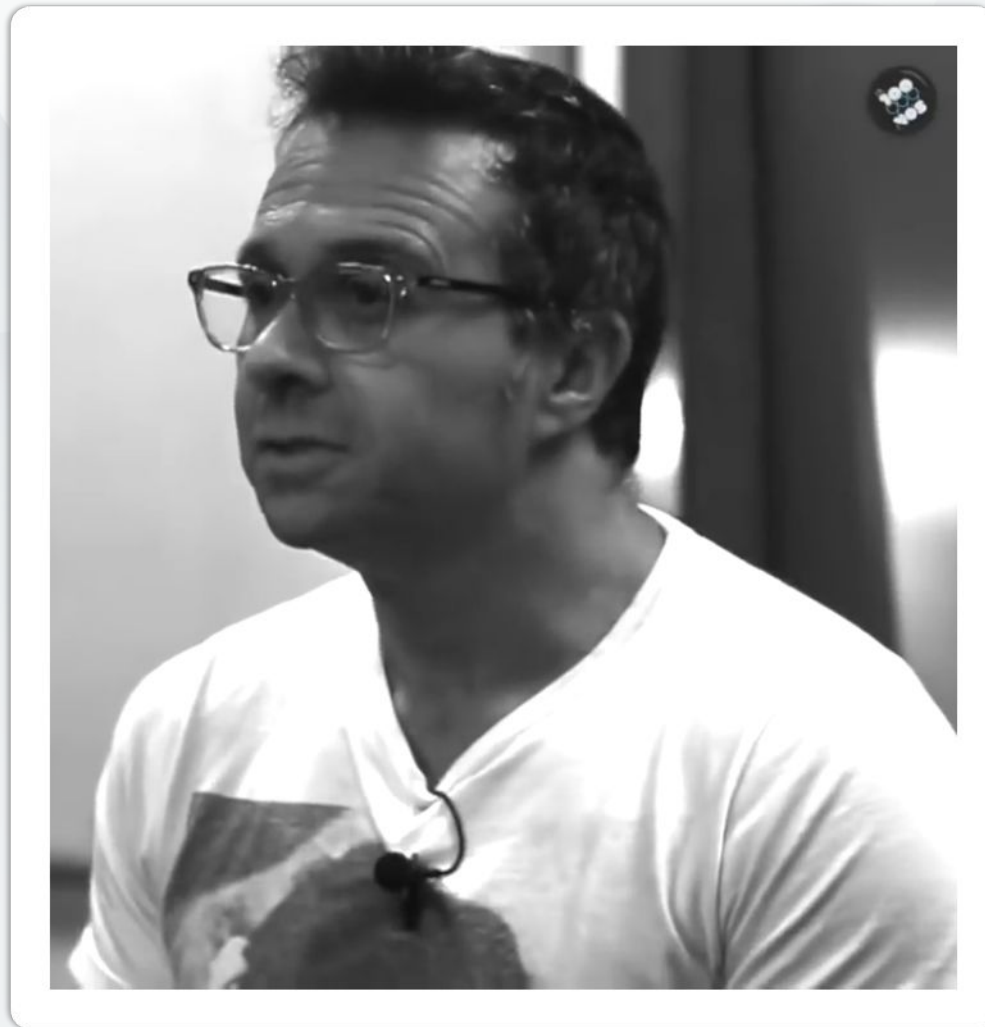
Hoy viajaremos  
del Estado  
Presente al  
Estado Deseado



# VIDEOS

Te invitamos a ponerte cómodo/a  
para disfrutar de los siguientes  
videos...



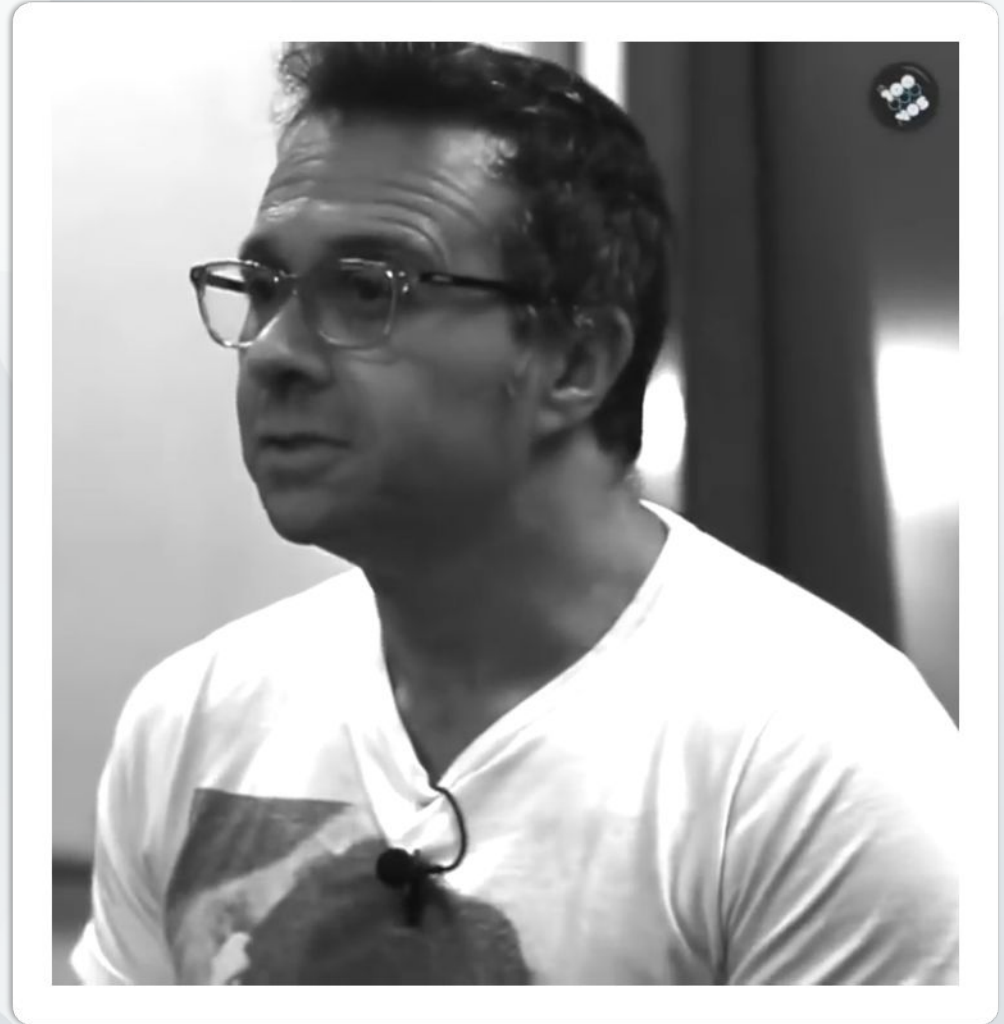


**Sergio Lapegüe: Historias compartidas “volver a nacer”**

[https://www.youtube.com/watch?v=FKbRu\\_OKogo](https://www.youtube.com/watch?v=FKbRu_OKogo)

## **Historias Compartidas con Sergio Lapegüe: El remisero**

<https://www.youtube.com/watch?v=ZMSYt8n0XzU&feature=youtu.be>



# PUESTA EN COMÚN

¿Qué descubrieron de los videos?





## Joseph O'Connor - Ian Mc Dermott:

“¿Cuál es la pregunta definitiva?

Para muchos podría ser:

«¿Cuál es el significado de la vida?»

«¿Existe Dios?

¿Para qué estamos aquí?»

Estas preguntas son importantes, pero hay otra que responder antes, para que las anteriores tengan sentido:

**«¿Qué quieres?»**”

Exploremos  
libremente...



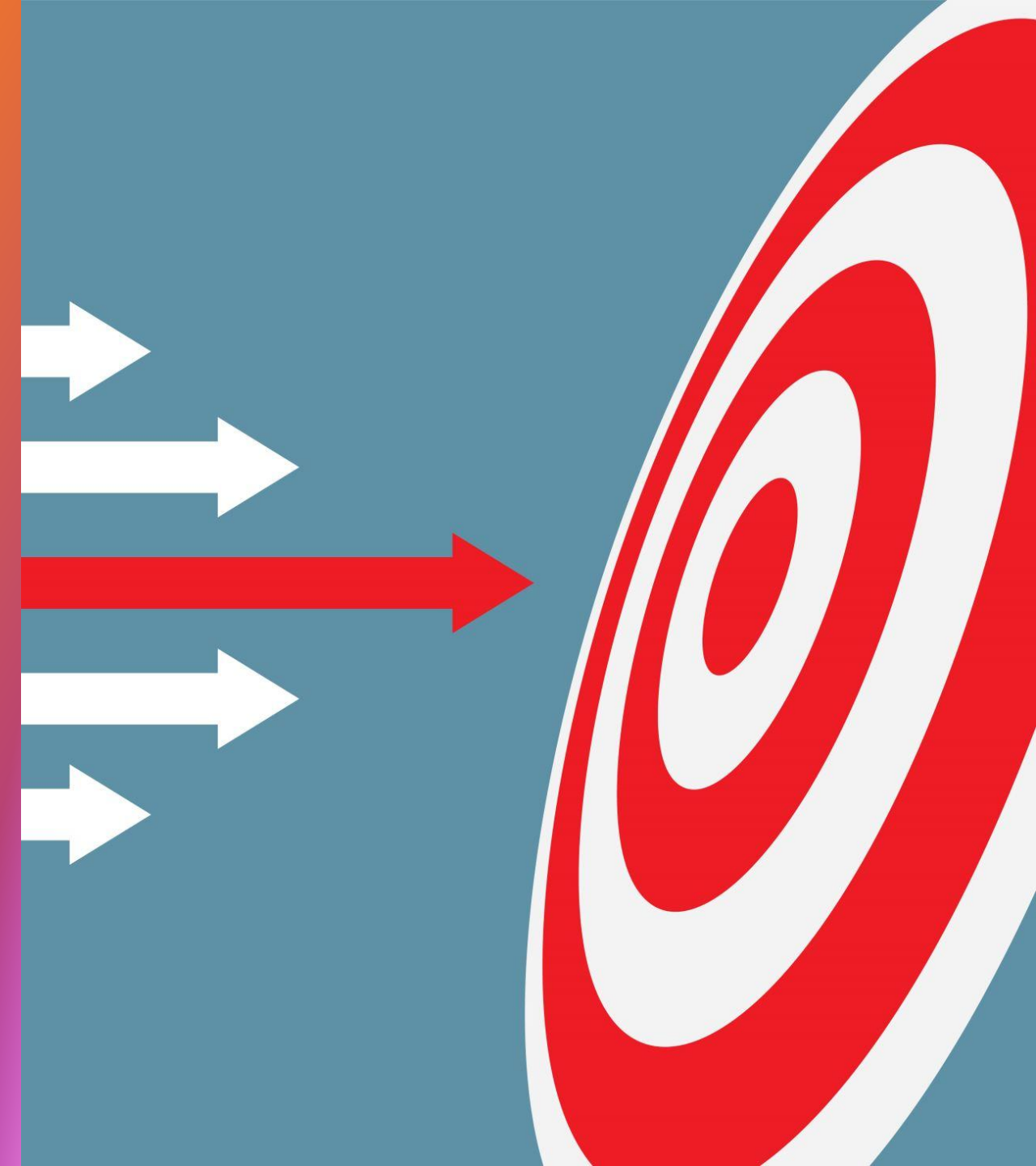
- ¿Qué quieres ahora mismo?

- ¿Qué piensas?

- ¿Qué te dices?

- ¿Qué sientes?





- ¿Qué objetivos buscas?

- ¿Qué resultados estás obteniendo?

- ¿Son los resultados esperados?

## La pregunta:

### «¿Qué quiero?»:

Nos conecta con el presente y con la construcción consciente de un futuro elegido.

Nos orienta hacia el estado deseado, impulsa el diseño de acciones e involucra recursos internos y externos para crear futuro día a día.





La PNL nos ofrece el  
Cuestionario de la Buena  
Forma para el Logro de  
Objetivos o Estado Deseado.



Una herramienta para definir con claridad, activar recursos internos y diseñar caminos concretos hacia lo que queremos lograr.

- Un objetivo bien formulado es un destino posible.
- Cuando lo que deseás está claro, tu mente puede enfocarse y avanzar.



# Cuestionario de la Buena Forma.

Para diseñar objetivos claros, motivadores y alcanzables.

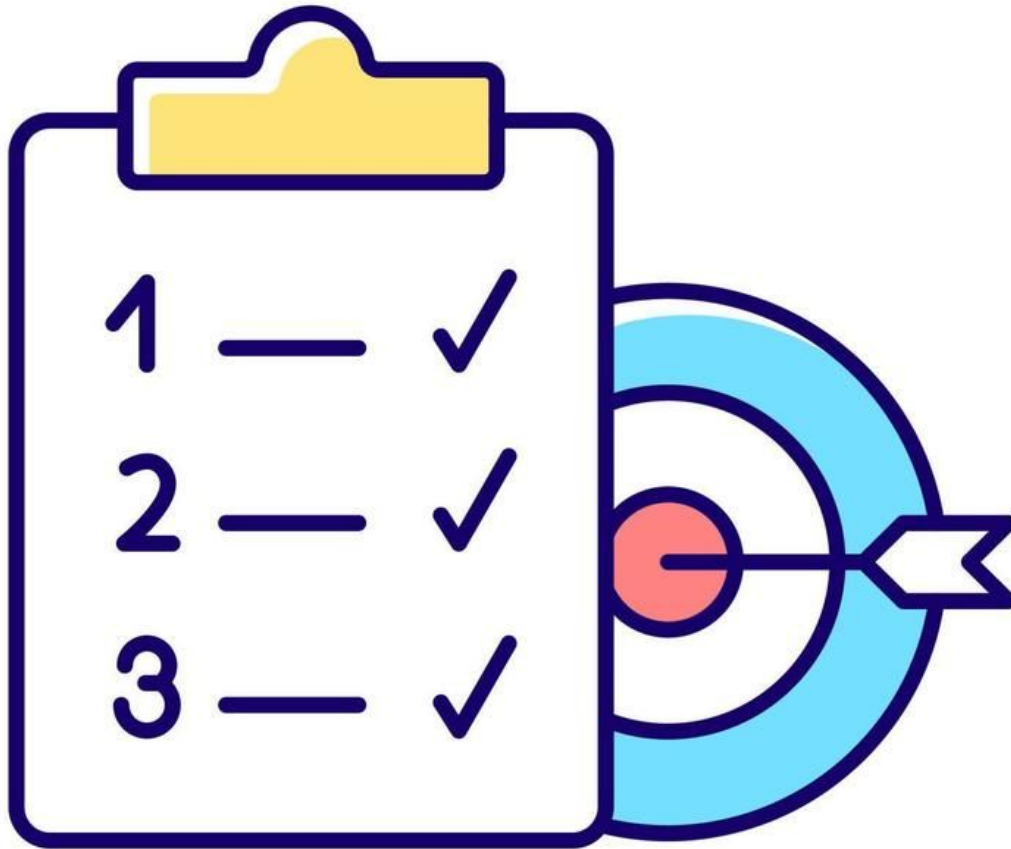


Exploremos cada uno de  
sus puntos...





**Condiciones de satisfacción de un objetivo:**



- Expresado en forma positiva.
- Iniciado y mantenido por mí.
- Marco ecológico: que sea beneficioso para mí y para mi sistema. Consideración de las consecuencias para mi vida y mis relaciones si logro el objetivo.



**Preguntas:**



- 1- ¿Qué es lo que quieres específicamente?
- 2- ¿Cuál es el resultado de obtener este objetivo/estado deseado?
- 3- ¿Qué te demostrará que conseguiste este objetivo/estado deseado? (Que sea medible, observable, evidencias)
- 4- ¿Qué verás, escucharás, sentirás, gustarás u olerás logrando este objetivo/estado deseado?

- 5- ¿Cuándo, con quién, dónde y en qué contextos querés obtener este objetivo / estado deseado?
- ¿En qué momentos o situaciones no lo deseás?
- 6- ¿Cómo este objetivo/estado deseado cambiará tu vida? ¿Qué beneficios te aportará?
- 7- ¿Qué necesitás para lograrlo?





- 8- ¿Hay algo que te impide conseguirlo?
- 9- ¿Qué pasará al lograrlo?
- 10- ¿Qué pasará si no lo logras? ¿Qué costo tendría para ti?
- 11- ¿Qué acciones concretas implementarás para conseguirlo?
- 12- ¿Qué comportamientos, hábitos incorporarás para sostenerlo en el tiempo?

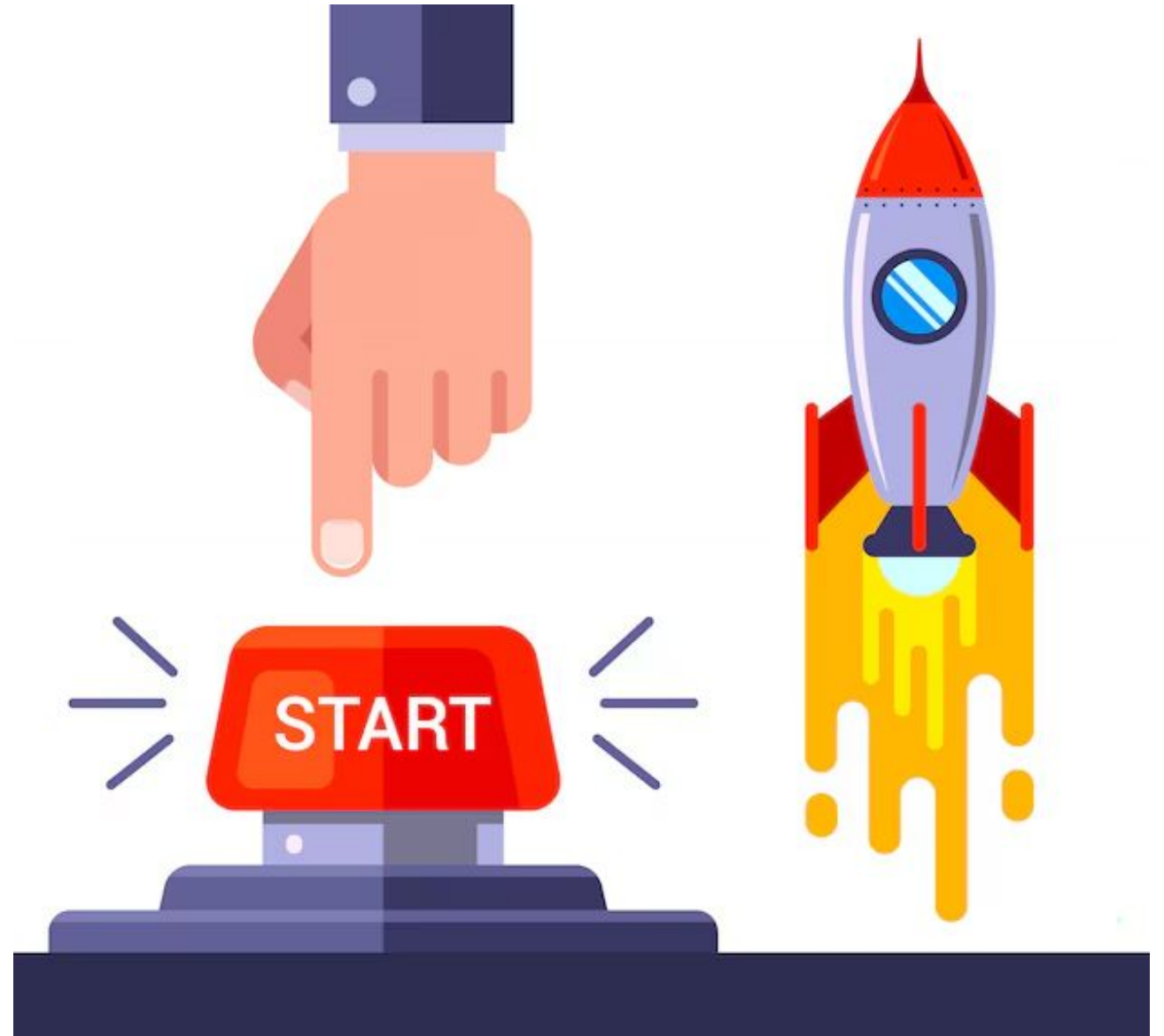
- 13- Fecha de inicio:
- 14- Fecha de Logro:





- 15 – Creá tu MIND MAP de Tu Objetivo:
- Representá de forma visual tu objetivo y todo lo que implica: recursos, acciones, emociones, aliados, hábitos, escenarios, frases clave, etc.
- Usá palabras, dibujos, colores o símbolos: lo que necesites para conectar con tu motivación, tu foco y tu compromiso.
- Este mapa será un anclaje visual para sostener el rumbo, incluso cuando el entusiasmo, la motivación o el compromiso bajen.
- Ubicá tu objetivo en el centro y desplegó desde ahí las ramas con todos los elementos que lo rodean y lo hacen posible.
- Podés realizarlo en cartulina, PowerPoint, Canva u otra herramienta que elijas.

- 16- Si llegaste hasta acá y completaste cada punto, le diste forma y compromiso a tu objetivo.
- ¡Ahora es momento de Ponerle un **Nombre a tu Objetivo** y avanzar! Cada paso cuenta...



# PUESTA EN COMÚN



**BREAK**



# VIDEO

Te invitamos a ponerte cómodo/a para disfrutar del siguiente video...



# PUESTA EN COMÚN

¿Qué descubrieron del video?



# Dinámica: EXPLORACIÓN





## Tomate unos momentos para esta Exploración:

- Crea un espacio íntimo y consciente contigo mismo/a.
- Respirá profundo, conectá con tu presente y respondete:
- ¿Qué objetivo querés llevar a la acción desde esta actividad?
- Elegí uno que te motive, te desafíe y te acerque a quien querés estar siendo.
- Este será el punto de partida con evidencia para tu recorrido personal con la PNL:

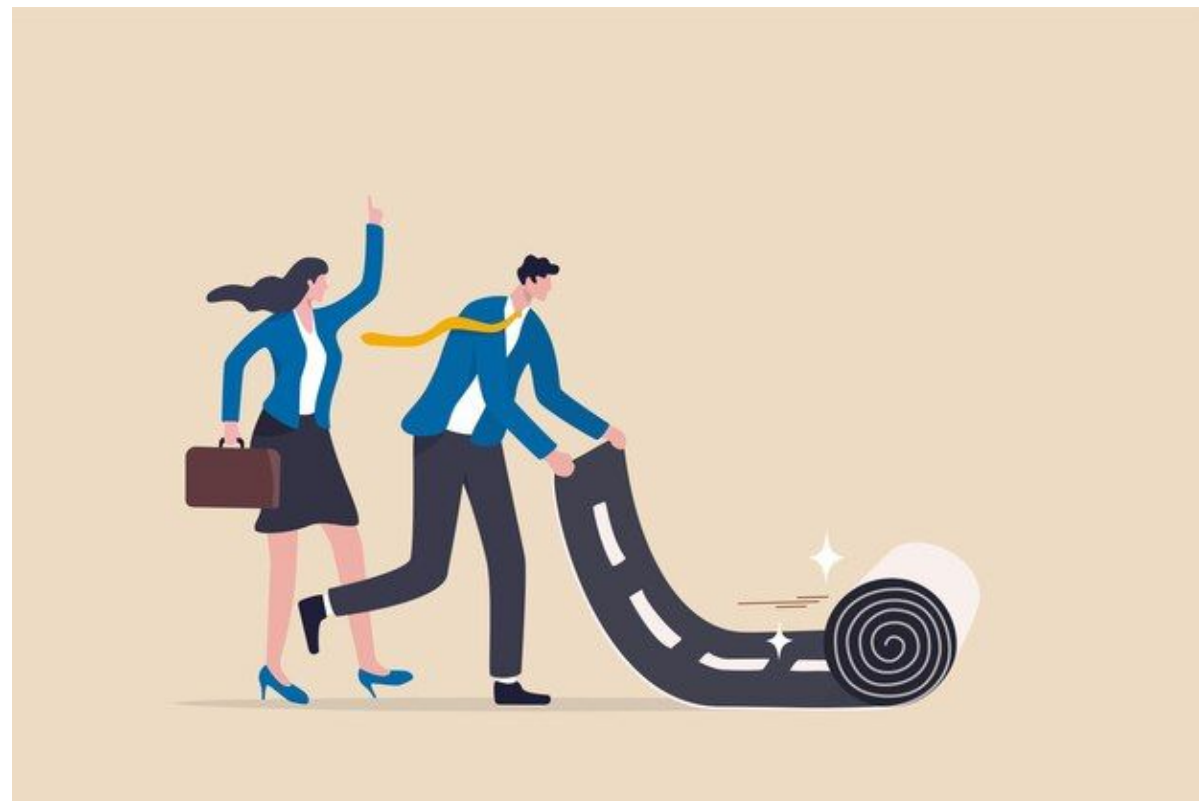


"El viaje de mil kilómetros comienza con un primer paso. Si el objetivo está bien elaborado, es alcanzable y motivador, con toda probabilidad estará impulsado a lograrlo."

# PUESTA EN COMÚN



Actividad:  
Presentación "Logro  
de Objetivos"





- Propósito:
- Presentar el objetivo personal o profesional en la etapa en la que se encuentre, integrando distinciones, herramientas y aprendizajes del Practitioner, junto con los aportes surgidos de la lectura del libro "Introducción a la PNL" de Joseph O'Connor y John Seymour.

- La presentación tiene como para qué expresar el recorrido que cada persona viene transitando con su objetivo, reconociendo avances, redefiniciones y aprendizajes, así como compartir qué aportó la lectura colectiva del libro al camino individual y al proceso de formación como Practitioner en PNL.



- Desarrollo de la Actividad:
- Lectura reflexiva:
- Cada mini equipo leerá el libro Introducción a la PNL de O'Connor y Seymour. Podrán optar por hacer una lectura completa o seleccionar los capítulos o temas que cada integrante desee explorar, según su interés y afinidad con su objetivo.





- El propósito de esta lectura será alimentar el recorrido personal de cada objetivo, integrando los conceptos del libro como marco teórico-práctico para comprender y enriquecer el proceso desde la PNL.

- Aplicación práctica:
- En los encuentros de equipo, se compartirán las ideas del libro que hayan ayudado a avanzar, resignificar o reformular el objetivo de cada integrante. Esos aportes serán parte activa de la presentación final.





- Producción colaborativa:
- La presentación será organizada completamente por los alumnos. Diseñar:
- Coordinación y cronograma.
- Ambientación y musicalización.
- Videos o recursos visuales que muestren el proceso de cada uno en su camino de logro.
- Roles (presentador/a, guardián del tiempo, etc.)
- Breaks y tiempos de transición.
- Material de soporte opcional (cartelería, etc).

- Estructura:
- Apertura del equipo: 5 minutos
- Presentaciones individuales: 10 minutos por alumno.
- Cierre del equipo: 10-15 minutos integrando todo lo vivido



- Fechas importantes – Logro de Objetivos (Cuestionario de la Buena Forma)
- Entrega del primer avance individual:
  - Semana del 16/06 al 20/06 de 2025
- Presentación Final de la Actividad (individual y en equipo):
  - Semana de 29/09 al 03/10 de 2025



# PUESTA EN COMÚN



# TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL

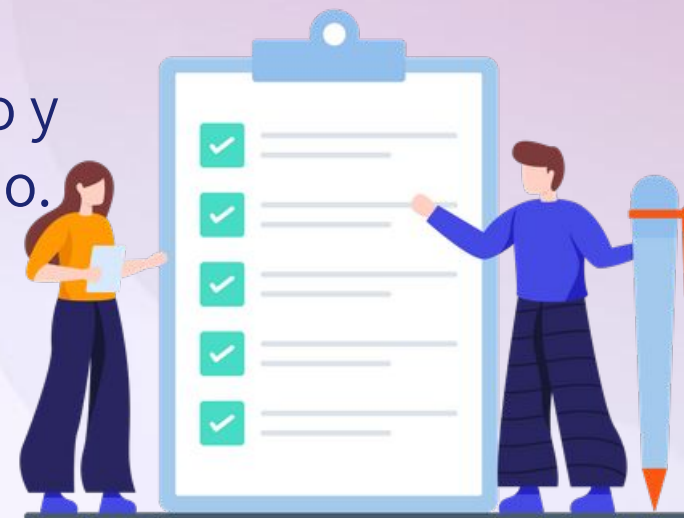


Durante los próximos días, completá el Cuestionario de la Buena Forma con el objetivo que elegiste.

Permitite el espacio para reflexionar, escribir y profundizar en tu proceso.

Si surgen dudas o inquietudes, ¡tomalas como parte del aprendizaje!

En la próxima clase, iniciaremos compartiendo lo vivido y explorando juntos a las preguntas que hayan emergido.



## CHECK OUT

¿Qué te estás llevando del  
encuentro de hoy?

