

FACILITACIÓN 4:

Cambio de submodalidades kinestésicas

A: Facilitador

B: Explorador

C: Observadores

A establece Rapport con B y el contexto para la facilitación.

1-A invita a B a cerrar los ojos y recordar una experiencia reciente de calma, tranquilidad o bienestar, con una intensidad entre 7 y 10.

2-A guía a B para identificar cómo se manifiesta físicamente esa sensación: ¿Dónde se siente en el cuerpo? ¿Tiene alguna temperatura (¿tibia, fresca?)? ¿Posee forma o movimiento (¿ondas, vibración, expansión?)? ¿Tiene textura?

3-Estado interruptor breve: una respiración profunda, abrir los ojos, estirarse, etc.

4-A verifica con B qué cambios desea realizar en cuanto a las Submodalidades.

5-A invita a B, por ejemplo, a potenciar esa sensación agradable, expandiéndola por el cuerpo:

“Imaginá que esa calma se vuelve más amplia, se expande...”

“¿Qué pasa si la sensación se mueve lentamente a otra parte del cuerpo?”

“¿Qué cambia si le das más temperatura o ritmo?”

6-A le pide a B que elija las Submodalidades y lo guía para accionar los controles que permitan generar esos cambios.

7-A verifica el estado interno de B, cómo se siente ahora y si necesita realizar algún otro ajuste.

8-Finalizados los cambios, A pregunta a B: “¿Qué cambia ahora al conectarte con esa sensación?”

9-A le da a B unos minutos para conectar con su respuesta interna antes de compartirla.

10-Cambio de roles.