



SERLIDERU

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO



¡Bienvenidos/as a la 13 clase del Programa de **MASTER PRACTITIONER en PNL**, un espacio de creación de posibilidades y logro de resultados!





¿Cómo están llegando a esta clase?

¿Estás aquí y ahora en tu clase del Master?



CHECK IN

Tomemos unos instantes para reflexionar en las siguientes preguntas:



Si pudieras representar tu estado actual como una metáfora...

¿Qué frase lo describiría, incluyendo imágenes, sonidos y sensaciones?

Te invito a crearla....



PUESTA EN COMÚN

TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL



¿Qué descubrimientos surgieron con la tarea de aprendizaje?

Tomémonos unos minutos para poner en palabras lo vivido y construir juntos nuevos aprendizajes a partir de la experiencia.





PUESTA EN COMÚN



Metáforas

**DINÁMICA de
EXPLORACIÓN:
Libros y mensajes...**





PUESTA EN COMÚN
Compartires:
“Libro y Mensaje”

Contado por Robert Dilts:



“Cuando en los años ´70 íbamos a Phoenix, Arizona, para estudiar al Doctor Milton Erickson, teníamos muchas preguntas para hacerle. Le planteábamos cuestiones del tipo:

¿Si usamos este método específico con una persona que tiene este problema concreto, producirá cierto resultado?

Erickson respondía: invariablemente “no lo sé”.

A continuación le preguntábamos:

¿Funcionará el empleo de este método para resolver aquel problema?

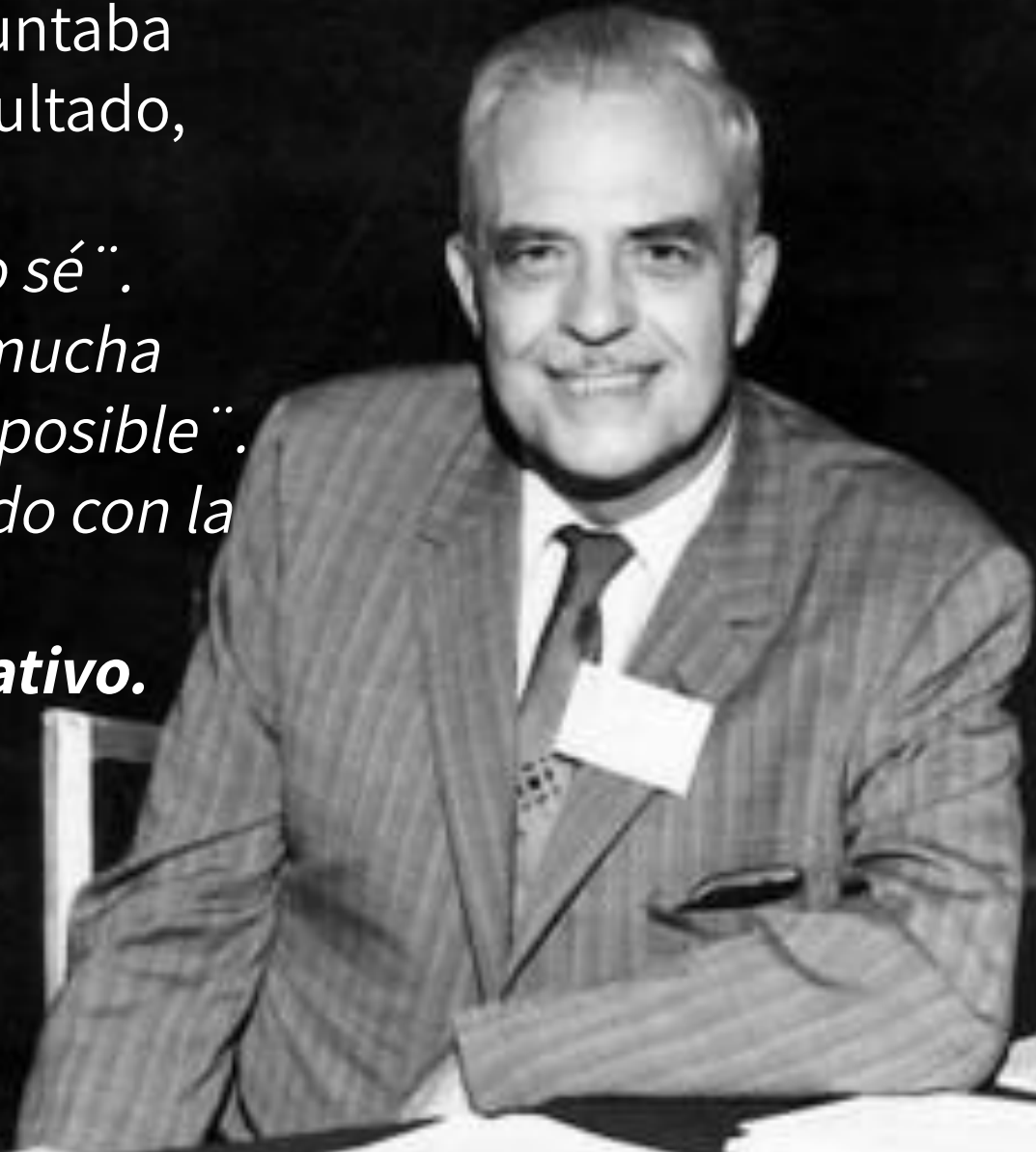
Y una vez más, Erickson respondía: “No lo sé”.

Al final acabábamos con páginas y páginas de nuestros apuntes que decían: Él no lo sabe. No lo sabe, no lo sabe.

Y no es que estuviera eludiendo las respuestas, sino que su funcionamiento no se basaba en creencias y suposiciones. Para él, cada situación era única, cada persona era única, en su clase y, su relación con ella, también lo era.

De modo que cuando se le preguntaba por la probabilidad de cierto resultado, Erickson siempre decía:

“No lo sé. Verdaderamente no lo sé”.
Y después añadía: *“Pero siento mucha curiosidad por descubrir que es posible”.*
El estado de **no saber**, combinado con la **curiosidad**, es la esencia del **Cambio Generativo**.



VIDEO

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



Milton Erickson - Entrevista



PUESTA EN COMÚN

Historias de la Infancia

Primera Parte



Te invito a ponerte cómodo...
cerrar tus ojos, escuchar el
siguiente texto de Milton Erickson
... para conectarte con un
momento grato de tu infancia...



“Y quiero que elijas un momento del pasado en que tú eras una niña muy pequeña.
Y mi voz irá contigo.
Y mi voz irá contigo.

Y mi voz se convertirá en la voz de tus padres, tus vecinos, tus amigos, tus compañeros de escuela, tus compañeros de juegos, tus maestras. Y quiero que te veas sentada en el aula, una niña pequeña que se siente **contenta** por **algo, algo** que pasó hace mucho tiempo, **algo** que has olvidado, hace mucho tiempo.”

Del libro, “Mi voz irá Contigo”, recopilación de los cuentos didácticos de Milton Erickson, Sidney Rosen.



A tu tiempo y a tu ritmo... te invito a conectarte con el aquí y ahora...estirarte, mover hombros y brazos, bostezar y por último abrir tus ojos...





Compartir los descubrimientos de ese algo por lo cual estabas contento/a...

¿Cuál era tu cuento favorito?



Te invito a sentarte de manera
confortable, escuchar la siguiente
consigna... cerrar nuevamente tus ojos y
continuar el viaje por tu infancia...
Para recordar:





¿Y tu personaje o héroe favorito?
¿Qué te gustaba de él?

- ¿Cómo era su forma de vestir?
- ¿Su voz? ¿Qué decía?
- ¿Cuáles eran sus comportamientos, habilidades y acciones?



- ¿Qué tema musical te acompañaba en aquellos tiempos?
- ¿Y qué anécdota familiar divertida o relato viene a tu memoria...?



¿Cuál era tu pasatiempo favorito?



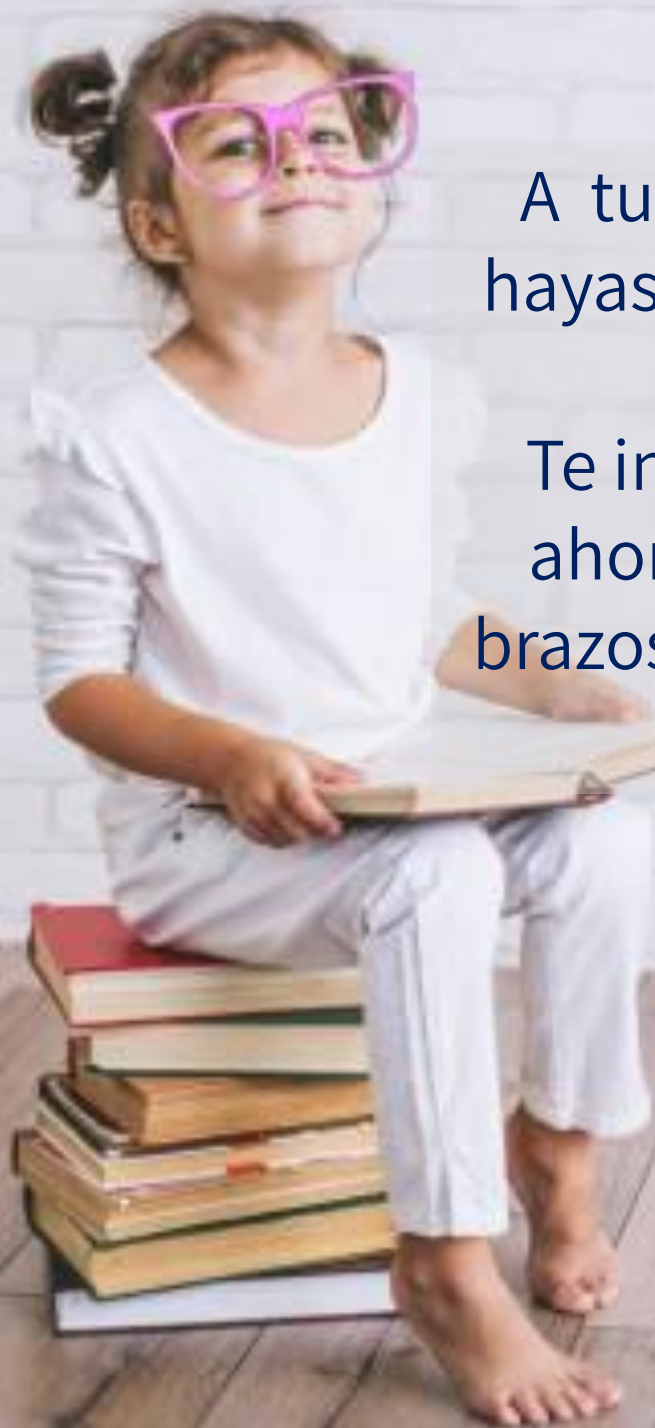


¿Y tú golosina preferida?



Registra todos los detalles de recordar ese tiempo...

Dibujitos que veías, historias que leías o te leían, actividades como: correr, andar en bici, trepar árboles, video juegos.... y aquellas comidas ricas....



A tu tiempo y a tu ritmo... Cuando
hayas recopilado toda la información
necesaria...

Te invito a conectarte con el aquí y
ahora...estirarte, mover hombros,
brazos, bostezar y por último abrir tus
ojos...Estás Aquí....



2da. Parte





Registra en tu bitácora de viaje ...
y descúbrete a través de las
siguientes preguntas:



- Teniendo en cuenta tu personaje o héroe favorito:
- ¿Puedes detectar cuál era su misión? ¿Y sus valores?
- ¿Qué creencia facilitadora lo acompañaba en sus aventuras ?
- ¿Puedes relacionar algún aspecto de tu vida con lo recordado de este héroe o personaje favorito?
- ¿Hay alguna relación con tu misión actual o creencias y valores?
- ¿Tal vez alguna orientación en tu profesión, tus actividades, elecciones o hobby?
- ¿Qué descubres de ti a través de este personaje?



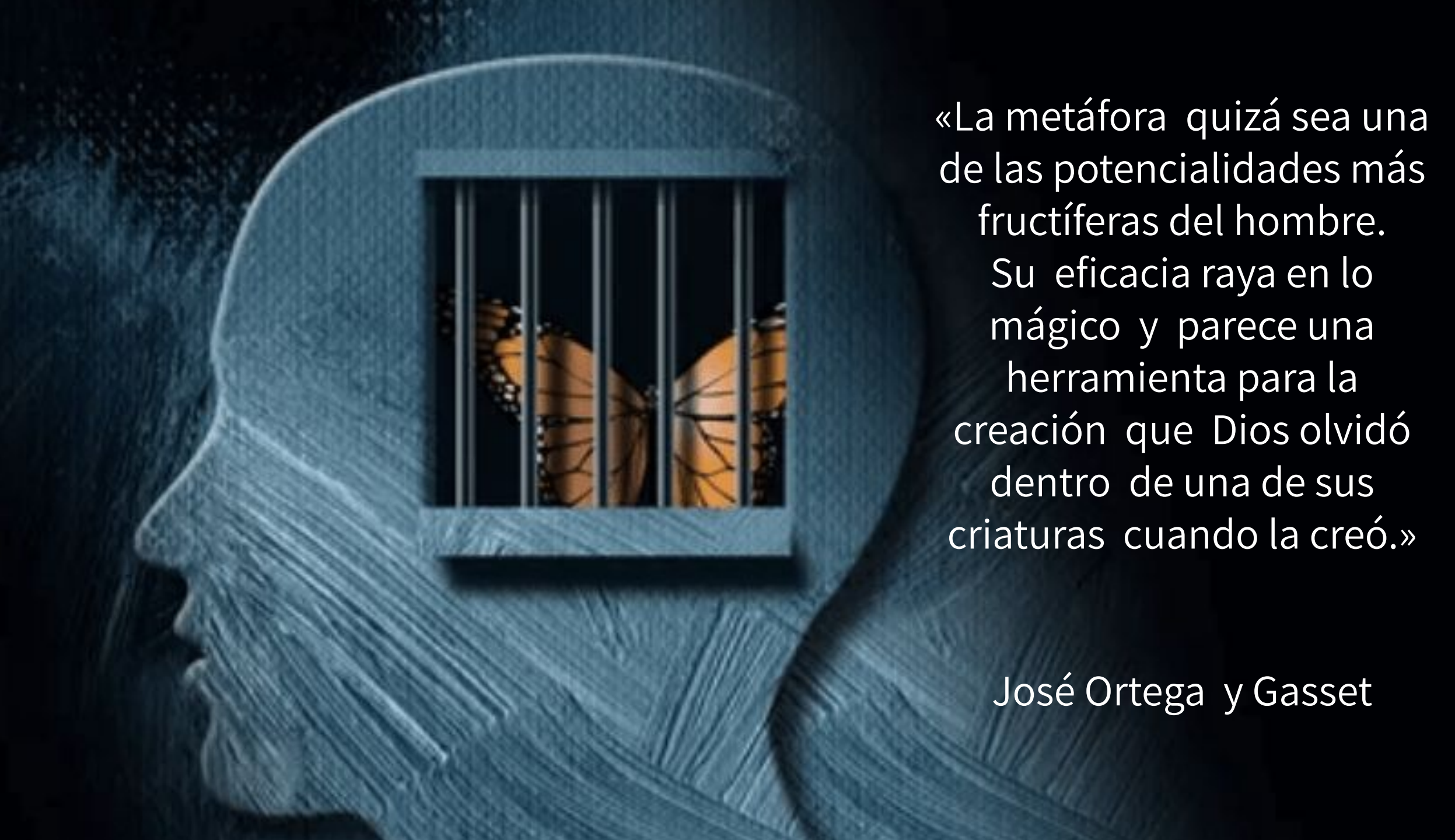
Comparte con tus
compañeros lo que
descubriste a través de este
personaje

BREAK



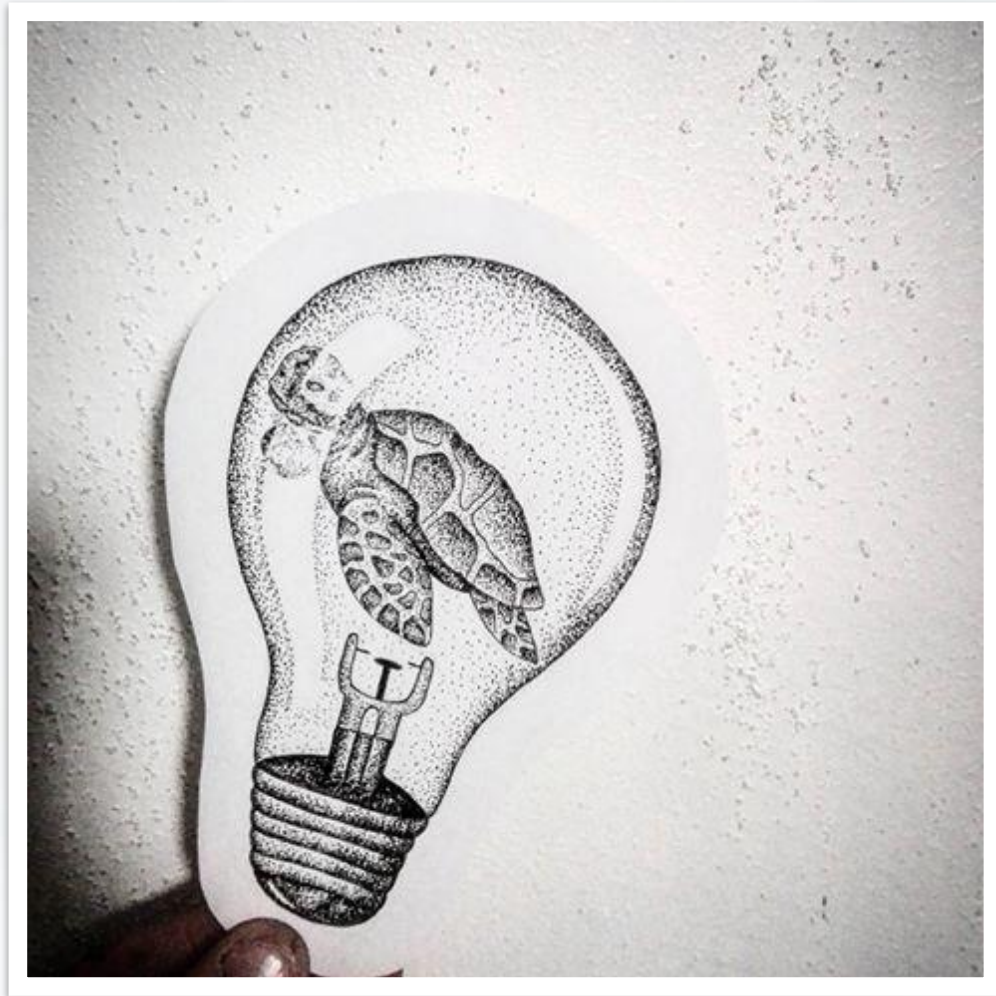
El Poder de la Metáfora



A blue-toned illustration of a human head profile in profile, facing left. The head is textured with fine lines. In the forehead area, there is a rectangular window with vertical bars. Behind the bars, a butterfly with orange and black wings is visible, appearing to be trapped inside the head.

«La metáfora quizá sea una de las potencialidades más fructíferas del hombre. Su eficacia raya en lo mágico y parece una herramienta para la creación que Dios olvidó dentro de una de sus criaturas cuando la creó.»

José Ortega y Gasset



La Metáfora: Un Instrumento Excepcional



Cuando hablamos de metáfora en PNL, nos estamos refiriendo a una historia, verídica o inventada, que se utiliza con el fin de alcanzar un objetivo propio o facilitar a una persona para que consiga el suyo.



Antiguamente la mayoría de las culturas las transmitían de forma oral, por medio de historias, cuentos, parábolas y leyendas. Las grandes enseñanzas que se dirigen a la parte "sabia" de nuestro inconsciente se transmiten a través de metáforas.



Las leyendas, los cuentos para niños o para adultos, las narraciones, los textos religiosos de cualquier creencia, son metáforas cuyo fondo y forma hablan el lenguaje del hemisferio derecho.

El lenguaje del hemisferio derecho es el de los símbolos y personajes cargados de significado, de analogías, asociaciones, imágenes, sueños, historias dentro historias como las muñecas rusas, imaginación, magia, ejemplos, expresiones gráficas, anécdotas, mensajes subliminales, lenguaje inespecífico.

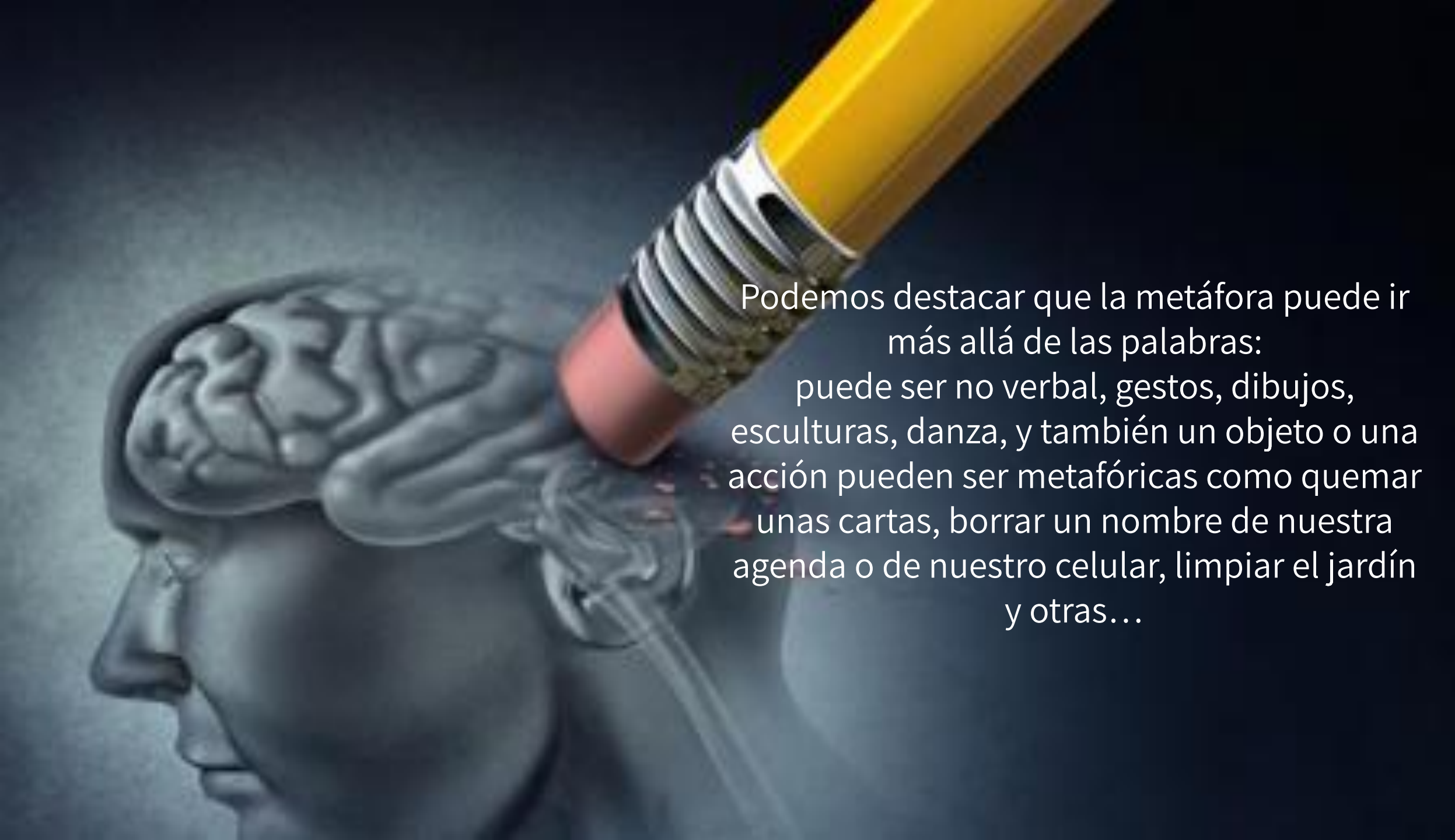


Este lenguaje nutre los sueños y las representaciones visuales y de este modo alimenta nuestro mundo interior.





La metáfora también debe su éxito al hecho de que nos permite avanzar sin obligarnos a tomar un camino u otro: el oyente o el lector eligen el recorrido a seguir.



Podemos destacar que la metáfora puede ir más allá de las palabras: puede ser no verbal, gestos, dibujos, esculturas, danza, y también un objeto o una acción pueden ser metafóricas como quemar unas cartas, borrar un nombre de nuestra agenda o de nuestro celular, limpiar el jardín y otras...

TAREA DE APRENDIZAJE SEMANAL

Para la próxima clase:

Trae dos cosas muy especiales:

Tu golosina favorita (o algunas).

Esa que te hace sonreír, que te conecta con un momento tierno, travieso o simplemente delicioso de tu infancia.

Un objeto, imagen o recuerdo simbólico de tu héroe o heroína de la infancia.

Podes elegir entre:

- Una revista de historietas o cómics
 - Un juguete
 - Una capa, gorro o antifaz
 - Un poster
 - Un cuento o una historia
- O simplemente algo que represente la esencia de ese personaje que te inspira... ayer y hoy.

Tendrán 60 segundos cada uno para compartir cuál es su golosina y lo simbólico de su héroe con total libertad creativa.



CHECK OUT

¿Qué te estás llevando del encuentro de hoy?





SERLIDERU
CENTRO INTEGRAL FORMATIVO