



SERLÍDER

CENTRO INTEGRAL FORMATIVO

Bienvenidos tripulantes a la **clase 26** del programa de aprendizaje ontológico, para ser líderes nutrientes, creando posibilidades más grandes que las circunstancias.

CCOP CERTIFICACIÓN
COACH ▶
ONTOLÓGICO
PROFESIONAL





CHECK IN

¿Cómo llegás al encuentro de hoy?
Del 1-10 ¿Cuánto estás disponible?
¿Estás para estar?



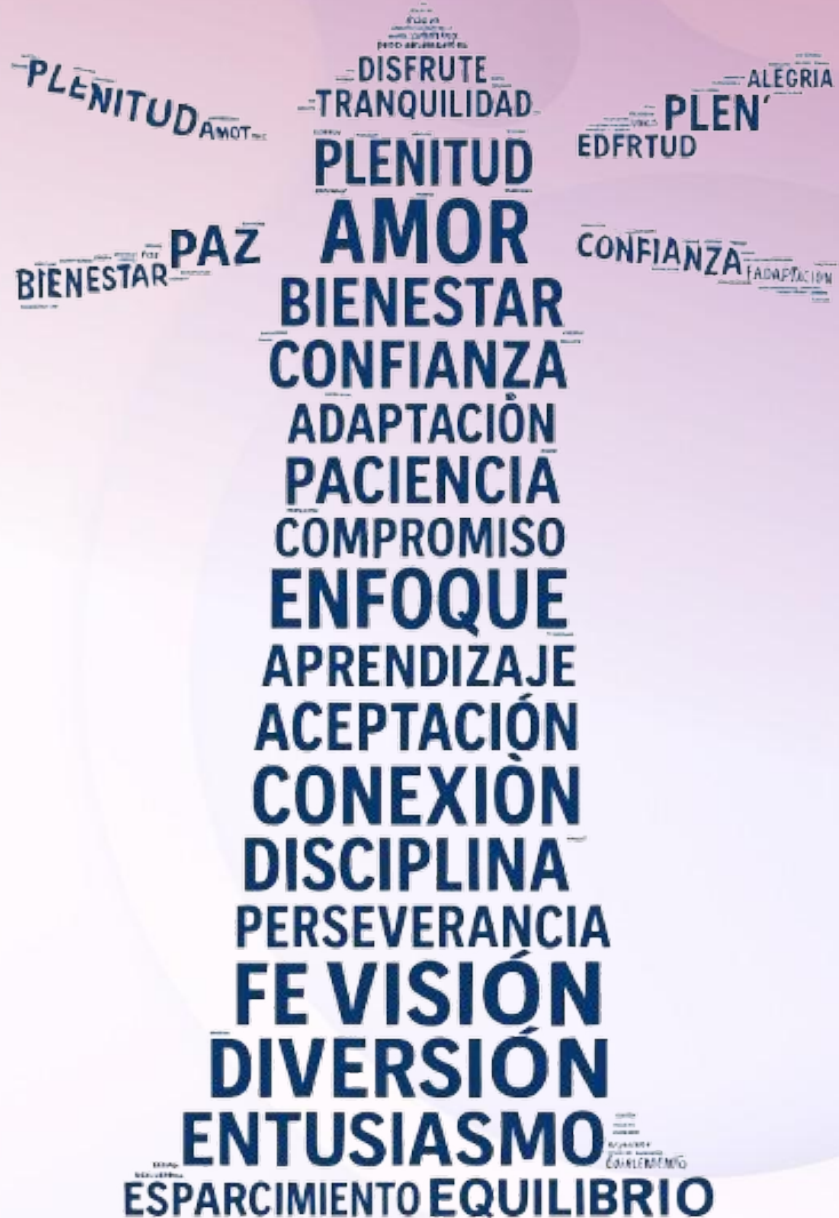
Los invitamos a una PAUSA

La fuente de toda experiencia:

“No busques la causa de tu felicidad o infelicidad fuera de ti. La fuente reside en tu interior, en la calidad de tu presencia y en la forma en que respondes al momento presente.”

Inspirado en el libro: El poder del ahora-Eckhart Tolle.





Palabras FARO

¿Cómo les fue con las Palabras Faro de la semana pasada?

Palabras Faro última semana:

Bienestar. Equilibrio. Valor. Accionar. Soltar. Acción. Orden.
Prioridades. Estabilidad. Compromiso. Aprendizaje.
Conexión. Aceptación. Plenitud. Aceptación.

Les pedimos que elijan DOS “PALABRAS FARO” para que los guíen en el entrenamiento individual y grupal para esta semana. ¡Compartimos!



PISTA CORPORAL

Disposiciones Corporales

**APERTURA
FLEXIBILIDAD
RESOLUCIÓN
ESTABILIDAD**

¿Quién entra a la pista?

¿Cómo les fue con la tarea de aprendizaje?



- 1) ¿Enviaste a tus facilitadores la **AP4-Corazas**?
- 2) ¿Comenzaste con tu equipo a coordinar los primeros pasos de la **AP5-Líderes al servicio**?
- 3) ¿Continuaste con la **Pausa**? ¿Qué registraste al hacerlo en C-E-L?
- 4) ¿Utilizaste el **PODEIS** (Parar para Observar, para Distinguir, para Elegir, Intervenir y Sostener)?
- 5) ¿Registraste en tu bitácora de aprendizaje tus “**darte cuenta**” sobre los comportamientos que vas adquiriendo en tu vida diaria, relacionándolos con las distinciones que vas incorporando? ¿Qué te animaste a hacer distinto? ¿Cómo observaste tu estado emocional y corporal?
- 6) ¿Respondieron las preguntas de consolidación en el **Campus**?



PNL: Repaso General

Lenguaje verbal y no verbal - Sistemas representacionales

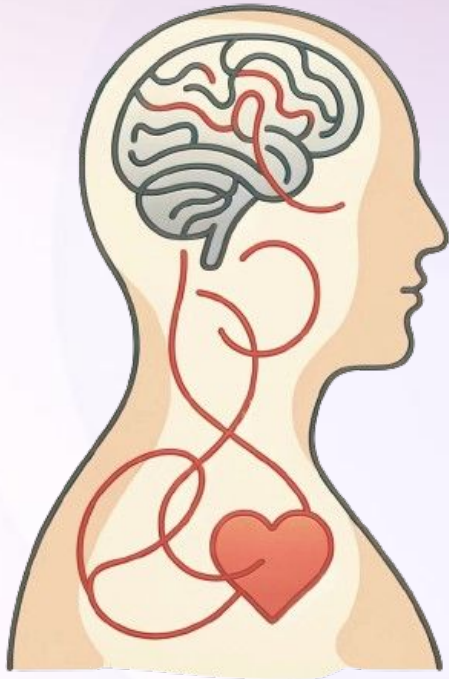


Programación Neurolingüística



La **PNL** trata de la **experiencia humana subjetiva**:
Es decir, cómo organizamos lo que vemos,
escuchamos y sentimos. Qué ideas programamos
en nuestra mente, y en consecuencia, qué hábitos y
comportamientos implementamos.

❖ ALGUNOS POSTULADO DE LA PNL



- El mapa no es el territorio.
- Establecer Rapport es encontrar al otro en su modelo del mundo.
- Las personas actúan en el mundo a través de las representaciones que hacen de sus experiencias, o sea, de sus mapas.
- Las personas tienen todos los recursos necesarios para cambiar.



Los Niveles de la Comunicación

Lenguaje **Verbal** y **No Verbal**



Noam Chomsky, lingüista, filósofo, activista, escritor y analista político estadounidense, distinguía dos niveles de comunicación:



- ❖ **Estructura Superficial:** lo que le decimos a la gente o a nosotros mismos.
- ❖ **Estructura Profunda:** el significado más profundo de lo que decimos; éste contiene información que no expresamos o no conocemos a nivel consciente.

ESTRUCTURA SUPERFICIAL



- La Estructura Superficial es la representación lingüística de nuestro **modelo mental** y corresponde a la palabra, en su sonoridad para el lenguaje hablado, o en su apariencia visual para el lenguaje escrito.
- Lo que se comunica es sólo un pequeño fragmento de la experiencia original, que puede ser ambiguo o confuso, llevando a errores de entendimiento entre las personas. Por esta razón las diferencias entre la estructura profunda y la superficial suelen originar la inmensa mayoría de los conflictos y malentendidos.

ESTRUCTURA PROFUNDA



- La Estructura Profunda contiene la **representación completa y subjetiva** de la experiencia vivida. Necesitamos observar cómo se traducen los pensamientos en palabras. El lenguaje no puede equipararse a la velocidad, variedad y sensibilidad de nuestros pensamientos, sólo puede ser una aproximación.
- La Estructura Profunda no es consciente, dado que el lenguaje existe en un nivel neurológico muy profundo. Lo que hacemos para hablar con claridad es acortar esta estructura, y lo que decimos es lo que se llama “Estructura Superficial”, si no simplificamos la primera, la conversación sería demasiado extensa y detallada.

TRANSGRESIONES DEL LENGUAJE



Generalizaciones - Supresiones/Eliminaciones - Distorsiones





LENGUAJE

Estructura Superficial



Imágenes

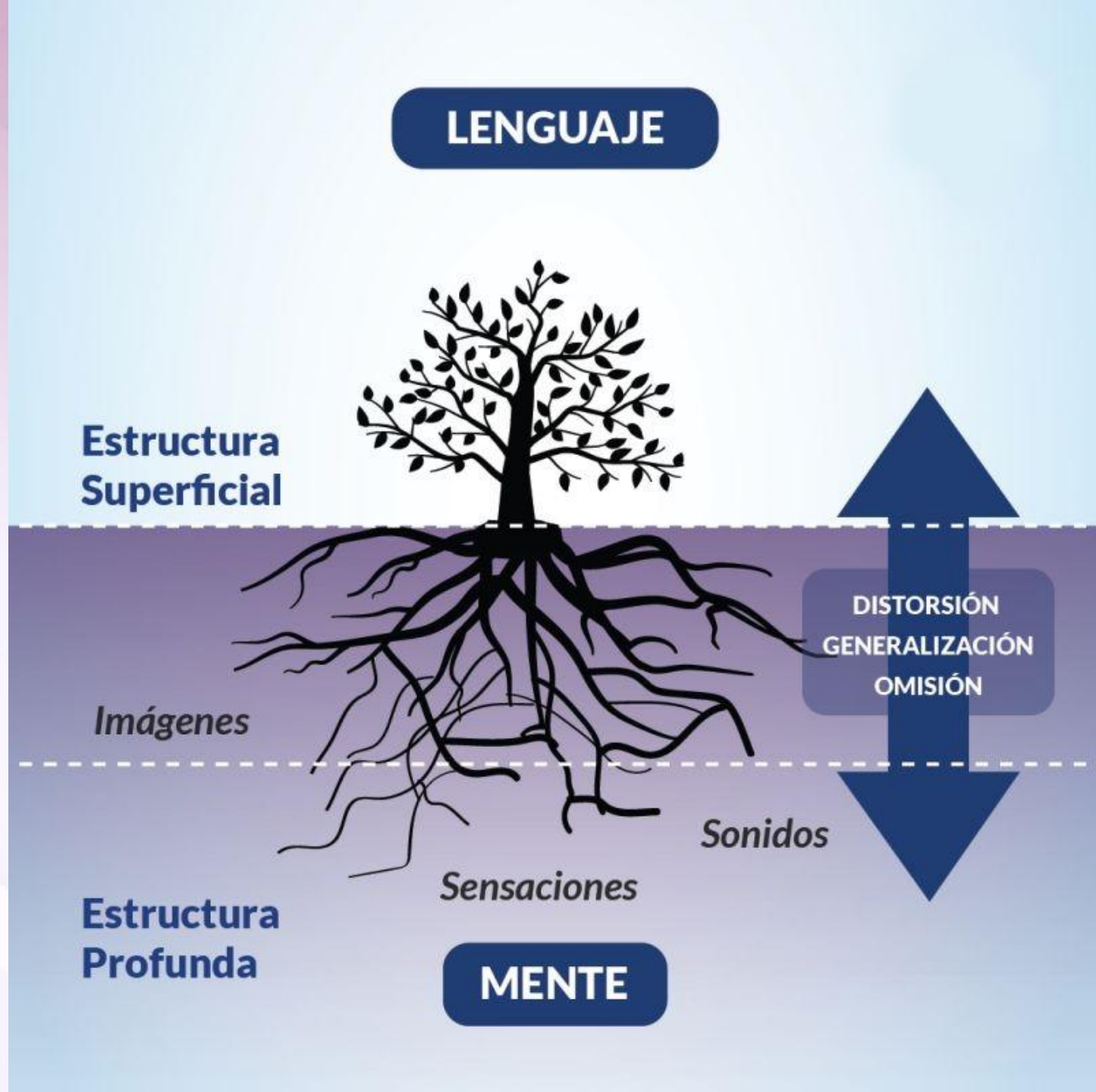
**DISTORSIÓN
GENERALIZACIÓN
OMISIÓN**

Sonidos

Sensaciones

Estructura Profunda

MENTE





- La PNL ha creado un **modelo lingüístico** y esclarecedor para obtener información de calidad de la estructura profunda, que es la que opera en nuestras conversaciones con nosotros mismos, cuando interactuamos con otros y coordinamos acciones para el logro de resultados.



- Es una de las herramientas decisivas que proporciona la PNL, para modificar las estructuras de nuestros **mapas internos**, para vivir la vida que queremos vivir, son las preguntas del **Metamodelo del Lenguaje** o **Metapreguntas**.





Las preguntas del Metamodelo no solo sirven para desafiar transgresiones del lenguaje, sino también como amplificadoras de nuestros mapas mentales.

**«Metamodelo del Lenguaje:
preguntas que orientan nuestro vivir.»**

Salvador A. Carrión López



Recordamos... PREGUNTAS DEL METAMODELO DEL LENGUAJE



“¿Hubo alguna vez...?”

“¿Qué pasaría si...?”

“¿Nunca...? ¿Siempre...?”

“¿Todos? ¿Nadie?”

“¿Quiénes específicamente?”

“¿Qué específicamente?”

“¿Comparado con qué/con quién...? ”

“¿Mejor... comparado con quién?”

“¿Más... comparado con qué?”

“¿Peor/Menos... comparado con qué?”

“¿Cuándo/dónde/cómo específicamente?”

“¿Para qué?”

“¿En base a qué?”

“¿Cuál es el fundamento?”

“¿Qué se lo impide?”

“¿Hubo alguien que...?”

“¿Qué pasaría si no lo hiciera?”

“¿Qué pasaría si lo hicieras...?”

“¿Qué te lo impide?”

“¿Acerca de qué?”

“¿Cómo?” “¿Cuándo?”

“¿Dónde?”

“¿Quién/es lo dice/n?”

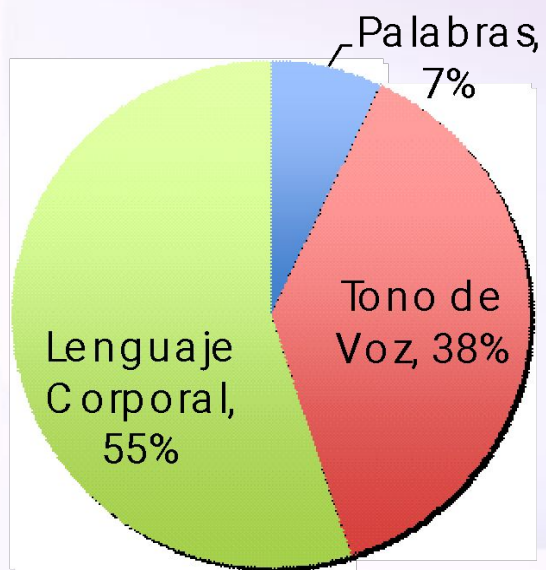
“¿Cómo lo sabe?”

“¿De qué manera?”

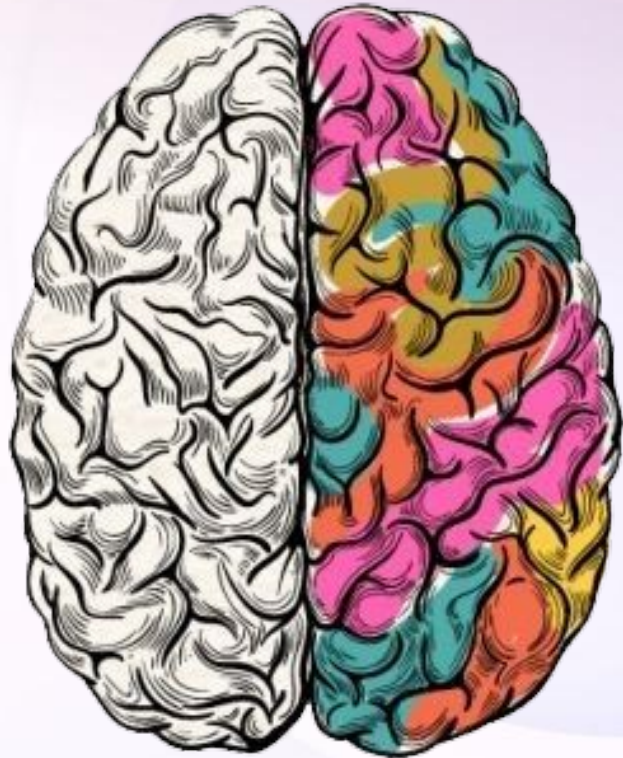


LENGUAJE NO VERBAL:

Expresado por posturas, gestos y hábitos reveladores de emociones y estados de ánimo.



¿Qué es un modelo mental?



- ❖ Son imágenes, supuestos, historias que determinan nuestro modo de interpretar el mundo y nuestra manera de actuar en él.
- ❖ Los construimos a partir de nuestra experiencia.
- ❖ Definen el tipo de observador que somos.

Este modelo del mundo o mapa mental dependerá de lo que perciba, de lo que piense, de lo que haga, de cómo me comporte y a dónde quiera llegar. Y **determina el mundo que cada uno vive**. Distinguirlo, nos posibilita poder enriquecerlo, ampliarlo, modificarlo o potenciarlo.



A top-down photograph of a hand holding a white mug filled with dark coffee. The hand is positioned at the bottom left, wearing a silver ring. The mug sits on a white, shaggy fur rug. Scattered across the rug are numerous small, vibrant purple flowers. In the upper right corner, a portion of a brown cardboard box and a dark blue object with a silver handle are visible. The background is a light-colored wooden surface.

BREAK

La experiencia tiene voz, color y textura...



Compartimos...

- ¿Qué colores tiene tu amanecer favorito?
- ¿Cómo suena el vuelo de un colibrí?
- ¿Qué pasaría si te pusieras unas medias mojadas?
- Cada experiencia tiene su propio lenguaje sensorial. Así percibimos, pensamos y nos comunicamos: Viendo, escuchando y sintiendo.



SISTEMAS REPRESENTACIONALES

Las puertas y ventanas de nuestros sentidos al mundo

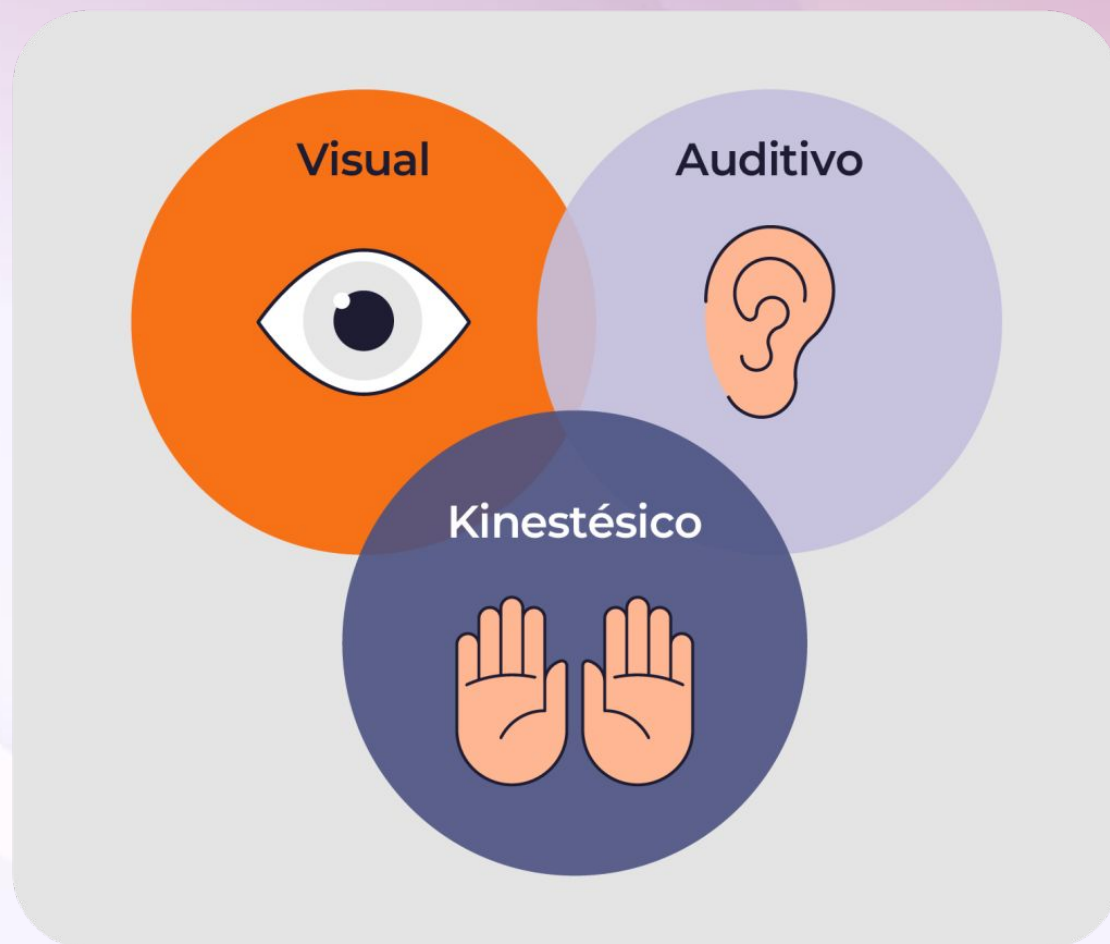


- Los sistemas representacionales están conformados por nuestros sentidos, son los canales por los cuales accedemos al mundo.
- Cada persona filtra la realidad a través de lo que ve, oye, siente, huele o saborea.
- Así, vamos construyendo nuestra propia versión del mundo, única y subjetiva.



SISTEMAS REPRESENTACIONALES

La PNL define tres SISTEMAS principales de REPRESENTACIÓN



Exploremos cada uno...

SISTEMA REPRESENTACIONAL VISUAL



FISIOLOGÍA DEL SISTEMA REPRESENTACIONAL VISUAL



DISTANCIA ÓPTIMA:

- Alejada
- Visión Panorámica

ACCESOS OCULARES:

- Hacia arriba

PROCESO DE PENSAMIENTO:

- Representa varias imágenes a la vez.
- Puede hacer varias cosas al mismo tiempo.

POSTURA:

- Se apoya en las puntas de los pies al caminar o estar de pie.
- Cabeza hacia adelante.
- Nuca estirada.
- Se sienta en el borde de la silla.

Palabras predictivas

- Ver - Imagen
- Aparecer
- Mirar -Imaginar
- Enfocar
- Perspectiva
- Punto de vista
- Panorama
- Apariencia
- Esclarecer
- Horizonte
- Pantallazo
- Mostrar
- Escena - Observar
- Claro - Brillante

SISTEMA REPRESENTACIONAL AUDITIVO



FISIOLOGÍA DEL SISTEMA REPRESENTACIONAL AUDITIVO



DISTANCIA ÓPTIMA:

- Media

ACCESOS OCULARES:

- En la línea media.

PROCESO DE PENSAMIENTO:

- Representa en sonidos, es secuencial, una cosa por vez, auditivo interno muy alto.

POSTURA:

- Hombros en posición intermedia.
- Cabeza ladeada o levemente hacia atrás.

Palabras predictivas

- Oír - Sonidos
- Mencionar
- Preguntar
- Gritar - “A tono”
- “Me suena”
- Oral
- “A todo oído”
- Escuchar
- Resonante
- Alto / Fuerte
- Discutir
- Hablar - Decir
- “Me hizo clic”
- Contar
- “Tocar el timbre”

SISTEMA REPRESENTACIONAL KINESTÉSICO



FISIOLOGÍA DEL SISTEMA REPRESENTACIONAL KINESTÉSICO



DISTANCIA ÓPTIMA:

- Cercana
- Busca contacto corporal.

ACCESOS OCULARES:

- Hacia abajo.

PROCESO DE PENSAMIENTO:

- Piensa a través de lo que siente, se muestran concentrados en su tarea, aún en ambientes bulliciosos.

POSTURA:

- Pies bien apoyados.
- Hombros hacia abajo y distendidos.
- Cuerpo relajado.
- Cabeza hacia abajo.

Palabras predictivas

- Sentir - Agarrar
- Firme - Presionar
- Apretar - Manejar
- Corriente - Estrés
- Insensible
- “Me conmueve”
- Cálido / Frío
- Adormecido
- Aburrido / pagado
- Rudo / Áspero
- Emotivo / Emoción
- Sólido / Pesado
- Suave / Mullido
- Confortable

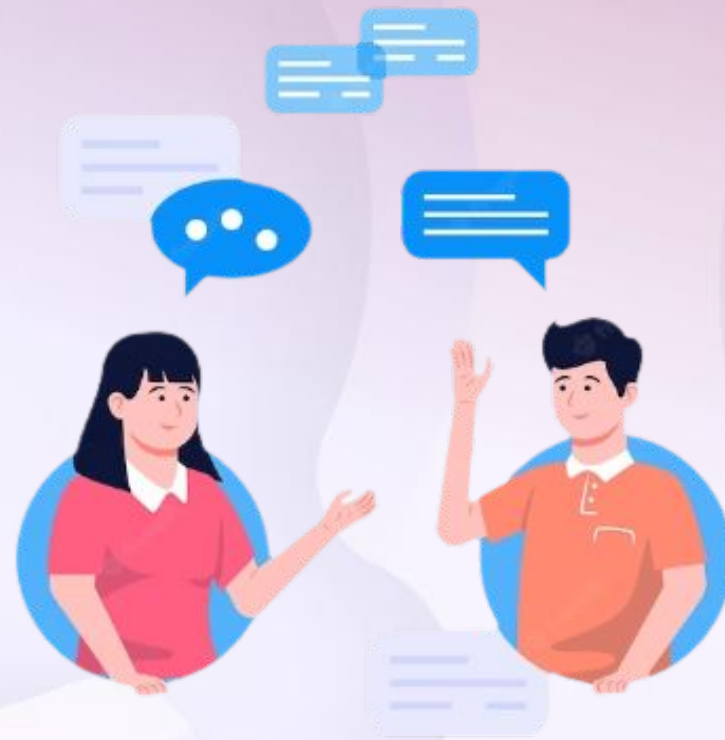


Preguntas para la Reflexión:



- ¿En qué sistema representacional te descubriste más presente hoy?
- ¿Qué información o características te ayudaron a darte cuenta?
- ¿Cómo podés usar ese conocimiento para comunicarte mejor con los demás?

PUESTA EN COMÚN



Dinámica de Exploración Lúdica



Cuentos Infantiles y Sistemas Representacionales



1. Nos dividimos en parejas o equipos.
2. A cada equipo o pareja se le asigna por sorteo un Sistema Representacional (Visual, Auditivo, Kinestésico).
3. Luego, cada equipo o pareja eligen un cuento clásico: Cenicienta, Blancanieves, Hansel y Gretel, Pinocho, Los Tres Chanchitos, etc.
4. Recrear o contar la historia desde el Sistema Representacional que les tocó, usando únicamente las características propias de ese sistema y haciendo las modificaciones necesarias que crean convenientes para adaptarla.
5. Al final, cada equipo o pareja comparte frente a sus compañeros su versión del cuento elegido.



Luz - Cámara - Acción





Reflexión Personal:



- ¿Qué descubriste de vos a través de la PNL y de los sistemas representacionales?
- Tomate un momento para observar:
- ¿Qué aprendiste sobre tu forma de percibir el mundo?
- ¿Qué te sorprendió de tu manera de comunicarte o de entender al otro?
- ¿Qué te gustaría seguir explorando?

Dinámica de Exploración

Sembrando tu Camino Interior al Logro...



- Esta experiencia es una invitación a realizar tu propio **viaje sensorial** hacia la presencia, la confianza y la acción.
- Un viaje para conectar con tus sentidos, con tu voz interior y con ese espacio interno donde nacen tus recursos más poderosos...



Reflexiones Finales

“Cada persona percibe y construye la realidad de manera diferente. No vemos el mundo como es... lo vemos como somos, como estamos siendo. Comprender los sistemas representacionales nos permite comunicar mejor, empatizar más y generar conexiones auténticas. Cuando reconocemos cómo piensa y procesa el otro el mundo, abrimos puertas al entendimiento y a la influencia positiva. En PNL, el mapa no es el territorio... y conocer el mapa del otro amplía nuestro propio territorio interno.” — María Cándida D’Amico



Tarea de aprendizaje para la semana:



- Estén atentos a sus **sistemas representacionales** y los de su entorno. Sigán observando las transgresiones del lenguaje utilizando las preguntas del Metamodelo.
- **Teambuilding:** 25-10 – Reservá tu inscripción.
- Cronograma: **Clase 27:** Realizarán una valorización de tu proceso de aprendizaje, así que les pedimos que estudien lo visto hasta la fecha para estar preparados en ese momento. Repasar clase 25 - Anclaje de Distinciones.
- Practica la **pausa** para estar en el espacio reflexivo que te permita Parar y Reflexionar.
- Registra en tu bitácora de aprendizaje tus “**darte cuenta**” sobre tus comportamientos que vas adquiriendo en tu vida diaria y relaciónalos con las distinciones que vas incorporando. (¿Qué te animaste a hacer distinto? ¿Cómo está tu estado emocional y corporal?)
- Sigán respondiendo las preguntas de consolidación en el **Campus.**





CHECK OUT

¿Qué te estás llevando
del encuentro de hoy?

Registro en mi bitácora de aprendizaje:
¿Qué distinguí hoy? ¿De qué me doy cuenta?
Compartimos...