

## **Facilitación: Apilamiento de Anclajes**

---

### **Objetivo:**

Facilitar que el consultante combine varios recursos internos positivos (como confianza, serena ambición o seguridad) en un único estado de recursos, accesible de manera rápida y efectiva, mediante un apilamiento de anclajes kinestésicos.

Se reúnen:

A: Facilitador

B: Consultante

C: Observador

1. “A” le pide a “B” que piense en dos o tres recursos que necesite utilizar simultáneamente. Por ejemplo: Confianza, Serena Ambición, Seguridad.
2. “B” elige el lugar, la presión y la cantidad de tiempo para hacer el apilamiento de anclajes.
3. “A” le pide a “B” que busque una situación en la que tuvo el primer recurso.
4. “A” asiste a “B” para anclar ese recurso. “B” ancla ese recurso en el lugar y condiciones determinadas en el punto 2.
5. Estado interruptor.
6. Chequeo.
7. A le pide a B que busque una situación en la que tuvo el segundo recurso.
8. A asiste a B a anclarlo en el mismo lugar que el anterior recurso.

9. Estado interruptor.

10. "A" le pide a "B" que busque una situación en la que tuvo el tercer recurso.

11. "A" asiste a "B" a anclar este tercer recurso en el mismo lugar que los dos anteriores.

12.- Estado interruptor.

13. "A" pregunta a "B" qué palabra le daría a este "nuevo estado de recursos" y mientras "B" repite la palabra, se aplica el ancla en el mismo lugar.

Estado interruptor.

14. "A" le pide a "B" que repita la palabra presionando en la zona elegida para comprobar si se instaló el anclaje de apilamiento de recursos.

Si aparece el "nuevo estado" el anclaje fue exitoso, de lo contrario repetir desde el paso 13.

15. Rotan los roles.