

Dinámica: PINTANDO CON LUZ

Objetivo: Facilitar una comprensión profunda del vínculo entre dos personas a través de una experiencia metafórica y simbólica, promoviendo claridad, armonización interna y nuevas posibilidades de relación. En esencia: mejorar un vínculo.

Facilitación:

Se reúnen:

A: Facilitador

B: Consultante

C: Observador

PRIMERA PARTE

A chequea y genera las condiciones necesarias para facilitar a B, generando Rapport.

A le explica a B en que consiste la dinámica, disposición y distancia de las sillas, etc.

1. B elige una situación conflictiva con una persona X: pareja, socio, madre, cliente, etc., que desee explorar desde esta dinámica.
2. A guía a B para que se asocie consigo mismo, en 1ª Posición.
3. B en 2ª Posición, guiado por A, se coloca en el lugar de X y desde allí, “en los zapatos de X”, se mira a sí mismo...

4. B vuelve a 1ª Posición y desde allí imagina el entorno de X: quién es, cómo vive, quiénes lo rodean, su familia, su trabajo, etc.
5. B se coloca en 3ª Posición y observa desde “afuera” a B y a X. Comienza a visualizar la luz que tienen B y X. ¿Qué colores tienen?; ¿de dónde sale la luz que va de uno a otro?; si hay alguna interrupción; si la hay, ¿de qué tipo es? Y continúa preguntando, desde 3ª Posición, acerca de sonidos, movimientos, dirección del movimiento, nitidez, temperatura, etc., que observa entre B y X.
6. A sugiere a B, que desde 3ª Posición cambie las Submodalidades que considere necesario modificar. Ejemplo: ¿Necesita cambiar el color? ¿El tono? ¿El brillo? ¿Hace falta poner un filtro? ¿O intensificar? ¿Los cambios deben ser lentos o rápidos? ¿Es necesario cambiar la dirección de la luz? ¿Cambiaría los sonidos? ¿Agregaría algún aroma o temperatura? Etc.
7. B vuelve a 1ª Posición y verifica cómo se siente con los cambios. B registra si tiene que cambiar algo más para modificar su estado interno.
8. Si necesita cambiar algo más, B vuelve a 3ª Posición y realiza las modificaciones necesarias en cuanto a submodalidades. Luego vuelve a 1ª Posición y registra su estado interno.
9. B pasa de 1ª Posición a 3ª Posición, las veces que necesite hasta llegar a sentir un estado de armonía interna.
10. B queda en 1ª Posición y A le pregunta si algo cambió al realizar esta experiencia.
11. Rotan los roles