



EDUCACCIÓ

# PNL, Creencias y Objetivos

Modulo PNL y valores.

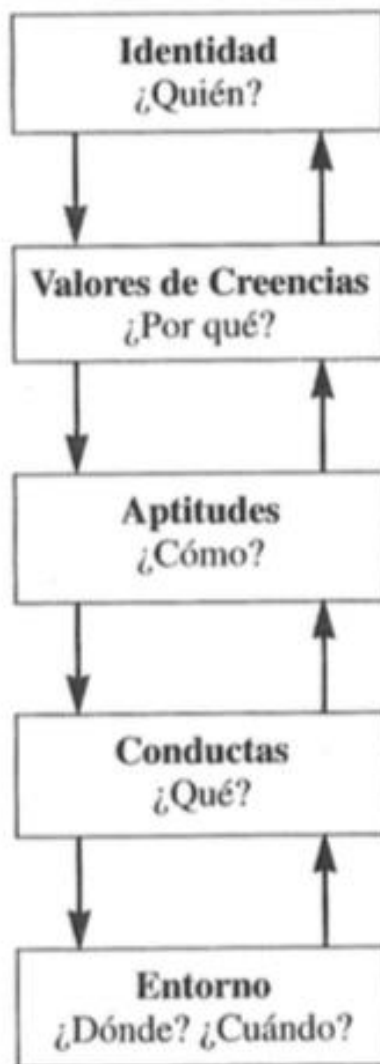
**Guillermo Carrión**

Mindfulness, Coaching & PNL y Formación

[www.guillermocarrion.es](http://www.guillermocarrion.es)



# Los niveles lógicos



# Entorno

**El maestro podría decir: "No es culpa tuya. Había mucho ruido en el salón o bien ocurrió algo que te dificultó hacer el examen debidamente".**

En otras palabras, el problema está en el entorno y no tiene que ver contigo en absoluto. Por supuesto, esto genera la menor presión sobre el estudiante.

# Conducta

El maestro podría decir, centrándose en una conducta específica: "**Has hecho mal el examen**". En este caso la responsabilidad recae sobre el estudiante.

# Aptitudes

El maestro podría decir: **"No estas bien en esta materia, tus aptitudes para las matemáticas, la ortografía -o lo que sea- no están suficientemente desarrolladas"**. En este caso la implicación es más amplia.

# Valores

El maestro podría decir: "**¡Bueno, esto no es lo importante! Lo que importa es que disfrutes mientras aprendes**".

Aquí el maestro está reforzando la creencia de que no es importante obtener una buena calificación, sino disfrutar del aprendizaje. Ya hemos saltado al nivel de creencia. Ya estamos más allá del sujeto, abarcando a todo el proceso de aprendizaje.

# Identidad

**"Eres un mal estudiante", o "estás incapacitado para estudiar" o "las matemáticas no son lo tuyo".** Palabras estés que afectarán a la totalidad del ser del niño.



# Creencias

Es una generalización  
sobre cierta relación  
existente entre  
experiencias.

# 1. Generalización sobre RELACIONES CAUSALES

¿Qué crees tú que causa el cáncer?

Si crees que es un castigo de Dios, ello condicionará totalmente la forma en que deberás tratarlo.

## 2. SIGNIFICADO DE CIERTAS RELACIONES.

Si tengo cáncer, independientemente de cual sea la causa, ¿qué significa ello?

¿Significa que soy débil?

¿O significa que simplemente soy como mi madre, que murió de cáncer?

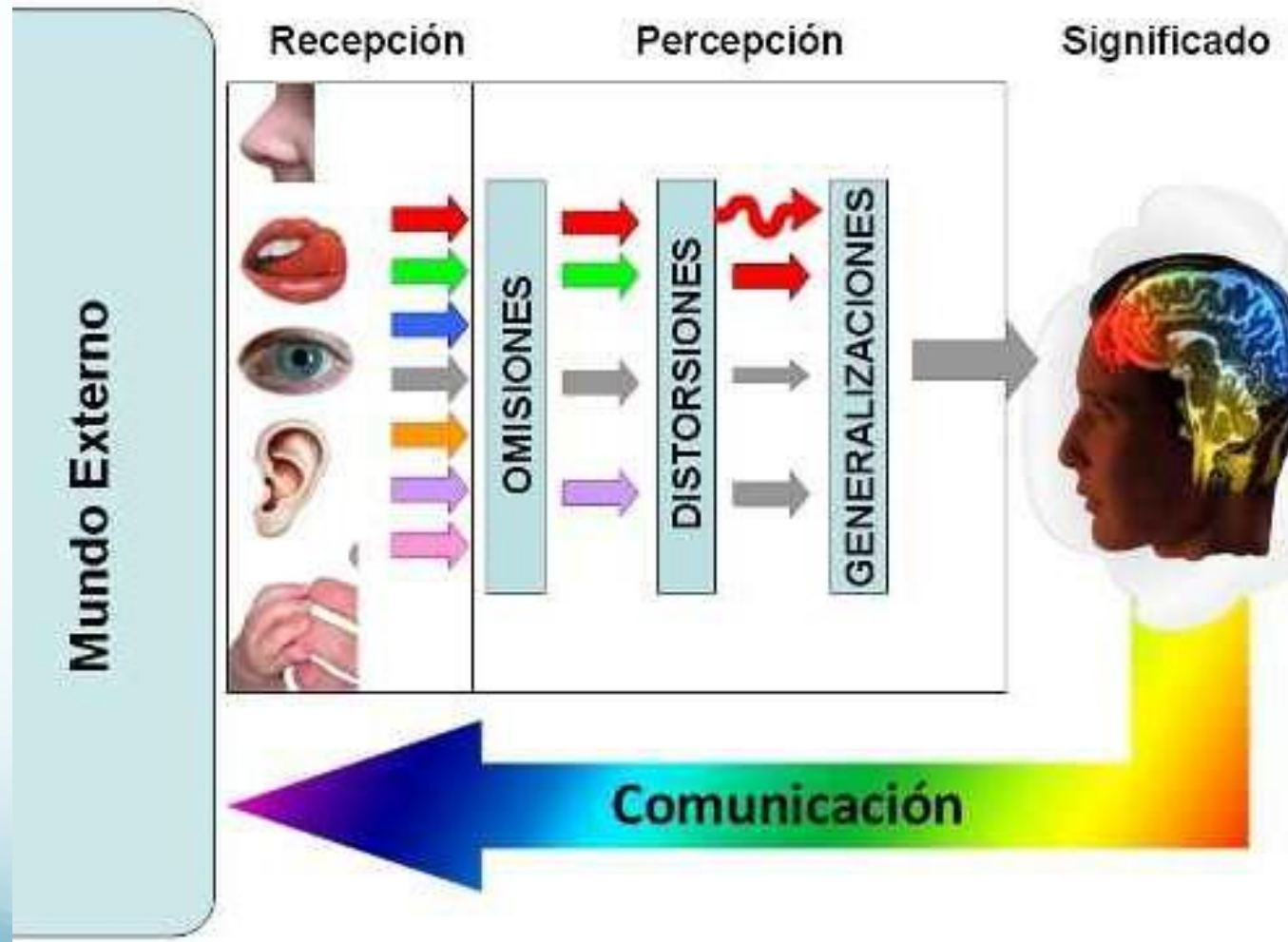
### 3. GENERALIZACIONES SOBRE LOS LIMITES

Creo que mis creencias pueden afectar a mi salud hasta un cierto punto, pero más allá de ese punto ya no.

¿Dónde está el límite? ¿Hasta dónde puedo llegar?

Mi compañía puede crecer hasta un cierto punto, pero no más allá.

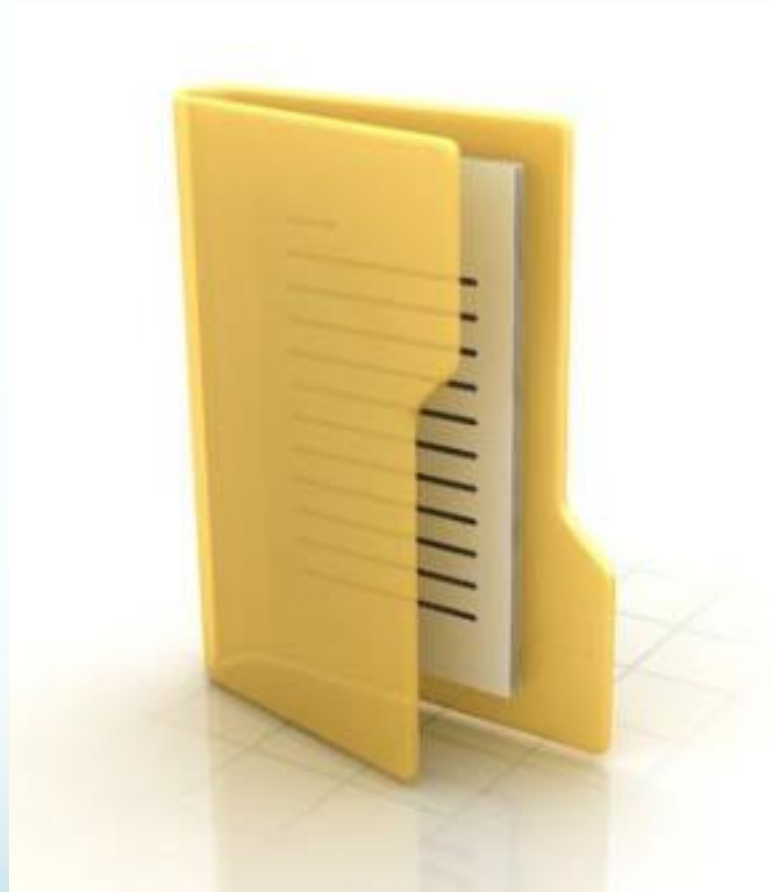
# La percepción humana



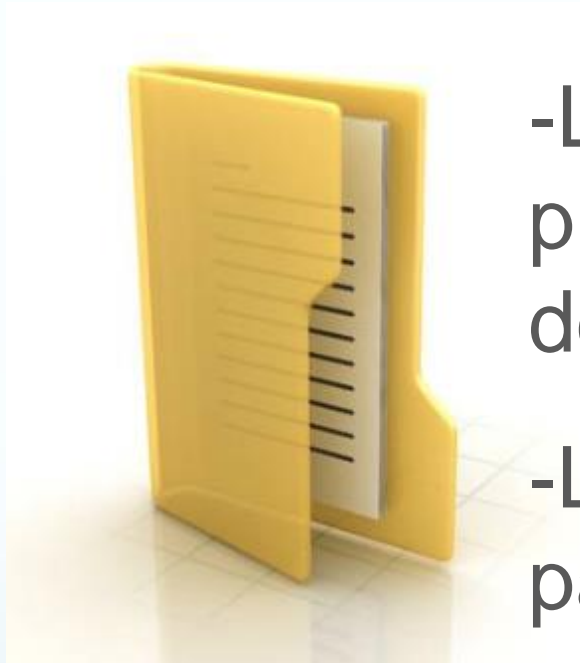
# Creencia

## **Declaración pública de mi manera de ver el mundo**

# Valores



## Amistad:



-Los buenos amigos se pueden contar con los dedos...

-Los buenos amigos están para lo bueno...

...



# Valores

“Presta atención a lo que digo no lo que hago”

**Valores:**

- **Declarados**
- **Vividos**

# Grupo 1

Cariño	Honor	Perseverancia
Creatividad	Mantener las tradiciones	Éxito profesional
Mente abierta	Apoyo	Determinación
Autoestima	Armonía	

## Grupo 2

Calma	Relaciones familiares	Simplificar
Autocontrol	Respeto	Influencia
Empatía	Cooperación	Flexibilidad
Paciencia	Generosidad	Austeridad

## Grupo 3

Salud – bienestar	Lealtad	Organización
Libertad	Igualdad	Comunicación
Optimismo	Transparencia	Pragmatismo
		Puntualidad

# Grupo 4

Privacidad	Amistad	Liderazgo
Iniciativa	Integridad	Planificación
Alegría – felicidad	Justicia	Tener dinero

# Grupo 5

Innovación	Respeto al medioambiente	Trabajador
Divertirse	Perdón	Contribución
Compasión	Equidad	Seguridad

Orden	Valor	Nivel de satisfacción hoy
1		
2		
3		
4		
5		

1. Económico pragmáticos: planificación, seguridad, dinero... (nos conectan con el día a día).
2. Emocionales: creatividad, autoestima (nos conectan con lo que llevamos dentro, nuestra parte mas emocional)
3. Ético – sociales: honestidad, amistad, familia... (nos dan las reglas del juego de cómo relacionarnos con los demás)



# Creencias generativas

- **Vale la pena.**
- **Es posible.**
- **Es apropiado, es lo que tengo que hacer.**
- **Soy capaz de hacerlo**
- **Lo merezco**

# SMART



**Específico**



**Medible**



**Alcanzable**



**Realista**



**en Tiempo**