



# CERTIFICACIÓN EN COACHING CON PNL

## AUTOMODELADO

(NOTA: Para comprender este esquema es importante estudiar antes, el video de Auto modelado con PNL)

CON HABILIDADES	SIN HABILIDADES
<ul style="list-style-type: none"><li>• (V-S-A)</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• (V-S-A)</li></ul>
<ul style="list-style-type: none"><li>• EVIDENCIA</li></ul>	EVIDENCIA (LO QUE NO HAGO)
<ul style="list-style-type: none"><li>• OPERACIÓN</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• OPERACIÓN</li></ul>

### APLICACIONES:

La persona modelará algo de sí misma, una actividad que realice a nivel de excelencia, no importa cual sea.

## **HABILIDADES / SIN HABILIDADES.**

El cliente determina con habilidades V-S-A que es lo que quiere auto modelar como una meta.

Ejemplo: aprender a bailar

Preguntar al coachee cual es el objetivo de esa meta

Ejemplo: Divertirse

Verse sin habilidades. Sin esas habilidades como actúa V-S-A, desde una tercera posición.

## **EVIDENCIAS**

¿Cómo se que lo estoy haciendo con habilidades?.

Ejemplo del bailarín: con ritmo, fluido, cuerpo suelto.

¿Cómo se que lo estoy haciendo sin habilidades?

Ejemplo del bailarín: con tensión, rigidez, torpeza.

## **OPERACIÓN**

¿Cómo lo hace con habilidades?

Ejemplo del bailarín: inclinó el cuerpo, movimiento rítmico.

¿Cómo lo hace sin habilidades?

Ejemplo del bailarín: lentitud, endurezco el cuerpo.

Nota: Las palabras son las del cliente, ir llenando en forma horizontal cuadro por cuadro.

Una vez que los cuadros se han llenado, el cliente elige del lado izquierdo (con habilidades) que le puede servir para llevar al lado derecho (si habilidades) y se subraya, se le pide al coachee ubicarse donde esta sin habilidades, activando V-S-A (cerrar ojos) y empezar a activar los elementos que tiene cuando esta con habilidades (ej. Bailando) con todo los recursos que posee (exactamente los que el subrayó) activándole V-S-A Y ahora con los elementos que tiene cuando esta con habilidades.

Por calibración se detecta cuando ya lo hizo. abrir ojos.