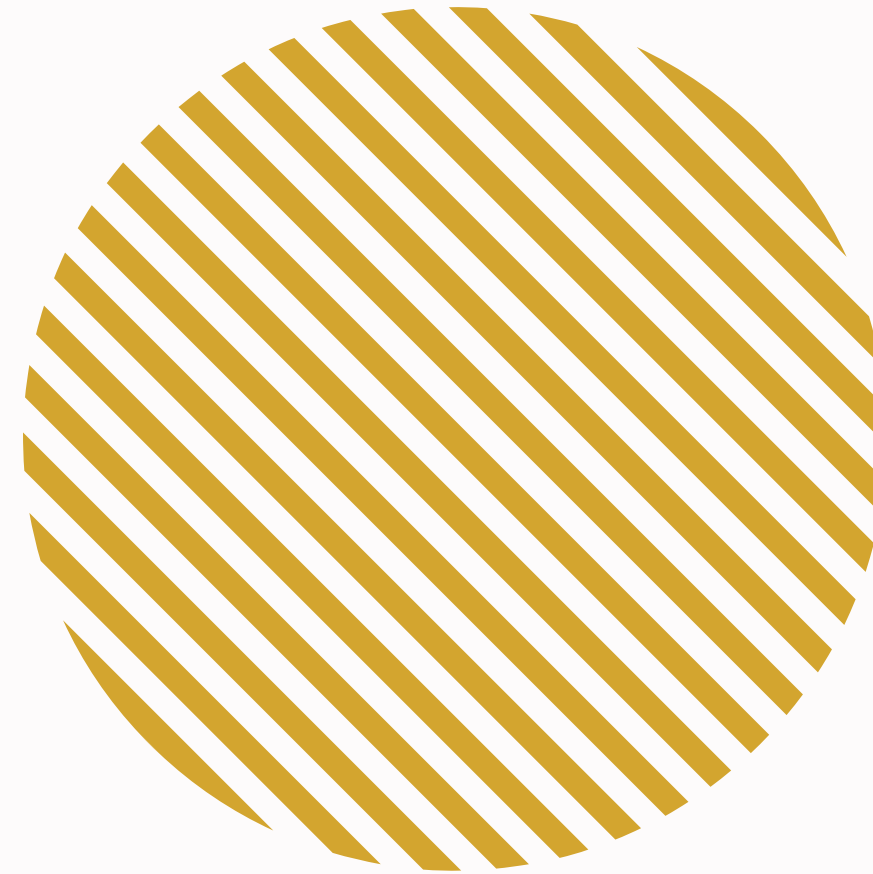


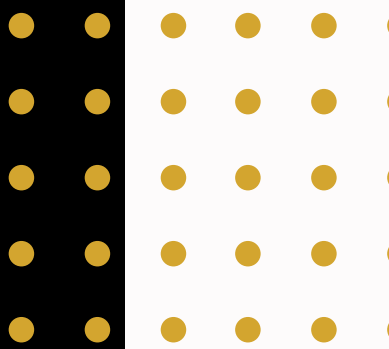


MODULO 2

CLASE 12

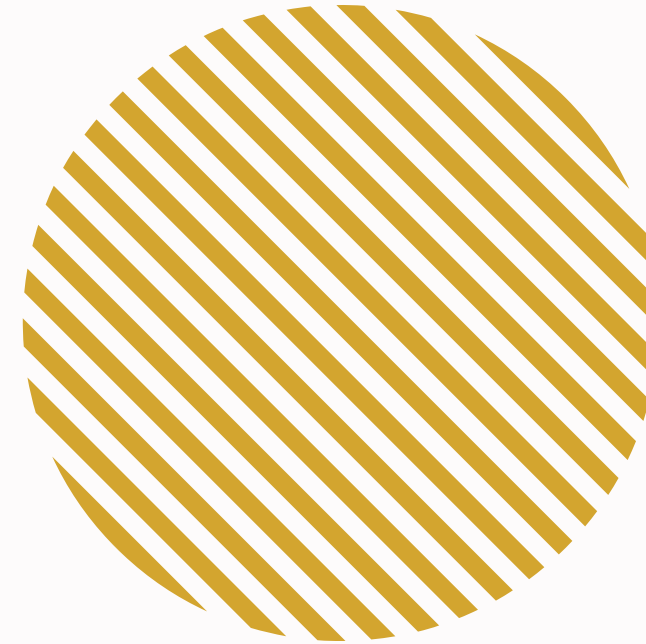
CERTIFICACION

que se requiere



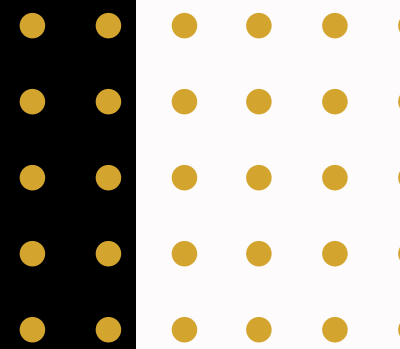


Clase 12



EL LENGUAJE CREA REALIDADES

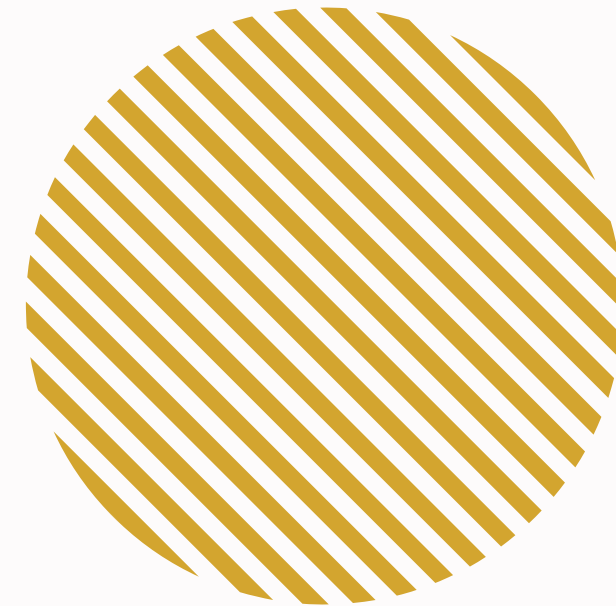
CERTIFICACION INTERNACIONAL EN
COACHING ONTOLOGICO Y PNL





Clase 12

RUTA DE LA CLASE



Hoy vamos a recorrer 6 estaciones:



01. OBSERVAR: ¿Qué es el lenguaje?

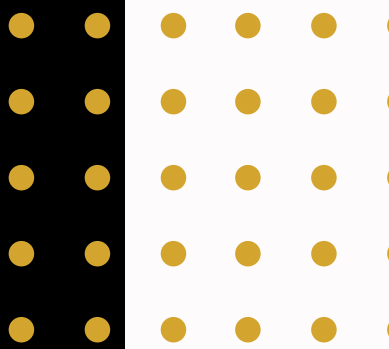
02. COMPRENDER: El lenguaje como acción.

03. DESCUBRIR: Cómo el lenguaje genera posibilidades.

04. ESCUCHAR: Mi observador lingüístico y mis conversaciones internas.

05. EXPERIMENTAR: Caso + ejercicio: Mi conversación interna.

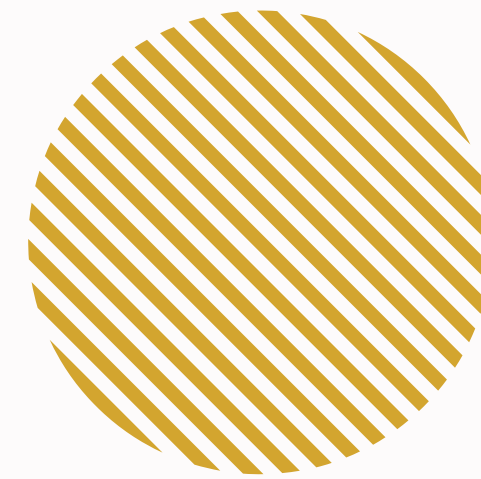
06. INTEGRAR: Bitácora de aprendizaje



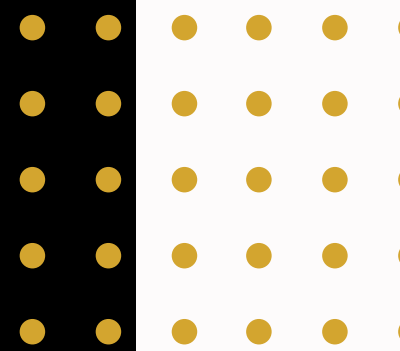


Clase 12

OBJETIVOS

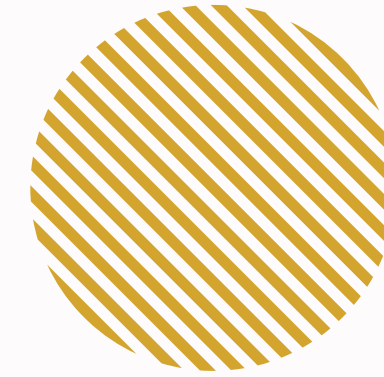


- **Comprender el lenguaje desde la mirada ontológica.**
- **Reconocer el lenguaje como una forma de acción.**
- **Identificar la diferencia entre lenguaje descriptivo y generativo.**
- **Observar cómo el lenguaje influye en la identidad.**
- **Detectar conversaciones internas recurrentes.**
- **Reconocer el impacto del diálogo interno en sus posibilidades.**
- **Diseñar conversaciones más conscientes.**





Clase 12



OBSERVAR **¿QUE ES EL LENGUAJE?**

EL LENGUAJE NO ES SOLO COMUNICACIÓN

El lenguaje nos permite:

INTERPRETAR



NOMBRAR



DECLARAR

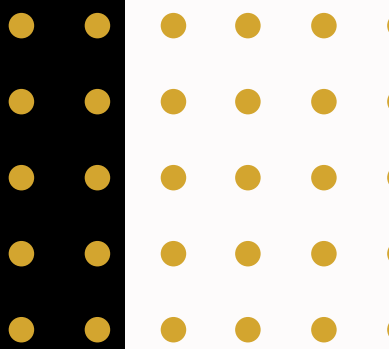


COORDINAR ACCIONES



GENERAR POSIBILIDADES

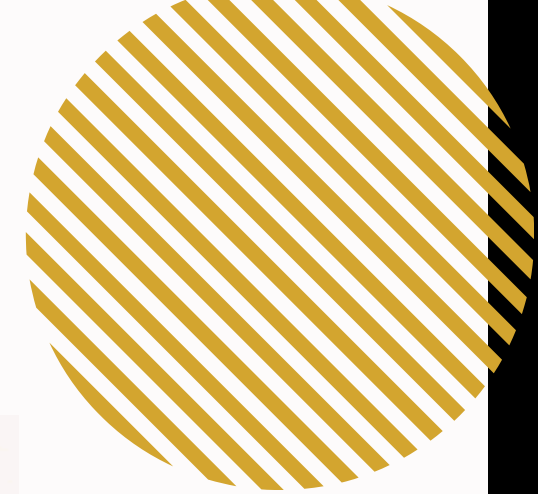
¿Qué cambia cuando comprendes que hablar también es actuar?





Clase 12

EL LENGUAJE COMO ACCIÓN



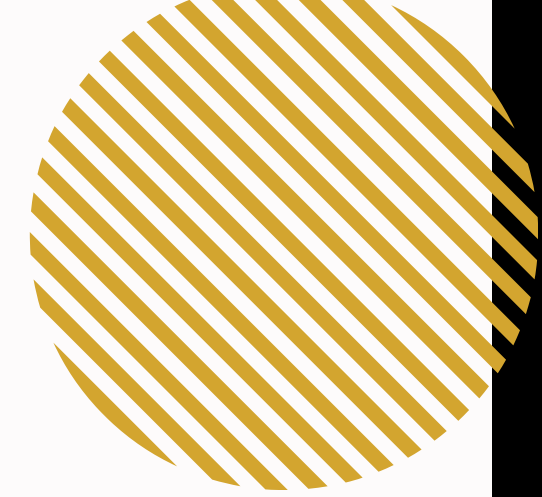
HABLAR ES HACER

Cuando hablamos, podemos:

- Pedir.
- Ofrecer.
- Prometer.
- Agradecer.
- Declarar.
- Afirmar.
- Juzgar.
- Reclamar.
- Coordinar acciones.
- Generar compromisos.



Clase 12



UNA CONVERSACIÓN PUEDE:



abrir una puerta o **cerrarla**.



crear compromiso o
destruir confianza.

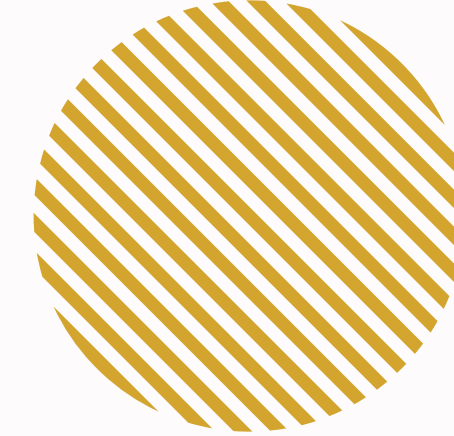


generar posibilidades o
limitar acciones.



Clase 12

COMPRENDER LENGUAJE DESCRIPTIVO



¿ESTOY DESCRIBIENDO O INTERPRETANDO?

El lenguaje descriptivo busca referirse a **hechos observables**.

EJEMPLO:



“Llegó a las 10:30.”

ESTO ES UNA DESCRIPCIÓN

Se refiere a un hecho observable que puede ser verificado.



“Es irresponsable.”

ESTO ES UNA INTERPRETACIÓN

Contiene una opinión, un juicio o una valoración sobre la persona.



El primer enunciado puede **contrastarse con un hecho**.

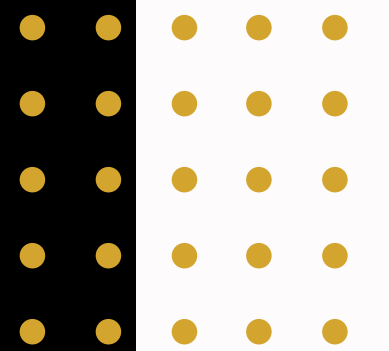


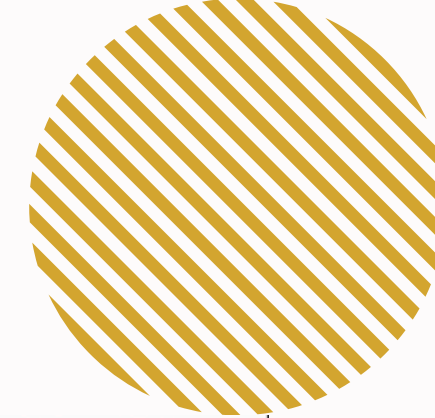
El segundo contiene una **interpretación** o juicio.



PREGUNTA PARA EL COACH:

¿Qué parte de lo que estoy escuchando es un hecho y qué parte es interpretación?





LENGUAJE GENERATIVO

El lenguaje generativo produce
nuevas realidades conversacionales.

POR EJEMPLO:

*“Declaro que voy a
iniciar este proyecto.”*

No solamente estamos
describiendo algo.

ESTAMOS CREANDO:



Una decisión.



Un compromiso.



Una dirección.



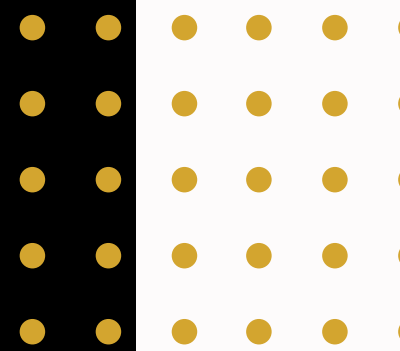
Una posibilidad.



Una nueva forma de actuar.



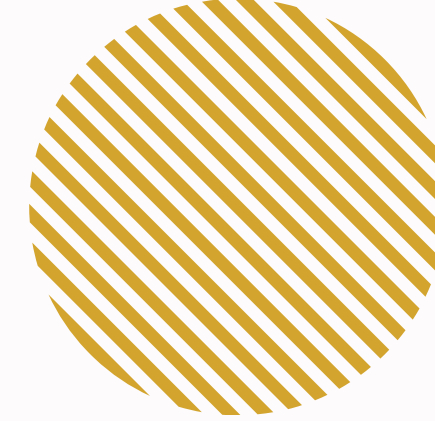
Las palabras pueden convertirse en **acciones**
cuando están acompañadas de **compromiso**.





Clase 12

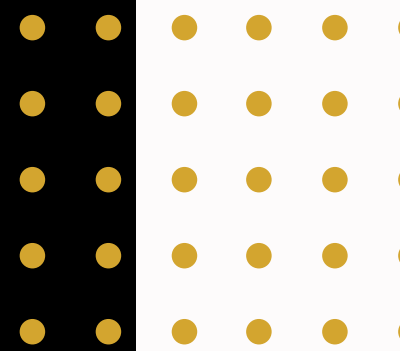
PALABRAS QUE GENERAN POSIBILIDADES



OBSERVA LA DIFERENCIA



¿Qué posibilidad aparece cuando cambia la conversación?





Clase 12

EL OBSERVADOR LINGÜÍSTICO

MI OBSERVADOR HABLA

CADA PERSONA

— interpreta el mundo desde —
un determinado **observador**.



No solamente
escuchamos lo que
una persona dice.

Ese observador se expresa mediante:



Las **palabras** que utiliza.



Las **preguntas** que hace.



Las **explicaciones** que construye.



Los **juicios** que emite.

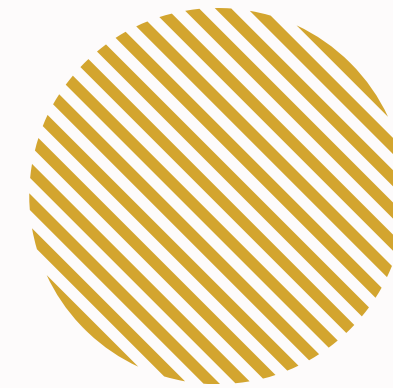


Las **historias** que cuenta.



Las **conversaciones** que
mantiene consigo misma.

“ Escuchamos al **observador** que aparece
detrás de lo que dice. ”



CONVERSACIONES INTERNAS

LA CONVERSACIÓN QUE NADIE ESCUCHA

Todos mantenemos **conversaciones internas**.



EJEMPLOS:



“No soy suficiente.”



“Seguro me va a salir mal.”



“Tengo que poder con todo.”



“No puedo equivocarme.”



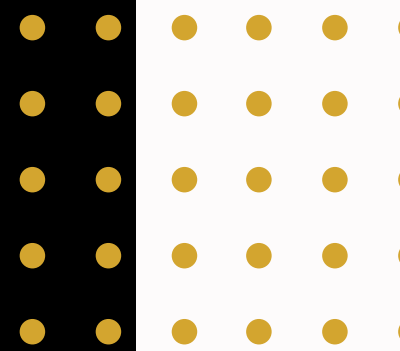
“¿Qué van a pensar de mí?”



“Ya es demasiado tarde.”

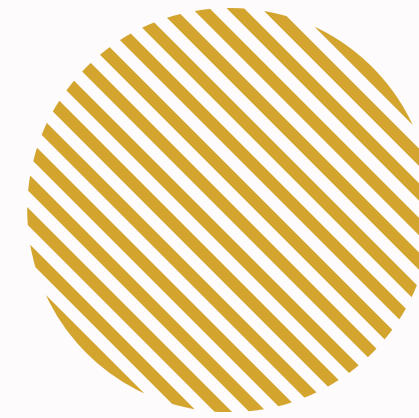


¿Qué te dices cuando nadie te está escuchando?



Clase 12

EL DIALOGO INTERNO



LO QUE TE DICES REPETIDAMENTE SE CONVIERTE EN UNA LENTE



EJEMPLO:

“No soy capaz.”



Evito intentarlo.



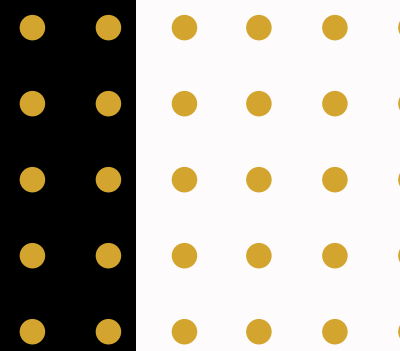
No obtengo el resultado.



“¿Ves? Yo sabía que no podía.”



El lenguaje puede convertirse en un **círculo** que **se confirma a sí mismo**.





Clase 12

LENGUAJE E IDENTIDAD ¿QUIÉN ESTOY SIENDO?



EL LENGUAJE PARTICIPA EN LA CONSTRUCCIÓN DE IDENTIDAD

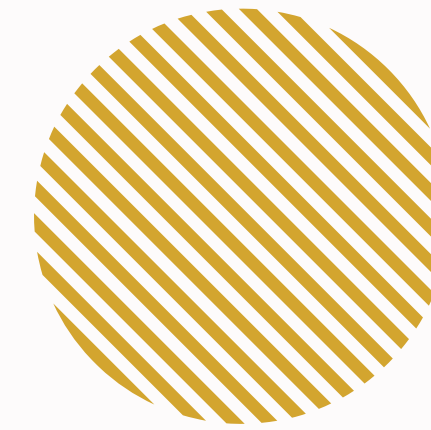


El lenguaje no solo describe la realidad: también puede **ampliar quién eres y qué puedes llegar a ser.**



Clase 12

ETIQUETAS QUE SE CONVIERTEN EN IDENTIDAD



¿QUÉ ETIQUETAS HAS REPETIDO?



“Soy desordenada.”



“Soy insegura.”



“Soy mala con el dinero.”



“Soy demasiado sensible.”



“Soy impaciente.”



“Soy tímida.”



“Soy complicada.”



Pregunta
ontológica:



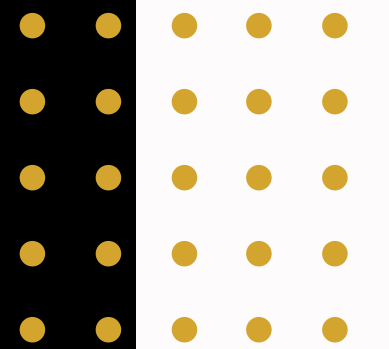
¿Quién serías
si dejaras de contar
esa **historia sobre ti?**



Las etiquetas que te repites son como lentes: **filtran tu mirada**,
limitan tus posibilidades y refuerzan tu identidad.



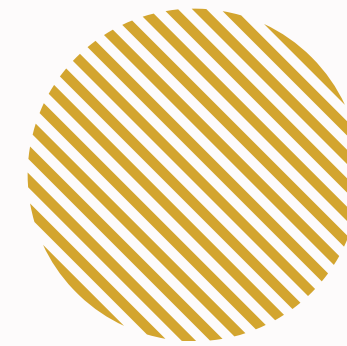
Cambiar la conversación
cambia tu vida.





Clase 12

CASO PRÁCTICO



Carolina

tiene 38 años y quiere iniciar un emprendimiento.



Edad:
38 años



Meta:
Iniciar su propio
emprendimiento

Cada vez que piensa en
vender dice:



*“Yo no sirvo
para vender.”*



*“La gente no va a
querer comprarme.”*



*“Hay personas mucho
mejores que yo.”*



*“No tengo personalidad
para esto.”*



Ha realizado varios cursos,
pero continúa
**postergando el
lanzamiento.**



Situación actual:

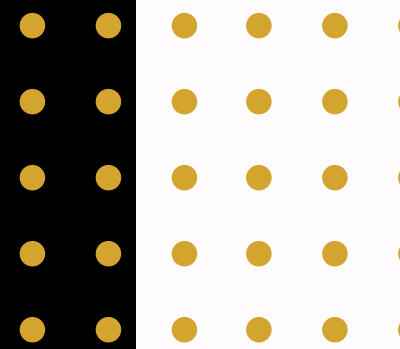
Quiere avanzar, pero sus
pensamientos la mantienen
en el mismo lugar.



Sus pensamientos **construyen su realidad.**

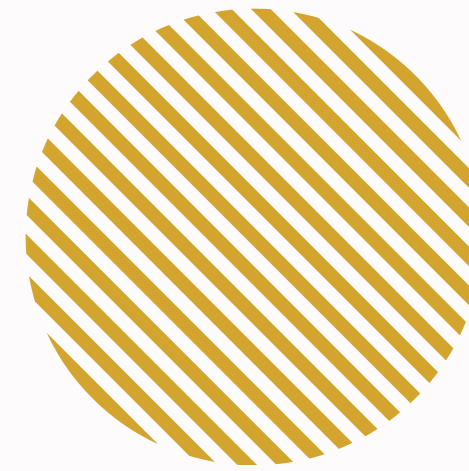


Cambiar su **conversación interna** es el
primer paso para **avanzar.**



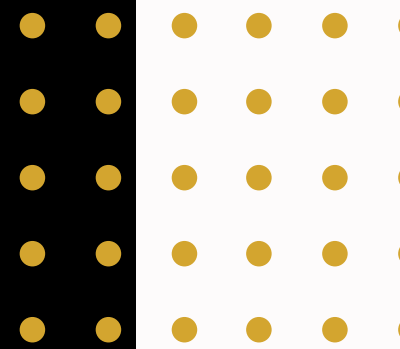


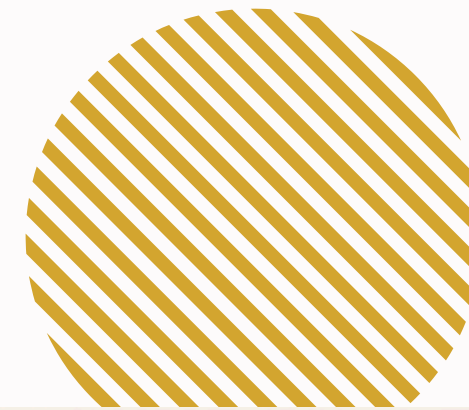
Clase 12



CASO PRÁCTICO

1
**¿QUÉ CONVERSACIÓN TENDRÍA
QUE CAMBIAR PARA QUE
CAROLINA PUEDA COMENZAR A
ACTUAR DIFERENTE?**





EL COACH NO ESCUCHA SOLAMENTE PALABRAS.

Escucha:



Hechos



Juicios



Creencias



Interpretaciones



Declaraciones



Posibilidades



Limitaciones



Identidad



Conversaciones
recurrentes

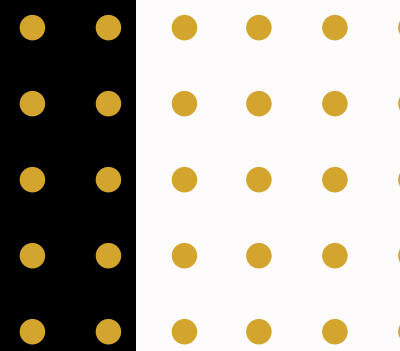


Competencia del coach:

Escuchar el lenguaje para descubrir
el **observador** que está creando
determinada **realidad**.

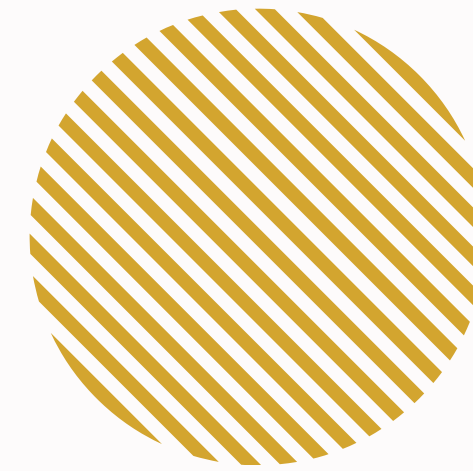


No se trata solo de lo que se dice,
sino de **quién lo dice**
y **desde dónde** lo dice.





Clase 12



EJERCICIO EN CLASE MI CONVERSACION INTERNA

Escribe las **frases que más repites**
durante el día.



No las edites.



No las juzgues.



No intentes hacerlas
“bonitas”.

Escribe lo que **realmente** te dices.

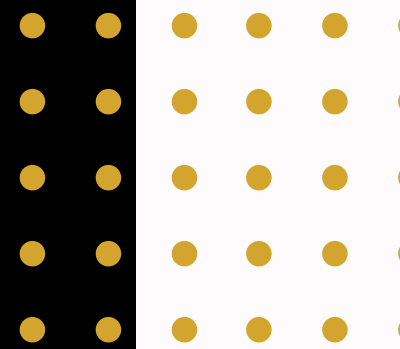
Ejemplos:

- “Tengo que...”
- “No puedo...”
- “Debería...”
- “Siempre...”
- “Nunca...”
- “Soy...”
- “La gente...”
- “Mi problema es...”



Regla:

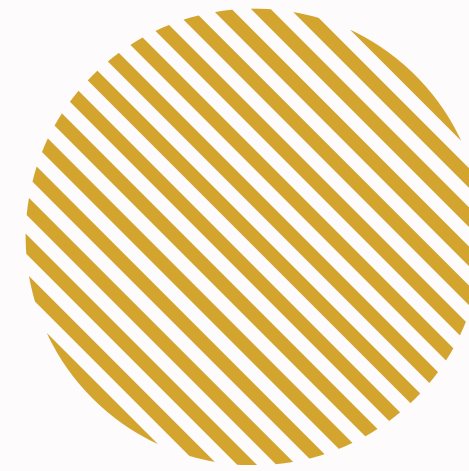
Hoy no vamos a cambiar la conversación.
Primero vamos a **escucharla**.





Clase 12

EJERCICIO EN CLASE MI CONVERSACION INTERNA



AHORA OBSERVA



1



¿Qué **identidad** construyen esas conversaciones?

2



¿Qué **resultados** están generando en mi vida?

3



¿Qué **emociones** aparecen cuando las repito?

4



¿Qué **acciones** estoy tomando o dejando de tomar?

5



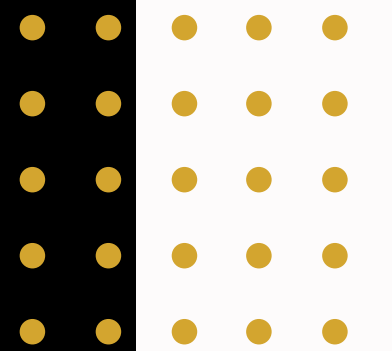
¿Qué **posibilidades** estoy cerrando?

6



¿Qué **conversación** necesito comenzar a tener conmigo?

La observación es el **primer paso** para elegir diferente.
Escucharte con honestidad es el inicio del cambio.





Clase 12



GRACIAS

Nos vemos en la Clase 13

