

Módulo 8

Modelo de Dilts de Niveles Lógicos de aprendizaje y crecimiento

El modelo establece que, desde el punto de vista psicológico, los individuos se mueven en cinco niveles:

1- Entorno o limitaciones externas

Contexto externo a la persona, ante lo que reacciona y desde el cual recibe influencias. **¿dónde y cuándo?**

2- Comportamiento

Acciones físicas específicas gracias a las cuales una persona interactúa con otras personas o con su mundo circundante. **¿qué hago?**

3- Habilidades o Capacidades

Conocimiento consciente o inconsciente al que recurren las personas para el logro de objetivos. **¿Cómo?**

4- Creencias y Valores

El sistema que da sustento a las capacidades y las conductas **¿Por qué?**

- Creencias: lo que un individuo entenderá por aceptable o no, verdadero o no.
- Valores: Se organizan en una escala jerárquica que le permite a los individuos optar por el más alto de ellos cuando se ve frente a decisiones en las cuales diferentes valores implican diferentes conductas

5- Identidad

La conciencia de lo que el individuo es. **¿Quién soy?**

6- Espíritu

¿Qué más? ¿Cuál es el propósito de mi vida? ¿Cuál es mi fin último? ¿Cuál es mi misión?

Cuando nuestros niveles lógicos no están alineados la persona se siente incómoda, infeliz.

CUESTIONARIO DE LA BUENA FORMA PARA LOGRAR OBJETIVOS

- 1- ¿Qué quieres lograr?
- 2- ¿Depende de vos?
- 3- ¿Cuál será el resultado al alcanzar el objetivo?
- 4- ¿Cómo sabrás cuando lo hayas logrado?
- 5- ¿Qué verás, oirás y sentirás cuando hayas alcanzado tu objetivo?
- 6- ¿Cuándo, dónde y con quién quieres lograr tu objetivo? ¿Hay algún momento en que no lo desees?
- 7- ¿De qué manera lograr este objetivo cambiará tu vida?
- 8- ¿Con qué recursos contás?
- 9- ¿Qué necesitás para lograrlo?
- 10- ¿Qué te impide alcanzarlo?
- 11- ¿Cómo sabrán los demás que lo lograste?
- 12- ¿Cuál será el primer paso para lograr tu objetivo?
- 13- ¿Cuáles serán los siguientes?