

Recursos

Con frecuencia, cuando en las formaciones de PNL trabajamos con el tema de los recursos, nos encontramos con voces que plantean incredulidad y dudas.

Sucede que muchos de esos recursos están olvidados, dormidos o simplemente no sabemos que contamos con ellos.

Hoy quiero invitarte a que rescates, despiertes o descubras esos recursos latentes.

Piensa en algún problema que quieras resolver o en alguna situación que te preocupe y pregúntate:

- ¿Alguna vez fuiste capaz de alcanzar un resultado o resolver un problema como este?
- ¿Conoces a alguien más que haya sido capaz de alcanzar un resultado o resolver un problema como éste? ¿Qué hizo esa persona?
- ¿Qué conducta, estado, capacidad, creencia, apoyo, etc. podrían ayudarte a alcanzar el resultado que deseas o a resolver el problema?
- ¿Qué conducta, estado, capacidad, creencia, apoyo, etc. haría imposible que este problema continúe?

Supón que ya alcanzaste el estado deseado o resolviste el problema y miras hacia atrás: ¿qué fue lo que hiciste para lograrlo?