

LAS CREENCIAS

LAS CREENCIAS Y LOS VALORES
SON COMO EL SISTEMA
OPERATIVO DEL DISCERNIMIENTO
EN EL CEREBRO HUMANO

LAS CREENCIAS

**LA CREENCIA ES UN JUICIO QUE
CUENTA CON NUESTRO
APROBACIÓN Y CONFORMIDAD Y
OBEDECEMOS CASI SIEMPRE DE
MODO IMPERATIVO,
CONSCIENTES O NO.**

LAS CREENCIAS

UNA CREENCIA ES UNA FORMULACIÓN LINGÜÍSTICA ACERCA DE LA EXPERIENCIA. Y SURGEN COMO GENERALIZACIONES SOBRE CAUSAS, SIGNIFICADOS Y LÍMITES, Y ESTÁN RELACIONADAS CON LOS CONTEXTOS, CONDUCTAS, CAPACIDADES E IDENTIDAD.

LAS CREENCIAS

LAS CREENCIAS SON PATRONES MENTALES
ADQUIRIDOS DESDE NUESTRA INFANCIA
QUE NOS LLEVAN A RELACIONARNOS
CON LOS DEMÁS, CON EL MUNDO, CON
LA VIDA DE UNA DETERMINADA FORMA
SEGÚN LA EDUCACIÓN QUE HEMOS
RECIBIDO, LO QUE HEMOS VISTO, OÍDO Y
SENTIDO EN NUESTRO ENTORNO.

¿de dónde vienen?

- DE LA FAMILIA, DEL SISTEMA EDUCATIVO, MEDIOS
- DEL MEDIO AMBIENTE
- DE LOS ACONTECIMIENTOS IMPORTANTES EN LA VIDA
- DEL CONOCIMIENTO.
- DE NUESTROS RESULTADOS ANTERIORES.
- DE REPRESENTAR LA EXPERIENCIA FUTURA COMO SI YA SE HUBIERA REALIZADO.

¿Para qué sirven?

NOS AYUDAN A COMPARAR SITUACIONES NUEVAS CON EXPERIENCIA PASADAS, A CALCULAR RIESGOS Y PREDECIR DESENLACES Y A TOMAR DECISIONES BASÁNDONOS EN RECUERDOS ORGANIZADOS EN FUNCIÓN DE ELLAS. PUEDEN SER POSITIVAS O NEGATIVAS.

LAS CREENCIAS Y VALORES

SE PARECE UN POCO A UNA PARED

EN CONSTRUCCIÓN, DONDE CADA

LADRILLO REPRESENTA UN

ELEMENTO DE LA EXPERIENCIA QUE

VIENE A REFORZAR EL EDIFICIO DE

LAS CREENCIAS.

VALORES

NUESTRAS CREENCIAS Y VALORES VIENEN
A SER COMO EL SISTEMA OPERATIVO DE
UN PC. CUANDO INTRODUCES UN
PROGRAMA (POR EJEMPLO UN NUEVO
COMPORTAMIENTO), QUE EL PC LO ACEPTE O
NO Y QUE LO USE O NO, DEPENDERÁ DEL
S.O. QUE TRAIGA DE FÁBRICA.

Tipos de creencias

- LIMITANTES – se refieren a nuestra identidad
Inalcanzable, no es posible, merecimiento.

- Creencias Limitantes
- Creencias Firmes...
- Creencias Absurdas...
- Creencias Potenciadoras...

Las 8 + LIMITANTES

1. No merezco...
2. No puedo...
3. No tengo derecho a....
4. No valgo para...
5. Es imposible conseguir...
6. Soy incapaz de...
7. Es difícil hacer.... ¿o es poco fácil?
8. Pobre pero honrado...
9. De eso tan bueno no dan tanto... wow!

Las 8 CREENCIAS POTENCIADORAS

1. Yo puedo crear valor donde quiera que trabaje
2. Yo tengo la capacidad de enfrentar y superar cualquier desafío.
3. Yo tengo habilidades únicas como persona y como profesional.
4. Yo estoy a cargo de mis decisiones y emociones
En cada momento de mi vida voy a crear algo positivo y valioso.
5. Tengo infinito potencial para desarrollar y explotar

6. Tengo talentos y fortalezas que me hacen único como persona.

7. Tengo un estado emocional poderoso dentro de mí al que puedo acceder en cualquier momento.

8. Si en algún momento no logro algo voy a tomarlo como una experiencia de aprendizaje que necesito atravesar para lograr mi objetivo próximamente.

9. No existe el fracaso. Toda experiencia me da información es para mejorar.

10. Yo soy una causa en este mundo no un efecto. Yo hago que las cosas sucedan.

En resumen...

Jaime Santa
Coach Ontológico & PNL

LA CLAVE CONSISTE EN DESCUBRIR CUÁLES ES
NUESTRA JERARQUÍA DE VALORES Y CREENCIAS
BÁSICAS, COMPROBANDO CUALES
“COLABORAN” CON NOSOTROS, SON EFICACES,
NOS MOTIVAN Y NOS HACEN ENCONTRAR
RECURSOS PARA LOGRAR NUESTROS OBJETIVOS Y
CUÁLES NOS DIFICULTAN LAS TAREAS Y LA VIDA.