



CERTIFICACIÓN
INTERVENCIÓN
ESTRATÉGICA
DE CREENCIAS Y PATRONES
EMOCIONALES

PRIMER MÓDULO

INTERVENCIÓN ESTRATÉGICA DE CREENCIAS Y PATRONES LIMITANTES



CLASE 2

SISTEMA DE ACTIVACIÓN RETICULAR

TU ENFOQUE DIRIGE TU ENERGÍA, A DONDE VA TU ENERGÍA SE DIRIGE TU ACTUAR.



- CON ESTE SISTEMA FILTRAMOS LA INFORMACIÓN QUE VIENE DEL EXTERIOR.
- INCONSCIENTEMENTE SOLO VERÉ EN MÍ Y EN MÍ VIDA AQUELLO QUE CONFIRME MI IDENTIDAD.
- TODO LO QUE ESTÉ FUERA DEL MARCO DE MI IDENTIDAD, QUEDARÁ FUERA DE MI VISIÓN Y PARECERÁ NO EXISTIR.
- TU CREES QUE ERES LIMITADO Y DESDE TU IDENTIDAD SIEMPRE LO ERES, PERO QUE POR LO MENOS ESOS LÍMITES TE ELEVEN Y NO TE HAGAN CAER O SEGUIR DONDE QUIERES ESTAR.

DIME QUIEN QUIERES SER?... EN QUIÉN TE QUIERES CONVERTIR?... Y TE DIRÉ QUE DEBES COMENZAR A MIRAR..

RESETEANDO MI SISTEMA RETICULAR

TU ENFOQUE DIRIGE TU ENERGÍA, A DONDE QUIERES QUE VAYA AHORA TU ENERGÍA..



- ¿QUIÉN HAS SIDO HASTA AHORA EN TU VIDA?
- ¿QUÉ CREES DE TI MISMA(O)?
- ¿QUÉ HACES O NO HACES PARA CONFIRMAR LO QUE CREES?
- ¿QUÉ SOSTIENES EN TU VIDA PARA CONFIRMAR LO QUE CREES?
- ¿EN QUIÉN QUIERES CONVERTIRTE?

¿POR QUÉ SOY TAN...?

**¿CUÁL FUE TU EXPERIENCIA CON
ESTE EJERCICIO DE ENFOQUE?**

(¿VIERON LOS VIDEOS?)

NUESTRO FOCO, NUESTRA REALIDAD

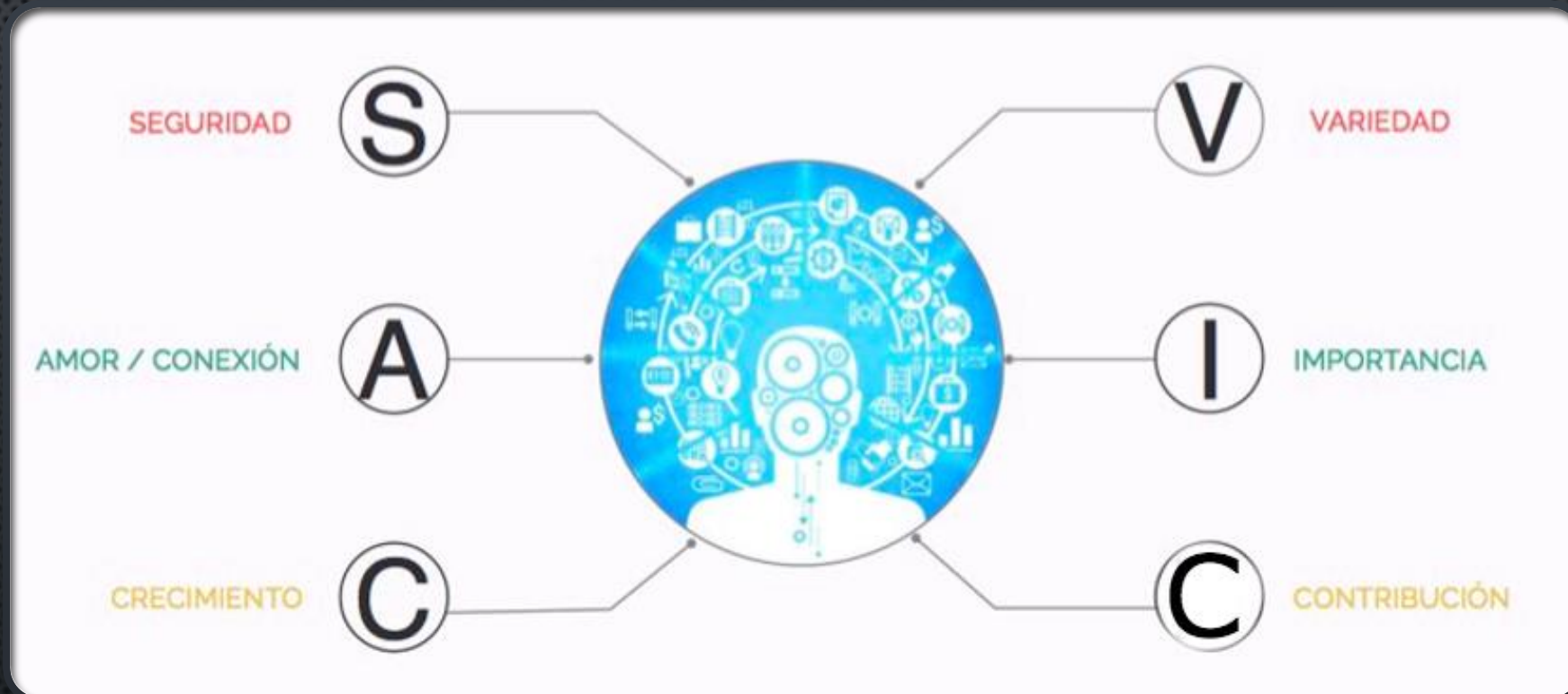
AQUELLO EN LO QUE NOS ENFOCAMOS DE NUESTRA EXPERIENCIA DE VIDA, SE CONVIERTE EN NUESTRA VIDA



- MI VIDA CONFIRMA MI IDENTIDAD..
- MIS ACCIONES CONFIRMAN MI IDENTIDAD..
- MIS CREENCIAS CONFIRMAN MI IDENTIDAD..
- MIS EMOCIONES CONFIRMAN MI IDENTIDAD..
- MI SEGURIDAD MÁS PROFUNDA SURGE DESDE EL MANTENER INTACTA MI IDENTIDAD..

**Y MI IDENTIDAD SURGIÓ PARA PROTEGERME,
PREVENIRME Y PROVEERME DE MIS NECESIDADES
BÁSICAS EMOCIONALES..**

LAS 6 NECESIDADES BÁSICAS



LAS 6 NECESIDADES HUMANAS



- SON TAN IMPORTANTES COMO RESPIRAR, DESCANSAR Y ALIMENTARTE.
- ESTÁN LIGADAS A NUESTRA SUPERVIVENCIA.
- TODOS NECESITAMOS MANTENERLAS SUSTENTADAS A TODAS DE UNA FORMA U OTRA.
- HAY ALGUNAS QUE SON MÁS RELEVANTES PARA NOSOTROS QUE OTRAS.
- 4 DE ELLAS SUELEN ESTAR MÁS LIGADAS A SITUACIONES CONFLICTIVAS Y 2 DE ELLAS SON LAS MÁS ELEVADAS.

VAMOS A VERLAS UNA A UNA...

SEGURIDAD

- TODOS QUEREMOS SENTIRNOS SEGUROS, CÓMODOS Y ALEJADOS DEL DOLOR.
- NECESITAMOS TENER LA SENSACIÓN DE SEGURIDAD SABIENDO QUE TENEMOS TECHO, ALIMENTO, AFECTO..
- NECESITAMOS TENER CERTEZA Y CONTROL PARA ASÍ TRATAR DE EVITAR EL DOLOR.
- EL SABER O PREDECIR LO QUE VA A SUCEDER, EL SENTIRSE EN ESTABILIDAD, EL SENTIRSE PROTEGIDO EN DIVERSAS SITUACIONES, TODAS ESTÁS PRÁCTICAS VIENEN DE ESTA NECESIDAD.
- EL EXCESO DE SEGURIDAD ME CONVIERTE EN UNA PERSONA MUY CONECTADA CON QUERER CONTROLAR, TODO LO QUE ESTÁ BAJO CONTROL SE VUELVE SEGURO.





SATISFACIENDO SEGURIDAD

FORMAS FUNCIONALES:

- TRABAJAR DURO PARA CONSEGUIR LO QUE DESEO.
- TRABAJAR EN MI AUTOVALORACIÓN PARA SENTIRME SEGURO DE MÍ MISMO.
- AHORRAR
- PLANIFICAR

FORMAS DISFUNCIONALES:

- TOMAR ALCOHOL O COMER DE MANERA COMPULSIVA PARA NO SENTIR DOLOR
- DORMIR EN EXCESO
- ROBAR PARA OBTENER ESE DINERO QUE ME DARÁ LA TRANQUILIDAD
- EVASIÓN EN SUS DIFERENTES FORMAS.
- QUEDARSE QUIETO Y NO ACCIONAR NUNCA POR MIEDO A SUFRIR.

**¿QUÉ ES LO QUE HACES EN TU VIDA PARA TENER
ACTIVA LA SENSACIÓN DE SEGURIDAD?**

VARIEDAD

- TODOS MUNDO NECESITA VARIEDAD TANTO COMO PARA NUESTRO CUERPO, MENTE Y SALUD EMOCIONAL.
- LO MISMO DE SIEMPRE ABURRE Y DEPRIME.
- ES LA NECESIDAD QUE NOS HACE SENTIR VIVOS Y NO COMO MAQUINAS.
- PODEMOS SUSTENTAR ESTA NECESIDAD DE VARIADAS FORMAS, INCLUSO CON PROBLEMAS QUE NOS SACAN DE LA RUTINA, TODO SIRVE A LA HORA DE ALIMENTARLA.
- EL EXCESO DE VARIEDAD ME IMPIDE GENERAR ESTRUCTURA EN MÍ VIDA, ME LLEVA AL DESORDEN DE MUCHAS ÁREAS PARA TENER VARIEDAD CONSTANTE.



SATISFACIENDO VARIEDAD

FORMAS FUNCIONALES:

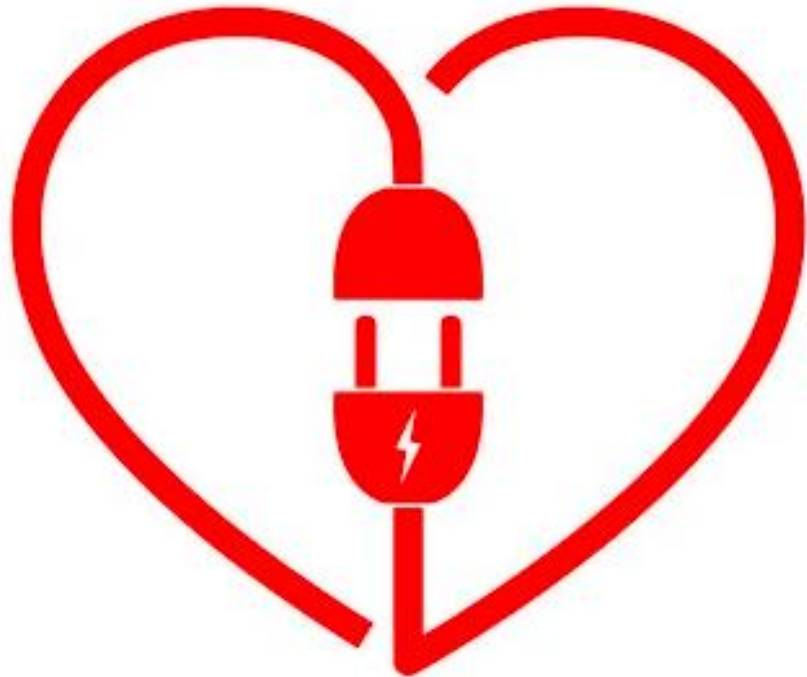
- APRENDER COSAS Y HABILIDADES NUEVAS
- ESTAR EN CONEXIÓN CON TU CREATIVIDAD PARA PLANIFICAR TU VIDA DE FORMAS DISTINTAS Y MÁS DIVERTIDAS
- BUSCAR FORMAS DIFERENTES, POSITIVAS Y CREATIVAS PARA SALIR DE LA RUTINA DIARIA

FORMAS DISFUNCIONALES:

- DEPORTES EXTREMOS DONDE PELIGRE AMPLIAMENTE TU VIDA
- SER INFIEL ESTANDO EN PAREJA
- CAMBIAR DE TRABAJO 3 O 4 VECES AL AÑO
- DEJAR PROYECTOS A MEDIO TERMINAR POR PASAR A OTROS
- TENER UN ÁREA DE VIDA DONDE LAS COSAS HACE BASTANTE TIEMPO VAN MAL.

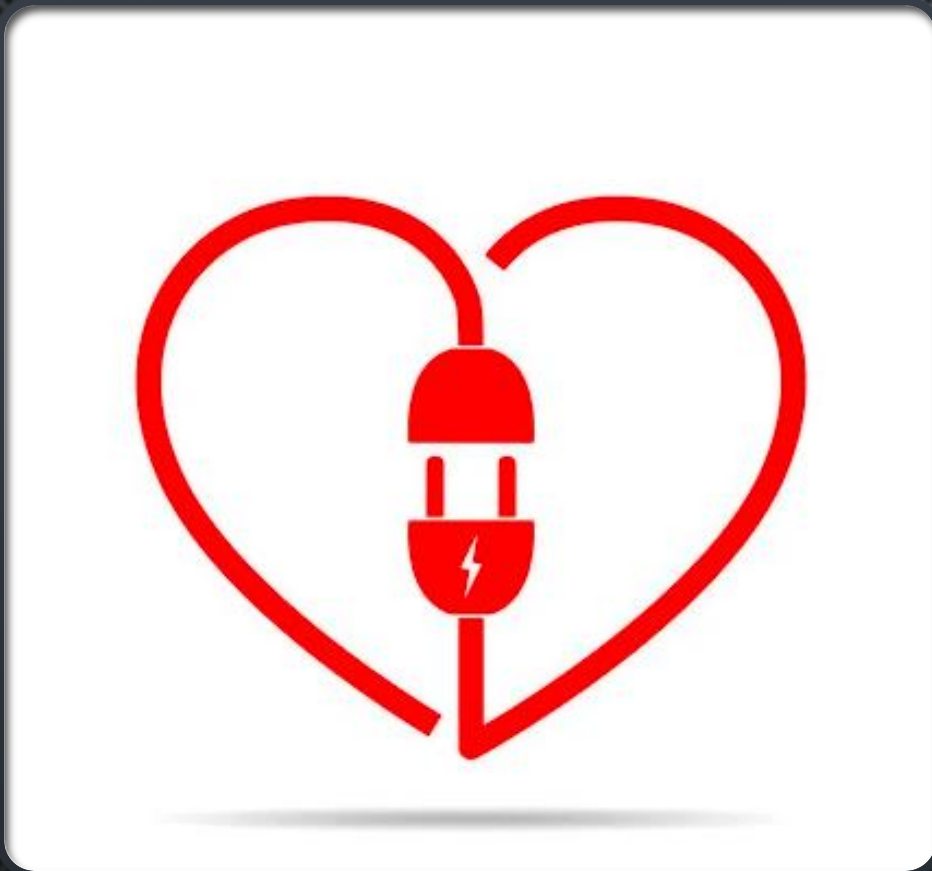


**¿QUÉ ES LO QUE HACES EN TU VIDA PARA TENER
ACTIVA LA SENSACIÓN VARIEDAD, NOVEDAD Y
AVENTURA?**



AMOR CONEXIÓN

- TODOS EL MUNDO NECESITA CONEXIÓN CON OTROS SERES HUMANOS.
- SI LOS BEBÉS NO TIENEN AMOR MUEREN. ES UNA NECESIDAD DE SUPERVIVENCIA.
- CUANDO NO SOMOS CAPACES DE CONSEGUIR AMOR SOLO NOS CONFORMAMOS CON CONEXIÓN.
- NO TENER CUBIERTA ESTA NECESIDAD PRIMARIA GENERA UN GRAN DOLOR
- EL EXCESO DE AMOR ME LLEVA A GENERAR UNA DEPENDENCIA DEL AMOR DE OTROS, UN QUERER SER LA PERSONA IDEAL PARA POTENCIAR EL AMOR DE LOS DEMÁS HACIA MÍ.



SATISFACIENDO AMOR CONEXIÓN

FORMAS FUNCIONALES:

- DESDE EL DAR DESINTERESADO
- CONSTRUIR UN AMOR PROPIO AUTOSUSTENTABLE
- RESPETO HACIA UNO MISMO
- RELACIONES BASADAS EN LA COMUNICACIÓN CLARA Y HONESTA
- RESPONSABILIDAD DE MI MISMO, DE LO QUE PIENSO Y SIENTO

FORMAS DISFUNCIONALES:

- VICTIMIZÁNDOME DE LAS SITUACIONES QUE ME AQUEJAN
- GENERANDO DEPENDENCIA EN MIS RELACIONES INTERPERSONALES.
- EXIGIR Y RECLAMAR AMOR AL RESTO
- SER COMPLACIENTE Y NO SABER DECIR QUE NO
- ADICCIÓN SEXUAL
- DEJAR DE SER AUTENTICO POR ENCAJAR

IMPORTANCIA

- TODOS EL MUNDO NECESITA SENTIRSE ESPECIAL, IMPORTANTE Y NECESITADO.
- ESTA NECESIDAD NOS LLEVA A COMPARARNOS MUCHO CON LOS DEMÁS DESDE UNA PERSPECTIVA SUPERIOR O INFERIOR.
- PODEMOS SENTIRNOS IMPORTANTES TANTO AL DESTRUIR ALGO EJERCIENDO PODER, COMO AL CONSTRUIR ALGO.
- PARA ALGUNOS LLEGA SIRVIENDO AL RESTO. PARA OTROS HACIENDO UN TRABAJO CON SENTIDO. ALGUNOS GENERANDO MUCHA RIQUEZA Y PODER, OTROS GENERANDO POBREZA EXTREMA.
- EL EXCESO DE IMPORTANCIA ME PUEDE LLEVAR A DESVALORIZAR A OTROS Y TAMBIÉN AL SACRIFICARME POR SOBRESALIR.



SUSTENTANDO IMPORTANCIA

FORMAS FUNCIONALES:

- SER ÚTILES PARA NOSOTROS MISMOS Y PARA EL RESTO
- TENER CLARO NUESTRO PROPÓSITO, EL PARA QUE
- HACER COSAS ADMIRABLES SOLO BASADAS EN EL CONTRIBUIR
- ESTAR CONECTADOS CON NUESTRO VALOR PROPIO
- SABER QUE SOMOS ÚNICOS E IRREPETIBLES

FORMAS DISFUNCIONALES:

- SER EXCESIVAMENTE SALVADOR DE LOS DEMÁS
- CRITICAR AL RESTO CONSTANTEMENTE
- DESMERCER A OTROS PARA SENTIRME SUPERIOR
- SACRIFICARSE PARA DESPERTAR LA ADMIRACIÓN DE OTROS
- BUSQUEDA CONSTANTE DE LA VALIDACIÓN EXTERNA



**¿QUÉ ES LO QUE HACES EN TU VIDA PARA
SENTIRTE VALIOSA(O) E IMPORTANTE?**

CRECIMIENTO

- ES LA PRIMERA NECESIDAD ESPIRITUAL.
- PARAR CRECER ES COMENZAR A MORIR.
- NECESITAMOS UN DESARROLLO CONSTANTE PARA NUESTRO INTELLECTO, EMOCIONES Y ESPIRITUALIDAD.
- TODOS LOS ASPECTOS DE NUESTRA VIDA REQUIEREN SER EXPANDIDOS Y DESARROLLADOS O SI NO DECAERÁN.
- PODEMOS EXPANDIRNOS Y SENTIR QUE CRECEMOS DESDE EL INTELLECTO, LO ESPIRITUAL, LO RELACIONAL, LO LABORAL, LO CORPORAL, LO EMOCIONAL...
- EN TODA ÁREA PODEMOS GENERAR CRECIMIENTO.



**¿DE QUÉ FORMA Y EN QUÉ ÁREA GENERAS MÁS
CRECIMIENTO EN TU VIDA?**

CONTRIBUCIÓN

- ES LA SEGUNDA NECESIDAD ESPIRITUAL.
- ES DAR MÁS ALLÁ DE LO QUE REALMENTE PODAMOS RECIBIR A CAMBIO DE NUESTRAS ACCIONES.
- ES DEJAR NUESTRAS NECESIDADES Y OCUPARNOS DE LAS NECESIDADES DE LOS DEMÁS.
- TENER BIEN SUSTENTADA ESTA NECESIDAD LE DA UN SIGNIFICADO A NUESTRA VIDA.
- ESE SIGNIFICADO NOS CONECTA CON FELICIDAD Y REALIZACIÓN.



**¿QUÉ HACES CONSTANTEMENTE EN TU VIDA PARA
CONTRIBUIR Y APORTAR A LOS DEMÁS?**

RESUMEN DE LAS 6 NECESIDADES



NECESIDADES FUNDAMENTALES DEL SER HUMANO:

SON LAS QUE DAN FORMA A NUESTRA PERSONALIDAD, Y LAS QUE NOS HACEN SOBREVIVIR. TODO EL TIEMPO ESTAMOS SATISFACIENDO ESTAS NECESIDADES, SI NO NO PODRÍAMOS TOLERARLO.

- **SEGURIDAD:** SENSACIÓN DE AUSENCIA DE MIEDO, EVITAR EL DOLOR, SENTIR QUE TENEMOS LAS COSAS BAJO CONTROL.
- **VARIEDAD:** SENSACIÓN DE CAMBIO, SORPRESA, EL FACTOR SORPRESA EN LA VIDA, "ALGO DISTINTO".
- **IMPORTANCIA:** SENSACIÓN DE SER ESPECIALES, ÚTILES, ÚNICOS, DE TENER UN PARA QUÉ.
- **AMOR Y CONEXIÓN:** SENSACIÓN DE AMAR Y SER AMADOS, CONECTAR CON PERSONAS, CON UNO MISMO.

NECESIDADES DEL ESPÍRITU:

SON LAS QUE NOS DAN PLENITUD, LAS QUE EXPANDEN NUESTRO CORAZÓN Y DAN MÁS VIDA A NUESTRA VIDA.

- **CRECIMIENTO:** CRECER, EXPANDIRSE. TODO EN LA NATURALEZA CRECE O MUERE.
- **CONTRIBUCIÓN:** DAR MÁS ALLÁ DE UNO MISMO.

NIVEL DE IMPORTANCIA DE TUS NECESIDADES



- LAS NECESIDADES ESPIRITUALES DE CRECIMIENTO Y CONTRIBUCIÓN SON LAS MÁS ELEVADAS Y NOS CONECTAN CON LA REALIZACIÓN PERSONAL. AL CUBRIRLAS, CUBRIMOS A LA VEZ TODAS LAS DEMÁS.
- LAS 4 NECESIDADES DE SUPERVIVENCIA SON LAS MÁS PRESENTES EN EL DÍA A DÍA Y 1 O 2 DE ESTÁS 4 SERÁN MUCHO MÁS LATENTES EN TU VIDA, YA QUE FUERON LAS QUE MÁS ESTUVIERON EN RIESGO EN TU INFANCIA.
- ESTÁS LAS NECESITAMOS TENER CUBIERTAS DE UNA FORMA U OTRA, POR ESO NUESTRO SISTEMA GENERA MUCHA PRESIÓN PARA LOGRARLO.

TENIENDO EN CUENTA QUE LAS 4 NECESIDADES DE SUPERVIVENCIA SON LAS MÁS PRESENTES EN NUESTRA VIDA... ¿CÓMO SE VEN REFLEJADAS EN LA TUYA?

**¿CUÁLES SON TUS NECESIDADES
MÁS IMPORTANTES?**

PROFUNDIZANDO EN TUS NECESIDADES



- ¿CUÁLES SON LAS 2 NECESIDADES A LAS QUE LES DAS MÁS PRIORIDAD EN TU VIDA?
- ¿CUÁLES FUERON LAS PRIMERAS FORMAS Y ACCIONES QUE USASTE PARA SUSTENTAR ESAS 2 NECESIDADES?
- ¿DE QUÉ FORMA SUSTENTAS ESTAS 2 NECESIDADES HOY?
- ¿QUÉ TIPO DE VIDA HAS CREADO DESDE LA PRIORIZACIÓN DE ESTAS 2 NECESIDADES?
- ¿QUÉ CONFLICTOS TE TRAEN LAS FORMAS QUE USAS PARA SUSTENTARLAS?

VEHÍCULOS DE SUSTENTACIÓN

LA FORMA DETERMINA EL RESULTADO



VEHÍCULOS PARA SATISFACER NECESIDADES



- SON LO QUE HACEMOS PARA CUBRIR NUESTRAS NECESIDADES BÁSICAS.
- CUALQUIER TIPO DE ACCIÓN O CONDUCTA QUE TOMEMOS SIRVE PARA CUBRIR UNA NECESIDAD.
- TODAS LAS COSAS QUE EFECTUAMOS PIEDEN SER LA PIEZA QUE NOS LLEVE A SUSTENTAR UNA NECESIDAD ESPECÍFICA.
- EL PROBLEMA NUNCA SE ORIGINARÁ EN LA NECESIDAD QUE NECESITAMOS CUBRIR.
- EL PROBLEMA SE ORGINA EN LA FORMA QUE ELEGIMOS PARA CUBRIR UNA NECESIDAD.
- HAY 4 CLASES DE FORMAS CON LAS CUALES LAS CUBRIMOS..

LOS VEHÍCULOS SE ANALIZAN DESDE ESTAS 4 BASES

¿Te gusta?

¿Es bueno?

¿Los demás?

¿Tiempo?

LOS VEHÍCULOS SE CATEGORIZAN EN 4 CLASES



1. Te gusta
2. Es bueno para ti
3. Es bueno para los demás
4. Es sostenible en el tiempo



1. No Te gusta
2. Es bueno para ti
3. Es bueno para los demás
4. Es sostenible en el tiempo



1. Te gusta Te gusta
2. No Es bueno para ti
3. No Es bueno para los demás
4. No Es sostenible en el tiempo



1. No Te gusta
2. No Es bueno para ti
3. No Es bueno para los demás
4. No Es sostenible en el tiempo

**CUANDO UN VEHÍCULO CUBRE SIMULTÁNEAMENTE "3" O
MÁS NECESIDADES..**

"SE CONVIERTE EN UNA ADICCIÓN"

**EL OBJETIVO ESTÁ EN TRANSFORMAR LOS VEHÍCULOS DE
CLASE 3 Y 4 A CLASE 1 Y 2**

**"ESO NOS GENERARÁ EL
CRECIMIENTO QUE BUSCAMOS"**

¿CUÁLES SON MIS VEHÍCULOS?



- ¿CUÁLES SON LOS VEHÍCULOS QUE USAS PARA CUBRIR TUS 4 NECESIDADES DE SUPERVIVENCIA?

(HAZ UNA LISTA DE POR LO MENOS 5 VEHÍCULOS POR NECESIDAD: SEGURIDAD, VARIEDAD, AMOR, IMPORTANCIA)

- ¿QUÉ CATEGORÍA TIENEN ESOS VEHÍCULOS?

(IDENTIFICA LAS CATEGORÍAS DE TODA LA LISTA QUE ANOTASTE)

- DEL 1 AL 10: ¿QUÉ TAN EFECTIVO ES EL VEHÍCULO PARA CUBRIR ESA NECESIDAD?
- ¿POR QUÉ NUEVO VEHÍCULO CLASE 1 O 2 PUEDO REEMPLAZAR LOS CLASE 3 Y 4?
- ¿CUÁL ES EL PRIMER PASO CONCRETO QUE DEBO HACER DESDE YA PARA COMENZAR A OCUPAR ESOS NUEVOS VEHÍCULOS?

"RECUERDA"

A TU SISTEMA NO LE INTERESA TU FELICIDAD...

SOLO TU SUPERVIVENCIA..

"SOLO QUE TUS NECESIDADES ESTÉN CUBIERTAS"

**¿EN QUIÉN TE CONVERTISTE PARA
SATISFACER TUS NECESIDADES?**