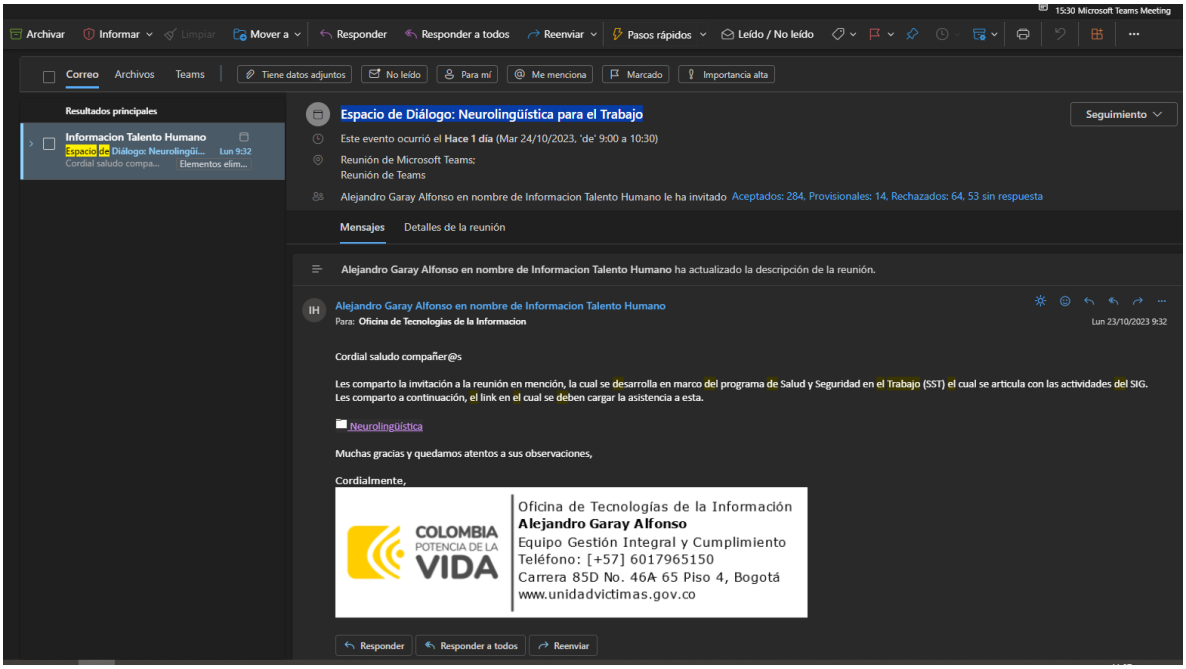
Sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a las Víctimas - SNARIV

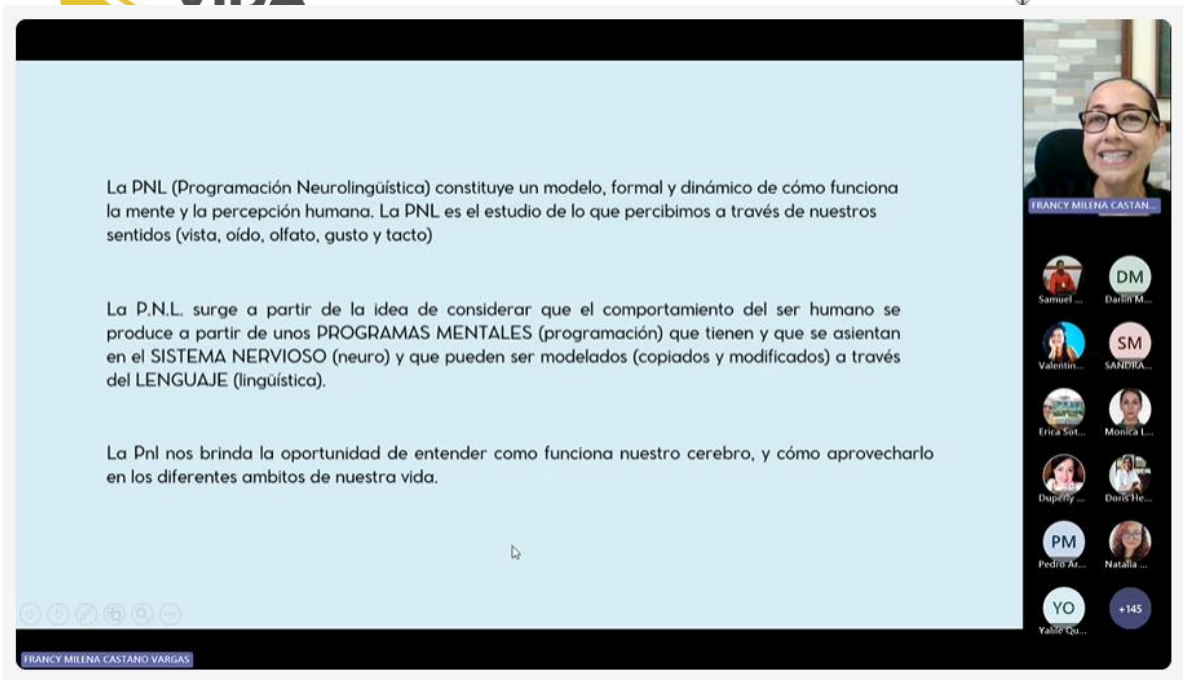
OFICINA DE TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN

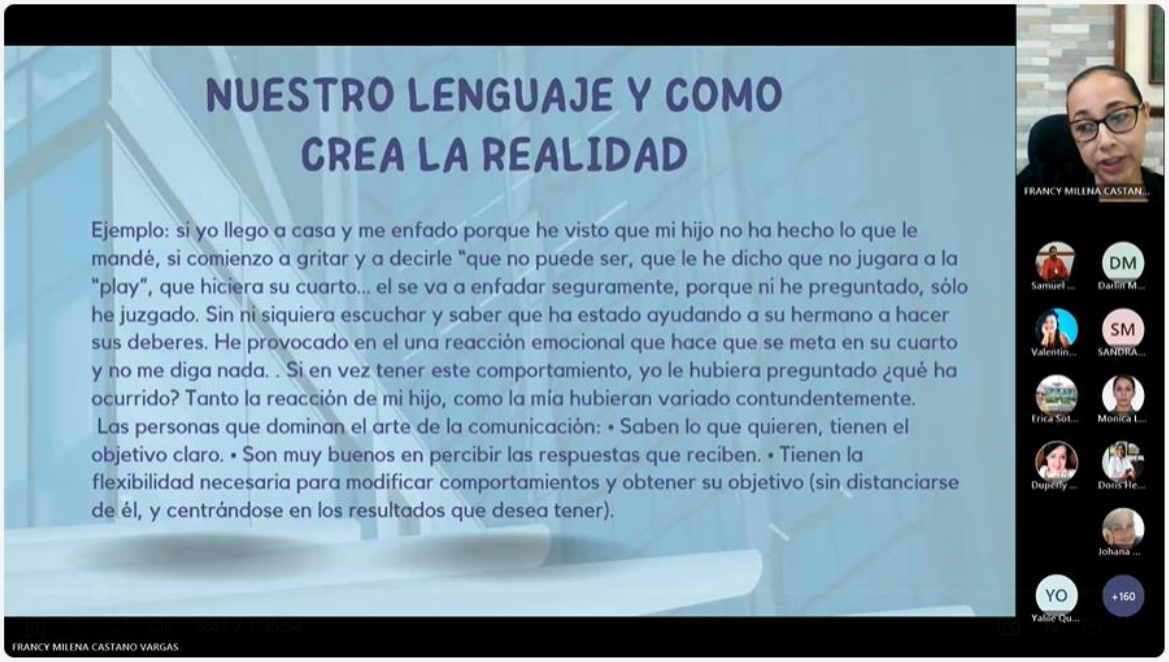
Contratista: Yohan Eduardo Cadena
Área: Arquitectura empresarial - OTI
Fecha: 24 de octubre 2023

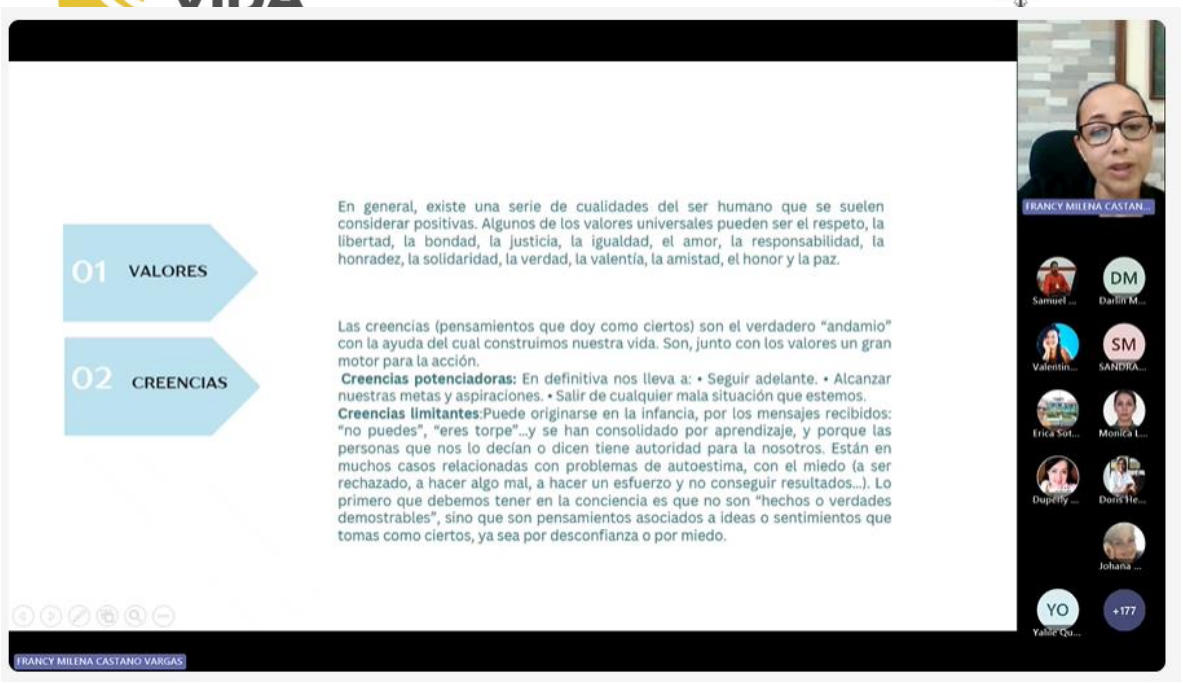
Objetivo de la actividad: Participar en la actividad “Espacio de Diálogo: Neurolingüística para el Trabajo” que convocadas por la entidad en marco del programa de Salud y Seguridad en el Trabajo (SST) el cual se articula con las actividades del SIG.

Evidencia

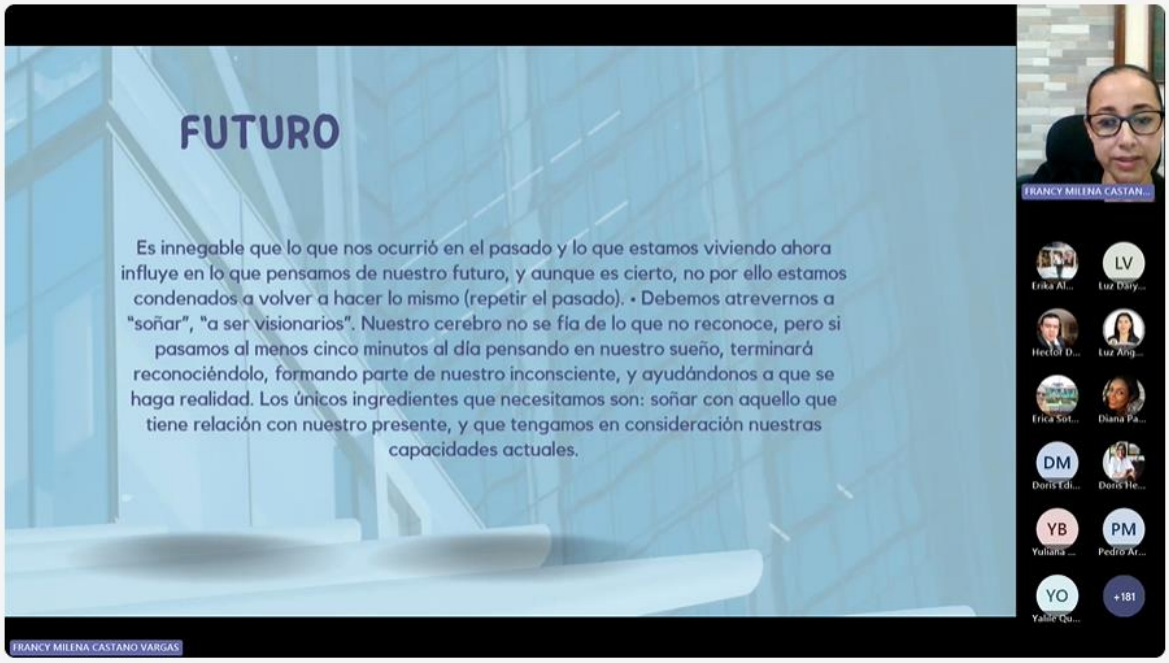


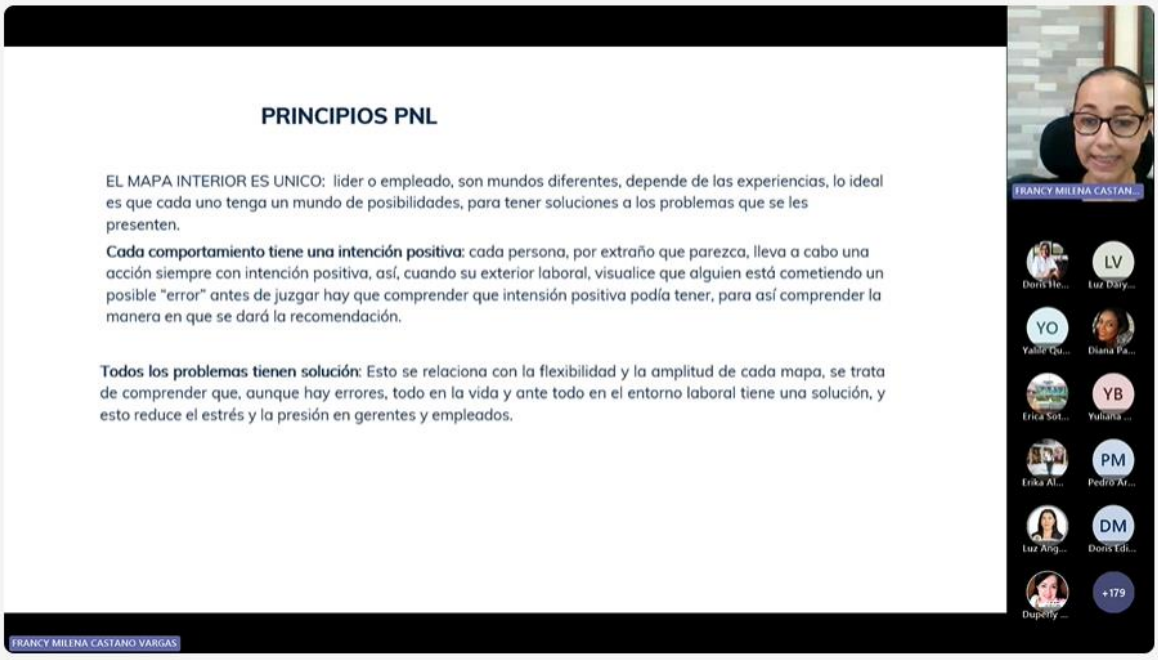

La PNL (Programación Neurolingüística) constituye un modelo, formal y dinámico de cómo funciona la mente y la percepción humana. La PNL es el estudio de lo que percibimos a través de nuestros sentidos (vista, oído, olfato, gusto y tacto)
La P.N.L. surge a partir de la idea de considerar que el comportamiento del ser humano se produce a partir de unos PROGRAMAS MENTALES (programación) que tienen y que se asientan en el SISTEMA NERVIOSO (neuro) y que pueden ser modelados (copiados y modificados) a través del LENGUAJE (lingüística).
La Pnl nos brinda la oportunidad de entender como funciona nuestro cerebro, y cómo aprovecharlo en los diferentes ambitos de nuestra vida.
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS
FRANCY MILENA CASTAN...
DM
SM
PM
YO
+145


NUESTRO LENGUAJE Y COMO CREA LA REALIDAD
Ejemplo: si yo llego a casa y me enfado porque he visto que mi hijo no ha hecho lo que le mandé, si comienzo a gritar y a decirle "que no puede ser, que le he dicho que no jugara a la "play", que hiciera su cuarto... el se va a enfadar seguramente, porque ni he preguntado, sólo he juzgado. Sin ni siquiera escuchar y saber que ha estado ayudando a su hermano a hacer sus deberes. He provocado en el una reacción emocional que hace que se meta en su cuarto y no me diga nada. . Si en vez tener este comportamiento, yo le hubiera preguntado ¿qué ha ocurrido? Tanto la reacción de mi hijo, como la mía hubieran variado contundentemente.
Las personas que dominan el arte de la comunicación: • Saben lo que quieren, tienen el objetivo claro. • Son muy buenos en percibir las respuestas que reciben. • Tienen la flexibilidad necesaria para modificar comportamientos y obtener su objetivo (sin distanciarse de él, y centrándose en los resultados que desea tener).
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS
FRANCY MILENA CASTAN...
DM
SM
YO
+160


01 VALORES
02 CREENCIAS
En general, existe una serie de cualidades del ser humano que se suelen considerar positivas. Algunos de los valores universales pueden ser el respeto, la libertad, la bondad, la justicia, la igualdad, el amor, la responsabilidad, la honradez, la solidaridad, la verdad, la valentía, la amistad, el honor y la paz.
Las creencias (pensamientos que doy como ciertos) son el verdadero "andamio" con la ayuda del cual construimos nuestra vida. Son, junto con los valores un gran motor para la acción.
Creencias potenciadoras: En definitiva nos lleva a: • Seguir adelante. • Alcanzar nuestras metas y aspiraciones. • Salir de cualquier mala situación que estemos.
Creencias limitantes:Puede originarse en la infancia, por los mensajes recibidos: "no puedes", "eres torpe"...y se han consolidado por aprendizaje, y porque las personas que nos lo decían o dicen tiene autoridad para la nosotros. Están en muchos casos relacionadas con problemas de autoestima, con el miedo (a ser rechazado, a hacer algo mal, a hacer un esfuerzo y no conseguir resultados...). Lo primero que debemos tener en la conciencia es que no son "hechos o verdades demostrables", sino que son pensamientos asociados a ideas o sentimientos que tomas como ciertos, ya sea por desconfianza o por miedo.
FRANCY MILENA CASTAN...
DM
SM
+177
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS


RUEDA DE LA VIDA
La Rueda de la Vida
FRANCY MILENA CASTAN...
DM
SM
YB
PM
YO
+191
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS


FUTURO
Es innegable que lo que nos ocurrió en el pasado y lo que estamos viviendo ahora influye en lo que pensamos de nuestro futuro, y aunque es cierto, no por ello estamos condenados a volver a hacer lo mismo (repetir el pasado). • Debemos atrevernos a "soñar", "a ser visionarios". Nuestro cerebro no se fía de lo que no reconoce, pero si pasamos al menos cinco minutos al día pensando en nuestro sueño, terminará reconociéndolo, formando parte de nuestro inconsciente, y ayudándonos a que se haga realidad. Los únicos ingredientes que necesitamos son: soñar con aquello que tiene relación con nuestro presente, y que tengamos en consideración nuestras capacidades actuales.
FRANCY MILENA CASTAN...
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS


PRINCIPIOS PNL
EL MAPA INTERIOR ES UNICO: lider o empleado, son mundos diferentes, depende de las experiencias, lo ideal es que cada uno tenga un mundo de posibilidades, para tener soluciones a los problemas que se les presenten.
Cada comportamiento tiene una intención positiva: cada persona, por extraño que parezca, lleva a cabo una acción siempre con intención positiva, así, cuando su exterior laboral, visualice que alguien está cometiendo un posible "error" antes de juzgar hay que comprender que intensión positiva podía tener, para así comprender la manera en que se dará la recomendación.
Todos los problemas tienen solución: Esto se relaciona con la flexibilidad y la amplitud de cada mapa, se trata de comprender que, aunque hay errores, todo en la vida y ante todo en el entorno laboral tiene una solución, y esto reduce el estrés y la presión en gerentes y empleados.
FRANCY MILENA CASTAN...
FRANCY MILENA CASTANO VARGAS



Cordialmente;

Yohan Eduardo Cadena

Yohan Eduardo Cadena