

Actividad: Objetivos y niveles neurológicos

Esta actividad la podemos hacer por parejas fomentando la comunicación entre el alumnado



La idea de los niveles neurológicos es que, en un ambiente determinado, por ejemplo, un entorno laboral / académico, adoptamos determinados comportamientos; estos, al ser repetidos muchas veces, crean una habilidad; esta a su vez, hace nacer creencias, y de ellas valores. A partir de ahí se crea la creencia del «yo soy», que es la identidad.

Finalmente, cada identidad pertenece a uno o varios sistemas.

- ✓ **Ambiente / Entorno** ¿Cuándo y dónde quieres conseguir tu objetivo?
- ✓ **Comportamientos** ¿Qué acciones piensas que tendrás que desarrollar para llegar?
- ✓ **Habilidades / capacidades** ¿Qué capacidades tuyas te pueden ayudar? ¿Qué nuevas capacidades tendrás que desarrollar para lograrlo?
- ✓ **Creencias** ¿Por qué crees que vale la pena alcanzarlo? ¿Qué será lo más interesante de alcanzarlo?
- ✓ **Valores** ¿Qué valores crees que te pueden ayudar a conseguir este objetivo?
- ✓ **Identidad** ¿Quién eres tú ahora que has alcanzado tu objetivo? ¿Cómo te ves a ti mismo en esos momentos?
- ✓ **Sistema / Contribución** ¿De qué te sientes formando parte? ¿Qué crees que aportarás a los demás?

Video que nos explica: Como trabajar con los niveles neurológicos

https://www.youtube.com/watch?v=ssAF6PT08Y8&feature=emb_logo

Objetivo y niveles neurológicos

- ✓ **Ambiente / Entorno** ¿Cuándo y dónde quieres conseguir tu objetivo?
- ✓ **Comportamientos** ¿Qué acciones piensas que tendrás que desarrollar para llegar?
- ✓ **Habilidades / capacidades** ¿Qué capacidades tuyas te pueden ayudar? ¿Qué nuevas capacidades tendrás que desarrollar para lograrlo?
- ✓ **Creencias** ¿Por qué crees que vale la pena alcanzarlo? ¿Qué será lo más interesante de alcanzarlo?
- ✓ **Valores** ¿Qué valores crees que te pueden ayudar a conseguir este objetivo?
- ✓ **Identidad** ¿Quién eres tú ahora que has alcanzado tu objetivo? ¿Cómo te ves a ti mismo en esos momentos?
- ✓ **Sistema / Contribución** ¿De qué te sientes formando parte? ¿Qué crees que aportarás a los demás?