



## REALIDAD Y OBSERVADOR

No sabemos cómo las cosas son. Sólo sabemos cómo las observamos o cómo las interpretamos. Vivimos en mundos interpretativos.

(Rafael Echeverría)



## Afirmaciones

El mundo antecede a la palabra



## Declaraciones

La palabra modifica el mundo

- ♥ generamos nuevas posibilidades
- ♥ usamos el lenguaje para generar nuevos escenarios



Cada vez que digo "habría que" o "hay que" estoy expresando un simple deseo. Sin acción nada cambiará.

- \* ejemplos
- yo te ayudaré
- voy ejercitarme ahora y cada lunes

## Opiniones

Permite declarar nuestro punto de vista, nuestra postura ante algo. (juicios)

→ Sobre personas, sucesos y cosas

### KOFMAN

un juicio es efectivo/válido si cumple las siguientes condiciones de satisfacción

- ♦ válida (autoridad)
- ♦ fundada (respaldada por datos observables -HECHOS-)
- ♦ estándar
- ♦ accionable (opino para acciones futuras)

- \* ejemplos
- que hermosa lluvia
- hace mucho calor, hace 39º



## MODELOS MENTALES

Son imágenes internas, profundamente arraigadas, de cómo funciona el mundo, imágenes que nos limitan a las formas familiares de pensar y actuar.

Muy a menudo, no somos conscientes de nuestros modelos mentales o los efectos que tienen sobre nuestra conducta.

(Senge, Peter)

