



P.N.L. (Programación NeuroLingüística).

DEFINIMOS OBXECTIVOS:

- Para que pensas que estás aquí??
- Cales son os teus sonhos??
- Que che gustaría acadar nesta primeira sesión?



EXPLORAMOS A REALIDADE:

- En que situación te atopas nestes momentos con relación ao que queres acadar na/s sesión/s??

CREAMOS E DESCUBRIMOS OPCIÓN:

- Que opcións ou alternativos me propós??

- Que máis?



- Que alternativa che gustaría ter ou que che proporcionara?

- Si eu estivera no teu lugar, que me dirías?.

- Que consello lle darías a un amigo na túa situación??



DEFINIMOS O PLAN DE ACCIÓN E AVALIAMOS A MOTIVACIÓN:

- Que cousas ou quen poden axudarte a levar a cabo a túa actividade ou o teu plan??
- Propóñoche ter unha axenda nas miñas sesións, na que organizarás o teu plan semanal ata a próxima sesión...



- **MOTIVACIÓN:**
 - Que obstáculos cres que poden aparecer?
 - Como os superarás, no caso de que aparezan?
 - Que pode ocorrer si fallas?
 - Como valoras a túa motivación diante da proposta que che ofrezco?
 - Que cousas che farán sentirte máis segura?



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN
CEIP SAN MARCOS
San Marcos – CP15318. ABEGONDO. A Coruña.
✉ ceip.san.marcos@edu.xunta.es
☎ 981 673 052 / 📠 981 669 450

- Como saberei que acadache a motivación ou que vamos ben para acadala?

- Podes facer algo mellor??



PARA DEFINIR A IDENTIDADE:

- Que fas tan ben que sorprendes aos demais?
- Segundo as/os túas/teus amigas/os, en que es boa??
- Cal é o teu desexo máis profundo?



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN
CEIP SAN MARCOS
San Marcos – CP15318. ABEGONDO. A Coruña.
✉ ceip.san.marcos@edu.xunta.es
☎ 981 673 052 / 📠 981 669 450

REMATAMOS:

- Cres que deixamos algo importante?

- Que é o que vas a acadar??

- Que che gustaría que dixeran de ti??



XUNTA DE GALICIA
CONSELLERÍA DE EDUCACIÓN
E ORDENACIÓN UNIVERSITARIA

DEPARTAMENTO DE ORIENTACIÓN
CEIP SAN MARCOS
San Marcos – CP15318. ABEGONDO. A Coruña.
✉ ceip.san.marcos@edu.xunta.es
☎ 981 673 052 / 📠 981 669 450

- Que queres ti??
- Cal sería unha boa pregunta para que eu che fixera neste momento??
- Damos por rematada a sesión de hoxe?
- Valórame do 1 ao 10 a túa satisfacción co resultado da sesión de hoxe.