



**INTEGRACIÓN VISUAL DE PARTES
SUBCOSNCIENTES**
Herramienta Neurolingüística

Iván Lentijo Fernández



HIPNOADELGAZAMIENTO®

No Es Una Dieta, Es Un Cambio De Mentalidad Permanente

www.hipnodelgazamiento.com

INTEGRACIÓN VISUAL DE PARTES

Esta herramienta que desbloquea el subconsciente tiene similitudes al “reencuadre en 6 pasos”, con la principal diferencia que se hace de forma visual y utilizando símbolos:

Esta herramienta se utiliza para revelar la existencia de un beneficio secundario (intención positiva del comportamiento no deseado) y se produce una integración entre 2 partes de la personalidad:

la parte que quiere que el problema continúe y

la parte que quiere el cambio.

Durante este proceso se produce una negociación entre las partes para encontrar soluciones al problema de forma conjunta.

Pasos para la integración visual de las partes:

1- Identificar las partes y visualizarlas simbólicamente. La estructura es la siguiente: “Por una parte está (X el comportamiento a cambiar) y por otra parte está (Y el comportamiento deseado).

Se pide a la persona que estire los brazos con las palmas hacia arriba y se le pide que se imagine a cada una de las partes en una de las manos. Se puede imaginar un objeto, un símbolo, un color, una persona, una figura... y se le puede poner un nombre para identificar cada parte.

2- Separar la intención positiva de cada comportamiento. Cada parte tiene una intención positiva al tener un comportamiento determinado (incluso las más destructivas e indefendibles). ¿Qué es lo que estás haciendo para (nombre del cliente) qué es positivo? ¿Cómo le estás ayudando?

3- Buscar el objetivo común de las dos partes (finalmente, el objetivo de las 2 partes es hacer feliz a la persona). ¿Cómo crees que estás ayudando a (nombre del cliente)?

4- Buscar fortaleza de la otra parte que puede utilizarse: ¿Qué es lo que admiras o crees que la otra parte tiene y que te podría ayudar? (por ejemplo: la resistencia, la persistencia, la paciencia, la determinación).



5- Integrar visual y físicamente las dos partes: Hacer que las dos partes (manos con sus símbolos) se unan con una sola intención. “Esas manos empiezan a acercarse cada vez más, mientras se empieza a producir la integración de un nuevo comportamiento más útil. Observa en tu mente esas partes y muestra gratitud por su intención positiva. Porque ahora tienen una intención positiva común. Yo no sé cuál es esa intención pero tu mente subconsciente está trabajando ahora...mientras se produce la integración, esas manos se van acercando lentamente la una a la otra, porque ahora pueden beneficiarse la una de la otra, y cuando esas manos se juntan, se crea una nueva unión con un nuevo comportamiento que se deriva de esa integración mientras mantienen su intención positiva...quizás te sorprende la creación de esa nueva integración entre las partes...y cuando la integración se haya completado, continuaremos”.

6- Instalar la integración dentro de la persona. “ahora puedes empezar a llevar hacia ti esa nueva integración creada de esas 2 partes, mientras las manos están juntas con este nuevo comportamiento que contiene los mejores recursos de cada parte, moviéndose hacia tu pecho, hacia tu corazón...y puedes ahora instalarlo dentro de ti” _

7- Dar sugerencias directas: Los cambios deseados.

8- Implantar los cambios deseados en el futuro (eventos específicos. Años 1, 3, 5), Puente hacia el futuro.



... sobre el autor
IVÁN LENTIJO FERNÁNDEZ

He ayudado a cientos de personas a cambiar su vida, tanto en mi consulta privada cómo en los cursos que imparto internacionalmente. Mi objetivo es ayudarte a que consigas el cambio positivo deseado en tu mente y en tu cuerpo de forma permanente y en el menor tiempo posible.

Además, mi misión es seguir creando una comunidad de Terapeutas y personas especializadas en adelgazamiento que pueda multiplicar mi trabajo y ayudar a muchas más personas de lo que lo podría hacer yo solo. Desde 2011, me he formado en Estados Unidos, Holanda, Inglaterra, Irlanda y España y dispongo de una combinación de herramientas para realizar una intervención psicológica única. Si quieres saber más sobre mi formación, puedes revisar mi perfil profesional en [Linkedin](#)

