

## MODELO DE PARTES

Em PNL, utilizamos habitualmente uma metáfora na qual o sistema de consciência humana é constituído por subsistemas. O sistema de crenças, estados, competências, que formam uma consciência individual é constituído por vários subsistemas que podem operar de forma independente uns dos outros.

Assim, um sistema ou uma “Parte” tem os seus próprios comportamentos, as suas próprias crenças, os seus estados e, algumas vezes, entra em conflito com outras partes.

Um conflito consigo mesmo é como duas pessoas a esticarem uma corda. Normalmente, ocorre entre parte do seu consciente e parte do seu inconsciente.

Quando alguém diz algo como:

“Não era eu...”, “Não sei o que me aconteceu...”, “Parte de mim quer, outra parte não quer...”, a pessoa está a indicar que uma parte está desalinhada com o resto do sistema.

Pense, por exemplo, em alguém que quer parar de beber bebidas alcoólicas porque conscientemente sabe que lhe faz mal, mas não consegue parar de beber pois necessita disso por exemplo para manter uma vida social.

Temos um conflito de partes quando dois mapas de mundo chocam. Eliminamos o conflito ao reconciliarmos os mapas e encontrarmos a intenção comum.

### **Existem dois tipos de conflitos:**

- Em direção a / Em direção a

Quando duas partes que querem dirigir-se para um determinado objetivo entram em conflito. Por exemplo, quero desenvolver a carreira profissional e quero dar atenção à família, estando presente e não conseguir fazer uma delas, tão bem quanto desejaria.

- Em direção a / a afastar-se de

Quando uma parte se quer dirigir para um objetivo e outra parte quer afastar-se do resultado. O padrão de sabotagem é o melhor exemplo disso.