

PNL

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

OBJETIVOS

Historia de la PNL

Entender para qué puede servir la PNL y sus aplicaciones personales y profesionales.

Tomar contactos con las estrategias de la PNL.

Desarrollar mayor flexibilidad emocional y de conducta en diferentes contextos.

Identificar objetivos concretos y encontrar los recursos necesarios para conseguirlos.

Aprender a comunicarnos con nosotros mismos y con los otros.

Identificar creencias que limitan e impiden el crecimiento personal.

Identificar las tareas para pasar del estado actual al estado deseado.

METODOLOGÍA

Combinación de la teoría y la práctica por igual para estimular el aprendizaje de las distintas técnicas y dinámicas de la PNL.

Se utilizan distintos enfoques psicológicos: Conductual, Cognitivo-Conductual, Psicología Positiva y Gestalt. Intervenciones activas de todos los participantes para el desarrollo de actitudes y aptitudes dirigidas a obtener lo mejor de cada persona.

DIRIGIDO A:

Personas interesadas en mejorar su comunicación y eficacia personal y profesional.

Profesionales que están en contacto con personas o equipos (profesores, psicólogos, médicos, atención al cliente, comerciales, etc.)

PROGRAMA

1. FUNDAMENTOS DE LA PNL

- ORIGEN DE LA PNL.
- ¿QUÉ ES LA PNL?
- PRESUPOSICIONES BÁSICAS DE LA PNL.

2. CANALES SENSORIALES

- ¿CÓMO SE RECONOCEN LOS CANALES SENSORIALES?
- ¿QUÉ ES LA EMPATÍA?
- FORMAS DE OBTENER EMPATÍA.

3. TAREAS PARA EL CAMBIO

- SUB-MODALIDADES.
- POSICIONES PERCEPTIVAS.
- ANCLAJES.
- PUENTE AL FUTURO.

4. TAREAS PARA UNA BUENA COMUNICACIÓN

- METAMODELO DEL LENGUAJE.
- ESTRATEGIAS DE ÉXITO MODELADO

..... DURACIÓN: 16 HORAS

