

PRACTITIONER EN PNL

HORAS DE FORMACIÓN

El contenido teórico y práctico de este curso se impartirá en 90 horas.



Curso avalado por la Asociación Española de PNL

NIVEL DE ACCESO

Para realizar este curso no es necesario ningún conocimiento previo de Programación Neurolingüística. Este curso es la base para posteriores formaciones en PNL.

El curso va dirigido a cualquier persona que desee incrementar sus recursos y su capacidad de comunicación en cualquier ámbito de su vida.

El curso de Practitioner de PNL es el Primer Nivel Oficial de la formación en PNL

OBJETIVOS DEL CURSO:

- Incrementar la capacidad de comunicación, tanto a nivel personal como a nivel profesional.
- Acceder a los recursos internos para gestionar nuestros conflictos internos y externos.
- Aumentar nuestra autoestima, mejorar nuestras relaciones y saber diseñar un plan para poder alcanzar nuestros objetivos.
- Experimentar bienestar, seguridad, confianza y alegría
- En definitiva, conseguir comprender como organizamos y gestionamos la información para comunicarnos mejor y de este modo desarrollar la excelencia personal

Programa del contenido del Practitioner en PNL

Historia y evolución de la PNL: conoce de dónde procede la PNL, quién la creó y sus primeros pasos.

Presuposiciones de la PNL: son creencias básicas que te van a ayudar a mejorar tu comunicación contigo y con los demás. Ayudándote también a generar una gran autoestima.

Empatía: ¿cómo ponernos en los “zapatos del otro”? Aprender a establecer empatía verbal y no verbal. Poner en práctica la escucha activa y el feedback (realimentación).

Canales VAC: los canales sensoriales: vista, auditivo y cinestésico (tacto, gusto y olfato), otra manera de comunicarnos con el mundo. ¿Cuál es tu preferida?

Metamodelo: ¿Qué preguntas necesitamos hacer para comprender al otro? ¿Cómo hacerlas para detectar la realidad de la otra persona? Entender lo que omite o exagera nuestro interlocutor.

Consecución de Objetivos: aprender a definir nuestros objetivos y crear un plan de acción para llevarlos a cabo. Tanto a nivel personal como a nivel profesional.

Anclajes: crear estados potenciadores a través de los reflejos condicionados. Utilizamos la memoria de nuestro cuerpo para que nos transmita el recurso que necesitamos en un determinado momento.

Submodalidades: llegamos a cambios importantes de nuestra percepción utilizando las submodalidades. Son sencillamente los atributos de cada uno de los canales sensoriales. Ejemplo: en el canal de la vista serían el brillo, el color, la tonalidad, el tamaño, etc.

Resolución de conflictos: aprendemos a tratar los conflictos, tanto internos como externos. Utilizando técnicas para comprender, mejorar y solucionar un conflicto.

Estrategias: fórmulas para alcanzar los estados de motivación, de creatividad y de aprendizaje que necesitamos para avanzar en cualquier área de nuestra vida.

Inteligencia emocional: aprendemos a gestionar nuestras emociones y a entender las de los demás.

Metáforas: Nos van a ayudar a solucionar problemas y a entender a nuestro subconsciente. Podemos desbloquear situaciones utilizando metáforas, cuentos o historias ya sean conocidas desde siempre o bien inventadas por nosotros.

Creencias: Identificación y cambio de creencias limitantes. Recuerda, una creencia no es una idea que tú tienes, una creencia es una idea que te tiene a ti.

Línea del tiempo: La forma en cómo organizamos el tiempo en nuestra mente es clave para poder aplicar nuevos recursos a situaciones pasadas, presentes o futuras.

Niveles Neurológicos: esquema de orientación práctica que permite ayudar a otra persona a realizar los cambios necesarios para mejorar o solucionar una situación.

Metaprogramas: sirven para explicar y comprender cómo funciona una persona en un contexto dado. Son fundamentales para alcanzar la excelencia en comunicación y motivar a nuestro interlocutor

Hipnosis Ericksoniana y Autohipnosis: conecta con tus propios recursos y accede a la información y las soluciones que te va a dar tu subconsciente. Se realiza a través de un lenguaje sugestivo y vago. Va directamente a crear un estado de relajación propicio para que pueda parar nuestra mente racional.