

Practitioner en PNL

Avalado por la AEPNL



La PNL nos enseña a poner la atención en el cambio, descubriendo qué es lo que queremos y cómo lo podemos lograr. Así pues, nos ofrece una serie de estrategias que nos ayuden a lograr dicho cambio. Además nos permite integrar el nuevo aprendizaje para que podamos utilizarlo en otros momentos del futuro.

A través de la PNL llegamos a conocer cómo es nuestra realidad y qué nos gustaría cambiar. Nos permite indagar en nuestro mundo interior para llegar a descubrir nuestros grandes recursos internos y nos enseña la forma de poder utilizarlos para poder transformar nuestra realidad y crear la vida que realmente deseamos vivir.

¿A quién va dirigido?

El programa está dirigido a todas las personas que, por su desempeño profesional y sus expectativas de desarrollo personal, requieren de una serie de herramientas que les permita optimizar sus recursos y lograr un mayor éxito en el ámbito laboral y personal.

- Profesionales que trabajen con personas: coaches, psicólogos, terapeutas, formadores...
- Personas en busca de un crecimiento interno.

PRO GRA MA

1. Introducción a la PNL

El primer módulo está enfocado a tener un primer contacto con la PNL. Comenzaremos con ejercicios sencillos que te permitan conocer tu forma particular de percibir el mundo.

Conocerás los diferentes niveles de tu personalidad, viendo qué aspectos son los que necesitas mejorar.

- ¿Qué es la Programación Neurolingüística?
- ¿Qué significa PNL?
- Las presuposiciones.
- El mapa no es el territorio.
- Los niveles neurológicos.
- Analizar una situación desde los diferentes niveles neurológicos.
- El aprendizaje.
- Niveles lógicos del aprendizaje.
- Estado emocional y aprendizaje.
- Sistemas representacionales.
- Los predicados.
- Las pistas de acceso ocular.
- El modelo C.O.A.L.A

- Lista de submodalidades.
 - Las submodalidades.
 - Sinestias o efectos sinérgicos.
 - Asociación – Disociación.
 - Práctica asociado/disociado.
 - Aplicaciones prácticas de submodalidades.
 - Modelo asociación/disociación.
 - Ejercicios de submodalidades:
 - * Modificar recuerdos desagradables.
 - * Transformar la confusión en comprensión.
 - * Control de estados.
 - * El swish
-

2. La comunicación

Algo que deberíamos tener muy en cuenta las personas, es nuestra forma de comunicarnos. Comunicar es mucho más que hablar.

Adquirirás la habilidad de hacer llegar tu mensaje conociendo estrategias que te permitirán poder liderar.

Aprenderás a ponerte en la posición del otro y en la de un observador neutral, lo que te permitirá llegar a comprender a tu interlocutor y poder así, solucionar conflictos.

- Elementos de la comunicación.
- Requisitos para lograr una buena comunicación.
- Comunicación analógica/digital.
- La escucha activa
- La calibración. El acompasamiento.
- El liderazgo. Posiciones perceptivas.
- Prácticas de las posiciones perceptivas.
- Jugando con las posiciones.
- Señal de congruencia e incongruencia interna en la comunicación.

3. Estados internos

- Ejercicio de valoración desde 2ª posición.
- Ejercicio de valoración desde 3ª posición.
- Ejercicio de valoración desde 1ª, 2ª y 3ª posición.
- Comunicación eficiente/ineficiente.
- La comunicación con uno mismo.

Si queremos tener éxito en nuestras acciones, debemos prestar especial atención a nuestras emociones, aceptándolas y descubriendo el mensaje que encierran. Aprenderás a instalar anclajes que te harán cambiar emociones limitantes y a poder acceder a estados de recursos de una forma muy rápida y eficaz. Al trabajar las emociones tendremos muy en cuenta la capacidad de vivir el momento presente.

Ello te permitirá estar más tranquilo, ser mucho más receptivo de lo que acontece en tu entorno y mucho más competente en lo que hagas. Así pues, haremos especial hincapié y desarrollaremos la habilidad de poner la atención en el aquí y ahora.

- La Programación Neurolingüística y la modificación de la conducta.
 - Macroconducta y Microconducta.
 - Los estados internos.
 - Como creamos nuestros estados internos.
 - Descubrir lo que encierran nuestras emociones.
 - Mantener la calma en situaciones de estrés.
 - Cambiar nuestro estado emocional a través de la fisiología.
 - Anclajes.
 - Modo de establecer un anclaje.
 - Anclaje de recursos.
 - Apilamiento de anclajes.
 - Anclajes encadenados.
 - Encadenar recursos para lo que ya hacemos bien.
 - Colapso de anclajes.
-

4. El cambio

El proceso del cambio es inevitable y permanente.

En este módulo profundizaremos en el cambio y en cómo podemos gestionarlo para lograr una mayor realización y crecimiento personal.

Descubrirás tus metas y la forma de poder alcanzarlas, también podrás trabajar las resistencias internas que solemos proyectar en forma de obstáculos.

- Cambio remediativo-generativo-evolutivo.
- Ecología del cambio. Objetivos.
- Requisitos a tener en cuenta en el establecimiento de objetivos.
- Condiciones de la buena forma.
- Recursos ¡Cómo conseguirlo!
- La dirección y el objetivo.
- Aclarando la dirección.
- Objetivos personales.
- Modelo S.C.O.R.E.
- Generador de comportamiento.

5. Metamodelo

Además de conocer y llevar a la práctica las técnicas de la comunicación analógica (no verbal), también aprenderás a utilizar el lenguaje de una forma muy precisa.

- El lenguaje. La reformulación.
- De la estructura superficial a la estructura profunda.
- Los principios del modelado. Metamodelo del lenguaje.
- Algunos consejos para el uso elegante del metamodelo.
- Explorando como hacemos un todo. Generalizaciones.
- Prácticas del metamodelo. Generalizaciones.
- Explorando las partes del mapa. Omisiones.
- Prácticas del metamodelo. Omisiones.
- Explorando las relaciones del mapa. Distorsiones.
- Prácticas del metamodelo. Distorsiones

6. Creencias y Valores

El conocimiento de uno mismo es esencial para saber que es lo que deseamos en nuestra vida.

En este módulo podrás identificar tus creencias y valores, también trabajarás con tus creencia limitantes y llegarás a solucionar conflictos internos.

- Creencias y valores.
- Tipos de creencias. Niveles de creencias.
- Formación de creencias.
- Ejercicio para instalar una nueva creencia.
- Cambio de creencias con submodalidades.
- Los valores. Tipos de valores.
- Ejercicio para descubrir los valores personales.
- Clarificación de valores. Jerarquía de valores.



7. Técnicas de ayuda

Comenzaremos a realizar prácticas más complejas que te ayudarán a: desarrollar la creatividad, encontrar soluciones en situaciones problemáticas, trabajar conflictos internos...

- Cómo crear una relación de ayuda.
- Inducir y guiar en PNL.
- El reencuadre.
- Reencuadre de significado.
- Reencuadre de contexto.
- Reencuadre de seis pasos.
- Integración de partes.
- Las estrategias.
- El modelo P.O.P.S.
- Conexiones secuenciales o digitales.
- Conexiones simultáneas o analógicas.

8 y 9 Técnicas de ayuda

- Notación formal básica de una estrategia.
- El modelo R.O.L.E.
- El proceso de la estrategia.
- Detección de estrategias.
- Estrategia de motivación.
- Estrategia creatividad Disney

Profundizaremos más en los conceptos y los llevaremos a la práctica de una forma más minuciosa y precisa que te permitan:

- Eliminar fobias.
- Llegar al origen de las emociones limitantes.
- Superar traumas.
- Recodificar recuerdos para cambiar conductas.
- Descubrir tu línea del tiempo y realizar cambios en ella.
- La línea del tiempo.
- Diferencias entre la forma de alinear el tiempo.
- Distintos modelos de organización temporal: pasado, presente y futuro.
- Aprender a diferenciar el tiempo interno.
- Submodalidades solapadas y línea del tiempo.
- Diseñando el futuro.
- Recursos y línea del tiempo.
- Técnica resumida para miedos, traumas y fobias.
- Investigación transderivacional.
- Cambio de historia.
- Cambio de historia con submodalidades.
- Alineación de los niveles neurológicos.

Precio

1200€

Reserva de 180€ y 3 cuotas de 340€ (julio, agosto y septiembre)

Horario

Inicio 01 de julio

Lunes y martes de 16'30h a 21'30h

Se aplicará un descuento del 50% a los alumnos que
deseen repetir el curso.

Certificación

Al finalizar el curso se realiza un trabajo para obtener el diploma
PRACTITIONER avalado por el INSTITUTO KERN y por la AEPNL
(ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE PNL)

www.aepnl.com

Formadora

Pepa Kern

Trainer en PNL

Socia-Didacta AEPNL

JULIO 2019						
L	M	X	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SEPTIEMBRE 2019						
L	M	X	J	V	S	D
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						