



## Curso «Programación neurolingüística para el crecimiento personal»

Objetivo general	
	Utilizar algunas de las herramientas de la programación neurolingüística para acceder a estados de plenitud.
Objetivos específicos	
	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Mejorar de la comunicación intra e interpersonal</li><li>▪ Identificar el estado de la mente</li><li>▪ Cambiar el estado emocional</li><li>▪ Analizar la realidad presente</li><li>▪ Clarificar los objetivos personales</li><li>▪ Desarrollar los recursos necesarios para el logro de objetivos</li><li>▪ Conocer y manejar herramientas para mejorar el desempeño profesional</li></ul>
Contenido temático	
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Elementos básicos de la PNL<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ¿Qué es la PNL?</li><li>▪ Componentes básicos de PNL</li><li>▪ Supuestos básicos de PNL</li><li>▪ Niveles neurológicos de PNL</li></ul></li><li>2. Nuestros mapas y filtros<ul style="list-style-type: none"><li>▪ ¿Cómo hacemos los mapas mentales?</li><li>▪ Percepción<ul style="list-style-type: none"><li>○ Sistemas representacionales. Ejercicio</li><li>○ Modalidades y submodalidades</li><li>○ Predicados. Ejercicio</li><li>○ Pistas de acceso ocular. Ejercicio</li><li>○ Pistas de exploración</li></ul></li><li>▪ Posiciones preceptuales. Ejercicio</li><li>▪ Cambios de estado. Ejercicio</li></ul></li><li>3. Especificación de la información<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Metamodelo</li><li>▪ La estructura profunda y superficial del lenguaje</li><li>▪ Especificación de contexto y del proceso</li><li>▪ Identificación de indicadores. Ejercicio</li></ul></li><li>4. Propiciando los cambios<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Objetivos<ul style="list-style-type: none"><li>○ Estructura</li><li>○ Chequeo ecológico. Ejercicio</li></ul></li></ul></li></ol>



	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Aprender, desaprender y reaprender<ul style="list-style-type: none"><li>○ Disposiciones emocionales que dificultan el aprendizaje</li><li>○ Disposiciones emocionales que facilitan el aprendizaje.</li></ul></li><li>Ejercicio</li><li>5. Cambio generativo<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Información por medio de los sentidos. Herramienta</li><li>▪ Cambio de estados emocionales. Herramienta</li><li>▪ Cartografiar experiencias. Herramienta</li><li>▪ El logro de objetivos. Herramientas</li><li>▪ Cambiar la historia personal</li><li>▪ Generando nuevos comportamientos</li></ul></li><li>6. Herramientas para mantener un buen estado<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Anclajes. Herramienta</li><li>▪ Añadidura de recursos. Herramienta</li><li>▪ Círculo de excelencia. Herramienta</li><li>▪ Contextualización de un cambio a futuro. Herramienta</li><li>▪ Técnicas para generar alternativas. Herramienta</li><li>▪ Escuadre como sí</li><li>▪ Nuevo generador de conductas</li><li>▪ Estrategias para responder a las críticas</li></ul></li></ul>
<b>Metodología</b>	
	La didáctica del curso considera 30% de teoría para contextualizar cada uno de los temas y 70% de práctica que prevé el entrenamiento del participante en la utilización de las herramientas de la PNL. Su participación será individual y en grupos pequeños; se busca un entrenamiento vivencial que propicie su motivación e interés para el crecimiento personal.
<b>Duración</b>	
	30 horas