

Català

PROGRAMACIÓ NEUROLINGÜÍSTICA

El curs de Programació neurolingüística de 30 hores et permetrà obtenir els aprenentatges més precisos per a la detecció i modificació de patrons en les relacions i experiències humanes.

Objectius generals del curs

- Aprendre a gestionar recursos davant dificultats relacionals i situacionals.
- Treballar amb eines de PNL per incrementar la comunicació, la relació d'ajuda, la creativitat i l'excel·lència personal i professional (disseny d'objectius-metes)

Contingut general del curs

Que és PNL?

- Pressupostos bàsics de la PNL
- Què és el mapa?
- Disseny i consecució d'objectius
- Calibratge i agudesa sensorial
- Experiència sensorial versus al·lucinació (afirmacions i interpretacions)
- Nivells de competència en l'aprenentatge
- Comunicació verbal, no verbal i metafòrica
- Submodalitats pel canvi

Sobre comunicació

- La comunicació humana
- Construccions lingüístiques. Meta-model.
- Sincronia i rapport
- Acompanyament verbal i no verbal
- Coherència – incoherència
- La reformulació
- Triple posició perceptiva
- Sistemes representacionals

Sobre la relació d'ajuda

- Triple posició perceptiva.
- Polaritats. Exercici per integrar contradiccions.
- La comunicació en la relació d'ajuda moderna.
- Abordatge de conflictes interpersonals

Sobre excel·lència personal

- Jerarquia de valors
- Condicions de bona formulació i realització d'objectius
- Nivells neurològics
- Estratègia de creativitat
- Ecologia de vida

Castellà

PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

El curso de Programación neurolingüística de 30 horas te permitirá obtener los aprendizajes más precisos para la detección y modificación de patrones en las relaciones y experiencias humanas.

Objetivos generales del curso

- Aprender a gestionar recursos ante dificultades relacionales y situacionales.
- Trabajar con herramientas de PNL para incrementar la comunicación, la relación de ayuda, la creatividad y la excelencia personal y profesional (diseño de objetivos-metas)

Contenido general del curso

¿Qué es PNL?

- Presupuestos básicos de la PNL
- ¿Qué es el mapa?
- Diseño y consecución de objetivos
- Calibración y agudeza sensorial
- Experiencia sensorial versus alucinación (afirmaciones e interpretaciones)
- Niveles de competencia en el aprendizaje
- Comunicación verbal, no verbal y metafórica
- Submodalidades por el cambio

Sobre comunicación

- La comunicación humana
- Construcciones lingüísticas. Meta-modelo.
- Sincronía y rapport
- Acompañamiento verbal y no verbal
- Coherencia incoherencia
- La reformulación
- Triple posición perceptiva
- Sistemas representacionales

Sobre la relación de ayuda

- Triple posición perceptiva.
- Polaridades. Ejercicio para integrar contradicciones.
- La comunicación en la relación de ayuda moderna.
- Abordaje de conflictos interpersonales

Sobre excelencia personal

- Jerarquía de valores
- Condiciones de buena formulación y realización de objetivos
- Niveles neurológicos
- Estrategia de creatividad
- Ecología de vida