# Formación en Psicología Holística
# Bloque *PNL Programación Neurolingüística*

**Directora de la formación:** Charo Cuenca Ruiz.
**Coordinadora:** Adriana Marqueta Baile.
**Docentes:** Profesionales del equipo de formadores de la AEPH.
**Entidad organizadora:** AEPH, Asociación Española de Psicología Holística.

## Introducción

La programación neurolingüística tiene sus comienzos en el trabajo, a comienzo de los años setenta, de Richard Bandler (informático y psicoterapeuta) y John Grinder (catedrático universitario de lingüística) como «modeladores de comportamiento» o de conducta.
Estos dos científicos se interesaron por **cómo** funcionaban las cosas, más que por las explicaciones teóricas. Inicialmente modularon a los comunicadores y terapeutas más eficaces de EE.UU. y descubrieron «patrones funcionales» similares.
Desde la gama de destrezas y habilidades que sintetizaron e integraron al desarrollar este trabajo, crearon la programación neurolingüística.

La PNL se define de esta manera:

***Programación:*** porque estamos programados por nuestros recuerdos, creencias, patrones de aprendizaje... y podemos reprogramarnos para desactivar programas limitantes.
***Neuro:*** porque el cerebro genera redes neurológicas donde se alojan representaciones de lo percibido, mapas de la realidad, diferentes para cada uno... y esas redes se pueden cambiar.
***Lingüística:*** porque el lenguaje estructura y es estructurado por nuestro proceso de pensamiento, sostiene nuestra conducta y disposición ante la vida... y podemos cultivar un lenguaje nuevo.

## Presentación

**La PNL Transpersonal** es un desarrollo de la última generación de PNL y plantea una concepción holística y unitiva del ser humano.
Pretendemos que cada participante trabaje de una forma sistémica, en la que el campo relacional sea relevante y en la que se contemplen y trabajen los planos físico, mental, emocional, energético (o de campo) y esencial.

## Metodología

Exposición teórica de los contenidos fundamentales de la PNL y ejercicios prácticos de asimilación. **Se trabajarán herramientas y técnicas de aplicación para el contexto profesional.**

## Objetivos

Estos dos módulos de 26 horas están integrados dentro del programa certificado de Practitioner en PNL del Instituto de potencial humano (115 horas lectivas totales incluyendo el curso introductorio), cuyos objetivos globales son:

- Observar, explorar e investigar, **cómo** piensa, siente y actúa en determinados entornos y situaciones.
- Toma conciencia de **qué** hace y, en algunos casos, de qué intención positiva le ha motivado a hacerlo así.
- Práctica una técnica de cambio ejerciendo el papel de guía y de explorador para integrar la experiencia desde ambos roles.

## Contenidos

### **Módulo 1**› Mejora tu comunicación interna –con uno mismo– y externa –con los demás–

- El modelo de la comunicación en PNL.
- Cómo lograr una comunicación eficaz en las relaciones personales y superar barreras y dificultades.
- Comunicación analógica y digital.
- El arte de calibrar y acompasar.
- Los Predicados y los movimientos oculares.
- El espacio personal.
- Técnicas de escucha y feedback.
- Cómo superar conflictos de comunicación.
- Metamodelo del lenguaje: para descubrir y transcender las limitaciones que nos auto imponemos con las palabras.

### **Módulo 2**› Cómo cumplir los propósitos y lograr tus objetivos

- Cómo diseñar objetivos ecológicos atendiendo al sentido de la vida.
- Descubre cómo piensas y su relación con tu dirección, estrategia, propósitos y objetivos.
- Los motores del cambio: alejamiento y acercamiento.
- El Anclaje, una herramienta para potenciar tus recursos.
- La intención positiva de los comportamientos.
- Cuestionario de la buena formulación de objetivos.
- Las diferencias entre el lenguaje verbal y el del cerebro.

## Organización general del curso

Este bloque se realiza en dos módulos de fin de semana en dos meses consecutivos, uno cada mes.

**Horarios**

Viernes de 16.00 a 21.00 horas.
Sábados de 10.00 a 14.00 horas y de 16.00 a 20.00 horas.

**Acreditación:** mediante diploma de asistencia y aprovechamiento de la AEPH.

---

Asociación Española Psicología Holística

**Información e inscripciones**

AEPH, Asociación Española de Psicología Holística
www.apsicologiaholistica.com
info@apsicologiaholistica.com
T. 608 779 418

*Inscrita en el Registro Nacional de Asociaciones:*
*Grupo 1 – Sección 1 – Número Nacional: 598953*