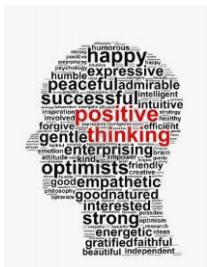


# "PNL: una herramienta para mejorar la Comunicación"

Programa para desarrollar la consciencia de cómo las personas actuamos y poder mejorar nuestras relaciones con nosotros mismos y con nuestro entorno

[www.coachingcatalunya.com](http://www.coachingcatalunya.com)



*La PNL estudia como pensamos, actuamos, aprendemos, obtenemos los recursos, dirigimos los objetivos, para mejorarlos y conseguir que lleguemos a la excelencia*

## CONTENIDOS Y OBJETIVOS

1. **¿Cómo hago una película de lo que me pasa?:** Diferenciar entre la Realidad y la interpretación subjetiva de la misma
2. **¿Cómo percibo el mundo exterior?:** Conocer los sistemas y canales de percepción de la información y estímulos que llegan hasta la persona.
3. **¿Cómo me comunico y puedo llegar a conectar con los demás?:** Profundizar y practicar la Comunicación Verbal y No Verbal
4. **¿Cómo me posiciono ante las situaciones y Cómo cambiar mi impresión negativa de otra persona?:** Identificar las Posiciones Perceptivas, Etiquetas y la Intención Positiva.
5. **¿Cómo puedo afrontar una situación con más Recursos?** Integrar Anclas que proporcionen recursos extras en situaciones difíciles.

## ÁMBITOS DE APLICACIÓN Y BENEFICIOS

- **Ventas:** sintonizar con el cliente, captar sus necesidades, comunicar con eficacia
- **Docencia:** clases diferentes y provechosas, empatía con los alumnos y padres
- **Salud:** comprender al paciente, acompañarle
- **Liderazgo:** llegar a la excelencia
- **Equipos trabajo:** crear clima y compromiso, motivar, gestión de conflictos
- **Empresa:** objetivos, creatividad, flexibilidad
- **Personal:** mejorar la seguridad y confianza, el autoconocimiento, la regulación emocional, la consciencia sobre pensamiento y actuación
- **Otros:** cualquier ámbito donde la comunicación y las relaciones sean aspectos primordiales.

