

Master PNL

Percorso Formativo di
Crescita Personale

www.aiocitalia.it





Descrizione

La PNL è il processo attraverso cui scoprire come pensiamo, come comunichiamo e come agiamo, così da poter cominciare a farlo con successo. Tutti pensiamo, comunichiamo e agiamo ma il punto cruciale è: lo facciamo nel modo corretto?

La PNL è un atteggiamento caratterizzato da curiosità e desiderio di imparare le abilità necessarie a comprendere noi stessi e gli altri.

La PNL è una metodologia che consente di osservare modelli di successo e riconoscere gli schemi di pensiero, comportamentali e comunicativi.

La PNL è una tecnologia che racchiude in sé sistemi, strategie e abilità che consentono di organizzare le informazioni e le percezioni in modo da raggiungere risultati migliori. Senza il giusto atteggiamento le tecniche resteranno tecniche e non produrranno i risultati sperati.

Il Master in PNL è il corso completo in Programmazione Neuro Linguistica che ti porterà a padroneggiare le tecniche e i modelli di comunicazione verbale e non verbale per il tuo successo personale e per influire positivamente sulla vita di chi ti è vicino.

I 5 Pilastri

Il Master è formato da 5 pilastri fondamentali che insieme andranno a comporre le competenze indispensabili e fondamentali per poter applicare in tutte le sue potenzialità la PNL.

1. FONDAMENTI

Conoscere e comprendere gli assunti di base della PNL attraverso dei compiti e degli esercizi quotidiani in modo da mettere subito in pratica gli aspetti basilari del metodo. Dopo qualche giorno di applicazione sarai in grado di analizzare i tuoi comportamenti e quelli degli altri con occhi diversi. Questo percorso introduttivo ti inizierà al mondo della PNL per cominciare, fin da subito, a toccare con mano gli aspetti più importanti e fondamentali, riportandoli nel quotidiano per massimizzare l'apprendimento e imparare sul campo. Preparati a questa rivoluzione interiore e a scoprire il segreto del vivere bene, ossia vivere la vita cercando di trarre sempre il massimo, sia per te ma soprattutto per le persone che ti stanno intorno.

2. COMUNICAZIONE

L'intero modo in cui una persona si muove parla ed agisce è comunicazione. Comunichiamo sempre, sia quando parliamo sia quando non lo facciamo. Oltre alle parole, come ci esprimiamo attraverso la voce e la gestualità del nostro corpo fa la differenza. Ma il significato di ogni comunicazione è dato dalla risposta che si ottiene e assumersi la responsabilità della propria comunicazione è uno dei primi passi verso il proprio successo personale e professionale. In questo modulo imparerai a conoscere gli strumenti che renderanno la Tua comunicazione efficace, assertiva e persuasiva. Ottenendo così risultati straordinari nei diversi contesti della vita.



3. OBIETTIVI

Fissare gli obiettivi è essenziale per ottenere ciò che vogliamo nella nostra vita, ed è uno dei principi fondamentali del successo. Trasformare il desiderio in un obiettivo è il primo passo perché questo si trasformi in realtà. La PNL studia da 50 anni le migliori strategie per raggiungere gli obiettivi.

"Le vostre convinzioni sono in grado di intrappolarvi o di rendervi liberi"

Richard Bandler

4. RILASSAMENTO PROFONDO ED AUTOIPNOSI

L'ipnosi e il rilassamento profondo sono quell'insieme di tecniche, procedure e fenomeni che possono metterci in contatto con le nostre dimensioni più profonde e di ristabilire un equilibrio nelle nostre emozioni e nella nostra relazione con noi stessi e con gli altri.

L'ipnosi, o l'autoipnosi, ed il rilassamento profondo permettono, inducendo la trance, di rendere possibile il dialogo tra se stessi ed il proprio inconscio o tra chi conduce e l'inconscio del cliente. Ciò avviene attraverso tecniche sequenziali e riproducibili che, grazie a questo modulo, possono essere apprese in tutte le loro fasi.



5. TECNICHE AVANZATE

In questo modulo tratteremo in chiave pratica attraverso esercizi specifici i temi basati sulla creatività, sulla libertà, sull'autostima, sulle scelte e quindi sul coraggio. I fondatori della PNL, infatti, hanno coniato questo termine (Programmazione Neuro Linguistica) proprio per evidenziare un collegamento tra i processi neurologici (neuro), il linguaggio (linguistica) e i vari schemi comportamentali che sono stati appresi solamente con l'esperienza (programmazione).

“La convinzione in merito al fatto che sia possibile farcela è fondamentale affinché tu possa permetterti di compiere le azioni necessarie a farlo.”

Richard Bandler

Tutoraggio, esami e votazione finale

Ad ogni studente verrà affiancato un tutor qualificato che lo seguirà durante tutto il suo percorso di apprendimento e che gli darà sia supporto tecnico che supporto didattico. Alla fine di ogni modulo didattico l'allievo dovrà sostenere una prova scritta, la votazione finale sarà calcolata considerando la media di tutti i voti ottenuti nelle singole unità formative.





Programma

FONDAMENTI

- Introduzione alla pnl
- La pnl come modello
- Presupposizioni ed ecologia della pnl
- Principi base di comunicazione
- Il dialogo interiore e le credenze autolimitanti
- Il reincorniciamento
- I sistemi rappresentazionali
- Il rapport
- Approfondimento del linguaggio di comunicazione
- Il modellamento dell'eccellenza
- Gli atteggiamenti fondamentali per avere successo
- Obiettivi: come stabilirli e come raggiungerli
- Time management
- Problem solving
- La gestione delle emozioni

COMUNICAZIONE

- Introduzione al corso
- Principi base della comunicazione
- Sistemi rappresentazionali
- Il rapport
- Comunicazione Assertiva
- Comunicazione non verbale
- Strumenti utili

OBIETTIVI

- Introduzione
- Preliminari obiettivi
- Definizione obiettivi
- Migliorare la pianificazione
- Affrontare meglio un problema
- Verso il successo
- Time management
- Cambiare prospettiva
- Affrontare il cambiamento
- Affrontare un dilemma
- Motivi per cui non si ottengono risultati
- Diventare leader di se stessi

RILASSAMENTO PROFONDO ED AUTOIPNOSI

- Rilassamento profondo
- Introduzione al corso
- Esempi di rilassamento profondo
- Le basi dell'ipnosi
- Quando nasce l'ipnosi
- Cos'è l'ipnosi
- L'ipnosi oggi
- Il modello Milton Erickson
- Le fasi dell'ipnosi
- Cosa succede alle persone durante l'ipnosi?
- Le fasi ipnotiche
- Come agisce l'ipnosi
- L'importanza della relazione col cliente
- Come si induce la trance
- Autoipnosi
- I benefici dell'autoipnosi
- Come ipnotizzare te stesso
- Autoipnosi in pratica
- Indicazioni preliminari importanti
- Rilassamento
- Posizione del corpo
- Tecniche per superare la mente conscia
- Approfondimento e senso del tempo

TECNICHE AVANZATE

- Cosa sono i metaprogrammi
- La definizione di Robert Dilts
- Operatori Modali di Necessità - di Possibilità
- Ancore naturali, volontarie o involontarie
- Lo stato desiderato
- Il cerchio dell'eccellenza
- La persuasione
- Cialdini e l'arte della persuasione
- La reciprocità
- L'impegno e la coerenza
- La riprova sociale
- La simpatia, l'autorità e la scarsità
- Regola del contraccambio o reciprocità
- Simpatia o rapport?
- Le armi della persuasione nella vita quotidiana
- Erickson e l'intervento strategico
- Scenografia dell'influenza
- L'importanza del setting
- La mappa mentale secondo Erickson
- Come sviluppare al meglio l'intervento
- Il paradosso
- Direttive, interventi metaforici e paradossali
- Punti di incontro tra terapia cognitiva e PNL
- L'intervento strategico
- Ansia, depressione, attacco di panico e fobie
- La resistenza del Cliente
- I corretti presupposti dell'intervento

