

UNIVERSITAT D'ESTIU RAMON LLULL PUIGCERDÀ 2019

TÍTOL

Programació neurolingüística contra l'estrès laboral

DATES I HORARI

Dimecres 17 de juliol 16.00 a 20.00 h.

Dimecres 18 de juliol 16.00 a 20.00 h.

PREU

General: 95 € / Estudiants: 85,50 € / Residents Cerdanya: 63 €

PROFESSORA

Sra. Esther Garcia Font

Diplomada Universitària en Infermeria

Especialista Infermeria empresa

Especialista Grau Superior de Riscos Laborals

Experta en Programació Neurolingüística (PNL) i Hipnosi Ericksoniana

DESCRIPCIÓ

Aquest curs vol donar les eines per reduir l'estrès laboral i personal a través de conèixer millor com funciona la nostra forma de pensar i com canviar la nostra neurologia a través de la programació neurolingüística..

PROGRAMA

1. Orígens i història de la PNL (perquè és el que és la PNL)
La excel·lència com a pràctica.
2. Pinzellades de Psicologia constructivista
3. Metamodel, com pensem. Com parlem i com actuem . Podem fer canvis?
4. Els filtres del pensament
5. Tècniques de PNL
6. Pràctiques guiades

IDIOMA

Català

