

# PRACTITIONER P.N.L

## coaching, hipnosis y modelado

Intensivo de Julio 2015

*“Me interesa el futuro porque es ahí donde pasaré el resto de mi vida” Woody Allen,  
actor, director y escritor estadounidense.*

La **Programación Neurolingüística** es un conjunto de modelos para su aplicación en el aprendizaje y el cambio psicológico basados en el estudio de la estructura subjetiva humana. Este curso es dirigido al Desarrollo Personal, estando arriba de la pirámide en cuanto a modelo enfocado en objetivos, soluciones y efectividad.

Curso impartido por Esteban Cuéllar Hansen  
10 años enseñando P.N.L  
(autor de 5 libros en la materia)

**Desarrolla  
tu Mente  
Para Mejorar  
tu Vida**

**DOBLE  
TITULACIÓN!!**

**Excel + aepnl**

[www.aprendepnl.es](http://www.aprendepnl.es)



## PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA

Sus herramientas son el mejor complemento para la mejora de la comunicación con uno mismo y con los demás. Dirigidas a entender y mejorar las capacidades propias y ajenas, así como los resultados que uno tiene. Primero yendo por partes y luego pasando a una comprensión más integradora, holística y sobre todo teniendo claro el fin y la aplicación de esta ciencia y este arte.

Que tu hagas algo bien o mal no depende sólo de tus habilidades, depende del Estado Emocional en el que te encuentras.

“Si tuviera que resumir este curso en 5 palabras serían: “Objetivos o fines” - “Estado Completo: pensamientos y emociones” - “Creencias o Pensamientos” - “Valores y Expectativas” y “Entrenamiento y Practica”. La P.N.L aprendida en este instituto nos enseña cómo funciona la psicología humana y cómo llevarla a la aplicación fácilmente. Según Richard Bandler, cocreador de la P.N.L las herramientas que veremos en este curso además de ser de comunicación avanzada: son propulsores de cambio.

El siguiente secreto es – como dice una de las personas más efectivas del tenis mundial– Rafa Nadal, es el TRABAJO: *“El trabajo bien hecho es la base del éxito”*. De nada nos sirve aprender estas herramientas sin saber aplicarlas a la pareja, el trabajo, las ventas y el sentido en general. En este Instituto te ayudaremos a que entiendas cómo funcionan y por qué funcionan de la manera que funcionan. Otro de los secretos del aprendizaje es que te lo pases bien aprendiendo.

**¡Tú eliges qué, cómo, cuánto y cuán deprisa quieres aprender!**

La PNL explica y enseña paso a paso cómo conquistarse a uno mismo con una metodología y unas técnicas específicas, ya que es una tecnología de comunicación avanzada y de programación mental propia y ajena en cualquier área de tu vida. Cambiando los pensamientos cambiamos los estados y el comportamiento que lleva a mejores resultados.

**Esteban Cuéllar Hansen**, profesor de este curso, es Formador Internacional de PNL, ha diseñado un Modelo de Entrenamiento para que puedas actualizar tu software y convertir tus habilidades en acción. Otra de las palancas de la efectividad de la PNL o Programación Neurolingüística es que Modela la Excelencia Humana y la mejor forma de aprender en cada momento es estudiar a la gente que hace las cosas bien siempre te orientará mejor que estudiar lo que funciona mal.

## Como decía Buda: “Somos lo que hacemos”.

**Las tres fuerzas que vamos a aprender en este curso son:** Análisis y utilización del lenguaje, La gestión de las Emociones y el funcionamiento Neurológico.

Estas herramientas nos permiten integrar el proceso, ya sea de self coaching o de coaching personal, ejecutivo o corporativo, oratoria o terapia breve y estratégica con perspectiva sistémica. También ventas y discusiones efectivas, y resolución de problemas.

### Metodología

Nuestros cursos son divertidos y el aprendizaje es rápido e integrador. Uno de los objetivos de Esteban, sobre todo después de haber pasado por la universidad y cursos en los que se aprendía poco sobre la vida, ha sido el de que los aprendizajes te sirvan ahí fuera inmediatamente y que sea una experiencia divertida y el tiempo se aproveche al máximo. Esteban os ayudará con demostraciones, en parejas y en grupos, y supervisando el trabajo de cada alumno para evitar las dispersiones y los errores en el aprendizaje. Así como fomentará el aprendizaje compartido, muy necesario en los equipos, para los individuos y el gran objetivo de las organizaciones que se quieren comprometer con la Excelencia. Algo que no se puede aprender a través de un ordenador porque hay que vivirlo.



### Aplicación

La PNL analiza la comunicación y la relación, el cómo de la comunicación, diseccionando el proceso comunicativo a fondo. Trabaja el ámbito de la **resolución de problemas** o solución de situaciones muy difíciles y las hace manejables, y también sabe qué hacer con **la motivación**, cómo funciona y cómo activarla. Otro concepto que podemos controlar, y que es muy anhelado sobre todo en un mundo tan competitivo y con tantos estímulos y opciones disponibles es **la concentración**, y en general todos los procesos psicológicos interesándose por ellos, descomponiéndolos y volviéndolos a montar a voluntad, mejorándolos, como si de una nueva versión de software 2.0 se tratara.

### Entrenamiento en Habilidades Humanas: Estrategias mentales, Estados Emocionales y Anclajes

En la relación de ayuda (terapia o coaching) analizamos, en primer lugar, la forma en que se relaciona el terapeuta o coach con el cliente, si lo hace desde la empatía o desde la falta de ella, si lo hace con el lenguaje adecuado o con la estrategia más adecuada para cada cliente.



La PNL y la Terapia o el Coaching se vuelven efectivos, porque nos permiten navegar con seguridad en un proceso lleno de suposiciones, que genera el propio proceso de **la interpretación** que realiza cada ser humano en particular.

La PNL es la ciencia de reencuadrar hacia la solución y la flexibilidad.

**Programación:** La Cibernética y las Matemáticas explican que estamos programados por nuestros recuerdos del pasado y experiencias de la infancia, pero sobre todo por las decisiones que hemos ido tomando a lo largo de nuestra vida. Gracias a la P.N.L., podemos volver a reprogramar todas esas decisiones para tener una vida mejor.

**Neuro** - viene del término Neurología, Ciencia que estudia cómo se percibe y se organiza la información en el cerebro. Los últimos avances en neurociencia cognitiva avalan nuestras técnicas. La PNL nos permite desarrollar una mayor autoconciencia y control emocional. La **Lingüística** nos permite comprender de que manera expresamos lo que hemos almacenado en nuestro sistema neuronal a través del Lenguaje verbal y no verbal. Y comunicar, e influir positivamente en los demás, crear relaciones duraderas y equilibradas.

**La Perspectiva Sistémica** proviene de la Teoría de Sistemas, así como de la comprensión de la complejidad, de la biología o de la neurobiología, y el funcionamiento del inconsciente, una base para analizar el ámbito del coaching y la terapia en profundidad. Es la forma de llegar un poco más allá de lo aparente, asegurando así mejores resultados en nuestros planes de acción para conseguir lo que queremos en la vida y en las áreas que para nosotros son más importantes. De hecho la Programación Neurolingüística, desde su origen en 1970 ha modelado a personas con resultados extraordinarios en su ámbito de actuación.

Actualmente dispone, y en este nivel de Practitioner avalado por la AEPNL, de más de 15 modelos para gestionar LA COMUNICACIÓN y EL CAMBIO, así como modelos de precisión para modelar la mente, el cuerpo y otros niveles superiores.

Este curso está diseñado para ayudarte a mejorar tu flexibilidad y control de estados emocionales y para extender tu potencial para el aprendizaje y desarrollo posteriores mediante el aprendizaje de los modelos y habilidades de PNL Clásica en sus aplicaciones cotidianas personales o profesionales.





El curso consta de 9 módulos de 10 horas  
total 90 horas con certificado Excel y AEPNL



## PRACTITIONER O PRIMER NIVEL DE PNL

### PROGRAMA

#### Módulo 1. Orígenes de la comunicación y la relación (ciencia PNL)

**1.1. Orígenes y Filosofía de la PNL** y Teoría de Sistemas - Presuposiciones Operativas de la Programación Neuro. Lingüística y aplicación práctica y Reglas de la Mente.

**1.2. Cómo aplicar la Tecnología de Cambio** y tecnología de Comunicación e influencia (PNL e Hipnosis) inmediateamente, ya en tu vida! Estrategias para volverte más optimista, ciencia del cambio: PNL

**1.3. Aplicaciones** al Coaching, a la Terapia Sistémica y Estratégica: con y sin hipnosis - Tipos de Cambio Remediativo - Generativo - Evolutivo y/o Revolucionario – Tú eliges el alcance de tu Cambio!

**1.4. Gestión del Talento** y las Inteligencias: emocional, social, personal y espiritual.

**1.5. Dominio Personal:** Análisis de la situación actual, del desempeño y evaluación de resultados. Modelo G.R.O.W. y Modelo P.A.S.T.E.S

**1.6. La Buena Formulación de Objetivos según la PNL (Modelo BFO).** Objetivos y linea del tiempo: puente futuro y modelo de transformación de imaginería (Modelos del coaching: G.R.O.W - S.M.A.R.T)

#### Modulo2. Lenguajeando y conversando: Lenguaje - Relación y Emoción.

**2.1. Orígenes del Lenguaje:** Cómo y Cuándo usar la PNL (Coaching o Terapia: diferencias y similitudes)

2.2. Relación entre Lenguaje y Neurología.

2.3. Metamodelo del Lenguaje. Bandler y Grinder.

2.4. Lenguaje para Coaching y Lenguaje para Terapia breve y estratégica.

2.5. El poder del Lenguaje: preguntas poderosas. Lenguaje y Experiencia.

## Módulo 3. Comunicación Intra e Interpersonal: comunicación no verbal.

3.1. ¿Qué es comunicación que funciona?. Presuposiciones de la PNL a la Comunicación.

3.2. Reencuadre de una palabra: Modelos Lingüísticos para la Negociación Ganar - Ganar: o no hay trato.

3.3. Lenguaje No Verbal: Calibración y Rapport. - ¿Cómo Liderar el Proceso de Comunicación?: Acompasar y Dirigir.

3.4. Cómo leer los ojos y las pautas inconscientes en los demás. ¿Cómo liberarte de situaciones traumáticas e insostenibles? ¿Cómo poder lidiar con personas que no soportas y trascender problemas interpersonales? ¿Cómo entrenarte para respetar a las personas diferentes a ti? = Posiciones Perceptivas. Mapas en Acción y Valores éticos. - Unidades de Medida de la P.N.L. Lenguaje Sensorial y Predicados.

3.5. Descubre tus Talentos: Sistema Representacional Dominante, una forma de empezar...

3.6. Cómo aplicar el aprendizaje y el modelado o el coaching a cada persona en particular (aprender a aprender).

## Módulo 4. Hipnosis y Modelo Milton Erickson para superar el Estrés.

4.1. Lenguaje Transformacional: vocabulario positivo y metáforas simples - . Hipnosis Ericksoniana: Sugestión y Trance. Aprendizaje Rápido y Visualizaciones

4.2. Predicados Sensoriales, Preguntas poderosas, preguntas que presuponen feedback y canales despejados.

4.3. Modelo Milton: Metamodelo Inverso. Cómo salvar cualquier resistencia y convertirla en productiva.

4.4. Hipnosis: Inducciones Sencillas. Sugestiones para la consecución de un objetivo. Inducciones Sencillas para Practicar la Hipnosis en Parejas. Inducción con un pasatiempo, Inducción usando palabras de enlace

4.5. Desarrollo de Flexibilidad y Confianza. - 4.6. Corte de Dependencias y Responsabilidad en Trance y con Visualizaciones.

## Módulo 5. Inteligencia Emocional con PNL: Autoestima y Responsabilidad

5.1. Entender la información y la utilidad de las emociones. Las 6 necesidades de Maslow y cómo aprender la influencia que tienen en lo que haces.

5.2. Hacer un plan de acción emocional. 5.3. Gestionar las Emociones: Modalidades Asociado / Disociado para aumentar la autoestima.

5.3. Momentos Cumbre: Anclajes de poder y de centro. 5.5. Modelo ECH: "El arte de reírte de tus problemas"

5.4. Cómo añadir un recurso para el cambio: Círculo de Excelencia. Uso de Anclajes para la Motivación y uso del Sentido del Humor en Terapia. -

5.5. Modelo Chasquido para autoestima y para dejar de fumar o adelgazar (y otras aplicaciones)

## Módulo 6. Motivación: Cómo funciona el Software que dirige tu Vida.

- 6.1. Categorías Satir sobre la personalidad. Pensamiento sistémico aplicado a familias y equipos.
- 6.2. Primer, segunda y tercera posición para probar distintos roles y volverte más empático con la familia y los equipos.
- 6.3. Modelado de las funciones superiores: motivación, emoción, decisión, seducción, relajación, entre otras. Cómo motivar a otros sin que se sientan resentidos ni obligados, de manera participativa (coaching o Liderazgo integrador)
- 6.4. Cura rápida de Miedos y Fobias. Aplicaciones de este ejercicio para cambios generativos.
- 6.5. Línea del Tiempo: Aprende del pasado para actuar (ser feliz) en el presente y crear futuro.
- 6.6. Regresiones: Cambio de Historia Personal.

## Módulo 7. Cambio de Creencias con PNL: aumentando tu motivación y volviéndote más optimista

- 7.1. Análisis y Cambio de Creencias con Metamodelo y con submodalidades. - Integración de Polaridades en conflicto.
- 7.2. Modelado Sencillo de Autoatención sobre las propias creencias, su procedencia y criterios que dirigen mi vida más que ninguna otra cosa.
- 7.3. Trabajo con creencias y psicogeografía: Potenciar las creencias para que te dirijan a tus objetivos.
- 7.4. Aumenta tus opciones de Comportamiento y tu Libertad: Reencuadre en 6 pasos.
- 7.5. Análisis Sistémico del Coaching y de la PNL o de la forma de convertirte en Emprendedor, coach y / o Empresario.
- 7.6. Modelo iris para Motivación y cambio generativo con anclajes.

## Módulo 8. Resolución de Problemas con PNL.

- 8.1. Línea del Tiempo: cambio de historia personal y cambio remediativo con anclajes.
- 8.2. Análisis y Plan de Acción: análisis con submodalidades (técnicas para fragmentar los problemas)
- 8.3. Metaprogramas simples de la PNL. ¿Cómo ayudarte a ti y a los que están a tu alrededor?
- 8.4. Cómo influir sin ser boicoteado en el proceso: Lenguaje Metafórico.

## Módulo 9. Alineación del Practicante de PNL con su Visión.

- 9.1. Modelado de Campeones Mundiales y Terapeutas Exitosos para Crear un Plan de Acción V8.
- 9.2. Alineación de la Visión con el Plan de Acción y los Objetivos: Niveles Neurológicos.
- 9.3. Asesoramiento para entrar a formar parte del mercado y de la industria de la formación, la terapia, el coaching o la emprendeduría (capacitación para emprendedores) Aplicación de los conocimientos del curso a la vida cotidiana. En este módulo haremos repaso de todos los módulos y modelos anteriores para cada alumno le pueda sacar productividad a lo que ha aprendido.

También daremos algunas nociones para pasar de empleado a empresario.

- 9.4. Self Coaching, Pareja, Trabajo, Familia, Amigos, Ocio, Sentido de vida

- Revisión del trabajo para obtener el diploma Y entrega de diplomas...



## Profesor: Esteban Cuéllar Hansen

Se diplomó en la U.I.B como Trabajador Social en el 99, en el 2000 empezó sus estudios de Psicología en la U.N.E.D y se especializó en Programación Neurolingüística. Master en Terapia Familiar y Sistémica, Master en Coaching Personal y Corporativo con Perspectiva Sistémica. Ha estudiado con Anthony Robbins y Robert Dilts (y a Bandler a distancia) Coaching con PNL e Hipnosis Ericksoniana.



Actualmente es Director del Instituto Excel Coaching y Terapias. Ha impartido más de 4.000 horas de formación en Palma - Barcelona - Bilbao - Madrid y Nueva York (Manhattan) – a todo tipo de audiencias desde ejecutivos a personas con discapacidades cognitivas con el objetivo de ayudarles a llevar sus vidas al siguiente nivel.

**Trainer Didacta** por la **AEPNL** – Cualificación que le permite dar cursos de de PNL avalados por la Asociación Española de Programación Neurolingüística. Ha diseñado un sistema de cambio coherente y en el que cada uno puede llegar hasta donde quiera. Ésta es el 8ª Promoción de Practitioner que va a Impartir.

Trabaja asiduamente como **Coach de Atletas de Alto Rendimiento Deportivo**, empresarios, políticos, **amas de casa**, gente que quiere dejar de fumar, etc.



Esteban es **Autor** de todos sus programas de formación. Es autor del libro de **Self- Coaching**. “*Qué Quieres y Cómo Conseguirlo*”. 2009 - 13, y de Practitioner de PNL: “*Desarrolla tu mente para mejorar tu vida. Manual de PNL*”. 2012, Ed revisada 2015. Y del libro del **Master de PNL**, en la línea de Alto Rendimiento y el Liderazgo Sistémico y Estratégico “*Juego Mental de Alto Rendimiento*”. Y su último libro: **Trainer de PNL: Habilidades de Presentación, Oratoria. Aprende a influir positivamente a otros con tus ideas.** Ed Excel. Enero 2015

## Testimonios Formación

*“La hipnosis Ericksoniana me ha llegado + profundamente, como a 1 nivel + interno que las relajaciones cognitiva - conductuales. Ha sido una experiencia reveladora”.* María, psicóloga especialista en problemas oncológicos

*“Hoy hemos hecho un proceso completo de PNL activa, con uso del metamodelo perfectamente proyectado en metáforas. Todo ha sido utilizado en una hipnosis en estéreo muy bien diseñada”.* Philip Meridian, compositor musical y escritor, ha publicado con Planeta o Seix barral.



*“Este libro de Practitioner es imprescindible para entrenadores y atletas”.* Johny Ouriagly, Entrenador Nacional de Atletismo, Presidente de A.D.A Calviá.

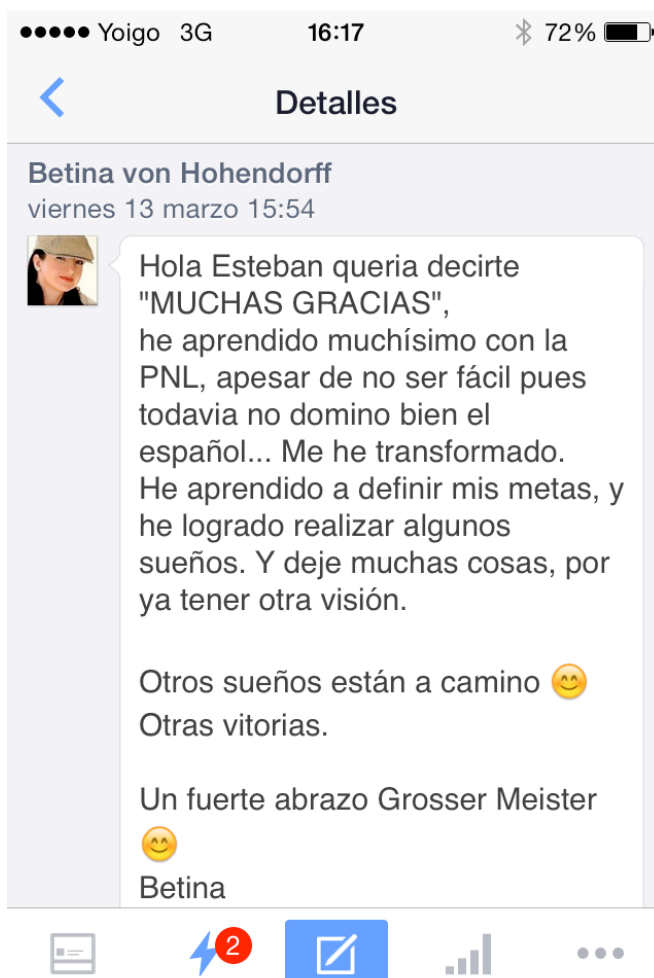
*“Al Mundial, como aprendizaje de estas sesión de coaching con pnl, me llevo la risa”.* David Bustos, Campeón de España Absoluto, tercero de Europa y Olímpico en Londres 2012

*“Vine con la idea de aprender y he acabado aprendiendo más de lo que pensé”* Álvaro Jaume Zubillaga, coach especializado en hipnosis ericksoniana

*“Esta formación cambia vidas”* Cónsul del Ecuador en Baleares. Freddy Arellano

*“ Esteban lleva muy bien a la práctica los principios de la PNL”* Jorge W. López, Cónsul del Ecuador en New York

*“Cuando salgo a la pista pienso que tengo todas las posibilidades de ganar”.* Manuel Olmedo, 4 veces considerado mejor atleta Español, Campeón de Europa y 2 veces Olímpico (1500)





## ¿A quién va dirigida la formación completa de PNL?

*“Cualquier persona puede hacer complicado lo simple. La verdadera creatividad consiste en hacer simple lo complicado”.* John Coltrane (Saxofonista y compositor de Jazz)

La P.N.L sirve a todo el mundo porque te ayuda a volverte más efectivo en cualquier cosa que hagas: nos permite conseguir satisfacer nuestras necesidades más fácilmente; para nosotros es volverse más inteligente. Altamente recomendado para personas que quieran motivarse a emprender nuevos proyectos en cualquier área de su vida personal, familia, pareja y sobre todo conquista personal y social. Desarrollo Profesional: Directivos, Terapeutas (psicólogos, profesores o trabajadores sociales) que quieran optimizar sus resultados en terapia. Pero sobre todo personas que quieran empezar una profesión nueva, Emprendedores, Empresarios y/o padres de familia y personas tímidas e incompletas en general.

**Fechas:** Del viernes 10 al Lunes 20 de Julio.

de 10 a 14 y de 16 a 21h, cada día menos una tarde.

**Dónde:** Sede del Instituto Excel en Palma de Mallorca: Ramblas 5, principal primera.

**Pv.** 1500 total (por adelantado consultar descuentos: incluye el manual y 1 sesión de coaching);



**Oferta por pack:** “Practitioner y Master” o “Practitioner y Trainer” 2500 (dos manuales y 2 sesiones de coaching en el ámbito de aplicación que el alumno elija) Y la última opción y muy ventajosa es Practitioner - Master y Trainer 3000 Eu (incluye tres manuales y 1 sesión de coaching para curricular el aprendizaje del alumno de manera individualizada según sus objetivos y lo que quiera conseguir con el curso).



*¡10 años formando personas en PNL y mejorando fácilmente!*

*“No vengas a aprenderlo ven a hacerlo!”*



## Coaching y Modelado de la Excelencia



[www.aprendepnl.es](http://www.aprendepnl.es)

### INSCRIPCIONES

*“Las decisiones comprometidas, desde un buen criterio, más que ninguna otra cosa, configuran tu destino!” Tony Robbins*

[institutoexcelcoaching@gmail.com](mailto:institutoexcelcoaching@gmail.com)

*Telf. 0034/622 397 310 atendemos what app*

Instituto Excel Coaching

[institutoexcelcoaching@gmail.com](mailto:institutoexcelcoaching@gmail.com)

Esteban Cuéllar Hansen T. 622 397 310



## *¿Dónde realizamos el curso intensivo de verano en Palma de Mallorca 2015?*



FORMACIÓN COMPLETA DE PNL  
Más de una década mejorando fácilmente...!

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

Tel 622 397 310



*Inscripciones:* [institutoexcelcoaching@gmail.com](mailto:institutoexcelcoaching@gmail.com)