

Formación Habilidades y Actitud con PNL

“Aprende a pensar con PNL y a usar los diferentes niveles de la mente las emociones y cuida de tu cuerpo y tus relaciones” Esteban C. Hansen



El Instituto Excel tiene la Misión de ayudar a las personas a mejorar en su desarrollo personal y profesional, y de cualquiera que sea el contexto donde quieran desarrollarse. Nuestro modelado de la Excelencia Humana abarca la conciencia de los talentos propios y la mejora de las debilidades, que se ponen de manifiesto sobre todo ante la complejidad de la realidad y al definir metas y objetivos.

¿Cómo lo hacemos? Mediante programas de desarrollo y transformación personal y profesional con PNL (Creatividad y Aprendizaje), Coaching (Empatía y preguntas poderosas enfocadas en soluciones), Hipnosis Ericksoniana (Instalación de nuevos programas mentales).

Nuestro programa central de conocimiento, ensayo y entrenamiento en estos momentos es **>>La Formación Completa de PNL>>** avalada por el Instituto Excel Coaching, Terapias Integradoras y la AEPNL.

PNL remodelada, gracias al Modelado de su fundador Richard Bandler y alumnos más destacados como, Robert Dilts, Anthony Robbins, entre otros. Y cómo no los de arriba del organigrama, Abraham Maslow, Gregory Bateson, V. Satir, Fritz Perls, M. H Erickson entre otros muchos. Grandes Comunicadores, Emprendedores y Psicoterapeutas.

Richard Bandler, dice que *“La PNL no es sólo un conjunto de herramientas que es sobre todo una actitud”*. Actitudes como el optimismo o la humildad o la excelencia son estructuras organizadas de carácter y personalidad que están dirigidas hacia un propósito, consciente o inconsciente, fomentando así el despliegue de habilidades excelentes que se basan en ciertos valores, criterios, creencias y acciones bien enfocadas. Es lo que denominamos desde el Instituto el Software de la Excelencia.

Un programa mental y un conjunto de Estrategias, computacionales y lingüísticas para que tú mejores tu propio programa de manera constante y continuada. Este curso y entrenamiento se apoya en un conjunto de módulos y técnicas específicas pero en el Instituto Excel sobre todo queremos que sepas para qué y cómo aplicarlas, así como por qué y en qué grado, lo que implica la experiencia y especialización del Trainer Didacta, en este caso Esteban Cuéllar Hansen, con más de una década dando esta misma formación mejorándola año a año para que sea más útil para el alumno/a.

¿Qué es la PNL y para qué sirve o cómo la podemos utilizar?

“Una actitud de aprendizaje que deja tras de sí un conjunto de técnicas”

Es una metodología de autoconocimiento, comunicación y cambio, desarrollada en los años 70 en la Universidad de Santa Cruz, California, por Richard Bandler (Informático y Psicólogo) y John Grinder (lingüista). Bandler, era terapeuta, y fue a pedirle un favor a Grinder que era profesor en la universidad, y éste le acabó diciendo dime qué haces y te diré cómo lo haces, y así empezaron a modelar habilidades de comunicación e influencia con el modelo formal de la lingüística transformacional y del modelado natural de habilidades.

Nos apoyamos en los diferentes niveles de la mente, desde los más reactivos como la conducta y el entorno, su reactividad, hasta la identidad y su relación con otras identidades que están interconectadas en un mundo, planeta y universo que se caracteriza precisamente por eso por su interconectividad y su diferenciación única de cada ser humano.

Su nombre hace referencia a:

- **Programación:** Nuestro cerebro es comparado a un ordenador y los aprendizajes que realizamos a través de la experiencia conforman los programas de dicho ordenador.
- **Neuro:** Los aprendizajes necesitan una estructura neuronal para ser almacenados.
- **Lingüística:** Nuestras experiencias y aprendizajes se comunican a través del lenguaje.

Las técnicas de la PNL se han difundido por ámbitos empresariales y de desarrollo de las personas por estudiantes y profesionales varios como terapeutas y coaches, debido a sus óptimos resultados para ayudar a las personas a cambiar y dejar de sufrir. Todo proceso de relación de ayuda tiene el objetivo de alcanzar la paz mental y la felicidad en un mayor grado. Hay una serie de premisas que hacen que la PNL sea efectiva como por ejemplo que:

- *“No existe el no cambio”.*

En este curso de Practitioner de PNL aprenderás a generar y a gestionar aquellos cambios que desees en la mente, emociones y fisiología.

Nuestro objetivo es ayudar a los alumnos a integrar lo que aprenden ofreciendo una formación diferencial y de máxima calidad. Para ello, hemos modelado exhaustivamente a los creadores de la PNL así como a quienes ellos modelaron y mantenemos un programa de investigación y desarrollo continuo. Por otro lado, creemos que los últimos avances de la Neurociencia permiten observar la PNL bajo un prisma empírico.

Por esa razón, en INSTITUTO EXCEL NEURO - COACHING, le damos la prioridad a enseñar cuáles son los puntos y unirlos en términos de su propia constitución sobre todo la Neurociencia y el funcionamiento del cerebro para proporcionar una formación actualizada y de alto nivel.

Qué es el Coaching

“El coaching es un sistema de entrenamiento y cambio que promueve los recursos internos de los clientes y el aprendizaje dirigido a las soluciones y la mejora del rendimiento” Esteban C. Hansen

Diseñado para ayudar a sus estudiantes y clientes a mejorar su rendimiento enfocando el entrenamiento en objetivos y en fomentar la responsabilidad y la conciencia del cliente o coachee desde la permisividad en lugar del autoritarismo, mediante una tecnología basada en el lenguaje y más en concreto en preguntas que permitan al alumno reflexionar y llegar a activar sus recursos internos por sí mismo.

La PNL que al igual que el coaching basa su enfoque en las soluciones y objetivos aporta herramientas al coaching que lo hace más efectivo entre otras el cómo del aprendizaje y el cómo de la consecución, con técnicas ya probadas así como la inducción de estados favorables para el aprendizaje acelerado.

Porque estudiar con nosotros:

- Una formación personalizada de alta calidad que se apoya en los últimos descubrimientos en Neurociencias orientada al modelado de la Excelencia.
- Una visión que incluye numerosos aportes de la Neurociencia para un entendimiento más profundo de la PNL.
- Clases con grupos reducidos entre 6 y 15 personas.

- Currículum a medida por el tutor antes de empezar el curso y decidir hacerlo. Dos sesiones voluntarias coaching one to one con una coach del Instituto antes de empezar e integrarse en el grupo.
- Material didáctico adaptado a tus necesidades y actualizado regularmente.
- Hemos modelado a los creadores de la PNL (Richard Bandler, John Grinder, Robert Dilts y Tony Robbins) lo que implica un conocimiento y utilidad directa de la fuente más allá de un mero conjunto de técnicas que puede explicar cualquiera que se precie.
- Nuestro interés principal reside en tu aprendizaje, en la Integración de los conocimientos a través de una nueva metodología de aprendizaje acelerado, para la mejora directa en todas las áreas que el alumno/a quiera trabajar.
- Nuestras clases están diseñadas para que aprendas desde la diversión y desde el inconsciente de forma que aprendas más y en menos tiempo.

Y sobre todo para que te trabajes tu propio camino de transformación a tu manera y ritmo.

Objetivos del Practitioner de PNL

- Comprender y gestionar procesos de cambio personales y profesionales.
- Comprender la estructura de la experiencia subjetiva y el funcionamiento humano.
- Manejar los modelos principales de autoconocimiento, comunicación y cambio.
- Gestionar las emociones y alcanzar la excelencia personal.
- Entender y mejorar nuestro estilo de aprendizaje y el de los demás.
- Desarrollar relaciones de calidad.
- Integrar diferentes estrategias de motivación.
- Ser más efectivo en alcanzar objetivos personales y corporativos.
- Mejorar el trabajo en equipo.
- Dominar estrategias de toma de decisiones.

- Desarrollar aptitudes de negociación y mediación.
- Técnicas de influencia y persuasión.
- Aprender estrategias de creatividad eficaces.
- Aprender los fundamentos de la Programación Neurolingüística que sirven de base para las enseñanzas superiores de esta disciplina.



PRACTITIONER DE PNL

Metáfora del árbol

- Objetivo: resumir las ideas principales donde se sustenta el curso de pnl.
- Técnicas o modelos (Los frutos y producto final motivación o aprendizaje).
- Partes de Modelo (las ramas).
- Vak y Estrategias (el tronco).
- Entorno o contexto (Las raíces).

INSTITUTO excel

¿A quién va dirigido este programa?

- A todas las personas que deseen desarrollar y optimizar sus recursos personales.
- A toda persona que quiera mejorar sus cualidades de comunicación.
- A todos los empresarios, directivos y ejecutivos interesados en potenciar sus habilidades personales y profesionales.
- A todos los profesionales de la relación de ayuda: la enseñanza, la salud en general, la comunicación, la psicología, la terapia y el coaching, etc.
- A todos los formadores y profesionales de la educación.

- A todos los profesionales que gestionan personas: especialistas en Recursos humanos, consultores, asesores, etc.
- A todos los estudiantes interesados en potenciar su capacidad de aprendizaje y comunicación.
- A todas las personas interesadas en su auto-conocimiento y crecimiento personal.



Certificación Doble Titulación + de una década formando personas y organizaciones

Al realizar este curso obtendrás la primera certificación AEPNL y un título adicional de un rol específico ya sea coaching, terapia, o la especialidad que le interese el alumno, no hace falta decir, que al principio del curso se le hará un currículum a medida para que la formación

esté orientada hacia esa especialidad con la supervisión de Esteban Cuéllar. Socio Fundador del Instituto Excel, Trainer Didacta avalado por la AEPNL. Nos aseguramos que nuestros alumnos han recibido la mejor formación y nos comprometemos a seguir desarrollando y mejorando nuestras habilidades en PNL.

* Este Programa es poco extenso, algunos conceptos se verán más en profundidad en el Máster. No obstante el aprendizaje del alumno dependerá de cuánto pueda aprender!!

 A certification form from the Asociación Española de Programación Neuro-Lingüística (AEPNL). The form includes the AEPNL logo, the text 'Certifican que', and fields for the participant's name (D/Dña.), the course name 'PRACTITIONER EN PNL', the duration in hours, and the dates. It also states that the course is avalado by AEPNL and taught by a qualified member. There are signature lines for the participant, the AEPNL president, and the instructor (Didacta).

Salidas Profesionales

Tenemos alumnos que trabajan ya desde hace años como conferenciantes, neurocoachs, terapeutas, youtubers, enseñando sus productos y servicios. Han usado nuestra formación como trampolín para conseguir sus objetivos profesionales. Si quieres tener más seguridad y confianza en tu trabajo.

En el curso de PNL Practitioner o Primer Nivel de PNL podrás elegir entre las siguientes especializaciones:

- Coaching Básico o selfcoaching.
- Terapia con herramientas creativas de la PNL.
- O terapia con hipnosis.



Para cada especialización el Instituto Excel te aporta un título adicional con un rol específico. A continuación te añadimos una muestra del program de coaching.

Originalmente la PNL fue diseñada para profesionales de la relación de ayuda, coachs y terapeutas, actualmente es muy utilizada por formadores, comunicadores, lingüistas, líderes, especialistas en ventas, consultores y asesores, youtubers, y en definitiva, toda persona que trabaje con personas y con procesos de aprendizaje.



Internacionalmente y ahora también en España, para ciertas profesiones como

coaching, psicología, formación y ventas, entre otras, ya se están demandando titulaciones oficiales de PNL. Por otro lado, titularse como Practitioner de PNL incrementará tus alternativas laborales cualquiera que sea tu profesión. Por la seguridad que genera en ti misma y en las personas de tu alrededor. Y porque te permite tomar decisiones estratégicas desde el primer momento.

Programa Practitioner Instituto Excel

Introducción 90h

- ¿Qué es la PNL? Neurociencia aplicada.
- Origen e historia: Cibernética y Teoría sistémica
- Modelar a los mejores.
- Presuposiciones PNL y ejercicios.
- Atención - Motivación y Propósito..
- Sistemas Representacionales (Conexiones Neuronales - asociaciones - memoria y conocimiento).
- Accesos oculares: cómo buscamos la información en nuestro cerebro.
- Submodalidades: cómo la almacenamos y representamos.
- Predicados: cómo comunicamos esas improntas neurológicas a través del lenguaje verbal.
- Claves fisiológicas: el modelo B.A.G.E.L
- Calibración y agudeza sensorial.
- Rapport y confianza.
- Posiciones perceptivas.



Estados y Excelencia Personal

- Estados y capacidades: Control de Estados - Cambio de Estados.
- Asociación y Disociación.
- Círculo de la Excelencia.
- Anclajes: La red de conexiones.
- Cuestionario de hábitos y anclajes.

Inteligencia Emocional

Palabras transformacionales de Psicología Positiva.

Intención positiva de la emoción: Cómo usar las emociones negativas de forma productiva?.

Cómo construir emociones y cómo cambiarlas de forma progresiva con anclajes.

Definición de estrategias

- Utilización de estrategias para docentes modelado de los mejores docentes.
- Estructura fundamental del comportamiento: Modelo POPS.
- POPS para objetivos y evaluación de resultados.
- Estrategia Disney: Para Ejecutivos y Emprendedores.

Generador de Comportamientos.

- Modelado natural y modelado lógico.

Comunicación

- Lenguaje Transformador.
- Modelos de la comunicación: verbal y no verbal.
- Acompañamiento verbal y no verbal - Congruencia e incongruencia.

- Identificación de señal congruente - Escucha activa.
- Estructura profunda y superficial.
- Meta modelo del Lenguaje. Bandler y Grinder.
- Consciente e inconsciente. Etapas de la Competencia.
- Modelo Milton Erickson - Hipnosis - Metáforas.

Fijación de Objetivos

- Estrategias para definir objetivos.
- Cuestionario de la buena formulación de objetivos.
- Objetivos atendiendo al sentido de vida.
- Creencias, Metaprogramas y Valores.
- Niveles de aprendizaje.
- Etapas del Aprendizaje. Bandura. Aprendizaje generativo.
- Niveles neurológicos.
- Alineamiento de Niveles Neurológicos.

Relación de Ayuda

- Intención positiva. Integración de partes.
- Marcos de la PNL. Los 3 reencuadres de la PNL.
- Reencuadre en 6 pasos - Línea del tiempo.
- Chasquido. - Cura rápida de fobias. - Cambio de historia personal.

La Práctica de la PNL

- Estructura de la PNL. Principales Elementos de la PNL.
- ¿Qué patrón utilizar en cada contexto?

- La PNL como actitud de vida.
- ¿Cómo obtener lo máximo de la PNL?.
- La PNL en distintos contextos.



Coaching Profesional: Selfcoaching y/o Ejecutivo

“Cuando estaba jugando mejor, no estaba intentando controlar mis golpes con auto instrucciones y evaluación. Veía la pelota claramente, escogía dónde quería pegarla, y dejaba que ocurriera. Sorprendentemente, los golpes eran más controlados cuando no intentaba controlarlos” Tim Gallwey

En este curso podrás encontrar un modelo de desarrollo propio, entender las sutilezas que te ayudan a mejorar cada día, así como cambiar fácilmente lo que necesites. Crear una visión inspiradora que te apasione. Espero que estos días, no sólo tomes consciencia de lo que te podría ayudar a mejorar la calidad de tu vida sino que pases a la acción y mejores tus resultados que proceden de definir bien tus metas, objetivos en cualquier otra área que para ti sea importante.



PROGRAMA

Coaching y Aprendizaje Natural

Las 7 disciplinas del coaching sistémico con PNL®

Selfcoaching

Disciplina 1. Coaching con Dominio Personal.

Disciplina 2. Proceso de fijación de objetivos: G.R.O.W. ing S.M.A.R. T.

Brainstorming: ¿Cómo convertir las ideas en realidad?.

Formula tu plan de acción.

Coaching one to one

Disciplina 3. El arte de hacer preguntas con *meta comunicación*.

Disciplina 4. *Coaching* con el estado emocional.

Disciplina 5. *Coaching* con modelos mentales (creencias).

Modelo de diagnóstico de P.C.M.

Ejercicio de la P.N.L. para modificar una creencia limitadora.

Curso de coaching avanzado: coaching ejecutivo y corporativo (breve introducción).

Disciplina 6. Coaching con Valores.

7. Disciplina. Coaching con Perspectiva Sistémica.

(EL curso de coaching incluido en el Practitioner es equivalente a 30 horas, suelto a 60h).

Instituto de Excelencia: Aprendizaje Humano y Modelado de la Excelencia

“La calidad de la vida de una persona está directamente relacionada a su compromiso con la Excelencia apoyados valores éticos y ecológicos”.
Esteban C. Hansen

Formando personas para mejorar la calidad personal y profesional en sus vidas

Instituto Excel

Desde 2003 a 2022

Con la idea principal de la Excelencia nuestro Propósito tiene que ver con conseguir los mayores niveles evolutivos posibles a los que cada cual aspire. Formamos en habilidades pero sobre todo en actitud y valores a la medida de cada cliente, en lo que algunos psicólogos, más en concreto, otro alumno de Bandler, John McWriter llamó “Modelado conductual en todo detalle”. Aspirar a la mejora constante y continuada de las partes y áreas de la vida que sean más importantes ti.



Apostamos por un balance de todas las áreas de tu vida, por un equilibrio en las áreas que para ti sean importantes: familia, trabajo, salud física y mental, y más específicamente, los objetivos y metas que tenga cada persona como ser humano único en un mundo y una sociedad rica en valores y oportunidades.

¿Cómo hacemos esto?

“La PNL es un modelo educativo, enseñamos a la gente a usar su cerebro” Richard Bandler.

Mediante el Entrenamiento de Habilidades en todo detalle. Y a través de las técnicas que nos han dejado los fundadores de la PNL.

La palabra educación significa sacar de dentro.

Todo buen maestro que se precie sabe que dentro de sus alumnos/as hay Grandeza. Hay un diamante que pulir pero en ocasiones hay que pulir los restos de carbón que hay en la superficie para que ese diamante pueda brillar. Y los maestros y psicoterapeutas a quienes hemos modelado sabían hacer muy bien las dos cosas.

Para ello nos apoyamos en el conocimiento y en el Aprendizaje, el cambio y el Modelado de la Excelencia Humana a través de la PNL. Modelado significa aprender desde la observación y la repetición, y Excelencia, la entendemos desde modelar lo mejor de la persona, esa habilidad específica de esa persona que queremos aprender, no todo el modelo.

Por ejemplo, nos hemos acercado a Rafa Nadal, tenista, y hemos modelado aspectos de su fortaleza mental, como por ejemplo, cuando dice:

“En ocasiones habría partido la raqueta en 10 trozos. Pero es importante el autocontrol. También dice que en ocasiones, no podemos más, y el autocontrol, y la autogestión significa seguir esforzándote en esa dirección aunque no puedas más”.

El Profesor. Trainer didacta y autor.

Esteban Cuéllar Hansen, trabaja como profesor en el Instituto y como Consultor de Organizaciones que quieren aprender. Experto en Resolución Creativa de Problemas, Emprendedor desde que tiene uso de razón, Diplomado universitario en Trabajo Social, ha estudiado Psicología en la UNED y en la UOC (En proceso).

Máster de Postgrado en Intervención Sistémica, Máster en Hipnosis Ericksoniana, Máster de PNL y Coaching.

Trainer Didacta por la AEPNL, especialista en Coaching Ejecutivo con Perspectiva Sistémica y Neuropsicología y Neurocoaching.

Autor de 7 libros y 6 blogs de desarrollo personal y terapias integradoras.

Ha trabajado con cientos de alumnos y clientes en terapia y coaching privado, Coach de Opositores, Consultor de Empresas y Fundador del Instituto Excel Coaching, PNLCentro y Terapias Integradoras, con más de 20 especialidades de cambio breve y estratégico con PNL.

Modelador de la Excelencia Humana y del Aprendizaje a nivel Científico. También ha Modelado a más de una decena de Campeones de alto rendimiento deportivo. 20 años de Experiencia en Psicología Práctica que Funciona.

Testimonios

“Gracias Esteban, ya tengo + de 200 videos en youtube y Mindalia televisión los ha absorbido para darles difusión con su marca” Lydia Boschetti, Puerto Rico, Neurocoach y Trainer de PNL en Excel – PNLCentro

“Buenos días, quería agradecerle por la ayuda que me has dado. Por fin he hecho la exposición que tanto me preocupaba, ahora queda ver la nota” “Gracias, me han ido muy bien los exámenes, he aprobado todos, los que me presenté” Maria, estudiante de derecho.



“Los conocimientos y aprendizajes entran fluidos y con sentido del humor, ya estoy trabajando de profesor y he publicado mi primer libro” Albert, Trainer por Excel, Barcelona, transgeneracional

“Esteban gracias por la oportunidad” Arakaiz Trainer por Excel, Bilbao

“Sergio, esos ejercicios del círculo de excelencia me han ayudado a ver cómo la gente cambiaba sus estados de conciencia rápido: haciendo de sus debilidades sus talentos ahora me he especializado en hipnosis” Especialista en Hipnosis de espectáculo y mago. Madrid

Horario: Total 100 horas incluidos los descansos. Los miércoles turno de mañana de 9 a 12h y por la tarde 17 a 20h y un finde al mes a elegir en Mallorca. Y un finde al mes en Bilbao.

Precio, inscripción y modalidad de pago.

El precio del Practitioner de PNL + el curso y título de coaching básico es de 1.500€ + 21 % IVA (Si desea factura). Precio que incluye el manual del curso en pdf, los apuntes, vídeos, audios y los dos títulos). Si se paga en un Plazo previo antes de empezar son 950 euros y si se quiere pagar en 2 plazos segundo en 30 días consecutivos 1.200 eu. Otros: Si está interesada/o envíenos su nombre completo y dirección y dni y le enviaremos un precontrato con todas las condiciones, y le daremos cita para firmarlo en la oficina, y hacerle un plan de formación a medida.

Cita previa what app: 0034/622 397 310 – Puede seguirnos en Instagram en el Instituto_de_Excelencia y o Esteban_Cuellar_Hansen

Más info: <http://institutoexcel.com> Compte Sallent, 4º piso despacho 13. Palma de Mallorca.



“Estamos pasando por momentos complicados en nuestro país y en el mundo mantenernos fuertes y centrados es nuestra obligación. Recuerda que si lo haces no sólo te ayudas a ti mismo también serás una fuente de inspiración para los demás”.

“Si puedes contigo puedes con todo” Esteban Cuellar Hansen

☎ LLAMANOS