



Dialoga con tu parte creativa:

Taller de Creatividad con Autohipnosis y PNL

Objetivo

La finalidad de este taller es capacitar a los asistentes para desencadenar por sí mismos un estado mental óptimo para la creatividad, en el que se facilita el diálogo con la mente inconsciente creando así una herramienta de comunicación con la parte más creativa de cada uno.

Contenido

Analizaremos los factores que influyen en el proceso creativo y cómo desde este conocimiento podemos fomentar nuestra capacidad creativa a través del manejo de aquellos en los que es posible incidir.

Haremos un breve repaso de técnicas y modelos creativos con los que podemos jugar.

Aprenderemos a entrar en el estado mental en el que nuestro cerebro se sincroniza en una frecuencia cercana a los 10 ciclos por segundo, franja en la que la creatividad es máxima.

Trabajaremos dos de los modelos creativos estudiados, en combinación con el estado autohipnótico, comprobando que obtenemos resultados brillantes y efectivos.

Técnicas en que se basa

En este taller manejamos técnicas de Programación Neurolingüística y Autohipnosis.

Duración

Este taller se realiza en una sesión de 5 horas

Si desea conocer los contenidos más en detalle, o cualquier otra información, por favor, [contacte con nosotros](#).