

## PNL para adolescentes y padres

Estrategias y recursos para facilitar la comunicación y mejorar la convivencia

Mounier Collonge, Valérie

Editorial: Alas

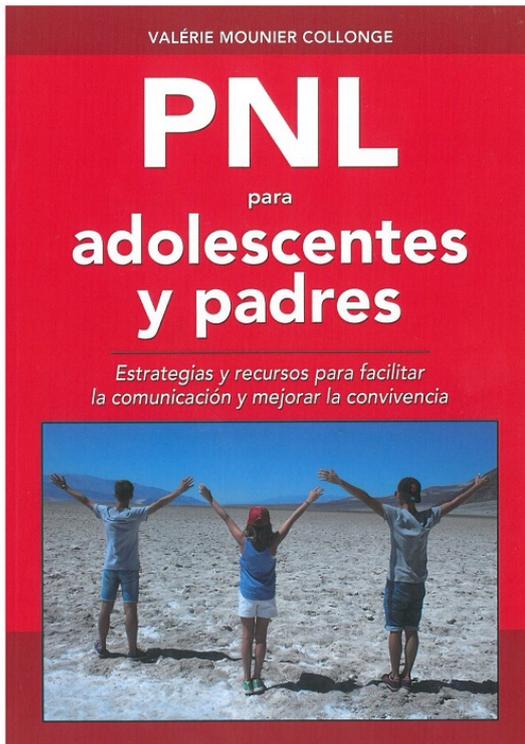
ISBN: 9782954537832

Páginas: 132

Dimensiones: 15 x 21 cm

Encuadernación: Rústica

PVP.: 17,00 €



### SINOPSIS

**POR FIN UN LIBRO DE PNL PARA AYUDAR A LOS ADOLESCENTES Y A LOS PADRES.**

La adolescencia no es un problema ni una enfermedad ni una declaración de guerra contra los padres y la sociedad. Es una etapa necesaria en nuestro desarrollo como seres humanos. La PNL –Programación Neurolingüística– da herramientas, tanto a los padres como a los adolescentes, para vivir este tumultuoso periodo con más serenidad. Ayuda a resolver conflictos en sus relaciones, problemas de concentración, falta de motivación, agresividad, comportamientos de riesgo... En este libro se encuentran transcripciones de sesiones reales que muestran la aplicación de la PNL en estas situaciones.

Numerosos profesores, médicos y padres recomiendan la PNL que consideran simple, eficaz y que actúa en profundidad, con resultados duraderos.

La programación neurolingüística o PNL es una metodología de la comunicación y del cambio, “orientada a la solución”. Fue creada en los años 70 por John Grinder y Richard Bandler, se sitúa en la línea de la Escuela de Palo Alto. Nacido en los años 50, este centro de estudios sobre la comunicación y la psicoterapia fue la cuna de la terapia familiar y de las terapias breves. Se apoyó de entrada en la psicología humanista, en las ciencias cognitivas y del comportamiento, en las investigaciones sobre el lenguaje y en el trabajo del Dr. Milton Erickson. El objetivo de la PNL es modificar los comportamientos inapropiados y su especificidad es tener en cuenta que cada ser humano es único. La PNL, concreta y estructurada, propone técnicas simples y eficaces para conseguir un cambio rápido, visible y duradero. Se considera el cambio como el puente entre el estado presente y el estado deseado.