

Contenido

DEDICATORIA.....	3
AGRADECIMIENTO.....	4
PALABRAS PRELIMINARES.....	7
¿QUÉ ES PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA?.....	9
LAS BASES.....	13
Lingüísticas.....	13
En la Teoría de la Comunicación.....	16
Bases Neurológicas.....	20
En la Teoría de la Información.....	26
PROPUESTAS FUNDAMENTALES.....	29
Canales de comunicación.....	29
Sistemas de representación.....	32
Universales del lenguaje.....	43
Microtaller del rumor.....	47
Señales de acceso.....	48
Metaconocimiento.....	51
LAS ESTRATEGIAS.....	53
Anclaje.....	53
Reencuadre.....	54

Submodalidades	57
Relajación	59
Calibración	61
Modelaje	62
Inducción	63
Sincronización	65
¿Para qué sincronizar?	65
Tipos de sincronización	66
Desincronización	68
Deslizamiento psicológico	69
LAS CONSECUENCIAS	73
Metas	73
Autoprogramación	76
Congruencia	81
Flexibilidad	83
<i>Rapport</i>	84
Fisiología de la excelencia	86
Superestrategias	88
LAS APLICACIONES	97
Ventas	97
Educación	107
Psicoterapia	120
Salud	134
NUESTRA PENÚLTIMA CONVERSACIÓN.....	147
NOTAS BIBLIOGRÁFICAS	149
BIBLIOGRAFÍA.....	151