

## **Corso di PNL “Motivazione al superamento degli esami e prove” I segreti per vivere meglio le tue prove e selezioni**

### **A chi si rivolge:**

Il corso è rivolto a chi desidera imparare le tecniche, le strategie ed i metodi per imparare a vivere meglio le prove, gli esami, i colloqui ed in generale le selezioni. Questo corso fornisce le spiegazioni ed i metodi pratici da applicare per facilitare il superamento delle proprie ansie.

### **Dettagli del corso:**

Le lezioni sono accompagnate da esempi e da esercizi pratici. Le lezioni possono essere rivolte a persone singole o a gruppi.

**Requisiti:** nessuna conoscenza richiesta

### **Programma**

Introduzione al corso	Perchè fare un corso per superare le prove? L'importanza delle strategie pratiche e della PNL Il primo passo e lo stato di comfort Definizione dello stato attuale e stato desiderato
Metodi mentali	La formulazione di un obiettivo vincente Il focus mentale e modellamento La regola del 80-20 e del 20-80
Esercitazione pratica	L'esercizio della visualizzazione psico-fisica-visiva
Metodi fisiologici	Riconoscere l'ansia nel corpo 3 facili esercizi per rilassarsi in pubblico
Come studiare meglio	Pochi ma buoni consigli Leggere a 3X Come memorizzare velocemente
Conclusioni	Precisazioni e consigli Come usare il materiale fornito nel corso

### **Una marcia in più: la formazione CLN Solution**

CLN Solution aiuta a portare al massimo livello le tue risorse con i corsi di formazione rivolti all'impresa ed ai privati. Aiutiamo a rendere la tua attività un'attività di successo, conoscendo quali sono i segreti per essere sempre al top e trasformare la formazione personale in un ritorno finanziario e professionale.

**Corsi formazione aziendale:** <http://www.clnsolution.com/formazione/formazione-di-gruppo.asp>

**Corsi formazione individuale:** <http://www.clnsolution.com/formazione/formazione-individuale.asp>