

## INDICE

Dedicatoria	5
Agradecimiento	6
Palabras Preliminares	7
¿Qué es Programación Neurolingüística?	9
<b>Las Bases</b>	13
Lingüísticas	13
En la teoría de la Comunicación	16
Bases Neurológicas	20
En la teoría de la Información	26
<b>Propuestas Fundamentales</b>	29
Canales de comunicación	29
Sistemas de representación	32
Universales del lenguaje	43
Microtaller del rumor	47
Señales de acceso	48
Metaconocimiento	51
<b>Las Estrategias</b>	53
Anclaje	53
Reencuadre	54
Submodalidades	57
Relajación	59
Calibración	61
Modelaje	62
Inducción	63
¿Para qué sincronizar?	65
Tipos de sincronización	66
Desincronización	68
Deslizamiento psicológico	69
<b>Las Consecuencias</b>	73
Metas	73
Autoprogramación	76
Congruencia	81
Flexibilidad	83
Rapport	84
Fisiología de la excelencia	86
Superestrategias	88
<b>Las Aplicaciones</b>	97
Ventas	97
Educación	107
Psicoterapia	120
Salud	134
Nuestra Penúltima Conversación	147
Notas bibliográficas	149
Bibliografía	151