



Threamers  
Institute

Curso:

# VISUALIZACIÓN DE METAS



LUIS ANTONIO BECERRA ALARCÓN

PUBLICISTA PROFESIONAL - RELATOR - DOCENTE - COACH PNL (SCPNL) Y ONTOLÓGICO (NEWFLIeld NETWORK LATINOAMÉRCIA) - MAGÍSTER EN COMUNICACIÓN ESTRATÉGICA - LICENCIADO EN COMUNICACIÓN SOCIAL - DIPLOMA EN TÉCNICAS DE PSICODRAMA - DIPLOMA TÉCNICAS DE HIPNOSIS CON PNL - MASTER PRACTITIONER EN PROGRAMACIÓN NEUROLINGÜÍSTICA (SCPNL) - DIPLOMA EN HABILIDADES DIRECTIVAS OTEC - DIPLOMADO EN INGENIERÍA DE LA CAPACITACIÓN (FUND. CHILE).



[www.threamers.institute](http://www.threamers.institute)



[institute@threamers.com](mailto:institute@threamers.com)



[@threamers.institute](https://www.instagram.com/threamers.institute)



[+56999000995](https://wa.me/56999000995)



## I. IDENTIFICACIÓN DEL CURSO

Nombre Curso	: VISUALIZACIÓN DE METAS
Fecha Curso	: A convenir
Número de Horas	: 1 hora online zoom

## II. DESCRIPCIÓN DEL CURSO

Este curso introductorio está diseñado para ayudar a los emprendedores a utilizar la técnica de visualización de metas como una herramienta poderosa para alcanzar sus objetivos personales y profesionales. Durante la sesión, los emprendedores aprenderán cómo usar la visualización para crear una imagen clara y detallada de sus metas, desarrollando un enfoque mental positivo que favorezca la acción y la toma de decisiones. También se les invitará a profundizar en esta práctica con un curso más avanzado.

## III. DESTINATARIOS DEL CURSO

Participantes emprendedores de cualquier área productiva que, por inquietudes personales y/o laborales, desean adquirir herramientas actualizadas para gestionar adecuadamente sus emociones, sentimientos y estados de ánimo, logrando una actitud más constructiva y empática a la hora de enfrentar los desafíos que se presenten en términos personales o laborales.

## IV. OBJETIVO DEL CURSO

Proporcionar a los emprendedores las herramientas básicas de visualización de metas para clarificar y alcanzar sus objetivos, motivando su uso regular como parte de su desarrollo personal y profesional, y despertando su interés en un curso más profundo.

## V. CONTENIDOS DEL CURSO

### Introducción a la Visualización de Metas:

- ¿Qué es la visualización de metas y por qué es útil para los emprendedores?. Explicación sobre cómo la mente y el enfoque visual influyen en el comportamiento y los resultados. Beneficios de la visualización: Aumentar la claridad mental, reforzar la motivación y mejorar la toma de decisiones.





- **Ejercicios Práctico de Visualización Guiada:** Visualización de meta personal o profesional con detalle, usando todos los sentidos (vista, oído, tacto, etc.) para aprender a convertir la visualización en acción.
- **Técnica de Anclaje Positivo:** Cómo utilizar un pequeño gesto o acción para recordar la visualización y mantener la motivación en el día a día.

IMPORTANTE: El orden y tiempo de desarrollo del presente listado de contenidos, estará supeditado a las intervenciones individuales y opcionales de los participantes. (Se aplicará modelo de enseñanza basada en el aprendizaje experiencial no lineal).

## VI. METODOLOGÍA

La metodología que se utilizará en el presente taller de carácter principalmente práctico se basará en los pasos del Explicar - Vivenciar - Asimilar (método E.V.A. de aprendizaje), para contribuir a la transferencia de lo aprendido a los puestos de trabajo.

## VII. VALOR CURSO

Gratuito previa inscripción.

