

¡SOMOS EL EQUIPO QUE PENSAMOS!

Metodología TecTac Mental

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching



ESE MOMENTO

Últimos tiros libres del partido

Tu mente te lleva a lo conocido

**Ves, oyes y sientes
como lo haces en situaciones similares**

**Es el momento y te sientes esclavo de la expectativa.
Quizás te sientes incomodo, mal.**

¿CÓMO VAS A LANZAR?

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching



ESE MOMENTO

¿CÓMO VAS A LANZAR?

Últimos tiros libres del partido
Tu mente te lleva a lo conocido
Ves, oyes y sientes como lo haces en situaciones similares
Es el momento y te sientes esclavo de la expectativa.
Quizás te sientes incomodo, mal.

Imaginas el fallo, ¿y si no la meto?
Recuerdas lo vivido y te lleva a la excusa.
Lo sientes, oyes y ves así
Tu respiración y fisiología lo interpretan, refuerzan tu dialogo interno y dudas.
Te sientes aún peor, e inseguro

Afrontas con la Estrategia mental erronea.
Las interferencias dividen tu estado, te llevan al rendimiento habitual.
Lo sabes y te hace sentir mal, quizás vuelvas a repetirlo

ALEJANDO DEL ARO
Te dejas llevar por la forma significativa de hacer las cosas.
Tu te motivas y comportas así (Tu atención está dividida)



ACERCANDO EL ARO

Tus posibilidades de éxito se multiplican , ¡y lo sabes!

El momento es tuyo, y es ¡ahora!

Lo sientes y te hace sentir bien.

Eliges lanzar desde un Estado de Alto Rendimiento

Tu respiración y fisiología lo expresan y refuerzan tu nuevo dialogo interno

Estás en disposición de conseguirlo, lo piensas, lo ves y lo sientes.

Imaginas el fallo, ¿y si no la meto?

Bloqueas dialogo interno (técnicas SOS) , reconectas y te enfocas en el como, en tu responsabilidad

Conectas con tus recursos, así lo sientes

Afrontas con la Estrategia mental errónea.

Las interferencias dividen tu estado, te llevan al rendimiento habitual.

Lo sabes y te hace sentir mal, quizás vuelvas a repetirlo

ALEJANDO DEL ARO

Te dejas llevar por la forma significativa de hacer las cosas.

Tu te motivas y comportas así (Tu atención está dividida)

Imaginas el fallo, ¿y si no la meto?

Recuerdas lo vivido y te lleva a la excusa. Lo sientes, oyes y ves así

Tu respiración y fisiología lo interpretan, refuerzan tu dialogo interno y dudas.

Te sientes aún peor, e inseguro

Últimos tiros libres del partido

Tu mente te lleva a lo conocido

Ves, oyes y sientes como lo haces en situaciones similares

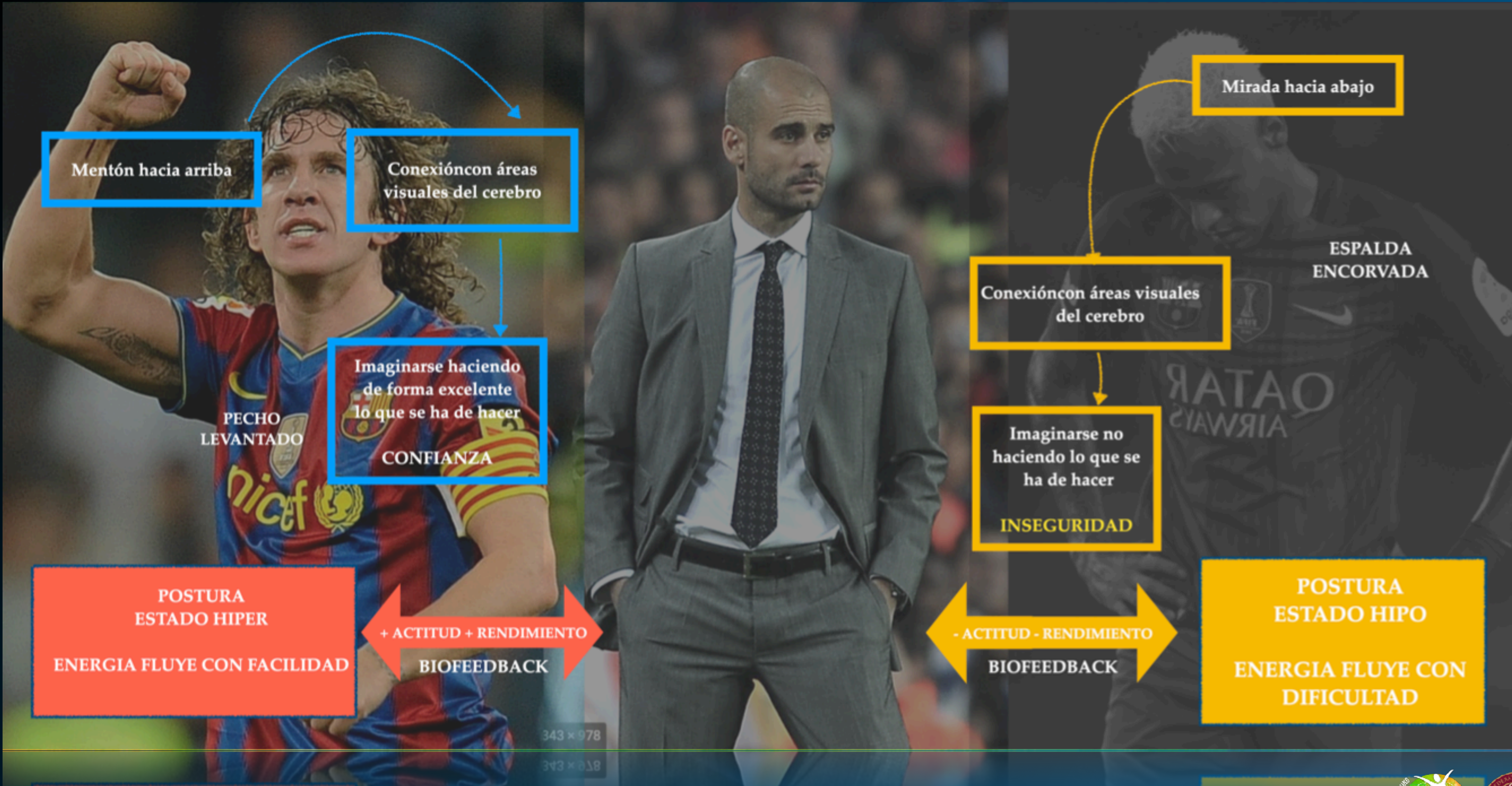
Es el momento y te sientes esclavo de la expectativa. Quizás te sientes incomodo, mal.

ESE MOMENTO

¿CÓMO VAS A LANZAR?

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching





EL PODER LA FISIOLOGÍA

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching



FISIOLOGÍA



ESTADO

ESTADO



RENDIMIENTO

RENDIMIENTO

RESPIRACIÓN



LA CADENA DE LA EXCELENCIA

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching



Es un proceso psicopedagógico y planificado, que busca crear condiciones favorables y entornos adecuados para el progreso del atleta. Una buena planificación consiste en ordenar los conocimientos e ideas con el objetivo de organizar y desarrollar las sesiones de la mejor manera.

Incluyendo aspectos físicos, técnicos y tácticos (C.E.D) y aspectos psicológicos o mentales (C.E.P).

El TECTAC MENTAL es una propuesta, probada, para el desarrollo de las C.E.P., (calidades específicas de la persona). Para que el entrenador pueda responder al **mayor reto al que se enfrenta toda planificación.**

Responder adecuadamente a las demandas de los deportistas, haciéndolo en el contexto y MOMENTO adecuado.

Influyéndoles para que cambien la percepción subjetiva de la experiencia, de manera que les resulte enriquecedora. Esto rara vez es posible hacerlo, cambiando el contexto (mundo), si es necesario cambiar el enfoque sobre él, eligiendo el estado idóneo con el que quieren afrontarlo.

*Basado en la definición de entrenamiento de Paco Seiru.lo

“El Código Nuevo es una serie de patrones desarrollados a mediados de 1980 por mí mismo (John Grinder) con las aportaciones de Judith Deloizer y seguidamente de Carmen Bostic St. Clair. Fueron varias las razones que motivaron la creación del Código Nuevo, incluyendo el reconocimiento de que la codificación de los patrones que conseguí con Richard Bandler en la creación de la PNL contenía una series de fallas en el código”

EL NUEVO CÓDIGO, LA NUEVA GENERACIÓN

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching



- 1. El inconsciente es el responsable del cambio, selecciona estado, recursos y comportamientos.**
- 2. El inconsciente participa explícitamente en todos los pasos críticos.**
- 3. El nuevo comportamiento debe satisfacer la intención positiva.**
- 4. La manipulación ocurre en el estado y la intención en el comportamiento.**

1. Intención positiva:

El nuevo comportamiento tendrá una intención positiva sobre la que cimentar el cambio.

2. Seguridad, eficacia y eficiencia:

La forma en como ocurre el cambio a través de la intención positiva permite que los nuevos comportamientos se establezcan de forma profunda, dificulta la manipulación consciente.

3. Responsabilidad del inconsciente:

El inconsciente toma la responsabilidad de generar y aplicar los nuevos cambios / comportamientos necesarios para cumplir con el objetivo.

4. Integración inconsciente:

El inconsciente toma en el proceso de cambio encuentra y/o genera dentro los recursos necesarios.

5. Momentos críticos de cambio:

El inconsciente está envuelto en los momentos de creación, y en la aplicación nuevos patrones en contextos precisos

6. Ecología:

Cualquier cambio realizado debe encontrarse en ecología / equilibrio con el sistema.

NUEVO CÓDIGO / NUEVA GENERACIÓN

Conjunto de patrones diseñado (1984 - 1986) por Grinder y Delozier

Grinder ha continuado desde 1986 extendiendo, refinando y diseñando patrones adicionales consistentes con las características del nuevo código.

Desde 1989, colabora con Carmen Bostic St. Clair en este trabajo. Bostic St. Clair y Grinder también han centrado sus esfuerzos durante este intermedio en el modelado y diseño de patrones de excelencia en el contexto de grandes organizaciones (empresas, institutos y, en algunos casos, gobiernos). Así, los códigos clásicos y nuevos son ejemplos de modelos.

CÓDIGO CLÁSICO

Conjunto de patrones codificados por Grinder y Bandler (1973/1979), crearon campo del modelado de PNL. Modelado genios (Perls, Satir, Erickson). En este período mezclan dos tipos de patrones:

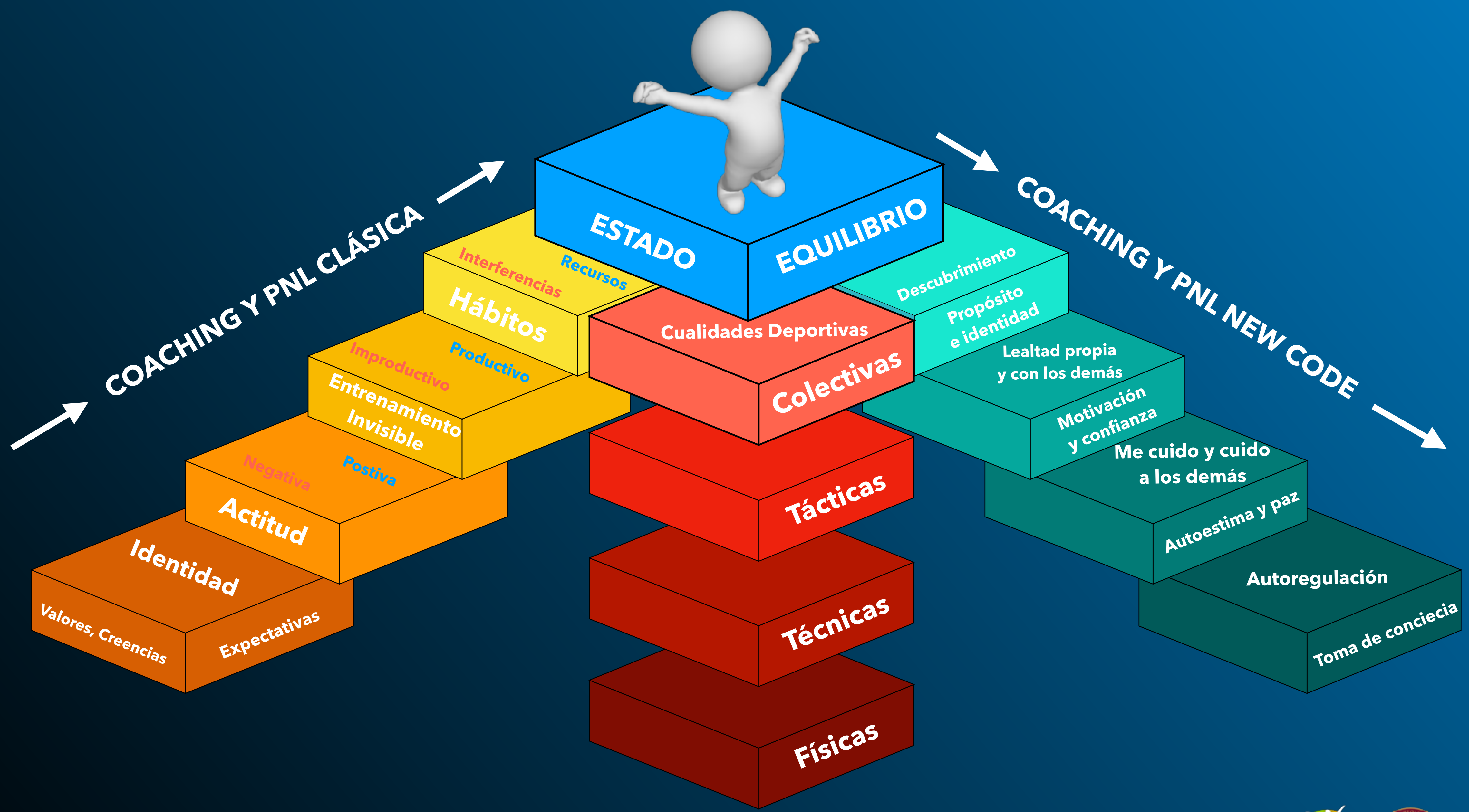
- Modelados directamente de las fuentes.
- Diseñados por Grinder y Bandler mediante la manipulación de las variables esenciales que habían descubierto y parcialmente codificadas como resultado del modelado de los genios originales que sirvieron de inspiración para los estudios de excelencia en el campo del trabajo de cambio.

NUEVO CÓDIGO / NUEVA GENERACIÓN

Utilización directa del inconsciente a la hora de escoger /crear / encontrar los recursos u opciones necesarios para el cambio.

CÓDIGO CLÁSICO

El consciente es el encargado de crear esos recursos e implementarlos y generar una conciencia de cambio con visualizaciones o creaciones conscientes de los contextos donde el cambio debe ser realizado.



LOS PILARES DEL RENDIMIENTO

Kike Fernández
Trainer PNL & Coaching





ESTABLECE OBJETIVOS

Visualiza y planifica tu temporada deseada, macro, micro y sesiones ¿qué?, ¿cómo?, ¿cuando?, ¿para qué?

CONSTRUYE TU LIDERAZGO

Toma de conciencia, mindfulness, respiración, concentración. Identidad, actitud.

PRETEMPORADA

Comunica lo que quieres y cómo lo quieres, construye Las bases del equipo, haz aflorar sus liderazgos. Establecer rutinas y compromisos.

ELIGE COMPETIR CON EXCELENCIA

Utiliza con efectividad el nuevo código de la PNL, y todas las herramientas adquiridas . El objetivo es estar presente en la experiencia y con el estado idoneo. Competir en estado de alto rendimiento, Diseña rutinas previas, durante y posterior a competicion.

ENTRENA DISEÑO MENTAL

Entrena tu mente y la gestión emocional necesaria con PNL. Ensayo motor, mejora tectac, recuperación de lesiones. Refuerzo

METODOLOGÍA TECTAC MENTAL

Kike Fernández

Master Trainer IFC PNL



@KikeTrainerPNL

Código Descuento 20%

(Cualquier Metodo Pago)

Practitioner Deportivo PNL

Conviértete en Coach
Deportivo Profesional



Código: **NAVIDADCONPNL**

*Hasta 5 Plazas o 9 Diciembre de 2021

Triple Certificación
Internacional IFC NLP

