

NLP PRACTITIONER -KOULUTUS

NLP Practitioner koulutus antaa välineitä omaan kehitykseen ja vuorovaikutukseen. Se sisältää laajan joukon toimivia menetelmiä. Vaikka yksittäiset menetelmät ovat tehokkaita, tulee varsinainen oppimisvaikutus kuitenkin koko koulutuksen kokonaisuudesta, jossa perusteellisesti ja monipuolisesti opetellaan käytännössä kuinka

1. Vuorovaikutus toimii
2. Mitä tapahtuu, kun muuttaa ajatteluaan
3. Miten psyykkiset tilat ja kokemukset rakentuvat ja muuttuvat
4. Mitkä ovat oman kasvun ja kehityksen perustyökalut.

NLP Practitioner -koulutuksen sisällöt:

NLP Practitioner -koulutuksen sisältö

NLP:n perusoletukset – Mitä on NLP-ajattelu ja perusoletukset (linkki), millaista ajattelua on NLP-menetelmien taustalla, maailma ja maailmankuva -ajattelu, systeminen ajattelu, mielen ekologia.

Kontaktin luominen, samauttaminen ja tunneyhteys – Kontakti syntyy kehonkielen ja muun sanattoman käyttäytymisen tasolla. Miten oppia tunnistamaan toisen sanantonta käyttäytymistä ja ohjaamaan omaa niin, että kyky luoda kontakteja erilaisen ihmisten kanssa paranee entisestään.

Kalibrointi – Miten oppia tunnistamaan ja lukemaan oikein toisen ihmisen sisäisen tilan muutoksia pienen pienistä ulkoisista vihjeistä.

Miellejärjestelmät – Miten ihmiset rakentavat kokemuksensa. Miten ihmiset eroavat tavassaan käyttää miellejärjestelmiä. Miten hyödyntää miellejärjestelmiä itsensä kehittämässä, omien kokemusten muuttamisessa ja vuorovaikutuksessa, esim. kun esität asioita toisille ihmisille.

Mielle-editoinnit – Mitä miellepiirteet ovat ja miten ne vaikuttavat kokemuksiin esim. jostakin asiasta tai ihmisestä. Miten kokemus muuttuu – usein välittömästi – miellepiirteitä muuttamalla. Miellepiirteet ovat kuin aivojen viivakoodeja, joita miellemme "lukee" ja rakentaa kunkin koodin mukaisen kokemuksen. Kun "koodi" muuttuu, muuttuu kokemuskkin.

Tavoitteet – Miten ajatella sitä, mitä todella haluaa niin, että sen saavuttaminen tulee helpommaksi.

Metamalli – Kuinka oppia käyttämään kieltä niin, että ymmärtää nopeasti toisen ihmisen ajatusmaailman rakenteen ja sisällön ja voi tarvittaessa laventaa sitä.

Uskomukset ja uskomusten muuttaminen – Se millaisia uskomuksia ja käsityksiä meillä on itsestämme, toisista ja elämästä ohjaavat syvällä tasolla tekojamme ja valintojamme. Miten voi löytää ja muuttaa elämän aikana muodostuneita rajoittavia käsityksiä/uskomuksia ja lisätä hyviä, mahdollisuuksia luovia uskomuksia?

Loogiset tasot - Kun tutkitaan toimintaa monella eri tasolla, voidaan oivaltaa ongelma- tai kehittämiskohteita ja saavuttaa tasapaino eri tasojen välillä. NLP:n loogisiin tasoihin kuuluvat toimintaympäristö, käyttäytyminen, taidot ja osaaminen, arvot ja uskomukset, identiteetti ja henkinen taso.

Erottelutyylit - Miten ihmiset eroavat tavassaan vastaanottaa puhuttua tai kirjallista tietoa. Miten ihmiset motivoituvat erilaisilla. Miten erottelutyylejä voi hyödyntää esim. vuorovaikutuksessa.

Ankkurointi, ankkurien ketjutus - Miten kutsua tahdonalaisesti mikä tahansa tarvittava voimavara- tai resurssitila (myönteinen tila, jokin tietty erityistila johonkin tiettyyn tehtävään) itselle tai toiselle silloin, kun sitä tarvitaan. Miten "ohjelmoida" aivonsa ja mielensä niin, että saa tarvittaessa käyttöönsä erilaisia resurssitiloja.

Swish - Miten saada hankalassakin tilanteessa käyttöönsä voimavaroja avaava mielikuva. Miten pitää yllä hyvää itsetuntoa.

Nopea fobianhoito - Miten vapautua traumaista, fobioista ja pitkään jatkuneiden traumaattisten kokemusten vaikutuksesta.

Lisäksi Practitioneriin kuuluu paljon muita ideoita ja menetelmiä, kuten uudelleenmäärittelyt, alitajunnan kanssa keskusteleminen, erilaiset näkökulma-interventiot (iso osa pulmakokemuksista ja vuorovaikutusongelmista syntyy siitä, että pitäytyy yhdessä ainoassa näkökulmassa), erilaisia kielimalleja vuorovaikutukseen, menneisyyden muuttaminen, metaforat, persoonallisuuden osien kanssa työskentely ja osien integroiminen eheyden saavuttamiseksi, aikakokemukset jne.