

NLP PRACTITIONER DVNLP



INHALTE

- Die Entwicklungsgeschichte des NLP
Wer sind die Begründer von NLP und wie sind Schulungen für die Anwendung von NLP entstanden?
- NLP Vorannahmen
Auf welchen Annahmen basieren die geschulten NLP Techniken?
- Körpersprache
Lesen und verstehen
- Körperarbeit
Gewünschte Gefühlszustände können über die Körperhaltung, Gestik, Mimik und Stimme aktiviert werden
- Ankertechniken
Gewünschte Gefühlszustände können nach dem Prinzip der klassischen Konditionierung über Reiz- Reaktionsmechanismen ausgelöst werden
- Rapport
Einen guten Draht zu seinem/seiner Gesprächspartner:in zu haben, muss kein Zufall sein
- Milton Modell der Sprache
Die hypnotische Sprechweise nach dem Milton-Modell sorgt für eine angenehme und wohlwollende Gesprächsatmosphäre
- Meta-Modell der Sprache
Durch die Anwendung der Meta-Modell Fragen ist es Ihnen möglich, Missverständnisse durch Tilgungen, Generalisierungen und Verzerrungen früh zu erkennen und aufzulösen
- Verhandlungsreframing / Six-Step-Reframing
Beide Formate helfen Ihnen bei inneren Konflikten, die Sie beispielsweise so wahrnehmen:

Einerseits möchte ich dies und andererseits möchte ich das und nichts von beidem mache ich richtig, weil sich beide Anteile in mir sabotieren.
- Bedeutungs- und Kontextreframing
Beide Reframingarten bewirken einen Perspektivwechsel. Durch diesen ist es Ihnen möglich, bisher negativ erlebte Geschehnisse oder Eigenschaften an Ihnen oder anderen neutraler zu erleben, im besten Fall sogar positiv.

NLP PRACTITIONER DVNLP



INHALTE

- **Logische Ebenen**
Durch die Anwendung der logischen Ebenen erhalten Sie ein tiefes Verständnis von Ihrem inneren Erleben und Ihrem Verhalten in bestimmten Situationen. Dadurch eröffnen sich Ihnen neue Ansatzmöglichkeiten, um im Rahmen eines Veränderungswunsches zum gewünschten Erfolg zu kommen:

Zu den einzelnen Ebenen gehören:

Umgebung / Verhalten / Fähigkeiten / Werte und Glaubenssätze / Identität / Zugehörigkeit / (Spiritualität)
- **Submodalitäten**
Schmerzhafte Erfahrungen gehen oftmals mit schmerzhaften Erinnerungen und gegebenenfalls mit Blockaden einher. Die Vergangenheit lässt sich nicht verändern. Glücklicherweise lässt sich das Erscheinen und damit die Wirkung einer Erinnerung verändern. Das bedeutet, die Wirkung einer Erinnerung wird maßgeblich von den Submodalitäten bestimmt.

Submodalitäten – Beispiele:

hell – dunkel / farbig – schwarz/weiß
nah – fern / laut – leise u. v. m.
- **Timeline**
Eine Timelinarbeit bietet Ihnen eine Vielzahl an Möglichkeiten, um wertvolle Erkenntnisse und Ressourcen zu entdecken.

Zum Beispiel die Perspektive:

Aus der Zukunft auf die Gegenwart zurückzublicken, mit der Frage: Was denke ich, wenn ich 72 Jahre bin und mich an mein gegenwärtiges Thema erinnere?
- **Wahrnehmungspositionen**
Das Eintauchen in verschiedene Wahrnehmungspositionen ermöglicht Ihnen, bedeutende Einblicke zu gewinnen. Zum Beispiel lohnt es sich in Konfliktsituationen, einmal die Position des/der anderen einzunehmen, oder eine schmerzhafte Erfahrung mit Abstand von außen zu betrachten.
- **Ziele definieren**
Ziele werden oftmals nicht erreicht, weil sie unrealistisch oder nicht attraktiv sind. Manchmal fehlen auch die Erkennungsmerkmale, betreffend, wann ein Ziel erreicht ist. Um Fehler dieser Art zu vermeiden, lernen Sie in der NLP Practitioner Ausbildung, Ziele nach den Kriterien der Wohlgeformtheit anzugehen.

NLP PRACTITIONER DVNLP



INHALTE

- **Metaphern**
In einem Gespräch können Ihnen Metaphern dabei helfen, das, was Sie Ihrem/Ihrer Gesprächspartner:in nicht direkt sagen können, ihm/ihr indirekt über eine Metapher zu sagen und darüber zugänglich zu machen.

Die Gründe, weshalb es sinnvoll sein kann, das eine oder andere nicht direkt zu sagen, können vielfältig sein:

Scham, mangelnde Kritikfähigkeit, nicht wahrhaben wollen etc.
- **Strategien**
Im NLP wird unter einer Strategie die Durchführung bestimmter Schritte verstanden, um zu einem angestrebten Ergebnis zu kommen. Während Ihrer Ausbildungszeit lernen Sie verschiedene Strategien kennen, welche ihre Flexibilität bezüglich Ihrer Handlungsmöglichkeiten in bestimmten Lebenssituationen erweitern.

Beispiel:

Sie möchten ein Problem lösen.

Denkstrategie a)

Schritt 1: Was ist die Ursache?

Schritt 2: Was muss ich tun, um die Ursache zu beheben

Schritt 3: Umsetzung

Schritt 4: Check Ergebnis: Problem ist gelöst

Denkstrategie b)

Schritt 1: Was will ich?

Schritt 2: Was ist dafür erforderlich zu tun?

Schritt 3: Umsetzung

Schritt 4: Check Ergebnis: Ziel erreicht

Freuen Sie sich auf eine spannende Weiterbildung!

