

Bildungsurlaub: NLP-Basic-Kurs (DVNLP zertifiziert)

Zielgruppe: Personen in beratenden, sozialen, pädagogischen und verwaltenden Berufen, die das NLP beruflich benötigen: zur Verbesserung der Kommunikation, zur Entwicklung von Konfliktlösungsstrategien und zur Unterstützung gewünschter Verhaltensänderung.

NLP (Neuro-Linguistisches-Programmieren) ist heute eine der erfolgreichsten und effektivsten Kommunikations- und Coachingmethoden. Die Weiterbildung ist offen für alle Berufsgruppen. Sie erwerben Basiskenntnisse und -fähigkeiten in den NLP-Kommunikations- und Verhaltensmethoden. NLP bietet Ihnen z. B. Fragetechniken, die Ihnen dabei helfen, die Kommunikation mit sich und Anderen so zu gestalten, wie Sie es beabsichtigen. In diesem NLP-Basic-Kurs beschäftigen Sie sich auf praktische Weise vor allem mit denjenigen Methoden, die den Alltag erleichtern und mehr Handlungsmöglichkeiten und Spaß beim Lernen ermöglichen.

Ablaufplan

Seminarleitung: Judith Nachtwey

	Unterrichtsinhalte
1. Tag	<p>Kennenlernen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übung: Sinnessysteme wahrnehmen • Gruppenregeln entwickeln <p>Geschichte des NLP</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zur Geschichte des NLP <p>Grundannahmen des NLP</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zu den Grundannahmen des NLP <p>Wahrnehmungsschulung 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Wahrnehmung / Informationsverarbeitung im Gehirn • Übungen zur auditiven und kinästhetischen Wahrnehmung

<p>2. Tag</p>	<p>Wahrnehmungsschulung 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Übungen zur visuellen Wahrnehmung, Verschränkung kinästhetische und visuelle Wahrnehmung <p>NLP-Beobachtungsmethoden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema äußere Zeichen für innere Verarbeitungsprozesse • Augenbewegungsmuster und Sinnessysteme • Sinnesspezifische Sprache • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema minimale nonverbale Hinweise auf sinnesspezifische Verarbeitung • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Physiologie-vokabular – innere Zustände wiedererkennen • Übung: Unterschiede erkennen zwischen Konzentration auf den Moment und Trancezustand <p>Rapport / pacen und leaden</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema guten Kontakt stiften • Übung: Matching und Mismatching
<p>3. Tag</p>	<p>Arbeiten mit Ressourcen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Kraftquellen zur Selbststeuerung nutzen • Übung: Ressourcen ankern <p>Meta-Modell der Sprache</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Derivation und Transformation • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema unsere Wahrnehmung und unsere Wahrnehmungsfilter • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Verarbeitungsprozesse: Generalisierung / Tilgung / Verzerrung • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Metamodell-Verletzungen hinterfragen • Übung: Metamodell-Verletzungen erfragen an Übungssätzen • Übung: Metamodell-Verletzungen erfragen beim Klienten <p>Chunking</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Chunking • Übung: Up-Chunking / Down-Chunking / laterales Chunking

<p>4. Tag</p>	<p>Motivierende Ziele</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Zielorientierung / Lösungsorientierung / Ressourceorientierung vs. Problemorientierung • Vortrag / Gruppengespräch zu verschiedenen Als-ob-Techniken • Übung: Wohlgeformte Ziele formulieren <p>Beobachtungspositionen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema assoziiert / dissoziiert – Vergangenheit / Gegenwart / Zukunft • Übung: Meta-Mirror
<p>5. Tag</p>	<p>Submodalitäten</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Modalitäten / Submodalitäten / Metagefühle • Übung: verbale Indikatoren für Submodalitäten • Übung: Kontrastmethode <p>Logische Ebenen – die Ebenen der Intervention</p> <ul style="list-style-type: none"> • Vortrag / Gruppengespräch zum Thema Logische Ebenen Umwelt / Verhalten / Fähigkeiten / Überzeugungen + Werte / Identität / Sinn + Zugehörigkeit • Übung: Wenn ich fähig wäre ...