

Einführung in das NLP

Beschreibung:

Bei dem *Neurolinguistischen Programmieren (NLP)* handelt es sich um einen ursprünglich aus der Kurzzeittherapie heraus entstandenen vielschichtigen Ansatz zur schnellen und nachhaltigen Veränderung psychisch limitierender Muster. Zentrale Aspekte sind dabei eine effektive Kommunikation, die Beseitigung mentaler bzw. emotionaler Blockaden und das Erschließen kraftvoller Ressourcen. NLP stellt dazu eine umfangreiche Bandbreite an Formaten zur Verfügung und ermutigt den Anwender, sein Gehirn systematisch und zielorientiert zu nutzen. Mithilfe präziser kommunikativer und mentaler Werkzeuge sollte es dabei gelingen, das eigene innere Erleben, das darauf basierende Verhalten, aber auch dasjenige unserer Interaktionspartner, gezielt zu verändern. Erfolge werden dadurch planbar, realisierbar und reproduzierbar. In diesem Basisseminar für Einsteiger werden den Teilnehmern die Grundlagen des NLP vermittelt und ihnen bereits eine Reihe hochwertiger Werkzeuge zum Erlangen der „Luftthoheit“ über das Denken, Fühlen und Handeln in die Hand gegeben.

Schwerpunkte:

- Die Entstehung und das Menschenbild des NLP
- Die Grundannahmen des NLP / Konstruktivismus
- Die Vorstellung verschiedener NLP-Formate

Gestaltbarkeit:

Seminar in einem ein- bis fünftägigen Format