

jouw opleiding

jouw training

jouw coaching

Wat is NLP en wat kan ik ermee?

Persoonlijke ontwikkeling **Echt veranderen**

Je dromen realiseren

De beste versie van jezelf worden

Met plezier leren

Communicatievaardigheden verbeteren

Effectiever communiceren

Meer motivatie krijgen

Investeren in jezelf

In een flow komen

Jezelf en anderen beter begrijpen

Doelen stellen èn behalen

Angsten overwinnen

Van kijken naar zien

Meer zelfvertrouwen krijgen

Leven volgens jouw missie, visie en passie

Echt contact maken **Meer uit je leven halen**



Inhoud

Voorwoord	3	Wat houdt NLP allemaal in?	13
NLP vooronderstellingen	4	NLP als puzzel	14
Wat levert NLP je op?	5	Opleiding NLP Practitioner - de onderdelen	15
Wat betekent NLP nou eigenlijk?	6	Opleiding NLP Practitioner - de lessen	16
Het brein - bewust en onbewust	7	Opleiding NLP Practitioner - voorbeeld lesstof	17
Het brein - onbewuste patronen	8	Opleiding NLP Practitioner - mijn nlp!	18
Het brein - leerfasen	9	Opleiding NLP Practitioner - accreditatie	19
Taal - communicatie met het onbewuste brein	10	NLP trainingen	20
Programmeren - zintuiglijke suggesties	11	NLP literatuur - Richard Bandler	21
Hoe is NLP ontstaan?	12	NLP literatuur - andere auteurs	22

Voorwoord

Je hebt “Wat is NLP en wat kan ik ermee?” van mijn-nlp.nl ontvangen, wat betekent dat je geïnteresseerd bent in NLP en/of wat NLP jou te bieden heeft. In dit INFORMATIEPAKKET tref je veel informatie aan over Neuro Linguïstisch Programmeren, onze opleiding NLP Practitioner en onze visie op NLP. Lees het op je gemak door en vorm je eigen visie op NLP en wat het voor jou kan betekenen.

Wij, mensen, kijken allemaal naar dezelfde wereld vanuit verschillende posities, vanuit onze eigen waarden, overtuigingen en ervaringen. Zo maken we onze eigen waarheid van de wereld. Hieruit ontstond ook de belangrijkste vooronderstelling van NLP, namelijk: “DE KAART IS NIET HET GEBIED”: Eenzelfde waarneming of situatie kan door verschillende mensen anders geïnterpreteerd worden.

Wij hopen dat jij van NLP [jouw nlp!](http://mijn-nlp.nl) maakt en op die manier jouw eigen, gewenste wereld creëert. De wereld van jouw dromen, waarin plaats is voor jouw visie, missie en passie.

Wil je NLP gaan ERVAREN? Dan ben je van harte welkom bij één van onze opleidingen of trainingen!

Met hartelijke groet,
Team mijn-nlp.nl
Ad, Yvonne en Marjan

NLP vooronderstellingen

Binnen NLP zijn vooronderstellingen heel belangrijk. Vooronderstellingen zijn aannames die je op voorhand doet en welke je als “waar” beschouwt. Het doel van de vooronderstellingen is dat ze je helpen en/of inzicht geven in bepaalde gebeurtenissen of situaties.

De kaart is niet het gebied

Mensen beschikken over hulpbronnen

Het effect van je communicatie
is de respons die je krijgt

Er bestaat geen mislukking,
er bestaat alleen feedback

Elk gedrag heeft een positieve intentie

Ieder gedrag was ooit de beste keuze

Het gedrag is niet de persoon

Het vermogen om het proces van onze waarneming
te veranderen is waardevoller dan de inhoud van
de waarneming te veranderen

De 8 vooronderstellingen van Richard Bandler

Wat levert NLP je op?

Betere communicatie

NLP ga je leren wanneer je effectiever wilt communiceren! Met een betere communicatie haal je meer uit je relaties thuis, op je werk, met je familie en vrienden en eigenlijk iedereen die je tegenkomt in je leven. Hoe zou het voor jou zijn wanneer je beter en meer vanuit je eigen waarden zou kunnen communiceren met de mensen om je heen?

Persoonlijke ontwikkeling

NLP ga je leren om je sneller, directer te kunnen ontspannen in deze drukke, hectische tijd. NLP leert je te bevrijden van je angsten en negatieve overtuigingen. Zodat je meer uit je leven kunt halen dan je voorheen deed. Wat levert het voor jou op, als je je angsten, of dingen waar je onzeker over bent, zou overwinnen? Wie ben jij, wanneer je interne conflicten opgelost zijn? Wanneer je echt jezelf bent?

Doelen stellen èn behalen

NLP ga je leren om heldere strategieën te ontwikkelen en blokkades op te heffen, zodat je doelen behaald worden. Wat zou er allemaal voor jou mogelijk zijn, wanneer je dit kan? Wat heb jij de wereld dan te bieden?

Wat betekent NLP nou eigenlijk?

Er bestaan heel wat definities van NLP. Meestal begint zo'n definitie met het verklaren van de afzonderlijke woorden Neuro, Linguïstisch en Programmeren:

Neuro
=
Brein

Linguïstisch
=
Taalkundig

Programmeren
=
Programmeren

De woorden bij elkaar vormen dan: “Met taal je brein programmeren”. Meestal stopt hier de uitleg, die in veel boeken en op internet gegeven wordt. Maar voor ons, en misschien ook voor jou, roept deze verklaring behoorlijk wat vragen op. Nu is het **STELLEN VAN DE JUISTE VRAGEN** één van de dingen die je bij NLP leert!

Voordat we het ontstaan en de inhoud van NLP gaan beschrijven, staan we even stil bij de afzonderlijke woorden; **BREIN, TAAL EN PROGRAMMEREN**. Deze woorden roepen ook vragen op. Brein... wat bedoel je precies met brein? Spreekt dat brein een taal? En welke taal dan? Programmeren? Hoezo? Hoe dan? Hoe doe je dat? En wat heb ik eraan? Wat levert me dat op?

...Wil je meer lezen?

Wil je het complete, digitale bestand ontvangen?
Vraag dit dan aan via het contactformulier of mail naar:

info@mijn-nlp.nl