

Lehrplan NLP Practitioner-Ausbildung

1. WE: Einführung in die Kommunikation - Pacen und Leaden

An diesem Wochenende wird vermittelt, was man unter NLP versteht, welche **Grundannahmen** im NLP gelten und wie unsere Gedanken, Gefühle, Handlungen und WahrnehmungsfILTER zusammenwirken, um uns selbst und unser Gegenüber zu verstehen. Dadurch wird es möglich, die Kommunikation mit anderen so zu gestalten, wie wir es gerne hätten.

Sobald zwei oder mehr Menschen zusammen sind, kommunizieren sie miteinander – auch, wenn sie bewusst keine Botschaften an den anderen senden wollen.

2. WE: Repräsentationssysteme (Modalitäten) - Augenmuster und Submodalitäten

Jeder Mensch nimmt seine Welt auf eine ganz individuelle Weise wahr und verarbeitet seine Wahrnehmung nach einem persönlichen System. Die Erfahrung, die daraus entsteht, drückt er wiederum auf seine ganz spezielle Art aus. Dies ist häufig der Grund dafür, dass Menschen sich über dieselbe Sache unterhalten und sich doch nicht verstehen.

Menschen sind in der Lage, ständig mit ihren 5 Sinnen Informationen aus der Umwelt aufzunehmen, wobei ein bestimmtes Sinnesorgan bzw. Repräsentationssystem bevorzugt wird. Die **Repräsentationssysteme entsprechen den Wahrnehmungskanälen** (VAKOG).

An diesem Wochenende geht es darum, den bevorzugten Sinneskanal seines Gesprächspartners, Kunden oder Patienten zu erkennen und ihm somit auf genau dieser Wahrnehmungsebene zu begegnen. Als Hilfsmittel dazu dient ein Rückkopplungssystem, welches dem Beobachter zeigt, in welchem Sinneskanal sich sein Gegenüber gerade befindet, nämlich die so genannten Augenmuster

3. WE: Kalibrieren auf Physiologien und States

An diesem Wochenende beschäftigen wir uns mit den Themen **Kalibrieren** und **States** von Personen. Eine Person zu kalibrieren bedeutet, sich auf diese Person fein abzustimmen. Kalibrieren verlangt die Fähigkeit, nonverbale Signale genau wahrzunehmen und die Physiologie innerer Zustände äußeren Anzeichen zuzuordnen. Kalibrieren ist die Voraussetzung für Spiegeln und für Rapport.

Atmosphäre



Sinneswahrnehmung





4. WE: Anker und Strategien

Ankern ist der Vorgang des bewusst herbeigeführten Verbindens bestimmter Reize mit bestimmten Reaktionen. Grundlage beim Ankern ist die Annahme, dass alle Erfahrungen und Erlebnisse als sinnliche Informationen vom Menschen wahrgenommen, repräsentiert und gespeichert werden.

In der **Strategiearbeit** unterscheidet man so genannte Makro- und Mikrostrategien, wobei an diesem Wochenende zunächst die Walt Disney Strategie als Beispiel für eine Makrostrategie im Vordergrund steht:

Strategien sind Bewusstseinspläne für spezifische Verhaltensmuster, die ein bestimmtes Verhalten erst ermöglichen.

Strategien sind also die Art und Weise, wie wir unsere Gedanken und unser Verhalten organisieren, um eine Aufgabe zu erfüllen.

5. WE: Mikrostrategien, Lösungsorientierte Interventionen und Ziele-Arbeit

An diesem Wochenende vertiefen wir u.a. die Beschäftigung mit den Strategien von Menschen, wobei diesmal die so genannten **Mikrostrategien** im Mittelpunkt stehen.

Mikrostrategien beschreiben eine spezifische interne Verarbeitungsweise von Sinneswahrnehmungen. Sie betreffen z.B. die Art und Weise wie jemand erfolgreich und effizient lernt, schreibt oder sich präsentiert.

Es gibt verschiedene Arten von Mikrostrategien, z.B. Entscheidungs-, Motivations-, Lern-, Kreativitäts-, Entspannungs-, Aufwach-, Flirt- und Partnerwahlstrategien.

6. WE: Timeline- Arbeit und Metamodell

Die **Timeline** ist eine visuelle Metapher, um Zugang zur Zeitkodierung eines Menschen zu bekommen. Die meisten Menschen repräsentieren Zeit nämlich im visuellen System und benutzen den inneren Wahrnehmungsraum, um ihre Erfahrungen darin zu ordnen. D. h., wir „verräumlichen“ zeitliche Unterschiede.

Menschen gestalten ihre Zeitlinien (timelines) individuell. Man benutzt im Allgemeinen die Form einer Linie, um sich eine Zeitspanne, oft die eigene Lebenszeit, vorzustellen. Die unbewusst gewählten Merkmale bezüglich der Form, dem Verlauf und den Farben haben für den betroffenen Menschen spezifische Bedeutungen. Die Ursache von Blockaden, Traumata oder auch Krankheit können mit Hilfe der so genannten Timeline- Arbeit erkannt und verändert werden.

Atmosphäre



Sinneswahrnehmung





7. WE: Miltonmodell und Reframing

Das **Milton-Modell** als wichtiger Bestandteil in NLP- Interventionen beruht auf dem linguistischen Modelling der Arbeit Milton H. Ericksons. Das Milton- Modell beschreibt, was Erickson an Sprachmustern zur Verfügung stand und in welchem Kontext er diese Sprachmuster anwendete.

Das Milton- Modell wird in der Therapie und bei Trance-, Hypnose- und Entspannungsinduktionen angewandt. Die Sprachmuster haben eine starke hypnotische Wirkung und sind auch in der Beratung und im Coaching äußerst nützlich.

Das **Reframing** ist eine weitere Methode aus dem NLP. Reframing bedeutet, einen neuen Rahmen zu konstruieren, etwas eine neue Bedeutung zu geben. Ein Bild kann in einem neuen Rahmen ganz anders aussehen und anders wirken. Wird ein Problem reframt, dann bekommt dasselbe Ereignis, eine neue Bedeutung: neue Reaktionen und neues Verhalten werden möglich.

Reframing bezeichnet also den Prozess des Umdeutens, des Einnehmens einer neuen Perspektive, einer neuen Art der Wahrnehmung, einer neuen Interpretation.

Reframinginterventionen sind für Symptome auf der Verhaltensebene geeignet, d.h. für ein Verhalten, das jemand aufgeben oder verändern will.

8. WE: Logische Ebenen und Metaphern

Die **logischen Ebenen** sind hierarchisch gegliederte Ebenen des Denkens, die sich wechselseitig beeinflussen. Die Funktion jeder Ebene ist es, die Information auf der darunter liegenden Ebene zu organisieren.

Das NLP- Modell der logischen Ebenen beschreibt die "Ebenen der Veränderung". Es liefert Informationen über den besten Punkt, an dem eine Veränderungsarbeit ansetzen kann. Die logischen Ebenen dienen der Klärung, wo z.B. ein Problem, ein Ziel oder die eigene Mission angesiedelt ist.

Metaphern haben für die Kommunikation und das eigene Verständnis eine unglaublich große Bedeutung. Schon seit alters her werden Metaphern als Mittel zur Lehre und Veränderung von Vorstellungen, Ideen und Lebenseinstellungen eingesetzt.

Metaphern können auch gut im Coaching eingesetzt werden, denn sie bieten einen Anreiz, auf neue Art und Weise über etwas nachzudenken. Die aktuelle Problematik wird in einen anderen Kontext übersetzt und kann dann mit mehr Abstand betrachtet werden.

Atmosphäre



Sinneswahrnehmung





9. WE: Score- Modell und Glaubenssätze (Beliefs)

Das **S.C.O.R.E. Modell** (Symptom, Cause, Outcome, Ressource, Effect) ist eine von Robert Dilts vorgeschlagene Struktur zur effektiven Organisation von Zielen. Weiterhin ist das S.C.O.R.E. Modell eine systematische Hilfe, um sicherzustellen, dass man vor Beginn einer Intervention alle wesentlichen Informationen erfasst hat und ebenso gut dafür geeignet, einer Rede, einer Präsentation oder einem Personalgespräch einen Rahmen zu geben.

Dilt`s Score Modell gibt uns eine Struktur an die Hand, die wahre Natur des Problemraumes und die mögliche Art des Lösungsraumes zu bestimmen.

Ein Belief (Glaubenssatz) ist ein absolutes Gefühl von Bestimmtheit (Sicherheit) über die Bedeutung von etwas, das durch Erfahrungen in der Vergangenheit belegt wird.

Jeder Mensch entwickelt im Laufe seines Lebens Überzeugungen (Paradigmen), die ihn im Leben Sinn und Halt geben können, ihn aber auch manchmal mit dem Leben hadern oder daran verzweifeln lassen.

10. WE: Phobie- u. Allergietechniken

Situationen und Ereignisse, die vor allen Dingen in früher Jugend erlebt wurden, die schmerzhaft, schockierend, beschämend oder peinlich waren, sind die Ursachen für Traumata und Phobien.

Eine **Phobie** (altgriechisch: Phobia: Furcht, Angst) ist eine unbegründete und anhaltende Angst vor Situationen, Gegenständen, Tätigkeiten oder Personen, verbunden mit dem übermäßigen und unangemessenen Wunsch, den Anlass der Angst zu vermeiden. Dabei zeigt sich eine starke, unkontrollierbare, unangemessene Angstreaktion.

Zur Beeinflussung (und Auflösung) phobischer Reaktionen hat NLP spezielle Vorgangsweisen entwickelt, die Phobie- Techniken oder Phobie- Modelle genannt werden. Es handelt sich dabei um (meist) sehr kurze Interventionen (auch Ultrakurzzeit-Therapie genannt), die manchmal andauernde positive Wirkungen zeigen.

Mit Hilfe des **Allergie-Modells** ist es möglich, Allergien aufzulösen, bzw. zumindest günstig zu beeinflussen, indem dem Immunsystem geholfen wird zu erkennen, dass es einen Fehler gemacht hat, indem es davon ausging, etwas als Gefahr für sich zu erkennen, von dem in Wirklichkeit gar keine Gefahr ausgeht. Es hat also etwas gelernt und dann vergessen, es wieder zu „entlernen“.

Atmosphäre



Sinneswahrnehmung



Voraussetzungen für das Zertifikat

Die Richtlinien des international anerkannten Standards des DVNLP (Dachverband Deutscher NLP) sehen vor, dass zum Erlangen des Zertifikats folgende Auflagen erfüllt sein müssen:

- ✓ die uneingeschränkte Teilnahme an allen 10 Wochenenden.
- ✓ der Besuch von 3 Peerabenden.
- ✓ die Anfertigung von Hausaufgaben nach jedem Wochenende durch jeden Teilnehmer.
- ✓ die Teilnahme an insgesamt drei mündlichen Überprüfungen des gelernten Stoffes.

ZERTIFIKAT

Max Mustermann



hat an der Practitioner Ausbildung vom 15. Sept. 2011 bis zum 4. Dez. 2011 mit insgesamt 130 Arbeitsstunden an 18 Tagen teilgenommen. Sie/Er bewies Kompetenz und Integrität in der Anwendung Neurolinguistischer Programme und hat die Ausbildung zum

NLP Practitioner, DVNLP

nach den Richtlinien des Deutschen Verbandes für Neurolinguistisches Programmieren erfolgreich absolviert.

München, den 4. Dez. 2011

Rutendie Grosse
Mustertrainer, NLP-Lehrtrainerin, DVNLP

Ausnahmeregelungen:

- ✓ Sollte ein Teilnehmer einmal aus wichtigen Gründen verhindert sein, an einem Wochenende teilnehmen zu können, kann er in Absprache mit der Seminarleiterin dieses Wochenende nachholen, indem er sich z.B. mit einem anderen Teilnehmer trifft und sich so den Seminarstoff vermitteln lässt. Über dieses Treffen ist dann ein schriftliches Protokoll zu erstellen und abzugeben. Die gleiche Regelung betrifft auch die Peertage/-abende. Es darf maximal ein Wochenende und ein Peertag versäumt werden. Ansonsten kann das Zertifikat nicht ausgestellt werden.
- ✓ Können mehrere Wochenenden oder Peertage nicht besucht werden, hat der Teilnehmer die Möglichkeit, an entsprechenden Seminarwochenenden bzw. Peertagen eines späteren NLP-Practitionerkurses, sofern er zustandekommt, kostenlos teilzunehmen und so den Stoff nachzuholen. Das Zertifikat kann in einem solchen Fall erst danach ausgehändigt werden.

Atmosphäre



Sinneswahrnehmung

