

Wat is NLP?

NLP oftewel Neuro-Linguïstisch Programmeren is een verzameling krachtige technieken, waarmee u niet alleen de kwaliteit van uw **communicatie aanzienlijk verbetert**, maar ook **meer keuzemogelijkheden** tot uw beschikking krijgt.

Neuro

We onderzoeken de wereld om ons heen en filteren deze in eerste instantie via onze zintuigen (neurologisch proces). De gevonden informatie slaan we op in de vorm van beelden, geluiden, gevoelens, geuren en smaken. Op basis hiervan creëren we allemaal ons eigen unieke model van de wereld.

Linguïstisch

Onze ervaringen die gevormd worden door en opgeslagen liggen in dit wereldmodel krijgen betekenis op het moment dat we ze in taal omzetten. NLP helpt ons begrijpen hoe we via taal ons denken, gevoel en gedrag beïnvloeden.

Programmeren

Onze interne processen hebben een structuur, waarin een bepaalde opeenvolging te onderscheiden is. De kunst is steeds de best werkende strategie te gebruiken bij het realiseren van het doel dat we ons gesteld hebben. Hierdoor vergroten we onze flexibiliteit, keuzemogelijkheden en effectiviteit.

NLP: het modelleren van excellentie

Met NLP bent u in staat excellentie in communicatie te analyseren en vervolgens ook te produceren. U onderzoekt hoe het komt dat sommige mensen zo succesvol zijn in wat ze doen. Heeft u hun succesformule gevonden, dan gaat u na hoe deze kunt integreren binnen uw persoonlijke situatie. Klakkeloos kopiëren heeft geen zin, aangezien ieder mens uniek is en geen situatie exact hetzelfde.

Verloopt de modellering succesvol, dan ligt de volgende uitdaging in het aanpassen en op respectvolle wijze overdragen van effectieve strategieën aan anderen.

Als wij de dingen deden waartoe we in staat zijn, zouden we onszelf versted doen staan.

- Thomas A. Edison -

Communicatief meesterschap

Als meester communicator bent u op effectieve wijze in staat uw leven in te richten in harmonie met uzelf en uw omgeving. De eerste stap in deze richting is precies weten wat u wil. Communiceren zonder doel is als reizen zonder duidelijke bestemming: u komt wel ergens, maar de vraag is of u daar ook wilt zijn. Doelgericht communiceren, is productief communiceren.

Belangrijk elementen bij het realiseren van uw doelen zijn:

Een uitstekend ontwikkeld observatievermogen

U bent zich meer dan de meeste mensen bewust van wat u ziet, hoort en voelt. U houdt voortdurend in de gaten welke reacties uw communicatie oproept bij anderen. U kunt verbanden leggen tussen het gedrag van de ander en diens innerlijke ervaring.

Flexibiliteit in gedrag

Indien uw communicatie niet de gewenste reactie oplevert, stelt u uw gedrag bij totdat u die wel krijgt. Mislukken bestaat niet. Iedere reactie van de ander, ook een negatieve, geeft u feedback op uw handelen en is dus een belangrijk leermoment.

Congruentie handelen

De inhoud van uw boodschap stemt overeen met de wijze waarop u deze naar buiten brengt. De woorden dragen dezelfde inhoud over als de stemtoon, gebaren en andere non-verbale signalen.

Toepassingsgebieden

NLP is bestemd voor IEDEREEN en kan zowel in de **professionele** als **persoonlijke sfeer** gebruikt worden.

Als manager, adviseur en consultant kunt u NLP goed benutten voor **effectieve coaching/aansturing**. Denk maar eens aan zaken als leiderschap, stress- en conflicthantering, motivatie en zelfmanagement.

Ook voor verkopers zijn goede contactuele en communicatieve vaardigheden onmisbaar. Een **succesvol klantcontact** hangt voornamelijk af van uw vermogen om de "klik" tussen u en de klant tot stand te brengen.

In het onderwijssituaties kunt u NLP gebruiken voor het verbeteren van de **leerprestaties** van leerlingen/studenten, uitbreiden van uw **presentatievaardigheden** en effectieve **leerlingbegeleiding**.

Natuurlijk kent NLP ook verschillende toepassingen in de gezondheidszorg. Als u als arts of verpleegkundige bereid bent aan te sluiten bij belevingswereld van uw patiënten, zult u veel sneller een **vertrouwensrelatie** weten op te bouwen.

Ook als therapeut of hulpverlener kunt u NLP gebruiken als krachtige **aanvulling op uw eigen behandelwijze**. Verder kunt u NLP toepassen in het verbeteren van **sportprestaties** en het stimuleren van **creatieve vermogens** (kunst, muziek).

Nog meer toepassingen: binnen vergadersituaties en werkoverleg, in relaties of in het kader van uw **persoonlijke groei** en **persoonlijk welbevinden**.