

Inleiding

Algemeen

Deze opleiding NLP Practitioner plus bestaat uit de reguliere NLP Practitioner opleiding met een 'plus'. Deze plus bestaat uit elementen uit Systemisch werk, volledig in dienst van NLP. Deelnemers gaan door een systemische bril naar de aangeboden NLP onderdelen kijken. De NLP opleidingen van Vidarte zijn internationaal erkende opleidingen en voldoen aan de voorwaarden van ABNLP (American Board of NLP), NVNLP (Nederlandse vereniging van NLP) en IANLP (International Association of NLP), waardoor Vidarte geaccrediteerd is. De opleiding wordt afgesloten met een bekwaamheidstoets en een reflectieverslag (theorie en praktijk).



Mentoren

Tijdens de opleidingsdagen zijn er altijd een aantal mentoren aanwezig. Dit zijn NLP Master Practitioners en/of NLP Trainers in opleiding. De mentoren zijn gericht op de inhoudelijke integratie van NLP bij de cursisten. Zij observeren de cursisten op afstand en geven cursisten die de opdracht uitvoeren (coach en observator) hun waarnemingen terug (feedback) en waar nodig benoemen zij gedrag patronen.

Cursisten kiezen een "eigen" mentor" bij de aanvang van de opleiding. Zij vormen met elkaar een mentorgroep. Gedurende de mentorperiode observeert de mentor de cursisten van de eigen mentorgroep gekozen op de door de cursist ingebrachte doelen en persoonlijke ontwikkeling. De verantwoordelijkheid voor het leerproces ligt bij de cursist. We verwachten van de cursist een actieve rol m.b.t. het vragen van feedback aan de mentor. Geef aan wat je nodig hebt, zodat de mentor daarop kan letten.

Tijdens de opleidingsdagen is tijd gereserveerd voor mentorbijeenkomsten. Gebruik deze tijd.

Wat mentoren doen

Tijdens de opleidingsdagen heeft de mentor de volgende functie:

- Aanspreekpunt tijdens de opleidingsdagen
- Geeft feedback tijdens en na oefeningen
- Geeft individueel feedback aan het eind van de mentorperiode

De cursisten monitor

In deze manual tref je een 'Cursisten Monitor' aan. Om je optimaal bij te kunnen staan in je leerproces, heeft Vidarte deze monitor ontwikkeld. In deze monitor hou je zelf jouw leerproces bij en er staat in beschreven hoe je mentor in deze opleiding jou daarbij als een coach kan bijstaan.

Deze monitor is richtinggevend bij de coachmomenten van de mentor en tevens kun je hierin zelf de reflectie op jouw eigen leerweg bijhouden. Met de mentor heb je twee korte individuele coach-momenten: aan het begin en tijdens het midden van de opleiding. Dit doe

je aan de hand van een aantal vragen uit de monitor (doelen, reflectie en evaluatie). Aan het einde van de opleiding schrijf je een kort reflectieverslag. Samen met je mentor en de collega-cursisten uit je mentorgroep bespreek je de voortgang van elkaar aan de hand van dit reflectieverslag.

Oefengroepen

“Leren” is een dynamisch proces! Mensen kunnen niet “niet-leren”, dat wil zeggen; we nemen continu informatie op, verwerken deze informatie en passen die al of niet toe in ons functioneren. Stilstand is achteruitgang; leren is “never ending improvement”. Leren is te verdelen in fasen:

1. Het aanleren van kennis, inzichten en vaardigheden; we komen in contact met nieuwe programma's.
2. Het verwerken van deze informatie; we toetsen de nieuwe programma's aan onze ervaringen, waarden en overtuigingen; wil en kan ik het opnemen?
3. Het toepassen van de verworven informatie; het beschikken over vaardigheden om de programma's in de praktijk te kunnen hanteren; een coach weet niet alleen veel van coaching af, maar kan coachingprincipes vooral hanteren.

Binnen de opleidingsdagen krijgen de cursisten de kennis, inzichten en vaardigheden aangeleerd. Wil je deze materie echt integreren, dan is het noodzakelijk om regelmatig te oefenen. Wanneer we iets nieuws leren, dan verstoren we ons evenwicht in dingen die we onbewust doen. Nieuwe dingen zijn nog niet geïntegreerd in ons onbewuste, dus dienen we ze eerst bewust toe te passen. Alleen door oefening worden we onbewust bekwaam in het uiteindelijk toepassen van de technieken en protocollen. We dienen eerst bewust onbekwaam te zijn (bewust van onze onbekwaamheden) alvorens we onbewust bekwaam worden in het werken met NLP.

Oefengroepen

Tijdens de opleidingsdagen is er onvoldoende ruimte en tijd om onbewust bekwaam te worden. De verwerking en toepassing van de materie dient plaats te vinden buiten de opleidingstijd. Cursisten vormen met een aantal medecursisten een oefengroep en komen gedurende de opleiding regelmatig bij elkaar om te werken aan de cursusonderdelen.

De groepsleden geven elkaar feedback en oefenen met en bij elkaar met de technieken. Tijdens de groepsbijeenkomsten ben je beurtelings coach, cliënt en observator. De coach voert de techniek of opstelling uit, de cliënt ondergaat de techniek en de observator neemt waar en geeft feedback. Tevens kan de observator de coach ondersteunen bij de uitvoering van de oefeningen.

Aandachtspunten

Waar kun je op letten wanneer je met medecursisten gaat oefenen met de technieken en principes?

- Spreek vooraf af waaraan je wilt werken, wie heeft welke behoefte? Plan het goed, de tijd gaat snel tijdens oefeningen.
- Respecteer ook tijdens de bijeenkomsten de feedbackregels (blok 1).
- Houd je aan de stappen van de oefeningen, ga niet aan zaken beginnen waar we (nog niet) mee bezig zijn (geweest) in de opleiding.
- Als je vragen hebt, neem die dan mee naar de eerstvolgende cursusdag.
- Succes en veel plezier!

Maximale winst

Hoe haal je de maximale winst uit deze opleiding?

Natuurlijk kun je op verschillende manieren een opleiding en/of training volgen. Heb je je wel eens afgevraagd op welke manier jij het beste kunt leren? Heb je je ook wel eens afgevraagd of er andere manieren zijn dan de wijze waarop jij gewend bent om iets nieuws te leren? Misschien heb je al een lange tijd niet meer gestudeerd en vraag je je af wat de beste manier is om het aan te pakken.

In ieder geval is het goed dat je je bewust bent van de wijze zoals je doorgaans werkt én bewust wordt van het feit dat jouw manier een strategie is. Weet je dat er ook andere strategieën zijn? Kijk eens om je heen en vraag eens hoe anderen studeren. Sta eens stil bij je eigen vanzelfsprekendheden!

Waardevol voor JEZELF

Hoe haal je er voor jezelf het meeste uit, hoe wordt het een waardevolle ervaring? Wanneer we spreken over "waarden" noemen we hier een aantal voorwaarden en een meerwaarde om de opleiding tot een goed einde te brengen.

De voorwaarden om de opleiding tot een goed einde te brengen zijn:

- Weet welk resultaat je met de opleiding wilt bereiken. Vidarte richt de training op persoonlijke groei. Verbind persoonlijke groei met vaardigheidsontwikkeling en je eigen doelen.

- Zorg voor een actieve houding tijdens de opleidingsdagen. Wat is er nodig voor een actieve houding?
 - wees bereid om te experimenteren met nieuwe zaken
 - wees nieuwsgierig naar wat er komen gaat en stel je open voor zowel de leerstof, de docenten en je medestudenten.

De meerwaarde

Het NLP-deel van de opleiding wordt getoetst aan de hand van de richtlijnen van de IANLP. Daarmee wordt deze opleiding afgesloten met een internationaal erkend certificaat. Een NLP-Practitioner wordt opgeleid langs de volgende niveaus:

1. Filosofie; NLP denkwijze, vooronderstellingen en principes
(NLP is een houding)
2. De methodologie kunnen hanteren, strategieën ontdekken achter het gedrag en communicatie van mensen
(NLP is een methodologie)
3. Verandertechnieken; het kunnen toepassen van concrete NLP- technieken op het vlak van waarnemen en gedragsverandering
(NLP kent concrete technieken)
4. Persoonlijke congruentie en groei, integratie van de filosofie, methodologie en technieken in het eigen functioneren.

De werkwijze

Een tipje van de sluier...

- De filosofie komt binnen de opleiding ruimschoots aan bod, de reflectievragen helpen je om de denkwijze te integreren.

- De verandertechnieken gaan cursisten eerst op zichzelf en elkaar toepassen om praktische vaardigheid op te doen.
- Als cursist werk je aan *jezelf* in de opleiding met de NLP-principes. Gedurende de gehele opleiding pas je de principes zelf toe (functioneel) om een groter mentaal-emotioneel evenwicht te bereiken.

Praktische overwegingen

NLP maakt gebruik van een aantal vooronderstellingen waarop het NLP-gedachtegoed is gebaseerd. Naast deze vooronderstellingen willen we je hier nog een aantal praktische waarheden meegeven.

- Het lichaam geeft eerst antwoord, lichaamstaal is sneller dan woorden.
- Ga eerst volgen en dan pas leiden, zorg dat je rapport hebt.
- Ons brein heeft een doel nodig om op te kunnen focussen.
- Associatie geeft 'gevoel' en dissociatie geeft 'ruimte'.
- Elk feit kan van alles betekenen.
- Hoe jij iets formuleert geeft aan hoe je het beleeft.
- Houd zaken zuiver: gelijktijdige ervaringen raken gekoppeld (verankerd)
- Als je jouw interne communicatie op een zuivere manier extern maakt, ben je trouw aan jezelf. Vertrouw op je gevoel.
- Waar je de grootste weerstand tegen hebt, kun je de grootste winst halen.

Het trainen met de NLP-technieken heeft dan ook twee effecten:

1. Functionele effecten:

Door de technieken zelf te ondergaan krijg je ervaring met de werking, de effecten en de toepassing van de technieken en principes. Hoe is het bijvoorbeeld om ankers op te roepen of belemmerende overtuigingen te elimineren? Wanneer je nu zelf deze ervaringen hebt kun je straks een gedegen advies geven aan anderen. Door zelf je eigen beperking in zintuiglijke waarneming te "stretchen" is het eenvoudiger om dit op anderen over te dragen.

2. Mentaal-emotionele effecten:

De congruentie en groei van de student neemt toe omdat ongewenst gedrag concreet aangepakt wordt tijdens de oefeningen en in de mentorgroepen. Er wordt een accent gelegd op de congruentie van de studenten.

Dit is een meerwaarde boven veel opleidingen waar men technieken leert om met andere mensen te werken zonder eerst zelf een optimale balans te verkrijgen.

Examen: beoordeling en herkansing

Je sluit deze opleiding af met een examen.

Onderdelen

De eindbeoordeling van de opleiding levenskunstenaar bestaat uit vier onderdelen:

- een reflectieverslag, waarbij de cursist reflecteert op de eigen ontwikkeling. Dit verslag wordt in de mentorgroep besproken tijdens de examendagen. Het verslag wordt voorafgaand aan de examendagen ingeleverd.
- een schriftelijke toets, waarbij de basale kennis van de inhoud uit de manual wordt getoetst aan de hand van meerkeuzevragen;

- een praktijkoefening aan de hand van het NLPspel, waarbij de cursisten, als coach, NLP uitgangspunten en technieken (spelenderwijs) demonstreren en vervolgens een NLP Practitioner verandertechniek uitvoeren.
- een creatieve presentatie van vijf-minuten waarin de cursist de eigen ontwikkeling of leerweg toont aan de hand van een persoonlijke uitingsvorm als afronding van het opleidingsjaar.

Criteria

Een student is geslaagd wanneer voldaan is aan de volgende criteria:

1. Een ingeleverd reflectieverslag.
Het reflectieverslag wordt inhoudelijk niet beoordeeld. De cursist heeft voldaan wanneer er een reflectieverslag is ingeleverd.
De beoordeling bestaat uit de volgende waardering:
 - niet aanwezig
 - aanwezig
2. Een voldoende beoordeling voor de schriftelijke toets.
De schriftelijke toets wordt beoordeeld met een 5-punt schaal:
 - onvoldoende
 - voldoende
 - ruim voldoende
 - goed
 - zeer goed
3. Een voldoende beoordeling voor de praktijktoets.
De beoordeling bestaat uit de volgende waardering:
 - onvoldoende
 - voldoende
 - goed

Als regel worden om praktische redenen gemiste dagdelen niet ingehaald in een andere groep. Het groepsproces speelt daarin mede een rol. Wanneer een cursist door overmacht een of meerdere dagen niet kan bijwonen dan wordt er in overleg gezocht naar een inhaaloplossing in een andere groep. De student mag maximaal 5 dagdelen missen. Bij een afwezigheid van 6 tot en met 8 dagdelen krijgt de cursist een aanvullende opdracht. Cursisten die meer dan 8 dagdelen niet aanwezig zijn geweest kunnen geen examen doen.

Ethische Code en klachtenregeling

NLP is gebaseerd op een reeks beginselen oftewel vooronderstellingen die het ethisch kader bepalen waarop de methodische en communicatieprincipes gebaseerd zijn. De principes van deze Ethische Code komen overeen met een 'coach-attitude'. De Ethische beginselen zijn weergegeven in deze Ethische Code die expliciet onderschreven wordt door NLP gecertificeerden, medewerkers, trainers, coaches en mentoren van Vidarte, vanaf nu omschreven als de 'de deelnemers' aan de Ethische Code van Vidarte. Een ethische commissie bewaakt deze ethische code en behandelt klachten. Deze Ethische Commissie neemt schriftelijke klachten van cursisten, opdrachtgevers en cliënten in behandeling. Klachten worden door Vidarte beschouwd als leermomenten en kansen ter verbetering van de kwaliteit. Klachten zullen getoetst worden aan de bepalingen uit de Ethische Code. Tenslotte heeft Vidarte in haar algemene voorwaarden bepalingen vastgelegd rondom aanmelden, betalingen, eigendomsrechten, annulering en aansprakelijkheid. De algemene voorwaarden, ethische code en klachtenregeling tref je aan op de website van Vidarte.

De NLP Practitioner Plus bij Vidarte

Zoals eerder aangegeven, bestaat deze opleiding uit een reguliere NLP practitioner opleiding, internationaal erkend door drie NLP koepels, aangevuld met een vertaalslag naar Systemisch Werken. Deze integratie van NLP en Systemisch Werk geeft jou als cursist nog meer diepgang en reflectie op jezelf. Vidarte staat voor levenskunst (La Vida & El Arte: de kunst van het leven). Persoonlijke groei en professionele ontwikkeling gaan hand in hand in de opleiding. NLP is ontstaan uit het modelleren van expertise. Dat heeft geleid tot een verzameling theorieën, modellen en technieken. NLP heeft geen universeel concept. Vidarte heeft een eigen concept ontwikkeld om het leerproces goed vorm te kunnen geven. Om je helpen om inzicht te krijgen in de diverse lagen die NLP kent hebben we de NLP Practitioner Boom ontwikkeld. De opleidingsboom is door ons verdeeld in 4 logische onderdelen:

De NLP Practitioner Boom

1. De wortels: de 4 fundamenteën van de NLP boom

De basis: Modellen die vaker terug komen en theoretische principes die het fundament onder diverse NLP technieken vormen

- NLP coachmodel
- Neurologische niveaus
- NLP Communicatiemodel
- De NLP vooronderstellingen

2. De stam van de NLP boom:

De belangrijkste principes in onze communicatie met anderen, de grondhouding en 'vorm' van onze communicatie.

- De grondhouding van NLP, fair witness, rapport en zintuiglijk scherpzinnig waarnemen.
- De Subjectieve ervaring
- Interne processen: doelen en strategieën

3. De takken van de NLP boom:

De drie principes waaruit in feite alle NLP technieken zijn opgebouwd.

- Ankeren
- Herkaderen & delenwerk
- Tijdlijnen

4. De Bladjes aan de NLP boom:

De integratie en toepassing. Hoe word ik goed in NLP? En tevens de verbinding met systemisch werken.

- Persoonlijke Groeidagen: de 7 meesterstappen naar verandering
- Het NLP spel: Spelen met NLP
- Systemische bedding: kijken door een systemische bril.

Veel plezier met jouw opleiding tot NLP Practitioner !



De NLP PRACTITIONER BOOM VAN VIDARTE

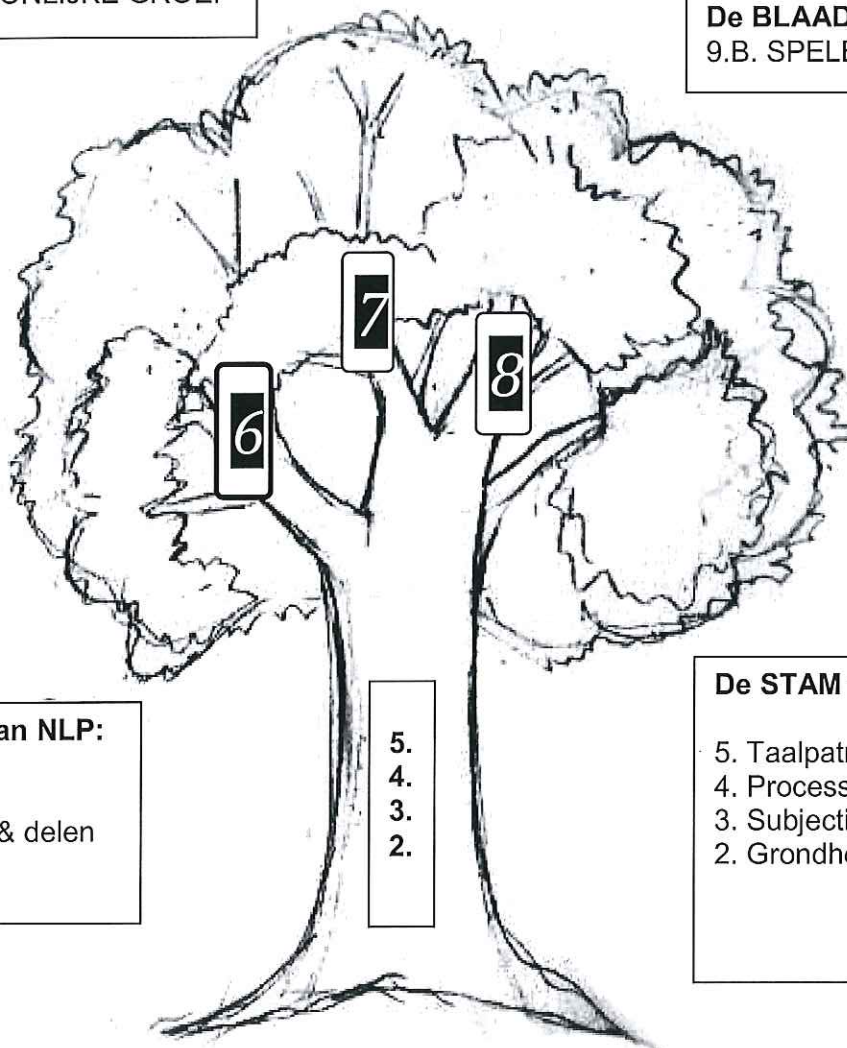
de wortels, stam, takken en blaadjes

De BLAADJES

9. A. PERSOONLIJKE GROEI

De BLAADJES

9.B. SPELEN MET NLP



De TAKKEN van NLP:

6. Ankeren
7. Herkaderen & delen
8. Tijdlijnen

- 5.
- 4.
- 3.
- 2.

De STAM van NLP:

5. Taalpatronen
4. Processen: strategieën/doelen
3. Subjectieve Ervaring
2. Grondhouding - Waarnemen
 - Rapport
 - Fair Witness

10. SYSTEMISCHE BEDDING: NLP door een Systemische bril

De Fundamenten (Wortels)

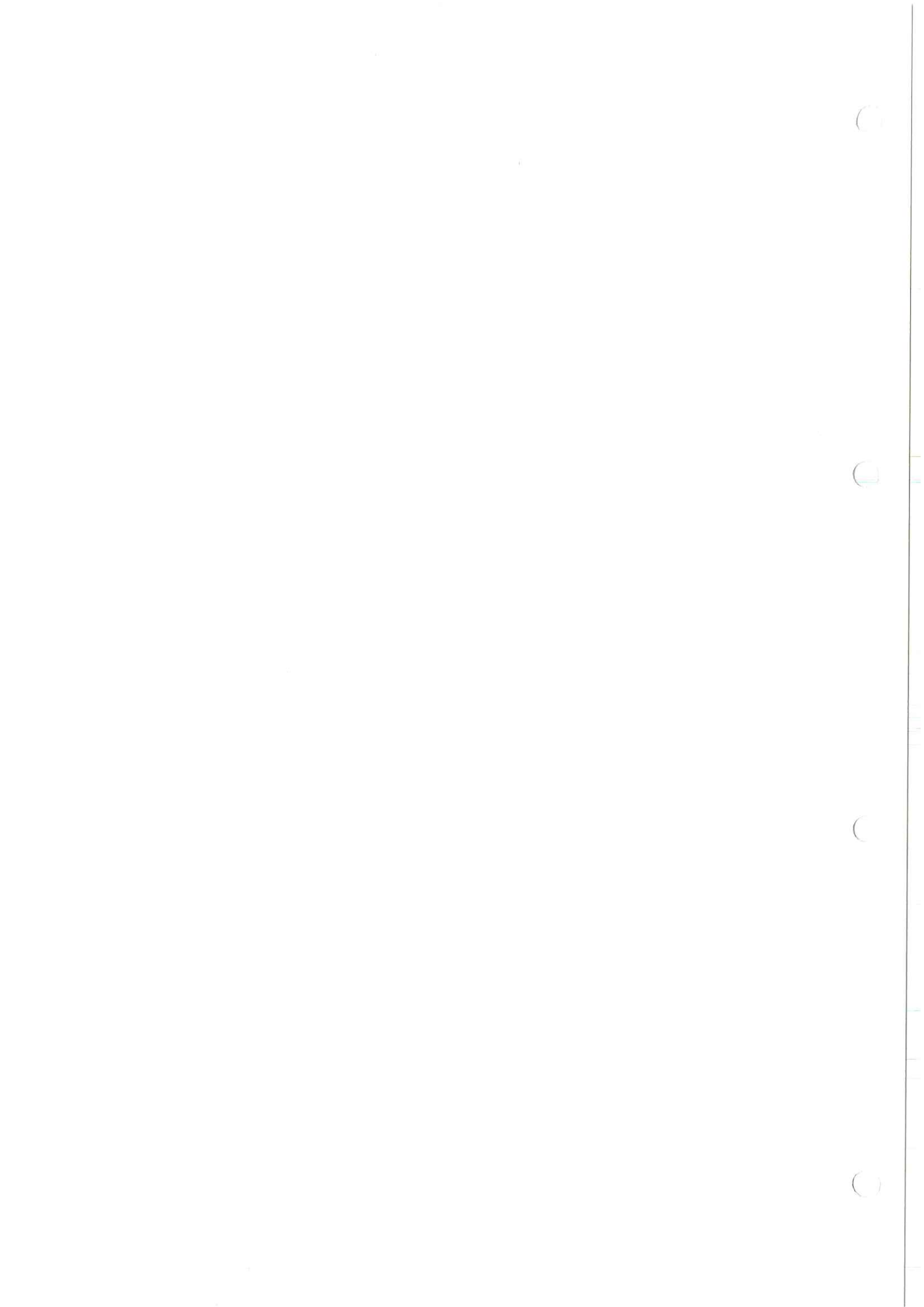
1.A NLP COACHMODEL

1.B NEUROLOGISCHE NIVEAUS

1.C COMMUNICATIE MODEL

1.D VOORONDERSTELLINGEN VAN NLP

Oorsprong: Modelleren van experts in communicatie



Inhoudsopgave

inleiding

Hoofdstuk 1: De Fundamenten van NLP

DE WORTELS

1.1.	NLP	3
1.2.	Vijf principes van succes	9
1.3.	Fundamenten van NLP	11
	A. Het coachmodel	11
	B. De neuro-logische niveaus	13
	C. Het NLP-communicatiemodel	15
	D. De vooronderstellingen van NLP	19
1.4.	Fair Witness	24
1.5.	Feedback geven en ontvangen	26
1.6.	Boeken over NLP	30
	<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	32

Hoofdstuk 2: Waarnemen en Rapport

DE STAM

2.1	Representatiesystemen (modaliteiten)	3
2.2.	Kalibreren	8
2.3.	Rapport	13
	A. Kennismaken met rapport	13
	B. Hoe weet je dat je rapport hebt ?	15
	C. Sorting by self & sorting by other	18
2.4.	Volgen en leiden	23
2.5.	Bijlagen bij Rapport	25
	A. Welke soorten rapport zijn er?	25
	B. Soften	26
	C. De vier talen	27
	D. Een structuur in gespreksinterventies	32
	<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	33

Hoofdstuk 3: De Subjectieve Ervaring

DE STAM

3.1.	Predikaten	3
3.2.	Oogbewegingen	8
3.3.	Submodaliteiten	16
3.4.	Interventies met submodaliteiten	20
3.5.	Perceptuele posities (coachposities)	27
3.6.	De structuur van de subjectieve ervaring	30
3.7.	Perifere Visie.	36
	<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	39

Hoofdstuk 4: Doelen en Strategieën	DE STAM
4.1. Doelen	3
4.2. Outcome sequitor	11
4.3. Ecologie	15
4.4. Bounderies	17
4.5. G.E.D.R.A.G.-model	20
4.6. Strategieën	22
A. TOTE	25
B. Triggers	29
C. Strategie werk	31
D. Voorbeelden van strategieën	42
4.7. Chunking	46
<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	51

Hoofdstuk 5: Taalpatronen	DE STAM
5.1. Taalstructuren	3
5.2. Presupposities	7
5.3. Metamodel	12
5.4. Miltonmodel	22
5.5. Metaforen	28
5.6. GIP	32
5.7. I Wonder	33
5.8. Satir-categorieën	34
<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	36

Hoofdstuk 6: Ankeren	DE TAKKEN
6.1. Ankeren	3
6.2. Ankertechnieken	7
A. Hulpbronanker	8
B. Stapelanker	9
C. Collapsing anchors	10
D. Piece of cake	12
E. Circle of excellence	13
F. New behaviour generator	15
G. Chaining anchors	16
<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	18

Hoofdstuk 7: Herkaderen en delenwerk	DE TAKKEN
7.1. Herkaderen	3
7.2. Delen	10
7.3. Technieken	13
A. Six Step reframing	14
B. Het Binnen-Buiten-Model	16
C. Jongere en Oudere Zelf	17
D. Spatial Reframing	18
E. VK-Squash	20
F. Change personal history	21
G. Reclaim personal history	23
7.4. Bijlagen:	24
A. Het geheugen	24
B. Het onderbewuste	25
<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	28

Hoofdstuk 8: Tijdlijnen		DE TAKKEN
8.1	Time Line Therapy	3
8.2	Soorten tijdlijnen	5
8.3	Vorbereidende stappen	6
	A. Het achterhalen van de tijdlijn	7
	B. Een gedetailleerde persoonlijke geschiedenis.	9
	C. Een proefvlucht maken.	10
	D. Ontdekken van de oeroorzaak.	11
	E. Het veranderen van de locatie en/of richting.	13
8.4	Tijdlijn interventies	14
	A. Negatieve emoties 1	15
	B. Negatieve emoties 2	18
	C. Belemmerende overtuigingen of besluiten 1	19
	D. Belemmerende overtuigingen of besluiten 2	20
	E. Ongerustheid	22
	F. Een doel in de toekomst	23
8.5	Integratie technieken	24
	A. Dubbele Dissociatie	25
	B. Fast Phobia	26
	C. Diermagie	28
	D. De droom	29
	<i>NLP-vaardig! Zelf aan de slag</i>	30

Hoofdstuk 9: Kijken door een systemische bril		DE BLAADJES
9.1	Ontstaansgeschiedenis van Systemisch Werk	6
9.2	Drie basisprincipes van systemisch werk	9
9.3	De systemische werkwoorden	13

Bijlage 1: NLP Woordenlijst

(

(

(

(

TRAINERS EN MENTOREN NLP MASTER vrijdag 2018

Aanvangsdatum: 2 maart 2018

TRAINERS:



Peter Dalmeijer



Saskia Janssen



Yvonne Stams

MENTOREN:



Anneloes Henskens



Danny Vos



Tamara Kern



Michiel de Bresser

Contact met trainers en mentoren via info@vidarte.nl

