



***mecpoint***

[www.mecpoint.com](http://www.mecpoint.com)

# **NLP PRACTITIONER**

**Edukacija s međunarodnim priznanjem**

**mecpoint** u suradnji s



## Sadržaj

1. Što je NLP?
2. Aksiomi NLP-a
3. Za koga je NLP?
4. Gdje se koristi NLP?
5. Povijest NLP-a
6. NLP edukacija u Meč pointu - program, certifikacija, standardi, trajanje
7. Programi i stupnjevi edukacije
  - 7.1. NLP Komunikacija, IN
  - 7.2. NLP Practitioner, IN
  - 7.3. NLP Master, IN
  - 7.4. NLP Trainer, IN
  - 7.5. Posebni programi za sport, business i pedagogiju

## 1. Što je NLP?

Ovaj poznati psihološko-komunikacijski model nastao je u SAD-u sedamdesetih godina 20. stoljeća i primjenjuje se u pedagogiji, coachingu, psihoterapiji, obrazovanju odraslih, managementu, sportu te području osobnog razvoja. Kako nam pomaže u svakom od navedenih područja, pročitajte dalje u tekstu.

NLP se s posebnim uspjehom primjenjuje i u psihoterapiji te je jedna od 21 priznate terapijske metode u Europi. To ne iznenađuje s obzirom da je nastao upravo analizom i oponašanjem rada vrsnih terapeuta poput Virginije Satir i Milтона Ericksona.

NLP poseban naglasak stavlja na sljedeća područja:

- **ljudsku percepciju** - NLP objašnjava kako ljudi doživljavaju svijet, kakva je priroda ljudske misli i emocije, kako zadržati i prizvati ugodna i kreativna, odnosno ukloniti neugodna stanja, kako obraditi traumatična iskustva, kako promijeniti ograničavajuće misli i emocionalne blokade,
- **komunikaciju** - uzimajući u obzir ljudsku percepciju, način funkcioniranja neuroloških procesa, jezik i razmišljanje, NLP uči što je učinkovita komunikacija te kako dekodirati skrivene poruke u komunikaciji,
- **motivaciju** - NLP uzima u obzir različite razine ljudskog mišljenja i djelovanja, svakog pojedinca doživljava kao svijet za sebe i uči kako se jedino prilagodbom individualnim potrebama može polučiti uspjeh u radu s ljudima,
- **uvjerenja** - NLP nam pomaže identificirati i mijenjati ograničavajuća uvjerenja koja nam stoje na putu do uspjeha i sreće,
- **emocije** - NLP sistemski pristupa ljudskim emocijama smatrajući ih neodvojivim dijelom sustava um-tijelo-duh,
- **jezik** - NLP uzima u obzir mogućnosti i ograničenja jezika, posebice razliku između njegove površinske i dubinske strukture.

## **2. Aksiomi NLP-a**

*Aksiomi su temeljne postavke na kojima počiva NLP i koji se usvajaju i koriste tijekom edukacije.*

- Svaki pojedinac je jedinstven i doživljava svijet na sebi svojstven način.
- Duh, tijelo i okolina jedinstven su sustav. Naše psihičko i fizičko stanje uvjetovani su našim načinom razmišljanja. Isto tako, to što činimo utječe na naše mišljenje.
- Svako ponašanje predstavlja neki oblik komunikacije. Šutnja također. Kako će netko protumačiti našu poruku ovisi i o neverbalnim znakovima koje mu šaljemo.
- Ishod komunikacije vidljiv je iz onoga što je primatelj poruke shvatio, a ne iz onoga što smo mi željeli reći.
- Ljudi se kreću u skladu s vlastitom "mapom" svijeta, a ne u skladu sa samim svijetom. Ta mapa, odnosno njihov model svijeta, ne prikazuje neko konkretno područje, već samo strukturu nekog područja.
- Bolje je imati više mogućnosti izbora.
- Ljudi stalno izabiru način ponašanja koji je za njih najadekvatniji. Oni funkcioniraju "u svom modelu svijeta".
- Svako ponašanje ima smisla ako ga promatramo u kontekstu "mape svijeta" dotične osobe. Ljudi ne izabiru pogrešno, već najbolje što u tom trenutku mogu s obzirom na mogućnosti koje im stoje na raspolaganju.
- Svako ponašanje ima pozitivnu namjeru.
- Svako ponašanje korisno je u nekom određenom kontekstu.
- Ljudi posjeduju sve resurse koji su im potrebni da bi nešto promijenili.
- Ne postoji promašaj, postoji samo *feedback* ili povratna informacija.
- Kad to što činiš ne daje rezultate, učini nešto drugo.
- Najfleksibilniji element u sustavu kontrolira sam sustav (kibernetički zakon raznolikosti).
- Sve što neka osoba zna može svatko naučiti. Sve je ostvarivo kada zadatak podijelimo u male korake.

## **3. Za koga je NLP?**

*Za profesionalni razvoj: nastavnika, pedagoga, liječnika, odvjetnika, rukovoditelja, psihologa, psihoterapeuta, coacheva, HR managera, PR stručnjaka, novinara...*

*Za osobni razvoj:* uz pomoć NLP-a lakše postizemo ciljeve, donosimo odluke, pokrećemo promjenu, uspostavljamo životnu ravnotežu, postizemo osobno zadovoljstvo i sreću, bolji smo partneri i roditelji.

## **4. Gdje se koristi NLP?**

### ***NLP u coachingu***

Koristeći tehnike NLP-a coach može klijentu efikasno pomoći da osvijesti svoj stvarni problem, definira svoje potrebe i ciljeve, promijeni ograničavajuće uvjerenje, nauči tehnike opuštanja i osnaživanja, odnosno uvođenja u ugodno stanje itd.

Postavljanje ciljeva, razlika između teme i stvarnog problema, usredotočenost na proces, a ne na sadržaj i primjena adekvatnih strategija najvažnije su stavke dobrog coachinga. NLP u tome nudi cijeli niz tehnika i mogućnosti.

### ***NLP u zdravstvu***

NLP omogućuje medicinskom osoblju da uspostave skladan i kooperativan odnos s pacijentima, unaprijede komunikaciju, reduciraju stres i stalno imaju na umu koliko je jaka veza između tijela i uma.

S obzirom na svakodnevne pritiske kojima su izloženi, stalan stres i veliki broj pacijenata o kojima se dnevno brinu, kao i teret odgovornosti koju nose, tehnike NLP-a će zdravstvenom osoblju pomoći da sačuvaju ravnotežu između poslovnih i privatnih obveza, povećaju otpornost na stres i unaprijede osobnu komunikaciju.

### ***NLP u psihoterapiji i savjetovanju***

Postoji samostalni psihoterapijski pravac NLP-a pod nazivom NLPt. On je izuzeto učinkovit, primjerice, u sljedećim situacijama:

- rad sa strahovima i fobijama
- promjena ograničavajućih uvjerenja
- rješavanje problema iz prošlosti
- promjena percepcije ili načina doživljavanja određene situacije

Osim toga, NLP terapeutu nudi niz tehnika i načela za unaprijeđenje pristupa klijentu kao što su upotreba metafora, razumijevanje načina na koji funkcionira jezik, usmjernost na sam proces radi zaštite integriteta i osobne sfere klijenta te orijentiranost ka rješenju.

### ***NLP i odgoj djece – uspješno roditeljstvo***

NLP unapređuje komunikaciju između roditelja i djece. Biti roditelj zahtjevan je zadatak, posebice u današnjem svijetu. Zato je dobra komunikacija, a to znači jasna i izravna komunikacija koja uzima u obzir osjećaje i potrebe djeteta, presudna za uspostavljanje dobrog odnosa između roditelja i djece.

### ***NLP u nastavi***

Jedan od važnih ciljeva NLP-a jest razumjeti procese učenja, posebice način na koji se novo znanje integrira među postojeća. NLP osigurava niz tehnika i metodičkih pristupa učenju koje treneri, učitelji, odgajatelji i roditelji mogu naučiti.

### ***NLP i pravnici***

Pravnici, odvjetnici, suci... mogu imati velike koristi od obrazaca iz NLP-a koji se tiču verbalne i neverbalne komunikacije te rješavanja konflikata.

### ***NLP i medijacija***

Medijacija ili rješavanje konflikata jest proces koji je orijentiran ka budućnosti i rješenju, a temelji se na radu s osobnim resursima dviju strana, baš kao i NLP. Vizualizacija budućeg stanja, uspostavljanje odnosa povjerenja i razumijevanja, samo su neke od tehnika koje mogu pomoći medijatorima da uspješno obave svoj posao.

### ***NLP i umjetnici***

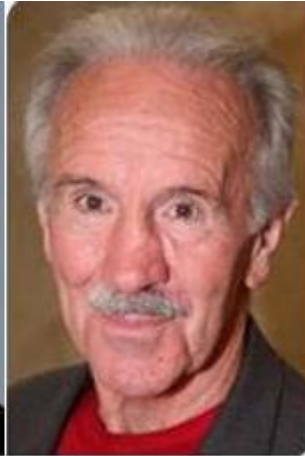
Glumcima, piscima, slikarima... NLP nudi niz strategija za poticanje i razvoj kreativnosti.

### ***NLP u sportu***

NLP nudi mnoštvo vrlo učinkovitih tehnika za pripremu sportaša, timski rad u ekipnim sportovima, edukaciju na području komunikacije i rješavanja konflikata, rad na stresu, itd.



*Richard Bandler*



*John Grinder*

## 5. Povijest NLP-a

NLP su početkom 1970-tih osnovali **Richard Bandler** (rođen 1950.), student matematike, informacijskih znanosti i psihologije, i **John Grinder** (rođen 1939.), profesor lingvistike.

Zanimalo ih je pitanje: "Zašto su neki ljudi samo dobri u onome što rade, dok su drugi izvrsni?"

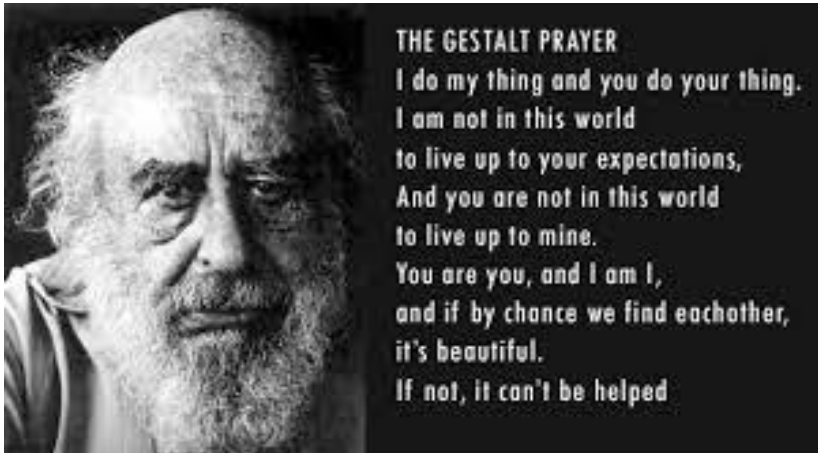
Kao modele proučavanja odabrali su tri izvanredna terapeuta: Fritza Pearlsa, osnivača Gestalt terapije, Virginiu Satir, osnivačicu obiteljske terapije i Milтона H. Ericksona, psihijatra koji je osnovao poseban oblik kliničke hipnoze.

Bandler i Grinder proučili su najprije jezik kojim su se navedeni terapeuti koristili, njihovu neverbalnu komunikaciju i mentalne procese. Tako su otkrili da svi oni koriste obrasce koji se mogu standardizirati i naučiti.

Daljnje osobe koje su imale utjecaj na razvoj NLP-a bili su:

- **Gregory Bateson**, suosnivač kibernetskog mišljenja u duhovnim i društvenim znanostima
- **Alfred Korzybski**, osnivač "opće semantike" koji je već 1940-tih provodio neurolingvističke treninge
- **Noam Chomski**, lingvist i socijalni filozof
- **Hans Vaihinger**, neokantovac
- **Edward T. Hall**, antropolog, utemeljitelj "interkulturalne komunikacije",
- **William Ross Ashby**, britanski kibernetičar
- **Michael Gazzaniga**, psiholog i neuroznanstvenik koji je istraživao mozak s aspekta podijeljenih moždanih hemisfera (*Split-Brain Theory*)
- ključan doprinos NLP-u dali su Amerikanci **Judith DeLozier**, **Leslie Cameron-Bandler**, **Robert Dilts**, **David Gordon**, **Charles Faulkner** te **Steve** i **Connirae Andreas**.

## Sadržaj NLP-a preuzet iz psihologije i psihoterapije



### **Gestalt terapija Fritza Pearlsa**

opažanje

odgovornost

mogućnost izbora

paradoks

ponašanje

potrebe

vrijednosti

kongruentnost

feedback

### **obiteljska terapija Virginije Satir**

obitelji i sustavi

proces komunikacije

samopoštovanje

kongruentnost

sustavi reprezentacije: vid, sluh, osjet, miris, okus

Pacing i Leading (praćenje i vođenje)

osjetilni predikati

reframing (preuokviravanje)





## **MILTON H. ERICKSON**

hipnoza

pragmatičnost

utilizacija

komunikacija s nesvjesnim dijelom

indirektna komunikacija

rad s metaforama

neverbalna komunikacija

humor

igra riječi

zagonetke

reframing (preuokviravanje)

## **Sadržaj NLP-a preuzet iz matematike i informacijskih znanosti**

- chunking
- kibernetika
- teorija analize sustava
- apstraktne razine
- zakon nužne raznolikosti

## Sadržaj NLP-a preuzet iz lingvistike

ALFRED KORZYBSKI

- razlika između "mape" i "područja"
- ljudi kodiraju svoja iskustva i tako kreiraju svoju stvarnost
- mape su osiromašene i neodgovarajuće zbog zabluda koje nastaju opažanjem i razmišljanjem
- ograničenost jezika



NOAM CHOMSKY

- površinska i dubinska struktura jezika i razmišljanja
- pretpostavke razmišljanja vidljive su u jeziku

### OSTALI UTJECAJI

Benjamin Lee Whorf ("jezik, misao, stvarnost")

Gregory Bateson (teorija komunikacije)

Paul Watzlawick i njegovi suradnici s Instituta za mentalna istraživanja Palo Alto (kratkoročna terapija)

Moshe Feldenkreis (terapija Feldenkreis)

Frank Farelly (provokativna terapija)

Edward T. Hall (interkulturalna komunikacija)

George Miller (7+/-2 chunks)

Karl Pribram (holografski model mozga)

Michael Gazzaniga ("Split –Brain" istraživanja o dvjema moždanim polovicama)

Hans Vaihingher (filozofija "kao-da")

## 6. NLP edukacija u Meč pointu



NLP edukacije u Meč pointu izvode se po programu International NLP & Coaching

Institutes Berlin ([www.in-ici.net](http://www.in-ici.net)) .



Od 2020.godine, prema preporuci psihoterapijskih i coaching krovnih asocijacija, kao i naše matične asocijacije IN-ICI Berlin, edukacija se izvodi kombinirajući sastanke uživo i on-line. Program se izvodi pod stručnom supervizijom psihologa i psihoterapeuta iz Njemačke s 30-godišnjim iskustvom u NLP-u, a izvode ga stručni psihoterapeuti i savjetodavni terapeuti koji imaju kvalifikaciju NLP Master Trainera i Master Coacha s minimalno 10 godina iskustva s metodom i preko dvadeset godina iskustva u poslovnom svijetu na pozicijama koja uključuju vođenje ljudi.

IN-ICI zastupa znanstveni pristup NLP-u, osnivači imaju više od 20 godina iskustva, psiholozi su psihoterapeuti i sveučilišni profesori, uključeni u rad NLP znanstvene zajednice, organiziraju svjetske kongrese NLP-a i coachinga, utemeljitelji su jedinstvenog studija NLP-a te koncepta Neurolingvističke psihologije.

### **Voditeljica NLP edukacije u Meč pointu, stručni suradnici i supervizori**



**Silvia Juratovac**, ranije Ferenac, prof., voditeljica je edukacije i centra Meč point. Završila je desetogodišnju edukaciju za NLP psihoterapeuta, kao i sve sve stupnjeve NLP-a do najviše razine Master Trenera, diplomirala je na četverogodišnjem studiju logoterapije i egzistencijalne analize po Viktoru Franklu, te je stekla kvalifikaciju savjetodavnog terapeuta s Europskim certifikatom za psihoterapiju i dopusnicom za rad izdanom od strane Hrvatske komore psihoterapeuta. Završila je i edukaciju do razine Master Coacha s pravom izvođenja edukacija i izdavanja certifikata. Također je učiteljica autogenog treninga i progresivne mišićne relaksacije po Jacobsonu, te niz drugih stručnih edukacija. Diplomirala je njemački i talijanski jezik i književnost na Filozofskom fakultetu u Zagrebu.

Od početka karijere bavi se razvojem ljudi i njihovim napretkom i to na pozicijama predavačice stranih jezika, prevoditeljice, asistenta uprave, voditeljice ljudskih resursa i izvršnog direktora u nekoliko tvrtki. Od 2010. intenzivno radi s vrhunskim sportašima, tvrtkama i pojedincima u zemlji i inozemstvu, primjenjujući najsuvremenija znanja i metode poput NLP-a. Područje njezinog posebnog interesa je povećanje ljudske učinkovitosti kroz bolju izvedbu, veću kreativnost i inovativnost, djelotvorno upravljanje stresom, rješavanje straha od javnog nastupa, usavršavanje tehnika komunikacije, motivacije i vođenja ljudi, rad s pojedincima na mentalnom i emocionalnom planu u svrhu svladavanja blokada, strahova, fobija i tzv. malih trauma te nalaženja smisla u poslu i životu.

NLP edukaciju vodi od 2014.godine.

Za detaljan životopis, kvalifikacije i preslike certifikata i diploma, te popis klijenata i reference, molimo kontaktirajte nas na [info@mecpoint.com](mailto:info@mecpoint.com).

### **Stručni suradnici u edukaciji i supervizori**



**Dr. Nada Kaiser**, (WCPC), psihoterapeut sa svjetskim priznanjem, psiholog, međunarodni edukator i supervizor, sveučilišni docent. Supervizor je i predavač na NLP tečajevima u Meč pointu. Detaljnije na [www.nlp-akademija.com](http://www.nlp-akademija.com).



**Prof. Dr./UCN Karl Nielsen**, NLP stručnjak, supervizor, direktor International NLP & Coaching Institutes Berlin, utemeljitelj jedinstvenog koncepta Neurolingvističke psihologije i studija NLP-a, jedan od ključnih osoba u suvremenoj NLP zajednici. Detaljnije na [www.in-ici.net](http://www.in-ici.net).

## **7. Programi i stupnjevi edukacije**

Prvi stupanj ili NLP Practitioner temeljni je stupanj edukacije nakon kojega je polaznik sposoban primjenjivati NLP tehnike na sebi i u radu s ljudima. NLP Master ili drugi stupanj NLP-a služi produblivanju znanja i vještina iz prvog stupnja i proširuje se na rad s grupama i sustavima. Treći stupanj NLP-a ili NLP trenerski tečaj orijentiran je na rad s grupama i vještine vođenja treninga.

Nakon prva dva stupnja NLP-a, moguće je nastaviti usavršavanje u smjeru coachinga i terapije, koja provodimo sami i u suradnji s partnerima. Polaznici navedenih usavršavanja stječu kvalifikacije life i business coacha te NLP terapeuta (za ECP - Europski certifikat za psihoterapiju detalje potražite na [www.europsyche.org](http://www.europsyche.org)) s međunarodno valjanim certifikatima koje izdaju NLP Akademija, International NLP & Coaching Institutes i DVNLP (Njemačko udruženje za NLP).

### **7.1. NLP Komunikacija, IN**

#### **Trajanje treninga**

- Najmanje 40 sati, uključujući testiranje, raspoređenih u 5 ili više dana
- 80% treninga izvodi NLP Master Trainer, 20% druga osoba pod supervizijom Master Trainera

#### **Sposobnosti koje stječe polaznik treninga, kriteriji za evaluaciju i certifikaciju**

- polaznik pokazuje da je integrirao NLP aksiome
- sposoban je koristiti osnovni sadržaj, vještine, tehnike, obrasce, metode i koncepte NLP-a na području upravljanja sobom, neverbalne komunikacije i rada na cilju/motivaciji
- temeljne sposobnosti certificiranog polaznika treninga jesu uspostavljanje rapporta, jasnoća cilja, jasnoća zapažanja, fleksibilnost te sposobnost ekološkog pristupa orijentiranog ka aktivaciji resursa klijenta

#### **Obvezni sadržaj treninga**

- *osnovne pretpostavke NLP-a*
  - upravljanje sobom i NLP aksiomi
  - filozofija i ideja čovjeka
  - etika i ekologija
- *neverbalna komunikacija*
  - kalibriranje
  - feedback koji uključuje sva osjetila
  - backtrack (ponavljanje)
  - osobne granice (blizina i udaljenost)
  - inkongruentnost
- *rapport*
  - uspostavljanje

- održavanje
  - pacing & leading
  - prekid rapporta
- *poboljšanje percepcije*
- *reprezentativni sustavi*
- *znaci pristupanja*
  - pokreti oka
  - VAK jezik
- *pozicije zapažanja: 1., 2. i 3. pozicija*
  - promjena perspektive
  - metapozicija
- *ciljevi*
  - izražavanje u skladu s načinom funkcioniranja mozga
  - kako problem ili želju pretvoriti u cilj
  - koraci do cilja
  - disocirana slika cilja i trans
  - chunking
- *logičke razine*
- *submodaliteti*
  - asocirano i disocirano stanje
- *karizma*
- *upravljanje stanjem*
  - kongruentna i nekongruentna komunikacija
  - od sadašnjeg do željenog stanja
  - promjena stanja
  - modeliranje stanja
  - od slabih resursa do snage
  - aktivacija, izgradnja, osnaživanja i sidrenje resursa
- *razvijanje podupirajućeg unutarnjeg dijaloga*
- *izlaženje na kraj s kriticizmom*
- *sistemska integracija (provjera ekologije)*
- *razvijanje novih obrazaca razmišljanja*
- *feedback*
  - strategije feedbacka
  - percepcija i interpretacija
  - pravila davanja feedbacka
- *samoostvarivanje*
- *transfer strategije (future pace)*
- *izvor snage*
- *samopoštovanje*
- *samopouzdanje*
- *samopromišljanje*
- *svijest o sebi*
- *najnovija otkrića iz područja neuroznanosti*
- *samoodgovornost*
- *uspostavljanje ravnoteže između posla i privatnog života*

Polaznik znanje, sposobnosti i vještine dokazuje tijekom treninga te posebno pisanim i usmenim ispitom. Samo polaznici koji dokažu da su usvojili gore navedena znanja i sposobnosti te koji su bili prisutni tijekom 80% treninga mogu dobiti završni certifikat.

## **7.2. NLP Practitioner, IN**

### **Sposobnosti koje stječe NLP Practitioner, IN, kriteriji za evaluaciju i certifikaciju**

Po završetku edukacije, osoba je sposobna primijeniti osnovne sadržaje, vještine, tehnike, obrasce, metode i koncepte NLP-a. Njezine temeljne sposobnosti kao NLP Practitioner ili NLP Praktičara (IN) jesu: uspostavljanje rapporta ili dobrog odnosa s klijentima, jasno postavljanje ciljeva, jasnoća u percepciji, fleksibilnost, ekološki ili etički pristup te vještine poticanja resursnih ili korisnih stanja kod klijenta i kod sebe.

### **Trajanje edukacije, supervizija polaznika, certifikacija**

- 130 sati tijekom 18 dana, uključujući usmenu i pismenu provjeru znanja
- 15 sati individualne ili grupne supervizije tijekom treninga ili nakon provjere znanja
- certifikacija po završenom pisanom i usmenom ispitu

#### **Pisana provjera znanja**

Obaveznim pisanim testom provjerava se je li polaznik integrirao obvezno znanje iz NLP Practitioner te se osigurava visoka kvaliteta učenja. Polaznici testom dokazuju da su razumjeli i integrirali sljedeće sadržaje: aksiome/temeljna načela, definicija cilja, rapport, sidrenje, reprezentacijske sustave, meta-modele, Miltonov model, TimeLine, strategije, submodalitete, tehnike, ekologiju. NLP Master Trener bira sadržaj i oblik pisanog rada.

#### **Usmena provjera znanja**

NLP Master Trener bira sadržaj i oblik usmene provjere znanja, ovisno o iskustvu polaznika. Polaznik će na taj način moći pokazati da je integrirao NLP aksiome te kongruentno demonstrirati odabrane NLP tehnike, posebice definiciju problema i cilja, rapport, percepciju, fleksibilnost te feedback.

### **Sadržaj tečaja NLP Practitioner, IN**

#### *Osnovne pretpostavke NLP-a*

- upravljanje sobom i NLP aksiomi
- filozofija i ideja čovjeka
- etika i ekologija

#### *Ciljevi*

- formulacija ciljeva
- od problema i želja ka cilju
- koraci do cilja

- Disneyeva strategija

#### *Okviri*

- dobro oblikovan cilj
- upravljanje resursima s obzirom na cilj i ekologiju
- regulacija percepcije internih i eksternih procesa
- okvir "kao da"
- disocirana slika cilja
- okvir kontrasta
- okvir relevantnosti
- ekologija
- okvir ponavljanja
- postavljanje i promjena okvira

#### *Reframing ili preuokviravanje*

- konteksta
- značenja
- u 6 koraka
- pregovarački

#### *Govor tijela*

- kalibriranje
- feedback
- ponavljanje
- granice (blizina i udaljenost)
- inkongruentnost

#### *Rapport ili dobar odnos*

- uspostavljanje
- održavanje
- prekid

#### *Poboljšanje percepcije*

#### *Reprezentacijski sustavi*

#### *Miltonov model*

- pacing and leading
- prepoznavanje i uporaba spontanih stanja transa
- tehnike opuštanja
- nesvjesne/svjesne kompetencije
- moć jezika
- metafore koje potiču promjenu
- hipnotički jezični obrasci u svakodnevnom životu
- trans i putovanje maštom



- prepoznavanje skrivenih pretpostavki

### *Reprezentativni sustavi*

#### *Znakovi pristupanja*

- pokreti oka
- VAK jezik

#### *Pozicije opažanja: 1., 2., 3. pozicija*

- promjena perspektive
- meta-pozicija

#### *Logičke razine*

#### *Meta-model jezika*

#### *Tehnike pitanja*

#### *Chunking*

#### *Sidrenje*

- vizualni squash
- auditivno
- kinestetsko
- aktiviranje, uspostavljanje, intenziviranje i sidrenje resursa
- kolaps, kalibriranje sidara
- traženje sidara
- change history - promjena povijesti

#### *Submodaliteti*

- asocijacija i disocijacija
- procesiranje dramatičnih sjećanja (tretiranje fobija)
- swish

#### *Time-Line*

- prošlost i budućnost
- upravljanje vremenom

#### *Strategije*

- elicitacija
- racionalizacija
- integracija pokreta oka
- strategije za razlikovanje uvjerenja i stvarnosti
- strategije odlučivanja
- motivacijske strategije

- strategije za povećanje kreativnosti (Disney)
- strategije učenja i pamćenja
- T.O.T.E. model
- modeliranje izvrsnosti

#### *Metafore*

- isomorfizam
- analogija

#### *Kvalitete lidera*

#### *Karizma*

#### *Upravljanje sobom*

- kongruetna i nekongruentna komunikacija
- od trenutnog do željenog stanja
- promjena stanja
- modeliranje stanja
- od stanja niske do stanja visoke energije
- aktiviranje, izgradnja, pojačavanje, sidrenje resursa

#### *Razvoj unutarnjeg dijaloga*

- kako se nositi s kritičizmom

#### *Sistemska integracija (provjera ekologije)*

#### *Nesvjesno osnaživanje kompetencija*

#### *Planiranje života*

#### *Razvoj novih obrazaca razmišljanja*

#### *Uklanjanje blokada*

#### *Rad s osobnom biografijom (Change History)*

#### *Promjena osjećaja*

#### *Rad s dijelovima osobnosti*

#### *Dekodiranje i korištenje potencijalnih simptoma*

#### *Feedback*

- strategije davanja feedbacka
- percepcija i interpretacija
- pravila davanja feedbacka

*Samoostvarenje*

*Strategije transfera*

*Vrijednosti*

*Smisao*

*Izvor moći*

*Samopoštovanje*

*Samopouzdanje*

*Samopromišljanje*

*Samosvijest*

*Najnovija istraživanja iz neuroznanosti*

*Odgovornost prema sebi*

*Napadač/žrtva/optuživač*

*Od bespomoćnosti do visoke energije*

*Ravnoteža između života, posla i osobnih potreba*

*Napomena:* Polaznik znanje, sposobnosti i vještine dokazuje tijekom treninga te posebno pisanim i usmenim ispitom. Samo polaznici koji dokažu da su usvojili gore navedena znanja i sposobnosti i bili prisutni tijekom 80% treninga mogu dobiti završni certifikat.

### **7.3. NLP Master, IN**

#### **Uvjet za pristupanje edukaciji**

- certifikat NLP Practitioner, IN

#### **Training edukacije**

- najmanje 130 sati i 18 dana

#### **Obvezni sadržaj treninga**

- *ekološka i etička uporaba NLP-a*
- *vještine iz Practitioner-a i sposobnost istovremenog korištenja više obrazaca*
- *promjena obrazaca*
- *sposobnost razvijanja individualiziranog pristupa u intervenciji*
- *fleksibilnost u korištenju reprezentacijskog sustava i perceptivnih filtara*
- *sposobnost razaznavanja promjene logičkih razina tijekom internog procesa*
- *facilitacija vlastitog procesa učenja kroz sve logičke razine*

- *usvajanje svih NLP aksioma*
- *napredan rapport s pojedincima i grupom*
- *životni skript/mentalna mapa uspjeha*
- *promjena između sadržaja i procesa/strategije resursa*
- *razumijevanje procesa*
- *razvoj svijesti (Ken Wilber, Claire Graves)*
- *vrijednosti i pravila*
- *perceptivni filteri (metaprogrami), sortiranje stilova, preferirana ponašanja, stilovi poučavanja*
- *core-transformation/flow stanja*
- *NLP-retorika: Sleight of Mouth*
- *master trance (napredni Miltonov model), vođeno fantaziranje*
- *supervizija*
- *sistemski rad i mišljenje*
- *iscjeljujuće metafore*
- *Satir kategorije*
- *unakrsno korištenje NLP tehnika*
- *napredni submodaliteti, npr. društvena panorama, konstelacije*
- *vizija i misija*
- *modeliranje izvrsnosti, osnaživanje talenta*
- *slabljenje slabosti, jačanje jakosti*
- *rad s uvjerenjima*
  - *utvrđivanje uvjerenja*
  - *provjera uvjerenja*
  - *instaliranje uvjerenja*
  - *promjena ograničavajućih uvjerenja*
  - *reimprinting*
  - *ciklus promjene uvjerenja*
- *modeliranje*
  - *ponašanja*
  - *stanja*
  - *uvjerenja*
  - *vrijednosti*
  - *metaprograma*
  - *modeliranje na temelju osjećaja*
- *napredni submodaliteti, npr. društvena panorama, konstelacije*
- *napredan Miltonov i meta-model*
- *napredni time-line*
- *multi-level komunikacija*
- *modeli pregovaranja, upravljanje konfliktom*
- *vještina prezentiranja i rad s grupom*
  - *prezentacija posebnih obrazaca NLP-a*
- *generativni NLP*
  - *SOAR model*
  - *generativni obrazac*
  - *govor tijela*
  - *magnetske ruke*
  - *simbolička promjena uvjerenja*

*Napomena:* Polaznik znanje, sposobnosti i vještine dokazuje tijekom treninga te posebno pisanim i usmenim ispitom. Samo polaznici koji dokažu da su usvojili gore navedena znanja i sposobnosti i bili prisutni tijekom 80% treninga mogu dobiti završni certifikat. Poseban naglasak se stavlja na: vrijednosti, ograničavajuća uvjerenja, sleight of mouth, modeliranje, metaprograme, timeline, trans i submodalitete, te promjenu logičkih razina.

## **7.4. NLP Trainer, IN**

### **Preduvjeti za pristupanje edukaciji**

Certificirani NLP Practitioner, IN, i NLP Master, IN, najmanje jednogodišnje iskustvo s NLP-om

### **Trajanje edukacije**

- najmanje 130 sati i 18 dana
- 15 sati pojedinačne ili grupne supervizije - predmet supervizije je trening kojeg je polaznik sastavio
- trening sastavljanju najmanje dva "NLP Master Trainera, IN" i program izvode zajedno ili naizmjenice. Preporuka: treneri dolaze s različitih instituta

### **Sposobnosti trenera, kriteriji za evaluaciju i certifikaciju**

- sposobnost rapporta, sposobnost demonstracije i pojašnjenja tehnika i sadržaja, sposobnost prelažanja sa sadržaja na proces i obrnuto
- upravljanje sobom u profesionalnom smislu, emocionalna stabilnost, otpornost na stres
- sposobnost otvorene i zatvorene primjene tehnika i metoda NLP-a
- integracija osnovnih pretpostavki NLP-a na razini ponašanja u grupi
- ekološki rad s pojedincem i grupom, utilizacija grupnih procesa i resursa polaznika, sposobnost vođenja grupe i upravljanja konfliktima
- vođenje procesa i sadržaja na različitim razinama
- znanja iz psihologije i neurobiologije, prihoterapijskih metoda te integracija istih u model NLP-a

### **Sadržaj treninga**

- *multi-level komunikacija/postavljanje i promjena okvira/preframing*
- *upravljanje sobom u profesionalnom smislu, karizma, vrijednosti vođe*
- *stilovi vodstva, upravljanje kompleksnostima, vrijednosti*
- *poticanje i uporaba procesa učenja*
- *metaučenje*
- *osobna motivacija i motivacija drugih*
- *verbalni i neverbalni kod pojedinaca i grupa (na različitim razinama i s različitim metodama)*

- *grupna dinamika/poticanje i vođenje grupnih procesa /poticanje doživljaja*
- *upravljanje energijom grupe (opuštenost i živahnost)*
- *uspostavljanje atmosfere učenja, omogućavanje učenja i poučavanja*
- *planiranja seminara (koncept, nacrt, vježbe, radni materijali, preframing, vođenje, davanje radnih uputa)*
- *priprema, provedba, evaluacija demonstracija*
- *sastavljanje prezentacije:*
  - *okvir početka i kraja*
  - *formulacija ciljeva*
  - *razlikovanje cilja/rezultata*
  - *stilovi informiranja i prezentiranja*
  - *metodičko planiranje prezentacija s obzirom na različite reprezentacijske sustave/metaprograme/strategije učenja/obradu informacija/iskustva*
  - *Grinderov format s 4Mat-om, Bandlerov format "Nested Loops"*
  - *izazivanje oduševljenja*
  - *stanja moći*
  - *sidrenje*
  - *korištenje opreme i tehnologije*
- *sastavljanje vježbi:*
  - *cilj vježbi*
  - *metaforičke radne upute, preframing*
  - *otkriveno/prikriveno učenje*
  - *integracija i korištenje naučenog sadržaja*
  - *odgovaranje na pitanja uz pomoć metaprograma*
- *razlikovanje opažanja i interpretacije prilikom odvijanja grupnih procesa*
- *spособnost davanja feedbacka pojedincima i grupama na različitim razinama*
- *feedback koji vodi računa o razlici osjetila*
- *testiranje kompetencija (provjera procesa učenja)*
- *demonstracija kompetentnog korištenja NLP tehnika*
- *etika i ekologija*
- *izlaganje vlastitih životnih nazora imajući u vidu cilj*
- *prilagodba sposobnostima pojedine grupe, Future Pace rezultata rada*
- *spособnost provođenja različite vrste intervencija kod pojedinaca i grupe*
- *kako iskoristiti smetnje, kritiku, otpor, problematično ponašanje pojedinaca*
- *spособnost prikrivenog usmjeravanja cilju i korištenja komunikacije*
- *profil trenera*
- *kompetencije coachinga*
- *Gravesov model*
- *marketing*
- *analiza potreba*
- *promjena kompleksnih sustava*
- *metode organizacijskog razvoja i upravljanja znanjem*

*Napomena:* Polaznik znanje, sposobnosti i vještine dokazuje tijekom treninga te posebno pisanim i usmenim ispitom. Samo polaznici koji dokažu da su usvojili gore navedena znanja i sposobnosti i bili prisutni tijekom 80% treninga mogu dobiti završni certifikat.

### **7.5. Posebni programi za sport , business i nastavno osoblje**

Meč point razvija vlastite koncepte treninga iz područja sporta, businessa i pedagogije u obliku dodatnih radionica koje polaznici mogu završiti kao dodatak NLP Practitioneru.

Zahvaljujući bogatom poslovnom iskustvu, voditelji edukacije polaznicima omogućavaju da stečena znanja uspješno primjene na radnom mjestu ovisno o specifičnim zahtjevima njihovih radnih zahtjeva kako bi imali najveću moguću korist od edukacije.

### **7.6. Besplatno članstvo u NLP Institutes i druge pogodnosti za polaznike tečajeva**

Certificirani polaznici stječu pravo na besplatno oglašavanje sebe i svojih usluga na stranici organizacije koja certificira edukaciju, NLP Institutes Berlin [www.nlp-institutes.net](http://www.nlp-institutes.net) , na stalno informiranje o ključnim događanjima i novostima u svijetu NLP-a, coachinga, o međunarodnim konferencijama NLP-a, o istraživanjima na području NLP-a, o studiju psihologije s težištem na NLP-u.