



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 1 - Uvod u NLP i stubovi NLP-a

Dobro došli u NLP. Metodologiju koja može da utiče na promenu životnih programa i postavi nove obrasce kojima ćete učiniti da sve svakodnevne obaveze i zadatke obavite mnogo lakše u boljem stanju i da vidite jasno šta se to događa oko vas.

NLP su kreirali Richard Bandler i John Grinder da bi velikom broju ljudi pomogli da se usrede na svoj život i sve ono što im je važno. Stubovi NLP su osnova za sve ostale tehnike i preduslov da postignete značajnu životnu odluku. Deluje lako u početku i bude lako ukoliko što pre usvojite stubove i počnete da živite po tim principima u svakom trenutku.

Video lekcija 2 - Komunikacijski model

Možda ste mislili da je komunikacija težak proces. Ne mora da bude ukoliko imate svest i saznanje kako komunikacijski model stvarno funkcioniše. Mislimo da je potrebno da razumemo sagovornika, a zapravo to nije moguće jer nemamo identične komunikacijske modele. Poštovanje sagovornika i njegovih modela je ključ dobre komunikacije.

Da biste mogli da pratite naredni video potrebno je da pre početka uradite vežbu na strani 3. vaše NLP Practitioner skripte.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 3 - NLP Aksiomi 1

Principi ili gotova uverenja koje NLP pruža preuzeti iz rada poznatih svetskih psihoterapeuta, Virginia Satir, Fritz Perls i Milton Erickson. Fraze koje pomažu u trenutnom uverenju i sagledavanju životnih situacija iz druge perspektive. Pružaju podršku, disociranost i svest da ljudi mogu biti različiti i da ih ne moramo razumeti po svaku cenu.

Sve aksiome možete pronaći u skripti na strani 5 i 6.

Video lekcija 4 - NLP Aksiomi 2

Principi ili gotova uverenja koje NLP pruža preuzeti iz rada poznatih svetskih psihoterapeuta Virginia Satir, Fritz Perls i Milton Erickson. Fraze koje pomažu u trenutnom umerenju i sagledavanju životnih situacija iz druge perspektive. Pružaju podršku, disociranost i svest da ljudi mogu biti različiti i da ih ne moramo razumeti po svaku cenu.

Sve aksiome možete pronaći u skripti na strani 5 i 6.

Video lekcija 5 - NLP Raport

Kako uspostaviti komunikaciju kada nam je neprijatno? Momenti neprijatne tišine u poslu ili važnim pregovorima su nepoželjni i zato je važno da naučimo kako da uz pomoć govora tela uspostavimo dobru komunikaciju.

Poverenje je ključ dobrih rezultata.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 32.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 6 - Kalibriranje

Koliko puta vam je neko rekao da će nešto uraditi, a onda je izbegavao tu obavezu? Kako da znamo i da najbolje proverimo da li smo dobili pravu informaciju, pomoći će nam veština primećivanja neverbalnih signala u komunikaciji koja se zove kalibriranje. Ova tema se nalazi u skripti na strani 39.

Video lekcija 7 - Kongruentnost

Da li stvarno mislimo sve što kažemo i da li uradimo ono što sebi obećamo? Kako da znamo da li je nešto dobro za nas? Poenta je da povežemo ono što mislimo sa onim što osećamo i da tek onda delamo. Tada smo u skladu sa sobom, to se zove kongruentnost.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 43.

Video lekcija 8 - Pokreti očima

Znate li da nam pokreti očima služe za razmišljanje? Oni su automatska radnja poput disanja i kada bismo ih kontrolisali ne bismo mogli da razmišljamo. Kada znamo pokrete očima možemo pratiti strukturu nečijeg razmišljanja što nam može pomoći da postavimo pravo pitanje u pravom trenutku i otkrijemo nešto što možda ne bismo da ovo ne znamo.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 10.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 9 - Reprezentativni sistemi

Zašto se ne razumemo sa nekim ljudima i imamo osećaj da pričamo na kineskom? Da li znate da postoje tri mozgovna jezika u okviru svakog jezika zbog čega nastaju konflikti u komunikaciji? Zbog toga neke ljude karakterišemo kao spore, glupe ili površne, a u stvari smo samo različiti.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 14.

Video lekcija 10 - Sidrenje

Koliko su neki ljudi još uvek u mogućnosti da vas izbace iz takta? Koliko možete da upravljate stanjima kao što je trema ili nervoza? Kako da sebe sa namerom uvedemo u dobro stanje naučite uz sidrenje.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 65.

Video lekcija 11 - Metamodel

Uglavnom se sa ljudima načelno dogovorimo oko nekih zadataka i mislimo da smo se razumeli, a onda, kako vreme odmiče i greške isplivavaju, shvatamo da nismo bili dovoljno precizni. Naučite da postavljate precizna pitanja, umesto da podrazumevate.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 73.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 12 - Karakteristike nesvesnog uma i Milton

Kada sebe nazovemo pogrđnim imenom, naš mozak to shvata bukvalno i loše se osećamo. Mozak ne zna za šalu i negaciju, a kroz hipnotičke govorne obrasce umećete da to ispravite i počnete da vršite pozitivan uticaj na sebe i druge. Ova tema se nalazi u skripti na strani 83.

Video lekcija 13 - Fidbek

Kako znamo da li smo nešto dobro uradili? Po povratnoj informaciji. Znamo li na pravi način da dajemo i primamo feedback? Kaže se da je feedback doručak za šampione. Kako to rade vrhunski stručnjaci otkrivamo vam u ovoj lekciji. Ova tema se nalazi u skripti na strani 112.

Video lekcija 14 - Tri perspektive

Da li posmatramo svet iz svojih cipela ili stalno razmišljamo šta će drugi reći? Dobra stvar je da mi možemo biti i u svojim i u tuđim cipela kako bismo otkrili šta je najbolje da uradimo. Da li svoje rečenice najčešće započinjete sa "ja", "mi" ili "čovек"? Kako da koristimo sve tri perspektive pre nego donesemo važnu odluku saznaćete u ovoj lekciji. Ova tema se nalazi u skripti na strani 109.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 15 - Reframing

Zašto je nešto ipak dobro? Kako izvući lekciju iz onoga što se događa? Kako videti nešto pozitivno i negativnom promeniti okvir znaćete kada naućite reframing. Ova tema se nalazi u skripti na strani 88.

Video lekcija 16 - Ciljevi

Kuda idemo? Zašto nešto želimo? Ko odlučuje kakav ćemo život živeti? Kako da kreiramo život po svojoj meri uz tehnike ciljeva koji su preuzeti od najuspešnijih ljudi sveta saznaćete u ovoj lekciji. Ova tema se nalazi u skripti na strani 121.

Video lekcija 17 - Timeline

Zašto neki ljudi kasne a neki stižu na vreme? Zašto su neki previše opušteni dok drugi uopšte ne znaju da se opuste? Kako da izbalansiramo sebe i budemo u sadašnjem trenutku, a da nam prošlost bude posložena i da nas ne opterećuje, dok je budućnost lepo isplanirana i čeka na nas. Ova tema se nalazi u skripti na strani 145.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 18 - Submodaliteti

Da li znate da način kako o nečemu razmišljamo određuje da li je realno ili ne, a ne sadržaj o kome razmišljamo? Submodaliteti su ključ u tome. Ova tema se nalazi u skripti na strani 95.

Video lekcija 19 - Raspremanje sadašnjosti

Ovu vežbu radimo uz pomoć submodaliteta. Izuzetno je korisna u oslobađanju od stresa i pomaže nam da se vratimo u sadašnji trenutak. Ova tema se nalazi u skripti na strani 148.

Video lekcija 20 - Programiranje cilja na vremenskoj liniji

Onog momenta kada doživimo cilj, mi doživljavamo emociju kojoj težimo, a koju trenutno nemamo. Pomoću ove vežbe naš cilj je doživljen realno i lakše se materijalizuje, a mi sve više koristimo svoje resurse. Ova tema se nalazi u skripti na strani 150.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 21 - NLN nivoi

Neuro logički nivoi od kojih se sastoji čitava naša ličnost. Kada znamo šta nas sačinjava, znamo na kom nivou nastaje blokada i kako da je rešimo kako bismo postigli rezultate koje želimo. Najbitnije je da spoznajemo svoja najdublja uverenja i vrednosti koja su ključ naše sreće.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 153.

Video lekcija 22 - Modelovanje

Neko je već uspeo u onome što mi želimo i dobra vest je da to može da se nauči. Veština modelovanja nam omogućava da spoznamo šta je ključ nečijeg uspeha, što najčešće budu određena uverenja i vrednosti i da to primenimo na sopstveni uspeh. Modelujemo osobu po neuro logičkim nivoima.

Video lekcija 23 - Vrednosti

Zdravlje, sreća, ljubav, izobilje, porodica su vrednosti mnogih od nas. A da li ih živimo? Kako da budu zadovoljene? Spoznajte šta vam je važno i počnite to da živite.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 163.

Video lekcija 24 - Uverenja

Ako verujemo da možemo onda možemo, a ako ne, onda ne možemo.

Uverenja su nesvesna, a upravljaju našim životom. Ovde ćemo ih osvestiti i onda svesno menjati u ona koja nas podržavaju.

Ova tema se nalazi u skripti na strani 174.



ENERGY HOUSE

ONLINE NLP PRACTITIONER

KURIKULUM

Video lekcija 25 - Kriva promene i dramski trougao

Kako teče promena? Zašto na početku imamo volju i energiju, a onda nam polako opada entuzijazam. Zašto osećamo nemoć i nemamo podršku najbližih? Kako da razumemo faze promene da bismo promenu sproveli do kraja? Kako da ne upadamo u dramu i iznova igramo istu igru otkrićete u ovoj lekciji.

Video lekcija 26 - Metaprogrami

Naše odluke donosimo na osnovu onoga što nam se sviđa i što nam prija. Otkrijte kako da sebe motivišete na različite načine i ostvarujete i pozitivan uticaj na druge. Ova tema se nalazi u skripti na strani 187.

Video lekcija 27 - Creating a future history

Ovo je strategija najuspešnijih po načinu kako se spremaju za velike ciljeve, pregovore, prezentacije. Jedna od najmoćnijih NLP vežbi.

Video lekcija 28 - Diznijeva strategija kreativnosti

Dizni je jedan od prvih modela NLP-a jer je umeo da iz sveta mašte manifestuje svet realnosti. Kako da svoju ideju dovedete do opipljivog cilja, učimo vas po receptu Diznija. Ova tema se nalazi u skripti na strani 194.