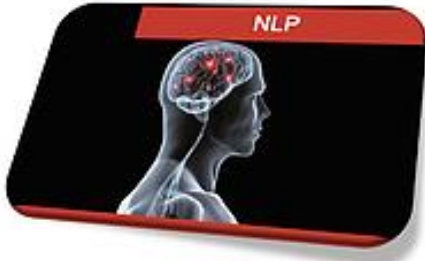




## Wat houdt de term “neuro linguïstisch programmeren” oftewel NLP in?



- Het is een methodiek om hersenen als het ware te ‘her programmeren’ en wordt in medische kringen als revolutionair beschouwd
- **Het is een methodiek voor training, coaching en communicatieverbetering**
- Het is een methodiek die in de automatisering wordt gebruikt om robots te programmeren

Neuro linguïstisch programmeren (NLP) is een methodiek voor training, coaching en communicatieverbetering. NLP werd ontwikkeld in de jaren zeventig van de twintigste eeuw aan de Universiteit van Californië (Santa Cruz). Volgens prof. Willem Levelt heeft NLP geen noemenswaardig verband met de wetenschappelijke neurolinguïstiek. De grondgedachte van NLP is dat vaardigheden van zogeheten experts in kaart gebracht (gemodelleerd) en als techniek aan anderen onderwezen kunnen worden.

**Neuro** verwijst naar de interactie tussen de zintuiglijke waarnemingen (zintuigen) en ons neurale systeem (centrale zenuwstelsel en de mind). **Linguïstisch** verwijst naar de taal en andere non-verbale communicatie systemen die wij gebruiken om onze denkpatronen (onze gedachten en onze werkelijkheid) betekenis te geven. **Programmeren** verwijst naar het ontdekken van onze automatische denk- en gedragspatronen en het vermogen om ze te veranderen.

### Het communicatie proces

Om effectiever te communiceren en om gedrag te kunnen veranderen moeten we eerst weten hoe communicatie werkt.

We nemen allemaal dezelfde buitenwereld waar via onze zintuigen. Maar waarom reageert toch iedereen anders op de buitenwereld? Via een intern proces worden deze zintuiglijke waarnemingen omgezet in communicatie en gedrag.

Op basis van onze waarneming en de filtering van de informatie, vormen we dagelijks vanuit terugkerende gedachtepatronen ons gedrag. Onze gedachtepatronen zijn opgebouwd uit beelden, geluiden, gevoelens, interne dialoog, geur en smaak. We filteren alle informatie die we ontvangen door onbewust dingen weg te laten, te vervormen en te generaliseren. Onze gedachten en stemming sturen ons gedrag, of dit nu wel of niet op feitelijke waarneming berust of vanuit onze terugkerende patronen.

Als je NLP toepast, word je je bewust van je waarnemingen, gedachtepatronen en gedrag, zodat je waar nodig blijvende veranderingen in je communicatie en gedrag kunt maken en tot betere resultaten kunt komen.





### **NLP technieken praktisch toepassen.**

NLP gaat zowel over de theoretische kant, als de praktische toepassing van de NLP technieken. Met onze NLP opleiding leer je NLP op praktische wijze toepassen op:

- Jezelf en je relaties in privé en zakelijke context;
- Het beïnvloeden van stemmingen, gedachten en gedrag;
- Het effectief kunnen communiceren met anderen;
- Het optimaal inzetten van je talenten en hulpbronnen en die van anderen;
- Het optimaal motiveren van anderen bij hun persoonlijke ontwikkeling.

Meer weten? Neem eens een kijkje op onze website [www.IQ4Training.nl](http://www.IQ4Training.nl) en kom meer te weten over neuro-linguïstisch programmeren.

Interesse in een bedrijfslicentie? Neem dan contact met ons op met behulp van het op de website aanwezige contactformulier.

U krijgt dan méér dan 150 cursussen voor een uiterst schappelijke prijs.

