

Pozitiven vidik komunikacije s pomočjo NLP tehnike

CILJ je vzpostaviti pozitivno, konstruktivno komunikacijo sami s sabo in okolico.

Kako mu lahko pomagam?



NEVRO

Naš proces razmišljanja

Način kako uporabljamo čutila, da razumemo kaj se dogaja okoli nas.

LINGVISTIČNO

Naše besede

Kako uporabljamo naše besede in kako to vpliva na nas in ljudi okoli nas.

NLP

PROGRAMIRANJE

Naše izražanje

Kako izražamo naše ideje in reakcije in kako to vpliva na nas in druge.

Ali je vaša komunikacija prežeta z empatijo, potrpežljivostjo, sposobnostjo razvijanja dialoga in kreiranja idej ali je bolj odločna, drzna, usmerjena v akcijo in konkretizacijo?

Pomembno je čustveno zaznavanje odziva nas in sogovornika ter proces navezovanja stika, ki mora biti odprt in sproščujoč.

“Pozitiven vidik na življenje in izzive.”



Človekova osebnost je zgrajena iz njegove identitete.

IDENTITETA

VREDNOTE

Kaj nam je v življenju pomembno - na podlagi tega določimo **vrednote**, ki se nam zdijo pomembne.

PREPRIČANJA

Iz vrednot se ustvarjajo **prepričanja**, katera vplivajo na naše dožemanje sveta.

STRATEGIJE

Fokus usmerimo v doseganje ciljev, ki so del načrtovanja **strategij**. Naučimo se upravljati s svojim življenjem in sledimo usmeritvam.

VIZIJA

Vizija je podoba naše želene prihodnosti, ki jo želimo ustvariti in doseči ter kaj si v resnici najgloblje želimo.

Spremenimo negativne stavke v pozitivne.

- Zakaj ne?
- Ni problema.
- Ne morem se pritoževati.



- Sliši se dobro.
- To je v redu.
- Vse gre dobro, hvala za vprašanje.



- Bodimo razumevajoči
- Bodimo sočutni
- Bodimo potrpežljivi
- Ostanimo mirni
- Prilagajjmo komunikacijo sogovorniku
- Usklajevanje pričakovanj in želja
- Iskanje skupne rešitve
- Podajamo jasna, popolna in konkretna sporočila
- Sproti preverjajmo razumevanje
- Sogovornikove besede sprejmemo kot pomembne



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA VZGOJO IN IZOBRAŽEVANJE

