

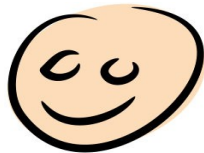


# Конструирование техник НЛП

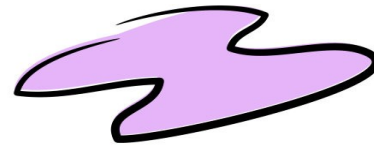
# Девятишаговая схема изменения



1. Актуальное  
состояние



2. Желаемое  
состояние



3. Контекст



4. Определить  
ресурс



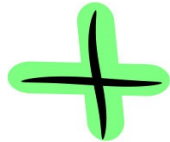
5. Получить  
доступ



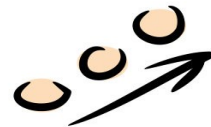
6. Внести в  
контекст



7. Работает?

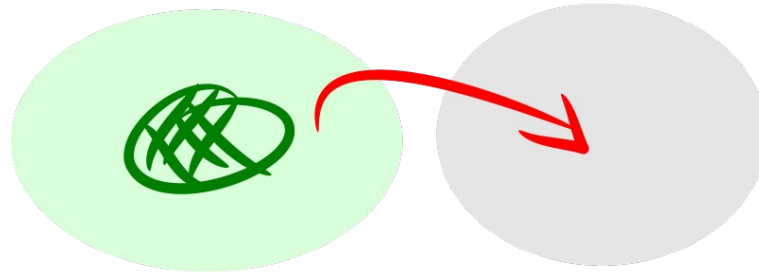


8. Экологическая  
проверка

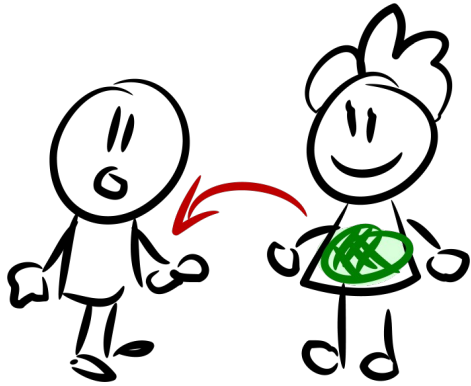


9. Привязка  
к будущему

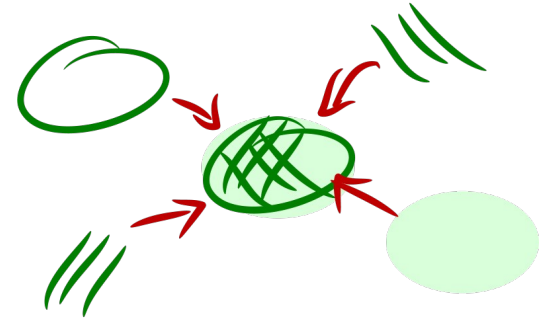
# Как получить ресурс



**САМОМОДЕЛИРОВАНИЕ**



**МОДЕЛИРОВАНИЕ**



**КОНСТРУИРОВАНИЕ**

# Способы



перенос  
ресурса



нахождение  
баланса



увеличение  
выборов



разрушение  
паттерна



изменение  
метафоры



подходящее  
состояние

# Инструменты



якоря



субмодальности



мета-состояния



разделение  
на части



рефрейминг



сознательный  
контроль



инструкции  
бессознательному



экстериоризация



интериоризация

# Кто определяет?



**Клиент**

сознательно  
подсознательно



**Оператор**



**Принцип**



перенос ресурса



нахождение баланса



увеличение выборов



разрушение паттерна



изменение метафоры



подходящее состояние



якоря



субмодальности



мета-состояния



разделение на части



рефрейминг



сознательный контроль



инструкции бессознательному



экстериоризация



интериоризация



Клиент

сознательно

подсознательно



Оператор



Принцип



перенос ресурса



нахождение баланса



увеличение выборов



разрушение паттерна



изменение метафоры



подходящее состояние



якоря

SCORE на линии времени  
Изменение личной истории

Круг совершенства

Коллапс якорей  
Лечение приобретённых аллергий



субмодальности

Смена субмодальностей  
Шоколад леди Годивы

Взмах

Быстрое лечение фобий  
Взрыв навязчивости



мета-состояния

Мета «Да»



разделение на части

Интеграция конфликтующих частей  
Выравнивание логических уровней  
Стратегия Уолта Диснея

Шестишаговый рефрейминг



рефрейминг

Стратегия Уолта Диснея  
Трёхпозиционное описание

Фокусы языка



сознательный контроль

Походка могущества

Адреналиновый барометр

EMDR  
Алфавит



инструкции бессознательному

Шестишаговый рефрейминг

Терапевтические метафоры



экстериоризация

Изменение личной истории  
Выравнивание критериев

Размер переживания  
Символическое моделирование



интериоризация

Генератор нового поведения

Избавление от взаимозависимости



# Конструирование техники

- **Метод**



перенос ресурса



нахождение баланса



увеличение выборов



разрушение паттерна

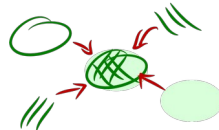
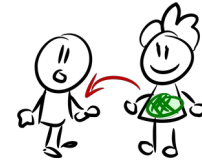
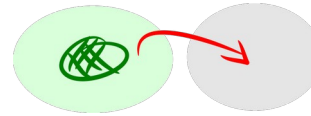


изменение метафоры



подходящее состояние

- **Получение ресурса**



- **Кто определяет**



- **Инструменты**



якоря



субмодальности



мета-состояния



разделение на части



рефрейминг



сознательный контроль



инструкции бессознательному



экстериоризация



интериоризация



Книга  
«Конструирование техник НЛП»



Генератор заданий

ТРЕНИНГОВЫЙ ЦЕНТР

trEnings.ru

Александра Любимова



**+7 (968) 4791305**



**center@trenings.ru**



**http://trenings.ru**