


Friskbolaget 2.0 AB	Utbildning: Kommunikation och Ledarskap
Version 4.3	Coaching Essentials
	2014-08-19

### **Coaching Essentials (3 dagar) - Modul 1 i Meta-Coach Training System**

Tre dagars utbildning i kommunikation och ledarskap som ger dig grunderna inom framgångsrik coaching och kommunikation.

Ur innehållet: NLP:s kommunikationsmodell, Support/Rapport, Tillståndshantering och att locka fram tillstånd, Precisionsfrågor och Metaprogram.

#### **Målgrupper:**

**Chefer och ledare** som vill förbättra det coachande ledarskapet med världens mest framgångsrika kommunikationsmodell. Hantera ditt eget tillstånd för att förbättra ditt ledarskap.

#### **Coacher:**

Få nya verktyg för kommunikation med klienten, lär dig ställa precisionsfrågor. Förstå vad metaprogram är och hur du kan använda dem. Utbildningen är steg ett i Meta-Coach Training System för dig som vill bli Meta-Coach.

#### **Lärare, kommunikatörer, säljare mfl:**

Alla som jobbar i kontakt med andra människor och som vill förbättra sitt personliga ledarskap och kommunikation.

Nya verktyg för att kommunicera på ett djupare plan och hantera ditt eget tillstånd. Hantera stress och negativa tillstånd.

**Alla som har någon som helst mänsklig interaktion under sin arbetsdag eller pratar med sig själv ibland.**

#### **Dag 1:**

##### **NLP's kommunikationsmodell:**

Förmågan att lyssna.

Förmågan att stödja.

Förmågan till djupare kommunikation , rapport.

#### **Dag 2:**

##### **Tillstånd:**

Tillståndshantering.

Gå in i tillstånd.

Ankra tillstånd

Processer:

\* Excellenscirkeln

\* Swisch-processen

\* "Spola tillbaka filmen."

#### **Dag 3:**

##### **Precisionsfrågor:**

Metamodellen

Metanivåer i språket.

Processer:

\* Välformulerat resultat.

\* Scoremodellen

#### **Metaprogram:**

Vad är metaprogram?

Avslöja metaprogram.

**Tider:**

Tre dagar kl 9:00- 18:00. För certifiering krävs full närvaro.

**Priser:** 10 000 kr exkl moms för företag och 10 000 kr inkl moms för privatpersoner.

Inkl kursmaterial och fika.

**Certifiering:**

Efter genomförd och godkänd utbildning erhålls certifikat "Coaching Essentials" modul 1 of Meta-Coach System. Internationell certifieringsorganisation: International Society of Neuro-Semantics (ISNS).

**Tränare:**

Utbildningen ges på svenska med svenskt kursmaterial av licensierad Neuro-Semantics & NLP Trainer Maria Jagerwall,. Friskbolaget 2.0 AB i Norrköping.

Läs mer på den internationella sidan:

<http://www.neurosemantics.com>

Läs mer på den svenska sidan:

<http://www.neuro-semantic.se/default.aspx>

**Förklaring NLP, Neuro Lingvistisk Programmering:****Neuro:**

Ditt nervsystem och hur din hjärna tar in information.

**Lingvistik:**

Beskriver hur språket används för att koda den inkommande informationen.

**Programmering:**

De vanemässiga tanke- och beteendemönstren som utgör grunden för alla dina beteenden, vanor och attityder.

**Förklaring Neuro-Semantics:****Neurologi (neuro):**

Refererar till kroppen, fysiologin och dina sinnestillstånd (ditt humör). Det är i och genom din neurologi som du känner, upplever och utför dina betydelser. Vad är det du utför? Vilka semantiska reaktioner upplever du emotionellt som dina färdigheter? Reflekterar de dina bästa idéer och betydelser? Eller är det ett glapp mellan det du vet och det du gör?

**Semantik:**

Hänvisar till alla de betydelser du skapar som —betydelse-skapare. Vad är dina betydelser om dig själv, andra, livet, din karriär, hälsa, rikedom, relationer mm? Är de robusta och viktiga? Är de spännande och livfulla? Vilka högre meningar önskar du förverkliga i ditt liv? Vilka betydelser har du förverkligat? Hur väl tjänar de betydelser du redan lever dig? Hur väl passar de med resten av ditt liv?

Neuro-semantiken lägger fokus på att minska glappet mellan det du vet och det du gör.

---

**Nästa kurs i Norrköping 11-13/11**