+ (495) 725 85
+ (903) 725 85
nupereverzeva@gmail.c

Блок 2. Личность и окружение: изменения через общение

5 Модуль. Мастерство эффективных коммуникаций

Содержание модуля:

1й день - Структура и каналы коммуникаций. Цель коммуникации. Базовые предположения НЛП. Репрезентативные системы человека: ВАК. Вербальное и невербальное общение. Особенности взаимодействия с разными типами людей. Определение системы внутренних ценностей собеседника. Активная позиция в коммуникации. Как начать разговор, чтобы он принес обоюдную пользу. Этапы коммуникации: раппорт, подстройка, калибровка. Критерии эффективной коммуникации. «Правильные» вопросы. Техники активного слушания и перефраза. Умение слышать и понимать собеседника, не додумывая за него. Отстаивание своего мнения, исключая негативные эмоции и переживания. Техники аргументации. Использование примеров, метафор, юмора. Обратная связь в позитивном ключе. Противостояние манипуляциям. Противостояние психологическому давлению. Внешние показатели внутреннего состояния. Выявление явных и скрытых целей собеседника. Модальность донесения информации. Метапрограммы. Мета-модель, мета-сообщения и искусство аналитического мышления. Способы управления коммуникацией. Ассоциации и диссоциации. 3 позиции восприятия. Рефрейминг. Барьеры и преграды в общении. Практическая работа в парах и группах. Д/з - тест на выявление коммуникативных качеств личности.

2й день - Резюме 1 дня. Принципы и правила эффективной коммуникации. Методы и приемы повышения эффективности коммуникаций. Три ступени к позитиву: любопытно, есть смысл, позитив. Мета (конкретизируем, уточняем) и мидл (обобщаем, искажаем, опускаем) модели. Воронка смысла. Виды искажений информации: когнитивные и эмоциональные. Способ мышления и референция. Мотивация “к-от”. Активность-рефлексивность и сходство-различие. Мотивы коммуникаций. Стили общения. Мозговой штурм возможных личностных качеств группой и расстановка приоритетов каждым для себя - практическая работа в группах. "Определение индивидуального стиля общения" - работа в парах. Техника «Генератор нового поведения». Признаки транса. Технология скрытого наведения транса. Практическая работа в парах. Разбор успехов и улучшений.

Задачи модуля:

- ✓ уметь четко формулировать цели общения, желаемые результаты;
- ✓ уметь устанавливать и поддерживать контакт;
- ✓ уметь позиционировать себя;
- ✓ изучить важнейшие принципы и правила эффективных коммуникаций;
- ✓ овладеть навыками поведения, необходимыми для эффективного общения;
- ✓ овладеть навыками «читать», слышать и понимать любого собеседника и выстраивать с ним продуктивный разговор;
- ✓ овладеть навыками достигать целей коммуникации, избегая конфликтных ситуаций, выстраивая взаимодействие на сотрудничестве;
- ✓ овладеть навыками управления коммуникацией.