

Inhoud introductie

- NLP als antwoord op onderwijsspecifieke vragen
- Wat is NLP?
- Het onderwijs van nu en van straks
- Filosofie 'gedachten zijn krachten'
- De uitkomst van de training
- De trainer
- Wat is de opzet van de training
- Aan de slag
- Vragen?

Hai, en welkom bij deze introductie in NLP voor leerkrachten online. Ik vind het super dat je kennis wilt maken met NLP, neuro linguïstisch programmeren, een methodiek om het beste uit jezelf te halen en anderen daarbij te helpen.

Ik ben van mening dat ons onderwijs enorm gebaat is bij kennis van ons bewustzijn. Fysieke training om gezond te blijven vinden we vanzelfsprekend maar mentale training is werkelijk de basis van gezondheid, geluk en succes. Gezondheid, geluk en succes voor het individu, de samenleving en de planeet.

Mijn naam is Ton Langelaan, oprichter van Succesgewoonten.nl en de laatste maanden heb ik hard gewerkt om deze kennismaking in NLP voor leerkrachten online voor je beschikbaar te maken. De ontwikkeling van dit programma gaat echter veel verder terug dan de laatste maanden.

In 1995 begon ikzelf mijn eerste NLP opleidingen bij het IEP in Nijmegen. Deze kennis en vaardigheden ben ik direct gaan toepassen in mijn werk rond milieu en duurzaamheid door de duurzame ondernemer en de milieuvriendelijke burger te gaan modelleren. Ofwel bij deze ondernemers en burgers afkijken hoe zij dat milieuvriendelijke gedrag doen, hoe het komt dat zij daar schijnbaar moeiteloos goed in zijn, om dat vervolgens overdraagbaar te maken voor anderen. En in 1999 ben ik mijn verworven kennis en vaardigheden gaan

toepassen in de opleiding van onderwijzers aan de PABO in Amsterdam waar ik toen werkte.

Relaxed voor de klas? Prettig omgaan met kinderen? Plezier in je werk? Je idealen verwezenlijken? Een omgeving die bij je past? Buiten geëigende kaders treden? Werken met passie? Jezelf zijn? En daarin een voorbeeld zijn voor je leerlingen.

Uiteindelijk zijn we het er als docenten allemaal over eens. Onderwijs dient te gaan om de zelfrealisatie van het kind ofwel om 'eruit te halen wat erin zit'. En als leerkracht kun je eigenlijk alleen maar een voorbeeld zijn. Als jij niet werkt aan jouw zelfrealisatie en er niet uithaalt wat erin zit, gelukkig, succesvol en voldaan bent, wat draag je dan over?

En het is niet de bedoeling dat dit een extra druk op je schouders legt maar wat is er mooier dan werken met passie, dan jezelf zijn, dan plezier in je werk en je idealen verwezenlijken terwijl je prettig met kinderen omgaat en relaxed voor de klas staat? Precies! En NLP geeft je een hele reeks gereedschappen waarmee je daar aan kunt werken. Deze training geeft je die basisgereedschappen waar je een levenlang mee vooruit kan.

Bij het lesgeven spelen allerlei vragen een rol:

- Hoe zorg ik ervoor dat er orde en rust heerst in de klas zodat kinderen zich kunnen concentreren op hun werk?
- Hoe bouw ik een prettige relatie op met de klas, waardoor kinderen zich veilig en erkend voelen (de voorwaarden om te leren)?
- Hoe handhaaf ik de orde, zonder dat ik een kind dat zich onacceptabel gedraagt naar beneden haal?
- Hoe kan ik werken aan een positief zelfbeeld van het kind?
- Hoe laat ik het kind volledig tot zijn recht komen en hoe spreek ik de hele mens aan?
- Hoe zorg ik er in een grote klas voor, dat individuele kinderen bezig kunnen zijn met de ontwikkeling van hun specifieke talenten?
- Hoe motiveer ik kinderen om aan de slag te gaan en te leren?

- Hoe haal ik kinderen uit de consumptiestand om zelfverzekerd hun eigen oplossingen te bedenken en toe te passen?
- Hoe help ik kinderen om bepaalde blokkades te overwinnen?
- Hoe krijg ik goed contact met een kind waaraan ik me erger?
- Hoe kom ik zelfverzekerd over in een oudergesprek?
- Hoe laat ik mijn onderwijs aansluiten bij wat ik belangrijk vind?
- Hoe kom ik er eigenlijk achter wat ik precies belangrijk vind?
- Hoe zorg ik dat ik het zelf naar mijn zin heb en tot mijn recht kom, zodat mijn eigen enthousiasme overkomt bij mijn leerlingen?

NLP als antwoord op onderwijsspecifieke vragen

NLP biedt een duidelijk antwoord op de bovenstaande vragen. In deze introductie-training nemen we dit soort vragen als uitgangspunt en leveren we - vanuit het grote NLP-reservoir - de gereedschappen om de achterliggende doelen te bereiken.

Daarbij gaan we ervan uit dat ieder mens de innerlijke hulpbronnen heeft om dat te kunnen wat hij wil kunnen en zijn potentieel tot bloei te brengen. Dit geldt zowel voor de leerling als voor jou als leerkracht, jij die model staat voor je leerlingen.

De kern van NLP is afkijken van mensen die ergens heel erg goed in zijn om te achterhalen hoe ze dat doen en hoe dit overdraagbaar gemaakt kan worden aan anderen die dat ook willen kunnen.

Ons eigen onderzoek naar de excellente leerkracht, met zeven onderwijsskanjers als onze modellen, leidde in 2004 tot het boek 'de excellente leerkracht' en de trainingen met dezelfde naam.

NLP blijft een gebied dat zich voortdurend verder ontwikkelt. Het geeft inzicht in wie we zijn en hoe jouw persoonlijke werkelijkheid door onze manier van denken, door onze overtuigingen, opgebouwd wordt.

Iedereen leeft in een eigen persoonlijke realiteit die op elk moment gevormd wordt door de modellen van de werkelijkheid, de plattegronden die we gebruiken om ons in ons leven voort te bewegen.

Ons gedrag en onze resultaten worden bepaald door die persoonlijke modellen. En de door ons gehanteerde modellen zijn keuzen. Je kunt ze op elk moment vervangen als ze niet leiden tot wat je wilt.

En omdat het steeds duidelijker wordt dat onze overtuigingen, wat we ook wel noemen onze 'mindset', ons geluk en succes bepalen is de tijd rijp dat deze mindset een prominente plek inneemt in de ontwikkeling, de opvoeding en educatie van onze kinderen. Daarmee geven we ze de gereedschappen om te slagen in het leven.

Want deze tijd kenmerkt zich door voortdurende versnelling van ontwikkelingen, van grote uitdagingen voor onze fysieke en vooral mentale gezondheid, van de crises in ons onderwijssysteem, maar ook in de zorg en bij hulp- en dienstverleners om nog maar te zwijgen van de vervuiling van onze planeet, de uitputting van de aarde en de klimaatverandering. We hebben schreeuwend behoefte aan een nieuwe manier van denken.

Want alles begint met ons denken. Ons denken creëert voortdurend, op elk moment, de mooie dingen én de ellende. En inzicht in ons denken en bewustwording van hoe we denken is noodzakelijk om nieuwe keuzen te kunnen maken, om oplossingen te kunnen bedenken voor de genoemde problemen en onszelf weer terug te brengen bij onze oneindige mogelijkheden. Voor persoonlijk geluk en succes.

En het begint bij ons, opvoeders, ouders en leerkrachten. Wij geven de nieuwe generatie de tools om deze problemen op te lossen. Niet door ze met nog meer kennis te bestoken maar door ze te leren dat hun potentie oneindig is. Niet door ze een beperkende manier van denken bij te brengen maar door ze onbelemmerd gebruik te laten maken van hun potentieel. Niet door ze in een dwangbuis van regels en procedures te stoppen maar door hun verlangens en talenten als uitgangspunt te nemen.

Wat is NLP?

Ja, wat is NLP eigenlijk? Er zijn wel een paar formele definities voor

NLP is de studie van de structuur van de subjectieve ervaring

NLP onderzoekt welke elementen we in onze innerlijke beleving kunnen onderscheiden, wat de eigenschappen van die elementen kunnen zijn en hoe die elementen met elkaar samenhangen. We hebben het dan over wat iemand in gedachten hoort, ziet en voelt. En ook over hoe hij zijn lichaam beweegt, wat hij tegen zichzelf zegt en van welke vooronderstellingen en generalisaties hij uitgaat. De combinatie van deze elementen wordt in NLP de structuur van de ervaring genoemd.

Hier gaat het er om hoe we onze persoonlijke werkelijkheid opbouwen en hoe we daar in succesvol en gelukkig kunnen zijn.

NLP is het modelleren van excellent menselijk functioneren

Wat onderscheidt een expert van iemand die het niet kan, of die het maar een beetje kan? NLP zoekt naar de essentiële innerlijke patronen die een expert tot een expert maken: het verschil dat het verschil maakt. De bedoeling is dan, om dat speciale vermogen in leerbare technieken te vertalen, zodat het aan anderen – bijvoorbeeld studenten of collega's – kan worden overgedragen. Dit wordt in NLP modelleren genoemd.

Wat mij betreft is dit de basis van NLP. Afkijken bij de expert en zijn manier van denken en handelen, zijn recepten voor zijn expertise overnemen. Daar heb je dan de structuur van zijn subjectieve ervaring voor nodig. Want een vaardigheid is een patroon van denkstappen.

NLP is een serie pragmatische communicatie-technieken

Welke invloed heeft onze verbale, maar vooral ook onze non-verbale communicatie en hoe kunnen we die invloed gebruiken? In verschillende contexten zal het doel daar van verschillen. In een therapie-context gaat het om het oplossen van problemen of om persoonlijke verandering. In een trainings- en onderwijscontext gaat het om leren. In een bedrijfscontext gaat het om leidinggeven, coachen of verkopen. De gemeenschappelijke noemer is, dat het steeds gaat om de vraag: wat kan ik doen om een specifieke verandering tot stand te brengen in de subjectieve ervaring van de ander?

En met deze communicatie-technieken kun je jezelf en een ander helpen om de expertise over te nemen. Want het vraagt een specifieke verandering in het denken en het gedrag om hetzelfde resultaat als de expert te verkrijgen.

En waarom is dit belangrijk?

Mens ken uzelve. In deze tijd van supersnelle veranderingen is het zinvol om snel te kunnen schakelen en vaardigheden snel te kunnen aanleren. Met NLP heb je een instrument in handen om zeer efficiënt en snel te leren.

Daarbij komt dat NLP zich steeds meer ontwikkelt naar manieren om de mentale gezondheid te bevorderen. Het gaat niet alleen maar om doelgericht handelen maar ook om flow, geluk en voldoening daarbij. Ook hierbij kijkt de NLP-er af van mensen die daar goed in zijn om de recepten daarvoor zelf te kunnen toepassen.

Het onderwijs van nu en van straks

En dit kunnen we goed gebruiken als onderwijzers want het onderwijs verkeert in een crisis. De status van een leerkracht is nog nooit zo laag geweest. En dat terwijl het onderwijs de fundering is voor een welvarende samenleving. De verantwoordelijkheid van een leerkracht is immens.

Maar er is een groot en toenemend gebrek aan leerkrachten. De lerarenopleidingen zijn steeds minder populair. Het onderwijs sluit niet goed meer aan op de behoeften van leerlingen en op de behoeften van het bedrijfsleven.

Internationaal scoren we met onze onderwijsresultaten steeds minder op de beoordelingslijsten. Wanhopig worden de controles opgevoerd. De concurrentie tussen scholen wordt kunstmatig steeds verder verhoogd. De teugels worden aangetrokken. Er wordt steeds meer gevraagd van de leerkracht.

Overvraagd wellicht want het ziekteverzuim behoort tot de hoogste in Nederland. Tegelijkertijd wordt het onderwijs verweten dat het kinderen opleidt voor werkzaamheden die straks niet meer bestaan. Waar doe je het voor? Is het onderwijs toekomstbestendig?

Het is nogal wat. Hoe hou je je daarbinnen staande. Of gaat het niet om jezelf staande te houden, te overleven, maar om het onderwijs op een andere manier te zien zodat we daarbinnen kunnen floreren. Misschien is deze crisis een uitgelezen kans om het onderwijs zo in te richten dat zowel de leraar als de leerling het weer naar zijn zin heeft.

Want als er inmiddels iets duidelijk is dan is het wel dat je prettig voelen een voorwaarde is om optimaal te presteren. Flow bereik je in een flow-state en NLP biedt mooie mogelijkheden om daar aan bij te dragen.

Succesvolle mensen geven aan dat succes voor 80% bepaald wordt door de 'mindset' en slechts voor 20% door kennis en strategieën. Met NLP ben je in staat om die aandacht te geven aan de 'mindset' die het verdient. Daarmee wordt het onderwijs leuker, gericht en succesvoller. Is dit een hoogdravende claim? Beoordeel het zelf maar door kennis te maken met dit mooie gebied van de 'mindset' met NLP.

Filosofie ‘gedachten zijn krachten’

NLP is vooral een pragmatische aanpak. Als een methode werkt dan gebruiken we het. Als het niet werkt dan verdwijnen technieken vanzelf weer. En zo houden we een hoeveelheid methoden over die zowel effectief en efficiënt werken bij het bereiken van doelen.

Één van de uitgangspunten is dat onze overtuigingen, ideeën die we hebben waarover we een gevoel van zekerheid hebben, ons gedrag bepalen en daarmee onze resultaten. En overtuigingen zijn keuzen. Dus als deze niet handig zijn kun je die vervangen. Het vraagt bewustwording en de juiste tools. NLP biedt je die juiste tools. Immers we kijken voortdurend af van mensen die daar dus goed in zijn. En daar kunnen we zelf van profiteren en vervolgens onze leerlingen van laten profiteren.

De uitkomst van de training

Deze NLP training geeft de leerkracht de persoonlijke middelen om een prettige tijd te ervaren met de kinderen, ouders en collega's. 'Hoe kom ik als leerkracht van mijn huidige, wellicht minder gewenste situatie tot het succesvolle handelen van de 'excellente leerkracht'? Dat is de centrale vraag. De training gaat niet zozeer om het krijgen van informatie maar wel om bewustwording, ervaring opdoen en inzicht verwerven in het toe te eigenen excellente gedrag.

Aan het eind van de training heeft elke cursist:

- inzicht in het effect van zijn eigen denken en gedrag op de kinderen en anderen en op de al of niet plezierige lessituatie
- de mogelijkheid om zijn/haar eigen welbevinden in stand te houden onder alle omstandigheden (zelfvertrouwen, plezier, begrip, vriendelijkheid en liefde ervaren)
- de vaardigheid om, door af te stemmen op de kinderen hen te leiden naar een prettige sfeer en omgang met elkaar

- de tools om leerlingen diezelfde bewustwording en mentale training mee te geven om hen de basis te geven voor een gelukkig, succesvol, voldaan en duurzaam leven.

De trainer

Ton Langelaan

Nogmaals, mijn naam is Ton Langelaan en ik ben de oprichter van Succesgewoonten.nl, een trainingsinstituut dat ondermeer (NLP) trainingen verzorgt en een ondernemersconcept voor HAVO en VWO leerlingen aanbiedt op basis van het modelleringsonderzoek bij Nederlandse Topondernemers.

Mijn achtergrond is docent lichamelijke opvoeding, ik ben bedrijfskundig econoom en milieukundige en ik ben uitermate geïnteresseerd in de relatie tussen onze manier van denken en de uiteindelijke resultaten daarvan in ons lichaam en in onze omgeving.

‘Energy flows where attention goes’ is een belangrijk motto. Ofwel: wat je aandacht geeft wordt groter. Door in het onderwijs met deze principes aan de slag te gaan, wil ik kinderen en leerkrachten leren dicht bij jezelf te blijven, je unieke talenten te ontwikkelen en te realiseren wie je in wezen bent. Ofwel je potentieel tot bloei te laten komen in relatie tot het grotere geheel waar je deel van bent.

Ik heb NLP steeds toegepast in alles wat ik deed. Als milieu- en organisatieadviseur heb ik gewerkt voor bedrijven en overheid en voor verschillende Ministeries, gemeenten en Provincies onderzoek gedaan – met NLP gedragsmodellering – naar de milieuvriendelijke burger en ondernemer. In het jaar 2000 ben ik bewust overgestapt naar het onderwijs om daar de opgedane kennis te delen.

Ik heb zeven jaar aan de PABO in Amsterdam gewerkt. In die tijd heb ik met mijn collega Willem Plomp de excellente leerkracht gemodelleerd en daar een boek over geschreven en heel veel NLP trainingen voor leerkrachten gegeven.

Daarna heb ik zeven jaar Geluksdagen georganiseerd voor basisscholen, met het Geluksmuseum, op basis van de NLP principes. Het boek het Geluks- en Succes Systeem in de Klas is daar een resultaat van.

De laatste zes jaar heb ik als docent economie en als begeleider voor het ondernemersconcept Succesgewoonten, in het voortgezet onderwijs gewerkt.

Wat is de opzet van de training

Deze training bestaat uit een introductie, waar je nu naar kijkt, en zeven lessen. De lessen behandelen allemaal een bepaald thema waardoor je en gereedschappen krijgt om jouw onderwijs leuker en beter te maken en een helder idee krijgt van wat NLP is en voor jouw en je leerlingen kan betekenen.

Elke les kun je openen door er op te klikken. Om de inzichten te laten bezinken en je de gelegenheid te geven om de oefeningen te doen kun je de volgende les na één week openen.

Bij elke les zit het passende deel van het succesjournaal. Hierin staat de tekst van elke les, staan de oefeningen en vind je ook de grondplaten die we in de oefeningen gebruiken. Print dit geheel uit zodat je aantekeningen kunt maken en de grondplaten kunt gebruiken als je de oefeningen doet.

Sluit elke les af met een terugblik. Wat heb je geleerd, hoe kun je dit gebruiken en hoe pas je dit toe in toekomstige situaties? Dit is een belangrijk deel van het leren.

In les 1 gaan we kennismaken met 'de excellente leerkracht'. Het blijkt al snel dat het niet een perfecte leerkracht is maar iemand die oprecht geïnteresseerd

is in zijn leerlingen, leert van zijn fouten en het beste voorheeft met zowel zichzelf als zijn leerlingen.

In deze les leer je het Basismodel NLP ook wel het gespreksmodel genoemd. Het gaat hierbij om een stapsgewijze aanpak bij het stellen en realiseren van doelen. En om die doelen te stellen is het handig dat je die op een bepaalde manier opstelt.

Wij gebruiken hiervoor het acroniem HET PAD. Dit komt deels overeen met SMART maar is net even handiger omdat het beter aansluit op de taal van het brein.

Let op dat de bedoeling van deze lessen is dat je in actie komt. Zonder toepassing kun je geen begrip verkrijgen. Alleen door kennis toe te passen, er mee aan de slag te gaan, ermee te worstelen en het te doorleven kun je het leren begrijpen en de vruchten er van plukken.

Elke les bestaat dus uit het toepassen van de leerstof in opdrachten, methoden en oefeningen waarin ik je meeneem. Soms heb je wat meer tijd nodig dan dat ik je geef in de video maar je kunt deze natuurlijk eenvoudig even stil zetten en je eigen tijd bepalen. Het is ook verstandig om de oefeningen regelmatig te herhalen. Aan de hand van je succesjournaal kun je dit eenvoudig zonder begeleiding doen, zeker nadat je de oefening een keer met mij hebt gedaan.

Ik heb in deze online versie van de excellente leerkracht zoveel mogelijk methoden gebruikt die je zelfstandig kunt uitvoeren. Het is overigens wel aan te raden om de oefeningen ook eens met een partner of maatje uit te voeren. Op die manier kun je nog gericht en geconcentreerder aan de slag en worden de resultaten alleen maar beter.

Na elke les is er een reflectiemoment waarbij je aan de hand van vragen aantekeningen maakt in je succesjournaal. Wel doen hé.

Les 2 gaat over jouw visie op de toekomst. Dit biedt trouwens fantastische inspirerende en motiverende methoden om ook voor je leerlingen toe te passen.

We zullen eerst ingaan op het onderbewuste zelfbeeld en inzicht krijgen in hoe dit je waarneming en gedrag stuurt en daarmee je resultaten.

De Futures History gebruiken we om onze dromen te realiseren. Net als de Disneystrategie die dus afgekeken is van Walt Disney die een specifieke zeer werkzame manier heeft om zijn projecten werkelijkheid te maken. We weten dat hem dat erg goed gelukt is en we hebben zijn recept in handen. Yes!

We sluiten af met een reflectiemoment in het succesjournaal

Les 3 gaat over het contact met jezelf en met anderen

Het beste contact heb je als je gelijk wordt aan de ander. Dat voelt vertrouwd. We noemen dat rapport maken. En hoe dat werkt leren we in les 3.

Bij een problematische relatie is het handig om deze vanuit drie waarnemingsposities te bekijken voor meer begrip. Volgens Stephen Covey is één van de gewoonten van hoogst effectieve mensen 'leer eerst te begrijpen om daarna begrepen te worden'.

Elke afsluiting biedt een reflectiemoment in je succesjournaal.

Les 4 gaat over orde en structuur en state-management.

Met statemanagement zorg je ervoor dat je op elk moment goede gevoelens of hulpbronnen tot je beschikking hebt om je doelen te bereiken.

Ankeren in de klas biedt orde en structuur door gebruik te maken van de natuurlijke Pavlov reactie. Twee gelijktijdige gebeurtenissen raken in het brein verbonden met elkaar of geassocieerd aan elkaar. En daar maken we gebruik van in de klas voor rust en orde.

Dit ankeren of associëren gebruiken we in de 'Excellente leerkracht cirkel' om een goed gevoel te koppelen aan een stimulus of trigger, ofwel anker. Zo heb je op elk moment een goed gevoel tot je beschikking, nodig om succesvol te kunnen handelen en je prettig te voelen.

De Swish-methode gaat nog een stapje verder door je aandacht onbewust niet alleen te richten op een geweldig gevoel maar op een geweldige toekomst.

En de afsluiting is weer een reflectiemoment in je succesjournaal.

Les 5 gaat over hoe je je overtuigingen bewust wordt en kunt veranderen.

We gaan in op het pijn en plezier principe van waaruit alle gedrag gemotiveerd wordt. We willen pijn vermijden en plezier verkrijgen.

De taal van het brein geeft ons mogelijkheden om anders te leren denken met ander gedrag en andere resultaten tot gevolg. We denken namelijk in beelden, geluiden, gevoelens, reuk en smaak.

Vervolgens gaan we in op onze eigen logische niveaus van overtuigingen en hoe we deze in lijn kunnen brengen met elkaar om beter te functioneren.

Afsluiting: Reflectiemoment in je succesjournaal

In **Les 6** gaan we dieper in op overtuigingen omdat die de basis vormen van alles wat we meemaken in ons leven, ons gedrag en onze resultaten.

We hebben het over de structuur van een overtuiging en het Uitlijnen van de logische niveaus van onze overtuigingen waardoor doelen moeiteloos gehaald kunnen worden

Afsluiting: Reflectiemoment in het succesjournaal.

Les 7 gaat over twijfel en tegenstrijdigheden in jezelf. Soms wil je iets maar hou je jezelf tegelijkertijd tegen. En dit komt doordat je eigenlijk uit heel veel

verschillende delen bestaat die het niet allemaal altijd met elkaar eens zijn. Door ze in lijn met elkaar te brengen kun je je energie weer richten op wat alle delen willen en zo je doelen halen zonder jezelf te saboteren.

Je gaat in gesprek met je innerlijke delen.

Het Binnen - Buiten Model laat zien dat wat er buiten je gebeurt alles te maken heeft met wat er in je binnenwereld gebeurt. De wereld is een spiegel waarin je jezelf ziet. En het geeft je de mogelijkheden om dat te veranderen als het niet bevalt of je iets anders wilt.

We sluiten de hele training af met een Reflectiemoment in je succesjournaal.

Nog een paar belangrijke punten:

- Alles wat voor jezelf geldt, geldt ook voor de leerling.
- Maak een vertaling van wat je geleerd hebt naar de leerling.
- Neem de leerling mee in wat belangrijk is om te leren over zichzelf. Draag deze kennis en inzichten over op de leerling. Vertaal oefeningen naar de klas.
- Gebruik de grondplaten
- Mentale training is de basis van gezondheid, succes en geluk. Regelmatige lichamelijke training vinden we heel normaal maar misschien is dagelijkse mentale training nog wel essentiëler voor een goede gezondheid, voor succes, geluk en een duurzame toekomst.

In één van mijn modelleringsonderzoeken die ik voor het Ministerie van Milieu heb uitgevoerd werd het duidelijk dat mensen die milieuvriendelijk waren, een eigenschap die we allemaal hard kunnen gebruiken in deze tijd, dicht bij hun kern stonden. Zij hadden de overtuiging dat zij een waren met de omgeving om hen heen. Dat voelden zij ook zo. Het schaden van de omgeving was hetzelfde als zichzelf schaden.

Dit staat in tegenstelling tot de afgescheidenheid die gevoeld wordt tussen het individu en de omgeving van mensen die zich niet milieuvriendelijk gedragen.

Mentale training brengt je dichterbij wie je werkelijk bent, verbonden met alles om je heen, vanuit een gevoel van eenheid en harmonie. En is dat niet wat hard nodig is in onze tijd. NLP kan je daarbij helpen

Een introductie en 7 lessen in NLP die een mooi overzicht geven in wat NLP voor jou kan betekenen en die je verder brengen in jou ontwikkeling en die van je leerlingen. Ik zou zeggen heel veel plezier en nu

Aan de slag met les 1!

Deze is direct te openen om aan de slag te gaan. Succes!

Vragen?

Zijn er vragen, kom je ergens niet uit of wil meer weten van een onderwerp dan kun je altijd contact opnemen via:

ton@succesgewoonten.nl