

NLP

25 טכניקות בסיסיות

“כשהמציאות משתנה, גם אנחנו חייבים להשתנות.”

- וויליאם ג'יימס

““When reality changes, we must also change”

- William James

© כל הזכויות שמורות

בהתאם לחוק זכויות יוצרים, חל איסור לשכפל, להעתיק, לצלם, להקליט, לתרגם, לאחסן במאגר מידע, לשדר או לקלוט בכל דרך או אמצעי אלקטרוני, אופטי או מבני או אחר - כל חלק שהוא מהחומר הכתוב ומהתמונות שבספר זה. שימוש מסחרי מכל סוג שהוא בחומר הכלול בספר זה אסור בהחלט אלא ברשות מפורשת בכתב מהמו"ל.

מסת"ב - 9788087518366 - ISBN

גופן: אָלֶף - openfonts.hagilda.com

לבקשות או שאלות, נא לפנות באימייל - help@ericks.org

Copyright © 2024 by Shlomo Vaknin. All rights reserved.

סדרת "NLP בעברית"

ספר זה הוא כרך מס' 2 בסדרת הספרים על NLP בעברית. לקבלת פרטים נוספים על כל הספרים בסדרה ולהורדת טפסים וכלי עבודה חינמיים, אתם מוזמנים לבקר באתר ההוצאה:

www.ilaniko.com



תוכן עניינים

| | |
|-----|--|
| 11 |הקדמה |
| 14 | 1. יצירת עוגנים |
| 19 | 2. מושכי תשומת הלב |
| 25 | 3. כניסה למצב תודעתי מיטבי |
| 29 | 4. אסטרטגיית מוטיבציה בסיסית |
| 36 | 5. היפוך תשומת הלב |
| 39 | 6. יישור עמדות תפיסתיות |
| 47 | 7. חזרה להווה |
| 52 | 8. כאילו / אם |
| 58 | 9. שליפה בסיסית |
| 61 | 10. מסגור מחדש בסיסי |
| 71 | 11. אתגור ההוכחה |
| 76 | 12. סימון אנלוגי |
| 81 | 13. סְוּיֶשׁ |
| 87 | 14. הערכת התנהגות |
| 95 | 15. שינוי עמדות תפיסתיות |
| 109 | 16. המסת הפחד מכישלון |
| 122 | 17. בדיקה אקולוגית |
| 128 | 18. שליפת התגובות |
| 132 | 19. תגובת לחימה |
| 140 | 20. טיפול רגשי באמצעות מודל המטא |

| | |
|-----------|----------------------------------|
| 156..... | 21. שימוש מכוון בהפרות..... |
| 168 | 22. הפיכת טעויות לניסיון..... |
| 175..... | 23. מעגל המצוינות..... |
| 181 | 24. התאמה פנימית..... |
| 188 | 25. טכניקה מתקדמת: זמן מהיר..... |
| 198 | בנוסף: עיגון תחושת ריכוז..... |