

# **NEURO LINGUISTIC PROGRAM**

# Pokok Bahasan

- Definisi Neuro Linguistic Program
  - Kesadaran Diri
  - Model Perubahan
  - Kekuatan Perssepsi

# Definisi Neuro Lingusitic Program

- **Neuro Lingusitic Program atau Teknik Mengubah Pola Pikir adalah suatu teknik untuk memperbaiki diri agar hidup lebih baik, dengan pola piker yang positif.**
- **dengan pemikiran positif, Anda akan menjadi orang yang memiliki banyak kelebihan yang sangat berguna dalam kehidupan. Kebiasaan berpikir positif membuat kepribadian Anda lebih baik.**

- Hal ini juga akan membuat lebih mudah dalam bergaul karena orang-orang akan menyukai Anda.
- Manfaat lain dari kebiasaan ini adalah bahwa Anda dapat menikmati hidup lebih sehat dan merasakan peningkatan energi dan peningkatan stamina. Seperti halnya meningkatkan kekebalan terhadap berbagai serangan penyakit.

- **NLP mirip dengan mempelajari manual otak manusia, terkadang disebut sebagai people skill technology, atau disebut juga psychology of excellence.**
- **Intinya adalah mengetahui bagaimana cara kerja otak agar seseorang bisa menjadi tuan atasnya, bukan menjadi budaknya.**
- **Sedangkan para pengagas NLP sendiri merumuskan NLP sebagai The study of subjective experience .**

- Neuro merujuk pada otak / pikiran, bagaimana kita mengorganisasikan kehidupan mental kita.
- **Linguistic** adalah mengenai bahasa, bagaimana kita menggunakan bahasa untuk mencipta makna dan pengaruhnya pada kehidupan kita.
- **Programming** adalah mengenai urutan proses mental yang berpengaruh atas perilaku dalam mencapai tujuan tertentu, dan bagaimana melakukan modifikasi atas proses mental itu.

●

## **Kesadaran Diri**

- **Pikiran sadar adalah pikiran yang mempertimbangkan, dan merupakan pikiran yang memilih, misalnya memilih buku, rumah atau pasangan hidup.**
- **Pikiran bawah sadar adalah menerima apa yang dikesankan padanya atau apa yang anda percayai secara sadar. Tidak mempertimbangkan seperti pikiran sadar anda, misalnya seperti tanah, yang menerima segala jenis benih, yang baik maupun yang jelek.**

# Fungsi kesadaran diri

1. Mengidentifikasi informasi yang masuk, melalui panca indra, penglihatan, pendengaran, penciuman, pencecap, sentuhan/perasaan;
2. Membandingkan, dengan data base (referensi, pengalaman, dan informasi dalam pikiran bawah sadar);
3. Menganalisis, merinci informasi menjadi komponen yang lebih kecil;
4. Memutuskan respon atau tindakan yang akan diambil terhadap informasi yang masuk.



## Model Perubahan

- **NLP berguna dalam menjalankan dan mengawal proses perubahan menjadi lebih mudah dan mempermudah. Begitu pula perubahan di level pribadional, NLP akan membantu kita memfasilitasi proses perubahan dan transformasi pribadi agar lebih mudah dan menyenangkan.**
- **Mempelajari NLP sama saja belajar untuk lebih bijaksana, lebih smart dan dapat memiliki suatu "model dunia" yang lebih fleksibel, lebih luas, dan tentunya lebih lengkap.**

- NLP dapat membantu orang seperti ini untuk lebih memiliki model dunia yang fleksibel, sehingga saat ia akan *me-leading*, ia akan piawai dalam membangun *rapport* pula.
- Pada galibnya *rapport* adalah kepiawaian seseorang dalam memperluas "model dunia"nya sendiri, dengan cara merespek "model dunia"nya orang lain. Sehingga dalam prosesnya ia akan dapat "melihat, mendengar, merasa, mencium, meraba dan mengalami" dunia seperti cara orang lain yang tengah diajaknya bicara

**2. NLP dalam membantu seseorang menjadi *Agent of Change* yang baik. Bahkan di level kelas duniapun, kita dengan mudah menemui bahwa konsultan-konsultan perubahan (Change Management) semakin menggunakan NLP sebagai tool dalam menggarap dan mengawal suatu perubahan. ....**