

# ニューコードNLPコーチング基礎コース カリキュラム

## ■パート1「思考から解放された、ありのままの状態」

2月20日(土)・21日(日)

### 1日目 <『今ここ』の意識をつくる>

- 午前部：「周辺視野とリラクスの関係」
  1. 周辺視野と中心視野のしくみ（歓びモードと戦いモード）
  2. ニュートラルな意識をつくる「今ここ」ゲーム
  3. 卓越性の連鎖（呼吸と姿勢の関係）
  4. 周辺視野を使ったプレゼンテーションの練習
- 午後部：「カリブレーション能力（観察眼）の開発」
  1. 極微筋肉運動の観察
  2. 相手の極微筋肉から心理状態を見抜く観察眼の開発
  3. 先入観や思い込みのないマインドを構築する
  4. 観察眼を使ったコミュニケーションの練習

### 2日目 <固定化された視点と過去からの投影を解放する>

- 午前部：「固定化された視点を解放する」
  1. 眼球運動で脳皮質の各領域（五感）を活性化させる
  2. 自分の外側から自分自身を観察する「3ステップ分離法」
  3. 視点を柔軟にする三重描写エクササイズ
  4. 多角的な視点を養う多重描写エクササイズ
- 午後部：「過去からのパターンを解放する」
  1. 自分のクリーン・アップされていない部分を探す
  2. ト라우マをクリーン・アップするサンクチュアリー（聖域）ワーク
  3. 過去からのパターンを統合する
  4. 眼球運動で強いトラウマを解放するSパターンテクニック  
→3.11東北大震災の直後に開発されたモデル

## ■パート2「対人コミュニケーションの達人になるラポール・アート」

3月19日(土)・20日(日)

### 1日目 <ラポールの極意>

- 午前部：「無意識的なラポールを体験する」
  1. ラポールの起源とその歴史
  2. 脳の伝達信号「ミラーニューロン」とラポールの科学
  3. 無意識的なラポールと集合意識の関係
  4. 無意識的なラポールで相手とつながるエクササイズ
- 午後部：「意識的なラポールを築く」
  1. 意識的なラポール構築法Ⅰ（プロセスを共有する）
  2. 意識的なラポール構築法Ⅱ（コンテンツを共有する）
  3. 意識的にラポールを築くエクササイズⅠ（ビジネス、セールス、接客編）
  4. 意識的にラポールを築くエクササイズⅡ（カウンセリング、コーチング編）

### 2日目 <意図を明確にするための質問術>

- 午前部：「意図を明確にするための質問術」
  1. 自分の思考の曖昧な部分を明確にする質問術（内観法）
  2. 相手の思考の曖昧な部分を明確にする質問術（メタモデル質問）
  3. 思考のフィルターを外すアクター（俳優）エクササイズ
  4. 意図を明確にするための質問術
- 午後部：「意図-結果モデル」
  1. 相手の意図を明確にするフレームテクニック（フレーミング）
  2. 相手の意図を探る究極の質問術（バーバル・パッケージ）
  3. 対立する2つのパートを統合する（意図-結果モデル）
  4. ラポール総合エクササイズ

## ■パート3「自主独立したコーチ養成に向けて」

4月16日(土)・17日(日)

### 1日目 <無意識の領域に光をあてる>

- 午前部：「無意識の領域に光をあてる」
  1. 自分の内面にあるパート（副人格）と対話をする
  2. 自分の身体の声を聞く「内なるヒーラー（doctor within）」
  3. 本当にやりたいことを探る「無意識シグナル」
  4. 無意識シグナルの演習
- 午後部：「行動修正テクニック」
  1. 行動修正テクニックの概要
  2. 暴飲暴食、タバコ、その他、やめたいものを短期でやめる方法
  3. 創造性を高めるクリエイティブパーツの開発
  4. 行動修正テクニック（Nステップリフレーミング）の演習

### 2日目 <変性意識を使った変容ワーク>

- 午前部：「変性意識を使った変容ワークの可能性」
  1. 右脳を活性化するトレーニング
  2. メタファー（比喩）を使った変容ワークの体験
  3. トランス状態を促す催眠言語の魔法
  4. トランス状態を利用して変容の可能性を広げるエクササイズ
- 午後部：「変性意識を使った変容ワークの実践」
  1. 通常意識と変性意識の違いについて
  2. 通常意識のレベルで行うコーチング演習
  3. 変性意識のレベルで行うコーチング演習
  4. コーチング総合演習