



NLP Advanced

by Keith To

www.keithto.com





Class 1 Summary

1. **2種 NLP**: John Grinder / Richard Bandler
2. John Grinder: NLP = **知識論**
3. Richard Bandler: **思維的結構**→**達成目標**
4. NLP 兩條重要界線: 1975—Structure of Magic (NLP 誕生)
1978—Frogs into Princes (**負面**→**正面**)
5. John Grinder's NLP: → **f1** → **FA** → **f2** → **LM**
6. **f1**: Neurological Transformation / Neurological Filters
7. 地圖並非地形: LM ≠ FA
地形並非地形: ≠ FA
8. f1 → **Deletion** → ↓ **豐富**: 接收範圍以外
f2 → **Distortion** → ↓ **準確**: 太大太小太快太慢，差異太小



9. Richard Bandler's NLP: 移除枝葉，**剩下主幹** → 運用 → 結果

10. Satir's Patterns 1: **Touch** = K = 支持(想法/做法)

11. Satir's Patterns 2: Past → **Now** ← Future

現在這個時候...

你的眼前...

There's a lot of history...

Museum...

Are you with me?

12. Satir's Patterns 3: 做法 → **正面結果 +ve Outcome** → 結果

你想要 D 乜?

13. Satir's Patterns 4: 做法 → **正面動機 +ve Intention**

你咁做你由於你想...

14. Satir's Patterns 5: **聯繫 Associated** → **抽離 Dissociated**

Associated: 指著你父親

Dissociated: 看著嗰 D 手指 / 個人俾人指著