



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП



Полная программа трехдневного воркшопа

Внутренняя опора Смелость быть собой

Как перестать сомневаться в себе, занять профессиональную позицию и начать строить востребованную практику

О программе

Для психологов, коучей, гипнологов и других помогающих специалистов.

За три дня ты увидишь психологические и профессиональные ограничения, которые мешают проявляться, брать достойную оплату и развивать устойчивую практику.

Каждый день включает самодиагностику, практические задания и конкретные выводы.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП



Как подготовиться

Подготовь блокнот или отдельный файл для записей. Материалы каждого дня продолжают предыдущий, поэтому желательно пройти весь воркшоп последовательно.

Перед началом ответь себе на три вопроса:

- 1.** Что сейчас больше всего не устраивает в моей профессиональной практике?
- 2.** Какое действие я давно понимаю, но продолжаю откладывать?
- 3.** Каким специалистом я хочу быть через год?

Не ищи правильные ответы. Здесь полезнее честность, чем попытка выглядеть человеком, у которого всё под контролем.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

День первый. Почему мы теряем себя

Тема дня: внутренняя опора, самооценność и профессиональная идентичность

Главная задача первого дня

Понять, почему знания, дипломы и профессиональные инструменты не всегда создают уверенность и что именно удерживает человека в позиции вечного ученика.

Что мы разберем

- Что такое внутренняя профессиональная опора.
- Почему диплом не дает внутреннего права занимать профессиональное место.
- Как зависимость от одобрения влияет на решения.
- Почему страх ошибки и критики откладывает проявленность.
- Как формируется синдром вечного ученика.
- Какие ложные опоры используются вместо внутренней позиции.
- Как страх ответственности маскируется под осторожность и перфекционизм.
- Как отличить нехватку навыка от привычки обесценивать свой опыт.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

Практическая часть первого дня



Карта потери профессиональной опоры

Ты определишь ситуации, в которых уверенность исчезает быстрее всего.



Внешние источники разрешения

Ты увидишь, чьего одобрения ждешь перед тем, как действовать.



Ложные опоры специалиста

Мы определим, что используется вместо внутренней позиции.



Что я уже умею

Ты соберешь список знаний и навыков, которые уже можно использовать в практике.



Контур профессиональной идентичности

Ты начнешь формировать ответ на вопрос: кто я как специалист и на что могу опираться.

Результат первого дня

К завершению встречи станет понятнее, что именно разрушает профессиональную уверенность, от каких внешних оценок зависит состояние и где мешает не нехватка знаний, а страх использовать то, что уже есть.

Вопрос для самостоятельного наблюдения:

От чьего одобрения сейчас сильнее всего зависит моя профессиональная уверенность?



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП



День второй. Почему мы соглашаемся на меньшее

Тема дня: деньги, клиенты, профессиональные границы и собственная ценность.

Главная задача второго дня

Увидеть, как внутренние сомнения превращаются в материальные последствия: низкую стоимость, слабые границы, страх продаж и доход, который не соответствует возможностям.

Что мы разберем

- Почему специалист снижает стоимость заранее.
- Как страх отказа мешает предлагать больше и дороже.
- Почему возникает привычка отдавать много работы бесплатно.
- Как разрушаются профессиональные границы.
- Почему сложно предлагать длительное сопровождение.
- Как страх больших денег связан со страхом ответственности.
- Почему продажи воспринимаются как давление.
- Какую цену приходится платить за месяцы и годы откладывания.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

Практическая часть второго дня

- 1** **Где я профессионально уменьшаю себя**
Ты найдешь ситуации, в которых выбираешь меньшую стоимость, меньшую видимость или меньший масштаб.
- 2** **Финансовая цена страха**
Мы посчитаем реальную цену повторяющегося сценария: потерянные продажи, клиенты и месяцы без развития.
- 3** **Повторяющийся профессиональный сценарий**
Ты увидишь последовательность, которая снова и снова приводит к одному результату.
- 4** **Отложенное решение**
Ты определишь одно профессиональное решение, которое давно понятно, но не реализуется.
- 5** **Право на деньги, рост и профессиональную ценность**
Мы посмотрим, какие внутренние запреты мешают брать оплату и расти.

Результат второго дня

К завершению встречи станет ясно, как психологические ограничения влияют на деньги, продажи, границы и отношения с клиентами.

- ?** Где я чаще всего профессионально уменьшаю себя?

? Какую цену уже приходится платить за этот сценарий?



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

День третий. Как занять свое место

Тема дня: проявленность, позиционирование и карта профессионального становления.



Главная задача третьего дня

Собрать результаты первых двух встреч в единую систему, определить текущую профессиональную точку и увидеть главные разрывы между знаниями и востребованной практикой.



Что мы разберем

- Чем обученный человек отличается от специалиста.
- Почему профессиональная уверенность появляется после действия.
- Как формируется профессиональная идентичность.
- Как выбрать специализацию.
- Из чего складывается сильное позиционирование.
- Как превратить знания и методы в продукт.
- Как связаны контент, диагностика, продажи и практика.
- Почему регулярность важнее редких всплесков вдохновения.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

Семь направлений профессионального становления

На третьей встрече мы оценим текущую ситуацию по семи направлениям:

- 1 Внутренняя устойчивость**
Способность действовать, выдерживать оценку и не разрушаться после отказов.
- 2 Профессиональная идентичность**
Понимание собственной роли, сильных сторон, границ компетентности и ответственности.
- 3 Компетентность и качество работы**
Реальные знания, практика, результаты клиентов и потребность в супервизии.
- 4 Специализация и позиционирование**
Ясный ответ на вопросы: кому, с чем и каким способом ты помогаешь.
- 5 Продукт и предложение**
Понятный формат работы, результат, продолжительность, стоимость и условия взаимодействия.
- 6 Проявленность и продажи**
Контент, выступления, диагностики, рекомендации, предложения и работа с возражениями.
- 7 Регулярная клиентская практика**
Система действий, которая приводит клиентов регулярно.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

Практическая часть третьего дня

1

Образ желаемого специалиста

Ты опишешь, каким специалистом хочешь стать и с какими людьми работать.

2

Желаемая профессиональная точка

Ты определишь желаемый формат практики, стоимость работы, доход и степень проявленности.

3

Диагностика по семи направлениям

Ты оценишь текущую ситуацию и увидишь, какие направления уже развиты, а какие создают главный разрыв.

4

Три ключевых препятствия

Мы выделим три основных препятствия, которые сильнее всего сдерживают развитие сейчас.

5

Первый профессиональный шаг

Ты определишь конкретное действие, которое можно выполнить сразу после воркшопа.

Результат третьего дня

К завершению встречи у тебя будет диагностический черновик карты профессионального становления: текущая точка, желаемый результат, сильные стороны, основные ограничения и направления дальнейшей работы.



ЕА NLP

Европейская Академия НЛП

Что будет после воркшопа

После завершения третьего дня будет открыта запись на личную «Диагностику профессионального становления».

- ◆ текущая профессиональная точка;
- ◆ главный системный разрыв;
- ◆ психологические и профессиональные ограничения;
- ◆ направление дальнейших действий.

Стоимость личной диагностики — 1000 рублей. Эта сумма нужна как фильтр: чтобы встречи проходили с людьми, у которых есть готовность расти, принимать решения и действовать.

Какой общий результат дадут три дня

- ◆ Понимание своих основных психологических и профессиональных ограничений.
- ◆ Разницу между нехваткой знаний и страхом использовать уже имеющиеся навыки.
- ◆ Понимание, почему откладываются проявленность, продажи и развитие практики.
- ◆ Оценку своей текущей точки по семи направлениям становления.
- ◆ Главные разрывы между сегодняшней ситуацией и желаемой практикой.
- ◆ Первый конкретный шаг и понимание, где нужна более глубокая диагностика.

Именно с честного взгляда на свою ситуацию обычно и начинается настоящее движение.