

NLP in 3 dagen

Leer met Neuro Linguïstisch Programmeren effectiever communiceren, persoonlijke en professionele doelen te bereiken, en jezelf en anderen beter begrijpen. In deze training ontdek je hoe gedrag, communicatie en verandering in je brein werken, en hoe je met kleine aanpassingen grote veranderingen teweegbrengt.



Wil je beter begrijpen waarom mensen doen wat ze doen, en hoe jij daar effectiever mee kunt omgaan? In deze training maak je kennis met NLP (Neuro Linguïstisch Programmeren) en leer je hoe je doelgericht en positiever kijkt naar gedrag, communicatie en emoties. Je ontdekt krachtige modellen, methoden en technieken, zodat je doelbewuster handelt en zelf de regie houdt over de uitkomst van je communicatie. Door te oefenen, reflecteren en toe te passen in je dagelijks leven, ontwikkel je vaardigheden die écht verschil maken. Zo geef je richting aan je leven op een manier die bij jou past.

Wil je deze training in een bijzondere setting volgen? Kies dan voor de [ICM Summer School](#) variant! Deze training maakt onderdeel uit van de [ICM Summer School 2026](#) (woensdag 19 t/m vrijdag 21 augustus 2026). Je volgt de training gedurende drie opeenvolgende dagen in een inspirerende omgeving in Egmond aan Zee, met daarnaast de mogelijkheid om deel te nemen aan ontspannende, gezellige en rustgevende activiteiten. [Klik hier voor meer informatie.](#)

Kenmerken

Studieduur	1 maand
Investering	€ 1.790,-
Aantal locaties	13

Unieke voordelen



- ✓ Begeleiding van een gecertificeerde NLP-trainer
- ✓ Je maakt op een toegankelijke en ervaringsgerichte manier kennis met NLP
- ✓ Je leert jezelf beter kennen en begrijpt anderen beter

Resultaat



- ✓ Je begrijpt hoe NLP werkt en hoe je het inzet in je werk en dagelijks leven
- ✓ Je past NLP-structuren toe om krachtiger en effectiever te communiceren
- ✓ Je weet welke impact je onbewuste patronen op jezelf en je omgeving hebben
- ✓ Je kunt gedrag bewust sturen om je doelen écht te bereiken
- ✓ Je stemt af, verbindt en oefent invloed uit in contact met anderen
- ✓ Je gebruikt taal als krachtig instrument om te motiveren, te verruimen en te veranderen
- ✓ Je hebt invloed op hoe je de wereld om je heen filtert

Doelgroep



Iedereen die zich persoonlijk en in werk wil ontwikkelen met behulp van NLP.

Programma



Dag 1: Structuren in eigen gedrag

- Persoonlijke leerdoelen formuleren met behulp van NLP-principes
- Het NLP-communicatiemodel en de invloed van filters
- Inzicht in de wisselwerking tussen interne voorstelling, stemming en fysiologie
- Neurologische niveaus gebruiken om gedrag en overtuigingen te analyseren en te veranderen

Dag 2: Structuren in contact met de ander

- Het verschil tussen waarnemingen en interpretaties
- Waarneemposities ervaren en situaties vanuit meerdere perspectieven bekijken
- Het belang van rapport en rapport toepassen via houding, toon en taal
- Representatiesystemen en predicaten om beter aan te sluiten bij anderen

Dag 3: Structuren in taal

- Inzicht in hoe projecties de perceptie kleuren
- Beperkend en verruimend taalgebruik en hoe dit gedrag en overtuigingen beïnvloedt
- Abstracte en concrete taal (chunking) en hoe dit helpt bij afstemming en beïnvloeding

Studiewijze



Intake

Voorafgaand aan de training vul je een schriftelijk intakeformulier in waarin je een aantal vragen beantwoordt, gericht op jouw persoonlijke situatie. Deze vragen helpen je om jouw ontwikkeldoel helder te omschrijven en maken het voor de trainer helder wat de leerwensen van de groep zijn.

Bijeenkomsten

Tijdens de bijeenkomsten werk je onder leiding van een ervaren en gecertificeerde NLP-trainer gericht aan je eigen leerdoelen. De chemie ontstaat in het groepsproces. De opdrachten en de persoonlijke feedback tijdens de training geven je veel inzicht in je eigen overtuigingen en gedrag, en de effecten hiervan op anderen. Door het toepassen van de NLP-structuren kom je tot nieuwe inzichten en experimenteer je met nieuwe overtuigingen en gedrag.

Ervaren trainer

Deze veelzijdige training wordt op interactieve wijze verzorgd door een deskundige en gecertificeerde trainer uit het vakgebied. De trainer neemt jou stap voor stap mee in de wereld van NLP en helpt bij het vertalen van de NLP-structuren naar de praktijk.

Groepsgrootte

De maximale groepsgrootte van 12 deelnemers draagt bij aan een veilige sfeer en biedt veel ruimte om ervaringen uit te wisselen en waardevolle discussies te voeren.

Experimenteren

Om het geleerde écht toe te passen in je praktijk, dagen we je uit om een persoonlijk leerdoel te formuleren. Je bedenkt na elke bijeenkomst acties om dit leerdoel te behalen. Je past hiervoor NLP-structuren toe in je dagelijks leven en ontdekt wat voor jou werkt.

ICM-certificaat

Als je de gehele training afrondt, ontvang je het ICM-certificaat.

Digitale leeromgeving

Voorafgaand aan de training krijg je toegang tot de interactieve ICM-leeromgeving. In deze digitale leeromgeving vind je praktische informatie over de training en alle materialen die bij de training horen. Denk aan materialen die je kunt bestuderen, opdrachten om de kennis toe te passen én een overzicht van de belangrijkste informatie uit de bijeenkomst(en). Na de training houd je één jaar toegang tot de online leeromgeving en het forum.

Plaats & data



De training is van 9.30 tot 17.00 uur en omvat 3 bijeenkomsten.

De training wordt verzorgd in Amsterdam, Arnhem, Breda, Den Bosch, Den Haag, Eindhoven, Enschede, Groningen, Maastricht, Online Virtual Classroom, Rotterdam, Utrecht en Zwolle.

aug 2026	di 04-08	di 18-08	di 01-09
sep 2026	do 03-09	do 17-09	do 01-10
nov 2026	di 03-11	di 17-11	di 01-12
jan 2027	di 12-01	di 26-01	di 09-02
mrt 2027	ma 08-03	ma 22-03	ma 05-04
mrt 2027	wo 10-03	wo 24-03	wo 07-04
mrt 2027	vr 12-03	vr 02-04	vr 16-04
mei 2027	di 11-05	di 25-05	di 08-06
mei 2027	do 13-05	do 27-05	do 10-06
mei 2027	vr 14-05	vr 28-05	vr 11-06
jul 2027	ma 05-07	ma 19-07	ma 02-08
jul 2027	wo 07-07	wo 21-07	wo 04-08
jul 2027	vr 09-07	vr 23-07	vr 06-08
sep 2027	ma 06-09	ma 20-09	ma 04-10
sep 2027	wo 08-09	wo 22-09	wo 06-10
sep 2027	vr 10-09	vr 24-09	vr 08-10
nov 2027	di 02-11	di 16-11	di 30-11
nov 2027	do 04-11	do 18-11	do 02-12
nov 2027	vr 05-11	vr 19-11	vr 03-12

Investing



De investering bedraagt € 1.790,-.

Dit bedrag is excl. € 57,50 per dag voor het dagarrangement of € 25,00 per avond voor het avondarrangement. Dit zijn kosten voor het gebruik van de accommodatie, koffie/thee/frisdrank en (bij het dagarrangement) een uitgebreide lunch. Voor online bijeenkomsten rekenen we uiteraard geen arrangementskosten.

Btw

De totale investering is excl. btw. Vrijstelling van btw is mogelijk. Je betaalt in dat geval 10% bovenop de investeringsprijs.

[Meer informatie](#)

Financiering

Voor zowel werkgevers als particulieren zijn er voor het volgen van scholing diverse financieringsmogelijkheden en subsidies.

[Meer informatie](#)

Mogelijkheden vanuit je werkgever

Veel werkgevers hebben een opleidingsbudget waarmee medewerkers zich kunnen ontwikkelen en kunnen doorgroeien in hun carrière. Je kunt nagaan wat de mogelijkheden zijn binnen jouw organisatie door je arbeidsvoorwaarden erop na te slaan of door dit na te vragen bij je leidinggevende of HR.

Factuur

De factuur van deze cursus wordt na de eerste bijeenkomst verstuurd. Wil je de factuur eerder ontvangen? Je kunt dit aangeven in het opmerkingenveld bij jouw inschrijving.

Studiewijze Virtual Classroom

Wanneer je deze cursus volgt in de Virtual Classroom dan geldt [deze studiewijze](#).

Pakketvoordeel

ICM biedt je de mogelijkheid om NLP in 3 dagen in een pakket te volgen. Dit levert je een kostenvoordeel op van €200,- ten opzichte van twee afzonderlijke inschrijvingen. De duur van het pakket kun je naar eigen wens bepalen. Je kunt kiezen uit de volgende pakketten:

- [ICM Coachingsopleiding en NLP in 3 dagen](#)
- [ICM Trainersopleiding en NLP in 3 dagen](#)
- [Leidinggeven zonder Formele Macht en NLP in 3 dagen](#)
- [Praktisch Leidinggeven en NLP in 3 dagen](#)

Incompany

Deze cursus biedt ICM ook [incompany](#) aan, voor maatwerk in jouw organisatie.

Advies



Voor meer informatie en inschrijving kijk op:

<https://www.icm.nl/opleidingen-en-trainingen/persoonlijke-effectiviteit/nlp-3-dagen/>

Of bel 030 – 29 19 888 voor persoonlijk studieadvies.

NLP in 3 dagen