

Tema: Kommunikation

“Jag har inte sagt nåt!”

En inte helt ovanlig kommentar – jag har inte sagt nåt! I en situation när blickar kan säga mer än ord, så kommer gärna detta lilla försvarstal. Men kanske någons spegelneuroner uppfattade tankar, små skiftningar i ansiktsuttryck eller ansiktsfärg, eller kanske rent av mer konkreta uttryck såsom himlande ögon. Ja tänk om. Men jag har ju inte sagt nåt!

För några dagar sedan lyssnade jag till Björn Ranelid. En författares tankar blir till ord i en föreläsning eller i bok. Jag upplever det så uppenbart att författaren Ranelid skapar sin kommunikation utifrån sina värderingar, resonemang, reflektioner och tankar. – *Jag tar ansvar för mitt språk* - sa Björn Ranelid. – han fortsätter i sitt tal - *Säg aldrig sådana ord som du inte kan stå för, tänk på vad språket kan innebära. Ordet har aldrig varit viktigare än nu.*

För oss NLP-intresserade och NLP-utövare är orden viktiga – och NLPs grundantaganden hjälper oss att navigera i ordjungeln. Det gäller att tanka sig full med goda tankar, eftersom tankar spiller över i ord och handling, om än så subtilt.

I detta nyhetsbrev är temat kommunikation. Vi får bla läsa om Metaforers Mystik. Kommunikation är temat även i nästa föreläsning, den 27 oktober, då Peter Sjöberg föreläser om Icke verbal kommunikation. Är det så att han kommer att föreläsa helt utan ord? Jag ser fram emot att få se, höra och känna mer om ickeverbal kommunikation. Mer information om föreläsningen och hur du anmäler dig hittar du längre fram i nyhetsbrevet.

Jag och vi andra som lyssande till Zarah Öberg vill rikta ett varmt tack till henne för hennes föreläsning om NLP och hälsa. Det är alltid lika inspirerande att lyssna till Zarah! **Tack Zarah!**

Jag önskar alla trevlig läsning och en skön höst och kom ihåg Björn Ranelids ord -

Ordet har aldrig varit viktigare än nu

Eva Hols, ordförande

NLP-föreningen växer i hela Sverige!

Nu är vi snart 90 medlemmar i föreningen. Vid årsmötet satte vi ett mål att vi skulle vara 100 medlemmar vid årets slut. Detta är vi i styrelsen säkra på att vi kommer att nå!



Tack alla ni som visat ert stöd genom att bli medlem eller genom att tipsa andra om gå med i föreningen.

Nu kan vi också berätta att vi har medlemmar som vill bilda en satellit i västra Sverige. Detta är mycket glädjande och vi i styrelsen ser fram emot att föreningen anordnar föreläsningar och workshop på andra platser än Stockholm.

Är du intresserad av att bygga NLP-föreningen i västra Sverige, ta kontakt med Jonaz Björk

Kort om Jonaz: Gymnasielärare som arbetar med skolutveckling. Arbetar numera i egen regi med föreläsningar och som processtöd i längre kompetensutvecklingsinsatser för skolan. Undervisar för tillfället också på lärarutbildningen vid Högskolan i Halmstad. Certifierad Master Practitioner.

Du når Jonaz på telefon 0736-949 660 eller mejl jonaz@samklang.se

Som Jonaz skrev till oss i styrelsen—**Okej, då är väl bollen i rullning i västra Sverige. Nu får vi se vad som händer!**

Styrelsen genom Eva

facebook

Gå med i gruppen "NLP-föreningen" nu =D

Metaforer – ett sätt att kommunicera med vårt omedvetna.

Av IngaLill Vestman

Allt går att använda som metaforer.

Genom mänsklighetens historia har metaforer spelat en stor roll på alla nivåer av utveckling och inläring, såväl vardagliga som professionella.

Finessen med metaforer är att de inte gör anspråk på att vara sanna. De ger bara en målände bild av hur det kan vara och lämnar sedan lyssnaren i full frihet att känna igen sig och reflektera. En bra metafor kan både ge nya eller påminna oss om gamla insikter.

"För att nå målet behöver vi ofta ta många steg."



Metaforer kan vara både verbala och icke verbala.

De verbala metaforerna kan uttryckas i liknelser, skämt, historier, myter, legender, sagor, dikter och sånger. Metaforer kan berättas utifrån egen eller andras erfarenhet och från tidningar, böcker och filmer. De icke verbala kan vara musik, animeringar och pantomim.

"Det är de val vi gör nu, som formar framtiden."

En metafor utvidgar betydelsen av ett ord, men ger ändå inte en entydig förklaring. Språket behöver nya ord för nya fenomen och nya idéer, därför lånar vi ord från andra språk. Vi lånar också ord inom samma språk, men från andra områden. Vi utvidgar ordens betydelse.

Metaforer talar till vårt omedvetna.

Gemensamt för alla metaforer är att de talar till vårt omedvetna och dess syfte är att skapa förståelse. De visar nya utvägar, väcker slumrande förmågor och stimulerar oss att använda andra egenskaper hos oss själva, förmågor som vi vanligtvis inte tar fram.

Metaforer som coachingverktyg och pedagogiskt verktyg.

Som coachingverktyg väcker metaforen uppmärksamhet och nyfikenhet. Inom den personliga utvecklingen är metaforer just den mystik som kittlar vår personlighet att vilja utvecklas och se nya möjligheter.

Som pedagogiskt verktyg, i sammanhang där det är viktigt att nå fram med budskap som vid utbildningar, föreläsningar osv. kan metaforer bli just den krydda som gör att lyssnaren håller sig mer vaken och intresserad. Metaforer som på ett omedvetet plan berör begränsande föreställningar kan vara fantastiskt kraftfulla.

"Frank Zappa blev en gång intervjuad av en journalist. Journalisten var Vietnamveteran och hade ett träben.

Journalisten sa: Du som har så långt hår måste väl vara homosexuell?

Frank Zappa svarade: Du som har träben måste väl vara ett bord?"



Tema: Kommunikation

Metaforer som utmanar.

Metaforerna utmanar våra referensramar, vår invanda världskarta och öppnar upp vårt begränsade tänkande mot ny inläring och nya upptäckter. En träffande och igenkännande metafor sätter avtryck hos mottagaren. I en tid då allt snurrar fortare och fortare, blir dock avtrycken kortare och kortare.

"Det är som ett fotavtryck i sanden som snabbt sköljs bort av nästa våg."

I början av oktober ges min första bok *Metaforenas mystik* ut. Det är en bok som vuxit fram under lång tid. Jag har själv sedan länge använt metaforer både i min vardag och i mitt arbete. Att boken nu äntligen kommit till, är ett sätt för mig att dela med mig av mina kunskaper om metaforer och att inspirera, påverka och engagera den som läser.

"Det bästa med en bok är inte de tankar den innehåller, utan de tankar den framkallar!"

Ingalill Vestman
äger och driver
företaget VIP
Consulting AB, är
aktiv inom ämnen
som kommunikation,
NLP och Hälsa,
coaching
och personlig
utveckling.
Hon är "mamma" till
hälsokonceptet
xtravaganza där hon
är ansvarig för
program, utbildning
och expertcenter.
Ingalill finns i Ystad och är tränare för
Nordic Institute of MTNLP AB.



Icke verbal kommunikation - och konsten att skapa gruppdynamik

Av Peter Sjöberg

Termen "att läsa en grupp" har funnits sedan långt tillbaka. Termen bygger dock oftast på individ till individ kommunikation där man ofta använder personlighetsanalyser eller inlärnings preferenser. Man får då fram individernas personlighet och tillsammans blir då detta en gruppanalys. Det är ungefär lika logiskt som att studera och föra ihop elementen väte och syre. Eftersom väte är explosivt och syre är bränsle åt elden så borde kombinationen bli väldigt explosivt. Resultatet dock är vatten (H₂O). Detta synsätt indikerar att man kan bara delvis förstå en grupps beteende genom att studera varje individ.

Det är bara genom att förstå gruppdynamiken på ett förutsägbart sätt som man också kan förstå, hur individer kommer att samverka i gruppen.

För att man effektivt ska kunna hantera en grupp måste personen först identifiera gruppens kultur och varje grupp och tillfälle är unik!

Effektiv observation/identifiering görs när den som observerar vet vad som skall iakttagas och vet vikten av det som blir upptäckt.

Livet går för fort för att vi skall kunna tänka oss igenom alla olika situationer – vi tenderar att reagera och kommunicera instinktivt. Då gäller det att "utbilda" våra instinkter så att de upptäcker och känner igen gruppens kommunikations mönster snabbt och korrekt. Genom att "utbilda" vår uppfattningsförmåga och kunskap om vad jag skall titta efter - gör att jag kan lita på mina instinkter!

Peter Sjöberg, från Carpe Diem utbildningar, kommer att rikta in sig mot tre områden under sin föreläsning hos NLP-föreningen den 27e oktober: presentationstekniker, kommunikation och bemötande samt konsten att skapa gruppdynamik - allt med hjälp av icke verbal kommunikation.

Tema: Kommunikation

NLP-föreningens kommande aktiviteter

Oktober

Boka kvällen den 27e oktober för **föreläsning**. Då kommer **Peter Sjöberg** att föreläsa för föreningens medlemmar och andra som är intresserade av kommunikation. Ämnet för kvällen är **icke verbal kommunikation – konsten att nå fram med sitt budskap**.

Peter, som även sitter som suppleant i NLP-föreningen, är NLP Certified Master Practitioner, Certified in Charismatic Leadership and managing resistance (icke verbal kommunikation), mm. Peter är certifierad av Michael Grinder som är upphovsmannen till Icke verbal kommunikation och vars bror är John Grinder, en av grundarna till NLP. Peter kommer att belysa vad som är skillnaden som gör skillnaden i vårt sätt att kommunicera med hjälp av icke verbal kommunikation.

Datum: onsdagen 27e oktober
Tid: 18:00-20:30
Plats: Cafe Utsikten, Rhensgatan 20, T-bana Rådmansgatan
Investering: 100 kr för medlemmar,
200 kr för icke-medlemmar.
Betalt på plats

November

Onsdagen den 24e november då vi kommer att ha en **workshop ledd av Lennart Strandberg och Augusto Comte Gomez**.

Denna workshop är startskottet för att utveckla ett koncept, baserat på NLP, att användas av organisationer och individer som arbetar med ungdomsproblem, i synnerhet kopplat till brottslighet. Konceptet skall även innehålla moment som kan tillgodogöras direkt av dessa ungdomar.

Konceptet är till för ungdomar, främst i åldersgruppen 13 – 20 år, som hamnat i, eller uppmärksamats att befinna sig i en stark eller svag riskzon för, uppenbar social problematik och/eller brottslighet. Problematik som hanteras inom psykiatri inte.

Målgruppen för konceptet är ungdomsarbetare: terapeuter, psykologer, polis, socialsekreterare, skola, förebyggandepersonal inom sjukvård och räddningstjänst, fritidsgårdar, fältassistenter, kyrkor, ideella organisationer, frivilliga ungdomsarbetare (av typen Lugna Gatan, Farsor & Morsor på Stan etc.).

Vinter och vår 2011

Vi planerar att ha några föreläsningkvällar och en workshop och återkommer med mer information när vi har datum och föreläsare klara.

Maj 2011

Planera redan nu för vårt stora **heldagsevent den 7e maj 2011!** Vi arbetar för fullt att få ihop ett antal spännande föreläsare inom NLP-området. Eventet kommer att vara någonstans i Stockholmsområdet denna dag och vi återkommer med detaljer när vi vet mer.

Tips på andra evenemang

2nd International Congress on NLP for Excellence Pristhina, Kosovo August 22-26, 2011

Läs mer om denna världskongress på

www.worldcongressonexcellence.com



Tema: Kommunikation

Practice group i Stockholm

En av våra nya medlemmar, Marvin Stahlhacke i Stockholm vill starta en practise group i Stockholm. Några tankar som Marvin har med denna Practise group är:

- Gruppen träffas regelbundet
- Ämnen som ska behandlas samlar vi på första mötet tillsammans
- Vi tar upp olika NLP-metoder/tekniker/strategier vid olika tillfällen
- Göra övningar
- Diskussioner kring NLP
- Kvällarna leds utifrån träffens ämne
- Roterande ordförandeskap (per tillfälle?)
- Gemensamt ansvar för lokaler och gruppen

Här kommer en kort presentation från Marvin:

Hej, jag heter Marvin Stahlhacke och är otroligt intresserad av NLP. Jag har sedan år 2007 läst och filosoferat om ämnet NLP och mitt intresse blir större och större ju mer jag lär mig. Men en sak saknas. Praktisk användning av det jag läser. Min önskan är att samla en grupp på 8-10 personer som delar mitt intresse. Vi ska träffas regelbundet (helst varje vecka enligt mig ;)) och gå igenom olika ämnen, tekniker, modeller, tankemönster osv. ur NLP modellen. Alla som är intresserade att vara med på första mötet måndag den 29:e november var så god och skicka ett kort mail till mig på ma.sta88@gmail.com eller hugg tag på mig på nån av de kommande föreläsningarna.



Styrelsen och våra roller

Styrelsen träffas ungefär 1 gång per månad. För att underlätta styrelsearbetet har vi fördelat ansvar och arbetsuppgifter inom styrelsen enligt följande:

Ordförande	Eva Hols
Kassör	Ulla-Britt Nyberg
Redaktionen	Victoria Waltenberg
	Magnus Gottberg
Eventgruppen	Katarina Swedh Olsson
	Christina Ahlerup
Webb/IT	Sven Wallén
Suppleanter	Peter Sjöberg
	Lennart Strandberg

På slutet

Värt att upprepa är vad vår konferencier Lennart Strandberg introducerade på årskonventet i maj beträffande medlemsrekrytering till NLP-föreningen: **Each One Reach One**. Vi hoppas tt vi alla kan se till att vi bidrar med en ny medlem innan årets slut. Sprid buskapet till dina vänner och kollegor.

Gå med i föreningen nu!

Du som läser Nyhetsbrevet men ännu inte är medlem: gå med i föreningen genom att Maila till vår kassör ullabritt.nyberg@swipnet.se .så får du faktura. Medlemsavgiften kostar 300 kronor per år och för detta får du delta i föreningens föreläsningar till subventionerat pris. Styrelsen tittar även på nya verksamheter, exempelvis workshops.

Om du är egen företagare så finns det redan möjlighet att marknadsföra sig genom en länk på föreningens hemsida.

facebook

Gå med i gruppen "NLP-föreningen" nu =D