

## SOMMAR SOMMAR SOMMAR

### Vilken ram väljer du?

För två veckor sedan var det skolavslutning. Några föräldrar och barn låter oss andra förstå att det är en förfärlig dag. "Jag kommer att gråta", hör jag en förälder säga "det är så tråkigt att barnen splittras nu när dom ska upp i sjuan" fyller någon annan i. Visst är det förunderligt att vi kan stå på en skolavslutning och tycka att det är sorgligt att gå på sommarlov. Det vi inte säger men (förhoppningsvis) kanske tänker är att vi är enormt tacksamma över att vi haft förmånen att få ha så goda kamrater och lärare under några mycket viktiga år i livet.

Inom NLP så använder vi ju förmågan att sätta ny ram på olika sammanhang. Vi tränar oss i att se saker från olika vinklar och positioner.

För några år sedan var jag på en återträff med gamla kollegor. Två av de mer seniora kollegorna beklagade sig att de inte var kvar på företaget. "Vi blev övertaliga och fick gå i avtalspension" sa den ena, "ja det var verkligen inte bra" fyllde den andra i. Jag tittade på de två och sa att man faktiskt kunde säga att de vunnit högsta vinsten. De tittade förvånat på mig och jag fortsatte — ja ni har ju förmånen att få 70% av er lön samtidigt som ni kan göra precis vad ni vill, ni kan ju tom jobba på något annat företag och tjäna pengar, och de 70% är ni garanterade till er 65-årsdag. Detta var en ny ram till avtalspensionen och de tittade på varandra och log.

Nu är det sommar och vi kan ju göra som mannen som när han lagt båten i sjön uttryckte sin förfäran över den korta sommaren och sa, "snart är det dags att ta upp båten igen", eller så kan vi välja att leva med medveten närvaro i nuet och njuta varje stund vi är ute i båten. Vilken ram väljer du? Självt vet jag att jag fortfarande tränar. Jag har stunder då jag inte ens märker att min ram är att sommaren är kort, och jag har andra stunder då jag medvetet tillfullo njuter av varje sommardag.

Jag och styrelsen önskar alla läsare en fantastisk sommar och vi hälsar er välkomna till en sommarföreläsning redan den 11 augusti med kända Shelle Rose Charvet, missa inte detta tillfälle att träffa en av NLP världens internationellt mest kända profiler, då du får möjlighet att utöka din verktygslåda för personlig utveckling!

Eva Hols  
Ordförande

### NLP-Hösten börjar i augusti!

**Boka redan nu den 11 augusti!**

**Shelle Rose Charvet** kommer till Sverige.



Shelle Rose Charvet, känd för sitt arbete inom NLP och boken "words that changes minds" kommer till Sverige i sommar för att hålla kurser i LAB-profile.

I samband med kursen hoppas vi att Shelle genomför en föreläsning för föreningen. Vill du veta mer om LAB-

profile och kursen kan du gå till hennes hemsida. <http://www.successtrategies.com>

Mer om Shelle och LAB-profile hittar du på nästa sida.

**Andrew T Austin** kommer till Stockholm i september!

Andrew var i Stockholm i februari i år och genomförde bla en mycket uppskattad föreläsning för föreningens medlemmar i Stockholm. I september kommer han åter till Stockholm och vi hoppas återigen på en föreläsning för medlemmarna under hösten.



Vid Andrews förra besök så var det några som ville träffa Andrew privat och i september har Andrew vikt en hel dag för individuella möten.

Vill du få information om Andrews kurser och hans vistelse i Stockholm kan du höra av dig till ordförande, Eva Hols eller direkt till Andrew via hans hemsida. <http://www.andrewtaustin.com/>



**Michael Grinder** kommer också till Sverige under hösten. Även han kommer hit för att hålla kurser.

Villa Harmoni som anordnar dessa kurser meddelade på årsmötet att de gärna ser att Michael ägnar en kväll till föreningen.

Michael Grinder är John Grinders bror och Michaels specialområde är icke verbal kommunikation. Mer om Michael Grinders vistelse och verksamhet får du via Villa Harmoni och på <http://www.michaelgrinder.com/>

<http://www.nlpforeningen.se/>

## Meta Programs eller LAB Profile: Är det någon skillnad?

**Boka kvällen den 11 augusti för ett möte med Shelle Rose Charvet. Shelle besöker Sverige för att hålla en kurs i LAB profile och den 11 augusti gästar hon alltså NLP-föreningen.**

Shelle har utbildat och tränat konsulter, utbildare och chefer från hela världen att använda LAB (Language & Behavior profile) språk & beteende-profil i näringslivet. Det finns nu över 300 LAB profil Konsulter /Trainer Certification akademiker från hela världen. Shelle är internationellt mycket erkänd för sitt arbete med LAB-profile. Hon arbetat även som konsult och hjälper företag att lösa kommunikationsfrågor med anställda och kunder. I hennes artikel som du kan läsa i dess helhet på hennes hemsida skriver hon bland annat:

*"all these years I had been using the LAB Profile along with my NLP skills to create a very lucrative practice helping organizations and people. Just for an example, I have enabled a manufacturer to avoid a strike and get the first 5 year contract with their union in the history of the company; I have decoded specialized LAB Profile market research to direct advertising strategies; transformed entire call centre representative behavior to stop the bleeding of customers from an insurance company; enabled negotiators to increase revenue by millions of dollars by changing their behaviors with their customers. I have even been on national television using the LAB Profile to decode election strategies for the general public.*

*In short, my NLP and LAB Profile skills have made my fee irrelevant in the market place. My customers are willing to pay whatever it costs to take advantage of the insights and skills afforded them by these skills."*

# facebook

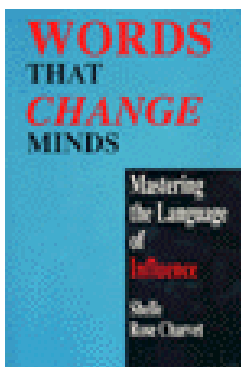
Gå med i gruppen "NLP-föreningen" nu =D

### Vad är Meta Program och vad är LAB profile?

Meta Program, som ursprungligen utvecklades av Leslie Cameron Bandler-(numera Lebeau), beskriver på vilket sätt en person tar in eller ger ut information. De är filter för information, plats, person, sak eller aktivitet? Tex hur noterar de monoton, likheter eller kontraster?

LAB profile är baserad på de ursprungliga Metaprogram och Noam Chomskys filter men i LAB profile finns även en metodologi för hur man tar reda på vilket metaprogram som används och vilket språk man kan använda för att bäst matcha ett specifikt metaprogram.

Kunskapen om LAB profile används idag inom en mängd områden, inom reklam, marknadsföring och försäljning, coachning, ledarskap, team building för att nämna några.



Jag fick boken "words that change minds" får några år sedan av en god vän som arbetar som konsult för toppmanagement i internationella bolag. Boken har jag läst i omgångar och den har blivit ett exemplar som jag ofta går tillbaka till. Nu ser jag verkligen fram emot att få lyssna till Shelle på den föreläsning som hon ger till NLP-föreningen den 11 augusti. Jag hoppas att du som läser detta kan komma!

Vill du läsa mer om Shelle och hennes arbete, nedan några länkar

[www.wordsthatchangeminds.com](http://www.wordsthatchangeminds.com)

Mer om den kurs hon ska hålla i Sverige hittar du på [www.labprofilecertification.com](http://www.labprofilecertification.com)

Vill veta mer kan du även prata med Birgitta Sjöstrand som ska assistera Shelle på kursen i augusti. Birgitta når du på [birgitta@inrestyrka.se](mailto:birgitta@inrestyrka.se)

Eva Hols

## EMDR eller IEMT?

I våras kom Andrew T Austin till Sverige för att föreläsa för NLP-föreningen och för att utbilda IEMT practitioners. I höst kommer Andrew åter till Sverige för att föreläsa och hålla ytterligare en kurs i IEMT och Metaforer.

Andrew har blivit känd för sitt arbete som NLP-orienterad hypnosterapeut som fokuserar på den neurologiska aspekten av personlig utveckling och terapi. Hans seminarier och föreläsningar besöks av personer som är intresserade personlig utveckling, hypnosterapeuter, psykologer, personal från psykiatri m.fl. Människor som vill förstå mer om neurologins inverkan på oss människor. Kunskap och metoder som bidrar till bättre resultat för terapeuter i deras arbete med klienter.

Fenomenet med NLP: s ögonrörelser är ganska kända i dessa dagar. EMDR och IEMT använder ögonrörelser som en behandlingsmetod. Det som behandlas kan vara posttraumatisk stress, oro, fobier, aggressivitet, känslomässiga lösningar etc.

Vad är det då för skillnad eller likhet mellan IEMT (Integral Eye Movement Therapy) och EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing)?

- IEMT och EMDR använder ögonrörelser
- IEMT och EMDR har sitt ursprung i NLP (se källhänvisningar)

Skillnaden är att bland annat att EMDR bara får utövas av personer som är "psykologer, legitimerade psykoterapeuter eller psykiater med vidareutbildning i psykoterapi och som genomgått särskild utbildning godkänd av EMDR-institutet i Kalifornien". Om detta läser jag i en skrift från Föreningen EMDR Sverige. IEMT är en utbildning som är öppen för den som är intresserad. Fler skillnader eller likheter kan jag då inte beskriva eftersom jag inte har gått eller får delta i en EMDR utbildning.

I läkartidningen på nätet står det "Metodens effektivitet vid behandling av posttraumatiskt stressyndrom (PTSD) har vetenskapligt påvisats. EMDR utvecklades 1987 av den amerikanska psykologen Francine Shapiro, som upptäckte ett samband mellan spontana snabba ögonrörelser och reduktion av störande känslor. Under de kommande åren förfinades denna upptäckt till en systematisk psykoterapeutisk behandlingsmetod, EMDR [1]."

EMDR utvecklades av Psykologen Francine Shapiro i USA under 80-talet

På Wikipedia kan man läsa att hon under en promenad i parken noterade att hennes känslor av negativ stress minskade när hon rörde på sina ögon.

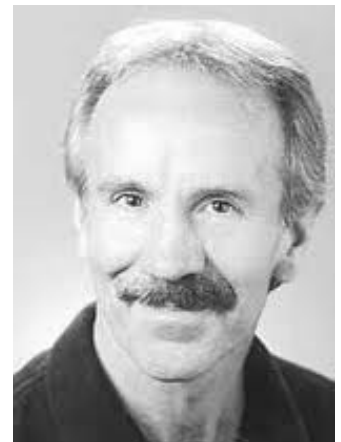
Hennes upplevelse i parken fick henne att utveckla standardiserade processer som hon senare genomförde och studerade effekten av, och som hon även skyddade i patent eller liknande.



Francine Shapiro

När jag söker vidare om EMDR på nätet så hittar jag en text som har John Grinder som källa.

"Francine Shapiro worked (administration and sales) in the Santa Cruz offices of Grinder, Delozier and Associates in the 80's. She approached me one day and told me that a friend of hers from New York has been raped and she wanted to help her through this trauma and ensure that she exited cleanly and without scars.



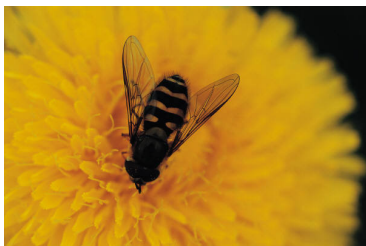
John Grinder

I told Francine to put her in resourceful state (anchored) and have her systematically move her eyes through the various accessing positions typical of the major representational systems (with the exception of the kinesthetic access). I suggested that she see, hear (but not feel) the events in question - obviously the kinesthetics were to remain resourceful (the anchored state) while she processed the event. She later reported that the work had been successful. You may imagine my surprise when I later learned that she had apparently turned these suggestions into a pattern presented in an extended training, with no reference to source, with a copyright and a rather rigorous set of documents essentially restricting anyone trained in this from offering it to the rest of the world"



## NLP i vardagen

Vilka exempel på NLP hittar vi i vardagen där vi kan träna? Under mina år som NLPare funderar jag på var jag får min "vardagsträning i NLP" eftersom mitt yrke inte ger tillräckligt med träningstillfällen. NLP-utbildningarna har förutom teori bestått av praktik, praktik och praktik (lärandet ligger i görandet). Men vi också läst artiklar om NLP, analyserat olika slags texter med NLP-glasögon (jo, jag har ett par sådana, metaforiskt), sett youtube klipp, filmer, använt musik, mental träning med mera för att belysa NLP på olika sätt. På Trainerutbildningen fick vi till exempel i takt till musik hitta inre rytm vid muntlig presentation (den låten är nu ett ankar i mitt huvud). Vi använde också filmklipp och det bidrag jag och min kollega använde var ett avsnitt ur filmen Shrek. I filmen har Shrek och åsnan (självinbjuden) uppdraget att hämta prinsessan Fiona. Med det avsnittet ville vi visa på metaforer i språket när Shrek liknar träsckroll med lökar. Åsnan föreslår att det skulle betyda att träsckroll luktar men Shrek menar att de har lager och att det man ser på ytan inte är hela sanningen. Åsnan kontrar med att lasagne också har lager. Hela den sekvensen innehåller flera sevärda metaforer. Så varför inte sätta på dig metaforiska NLP-glasögon och titta på, till exempel, Shrek (som i sig är en metafor). Metaforen har oerhörd kraft när timingen är rätt, men kan också leda till missförstånd. Både önskade och



oönskade.

Ett annat exempel från vardagen är en typisk promenad med vår Ridgeback-valp. Att studera hennes beteende när en geting surrar förbi, en mygga sticker henne på

höger lårs baksida eller om en liten kvist oväntat nuddar hennes bak. Detta lilla "obetydliga" skapar en oproportionell reaktion jämfört med andra liknande stimuli hos denna coola hund. Orsaken är förstås att hon förra sensommaren satte sig på ett jordgetinbo med resultatet en handfull sting i bakkdelen.

Vilka automatiska reaktioner har vi var och en som kanske inte är så kraftiga att vi kan identifiera dem som en fobi men som ändå är med och formar de beslut vi ständigt fat-

tar (och alltid inte förstår)? Självt tycker jag att det är lätt att förleda mig som hyggligt intelligent person med att tro att bara för att jag har ett logiskt medvetande så har jag också "koll på läget". Att det över allt finns ett logiskt lager där JAG rör mig och medvetet logiskt rationellt förklarar det som sker i och omkring mig. Så är det ju inte och beviset finns i att då skulle jag ha fått andra resultat i livet än de/vad jag får. Därmed inte sagt att jag skulle vilja ha det annorlunda.

Så om du antar ett metaperspektiv och är "vidöppen" närmaste timmar, en dag eller veckan ut, vilka NLP-träningstillfällen möter du då, tror du?

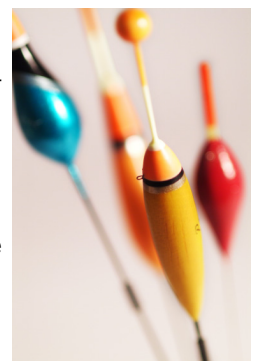
Eller om du zoomar in på ett område specifikt, till exempel syntaktisk mångtydighet, vad kommer du upptäcka i mötet med en annan människa, tidningsartikel eller...?

För hur var det nu med frasen "kvinnor får lättare förkylning än män?" Blir de oftare förkylda än män, lindrigare förkylda än män eller har de lättare för att få förkylning än att hitta män? Vad nu de skall med dem till (och här skall du fråga mig: Menar du förkylningar eller män?) :-)

Det svåraste för mig är att komma ihåg att använda mina verktyg och ta chansen till vardagsmotion. Hur är det för dig, från och med nu?

Undrar

Magnus Gottberg



## Kalendarium hösten 2011

2011-08-11

**Shelle Rose Charvet**

### The Language of Change

#### The Language of Change

As you know NLP is about helping people reach their goals. Unfortunately fewer than 40% of people are motivated by goals when they want a change. Shelle Rose Charvet is the international expert on The LAB Profile (Language and Behavior Profile), a tool to help you decode your client's Motivation Triggers and then use the right language to find the open door.

NLP Trainer and International bestselling author of **Words That Change Minds** and **The Customer is Bothering Me**, Shelle Rose Charvet will demonstrate the LAB Profile Methodology to add this new tool into your work. She will also demonstrate how to use the appropriate Influencing Language to help you attract more clients.

Don't miss this opportunity to try out for yourself new ways to help your clients overcome challenges and solve problems.

By the end of this session, you will be able to:

- Understand what motivates your clients and what will keep them motivated
- Prevent your client from choosing the wrong path for them
- Identify the ideal Influencing Language to use to help your client reach their goals
- Have alternatives to attract new clients
- Learn the "Problem Frame" that fits many client issues
- Discover the "Done" frame: how to know when your client will actually succeed

Plats: Utsikten, Rhensgatan 20, 6 tr. T-Bana Rådmansgatan  
Tid: 18.00-20.30

**OBS! Föranmälan. Anmäl dig på Facebook eller genom att skicka e-post till [anmalan@nlpforeningen.se](mailto:anmalan@nlpforeningen.se) senast den 7/8**

Anmälan är bindande. Kan du inte komma meddela fortast möjligt, om du inte avbokar debiterar vi full avgift.  
Investering:

Medlemmar betalar 150 kr kontant på plats.

Icke medlemmar betalar 250 kr kontant på plats

2011-09-06

**Michael Grinder**

### Om konsten att kommunicera på ett naturligt sätt

Michael Grinder är en av de främsta i världen inom området icke verbal kommunikation. I september får vi träffa Michael i Stockholm.

**Andrew T Austin**

kommer till Stockholm i september! Datum och plats för nästa föreläsning med Andrew meddelas senare.

2011-10-06

**Erik Olkiewicz**

### Den snabbast vägen till media

Vill du lära dig den snabbaste vägen till att bli uppmärksammad i media (gratis)? Avsätt 60 minuter den 6 Oktober.

Läs mer om Erik: <http://www.frilansreporter.se>

2011-11-23

**Daniel Johansson**

### Workshop om NLP och processer

Daniel Johansson, ny styrelseledamot, håller i en workshop kring NLP och terapi. Mer information kommer.

*Hälsningar Eventgruppen, Christina Ahlerup och Katarina Swedh Olsson*

## Styrelsen och våra roller

Tack till er som arbetat i Styrelsen och som valt att lämna över till nya krafter. Victoria Waltenberg, Peter Sjöberg och Lennart Strandberg lämnar styrelsen och de avtackades på årsmötet.

Mellan årsmötet och konventet i maj höll vi i den nya styrelsen ett konstituerande styrelsemöte.

Den nya styrelsen har följande ledamöter

Ordförande	Eva Hols
Kassör	Ulla-Britt Nyberg
Redaktionen	Magnus Gottberg
Eventgruppen	Katarina Swedh Olsson, omval 2 år Christina Ahlerup
Webb/IT	Sven Wallén
Nya Ledamöter	Andreas Elmertoft, nyval 2 år. Daniel Johansson, nyval 2 år.
Suppleanter	Göran Golscher, nyval 2 år. Vania Vicanolo, nyval 2 år.



## Arbeta i föreningen

Vill du vara med och utveckla NLP i Sverige. Vill du arbeta aktivt i föreningen, kontakta ordföranden, eller redaktionen om du vill skriva, eller eventgruppen om du vill föreläsa eller har idéer om föreläsare:

[eva.hols@telia.com](mailto:eva.hols@telia.com)



## Each One of you Reach Two!

Stort tack till er alla som missionerar för föreningen och för NLP som ämne.

Vi har samma förhoppning för 2012, att vi alla kan se till att vi bidrar med nya medlemmar. Sprid buskapet till dina vänner och kollegor. Lennart Strandberg som vid årsmötet bidrog med vår slogan, Each one, Reach one, kom med en utmaning till oss alla.

Each one of you, Reach two!!!

Tack Lennart!

## Bli medlem

Du som läser Nyhetsbrevet men ännu inte är medlem: gå med i föreningen genom att Maila till

[medlem@nlpforeningen.se](mailto:medlem@nlpforeningen.se) så får du faktura på årsavgiften 300 kr.

# facebook

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