

17. NLP For Business

Perceptuele posities

Opdracht 17. Perceptuele Posities.

Deze opdracht bestaat uit:

1. Bestuderen van de theorie over perceptuele posities
2. Oefenen met eigen casuïstiek

Inleiding

Dit is een interventie je gebruikt om conflicten op te lossen.
Het is tevens een prachtige methode voor mediation.

Belangrijk:

Hanteer de NLP vooronderstelling
Onderhoud Rapport
Stel neutrale vragen en zorg dat je back trackt.

Stap 1: Bestudeer pagina 92 tot en met 94.

Stap 2: Oefenen met eigen casuïstiek

1. Kies een situatie met een ander die je niet prettig vond.

2. Procesvoorbereiding

Leg vier grote vellen op de grond met de cijfers 1,2,3.

1: Eerste positie: Jouw standpunt.

2: Tweede positie: Standpunt van de betrokken ander.

3: Derde positie: De metapositie

De vellen papier zijn plaatsankers.
Zij helpen om te verplaatsen, dus je gaat er bovenop staan.
Handig omdat nieuwe inzichten zo makkelijker omhoog poppen.

3. Jij aan het woord.

Ga naar vel 1 en stap er open kijk naar positie 2 (de ander).
Leef je in:

- ✓ Wat ervaar ik?
- ✓ Wat denk ik?
- ✓ Wat voel ik?
- ✓ Wat doe ik?
- ✓ Wat spreek ik hardop uit richting de ander?
- ✓ Wat vind ik belangrijk
- ✓ Waar ben ik van overtuigd
- ✓ Waar gaat het mij echt om?

4. De ander aan het woord.

Schud de vorige stap van je af en stap op vel 2 (positie 2).
Je bent nu de ander die naar jou kijkt.
Leef je in:

- ✓ Wat ervaar ik?
- ✓ Wat denk ik?
- ✓ Wat voel ik
- ✓ Wat doe ik?
- ✓ Wat spreek ik uit?
- ✓ Waar gaat het je echt om?

5. De Meta positie.

Schud de vorige stap van je af en stap op vel 3.
Je bent nu de neutrale waarnemer.
Leef je in:

- ✓ Je kijkt nu naar beide partijen.
- ✓ Als je naar jezelf in positie 1 kijkt, wat leer je nu?
- ✓ Wat hebben beide partijen gemeenschappelijk?
- ✓ Waar gaat het ze echt om?
- ✓ Waar vinden ze elkaar?

6. Integreren.

Stap terug op vel 1.

Leef je in:

- ✓ Wat zeg je nu anders?
- ✓ Wat doe je nu anders?
- ✓ Wat denk je nu anders?

Tot slot

Schrijf je ervaringen uit en stuur het op!

Tot de volgende opdracht en de laatste interventie de Visual squosh.

José