

Meegaan in de cancelcultuur of juist niet? En wat dan?



Waar gaat dit over? Je leest het in deze Annek'dote.

Zo wordt iemand de hemel in geprezen, waar iedereen bij wil horen. Om even later op basis van andere informatie van zijn voetstuk te vallen en vervolgens uitgesloten te worden. Van het ene uiterste in het andere uiterste.

Terentius (Latijns dichter van 190 v.C.-159 v.C.) zei het al: "Ik ben een mens, niets menselijk is mij vreemd."

Ik haal Terentius in mijn trainingen wel eens aan, als ik het heb over een aanvaring met bijvoorbeeld een familielid. Mensen kijken me dan verbaasd aan. Op basis van hoe zij me meemaken in de training verwachten zij dat ik een perfecte moeder of partner ben. Natuurlijk heb ik veel gehad aan wat NLP te bieden heeft in uitdagende situaties in mijn leven. Tegelijkertijd is het leven vol met uitdagingen. Een levenlang leren is voor mij dan ook vanzelfsprekend en dat geldt zeker ook in mijn privé-situaties.

Dat doe ik naar "eer en geweten". Mooie uitdrukking. Voor mij heeft 'naar eer en geweten' te maken met de waarden die ik nastreef in mijn leven. Waarden die voor mij belangrijk zijn en die tegelijkertijd het fundament zijn om een goed mens te zijn voor mezelf, voor anderen, voor de wereld.

Ga ik daarbij wel eens de mist in?

Ja. En ik word me daarvan bewust met behulp van de NLP-vooronderstelling: "De betekenis van de communicatie is de reactie die ik oproep."¹

Het gaat er niet om te bewijzen dat deze vooronderstelling waar is (dat zou wel eens heel moeilijk kunnen zijn). Waar het om gaat is dat het praktisch nuttig is en daarom zinvol deze vooronderstelling te hanteren.

De winst van deze vooronderstelling is dat je je bewust bent van het feit dat jouw communicatie van invloed is op de ander. Zowel ten gunste als ten ongunste.

Soms kunnen jouw vragen of opmerkingen wel eens veel ongunstiger uitpakken dan jij bedoeld hebt.

In deze vooronderstelling bepaalt de reactie van de ander wat jouw boodschap betekent. Uitgaan van deze vooronderstelling maakt dan dat je beter gaat letten op de reacties die je oproept. Dat geeft je de mogelijkheid je gedrag bij te stellen tot je het gewenste effect bereikt hebt.

Wat te doen bij grensoverschrijdend gedrag?

In plaats van uitsluiting, pleit ik voor een ander initiatief.

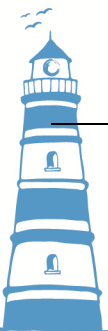
Vanwege overlast rond de jaarwisseling worden jaarlijks veel jongeren naar Bureau Halt. De Halt-straft geeft jongeren de kans hun fout recht te zetten. Halt helpt je om te zien dat je zelf verantwoordelijk bent voor je gedrag. Hiervoor moet je leeropdrachten maken en heb je gesprekken met de Halt-medewerker om vaardigheden te oefenen. Je biedt je excuus aan, aan het slachtoffer en soms moet je ook schade vergoeden en een werkopdracht uitvoeren.

Halt staat voor Het ALTERNatief. En naar mijn idee juist daarom zo mooi omdat je blijft verbinden.

HALT als pas op de plaats om te reflecteren over het eigen grensoverschrijdende gedrag en de effecten daarvan.

In dat programma zou naar mijn idee het volgende sowieso aan bod moeten komen.

¹ Een NLP-vooronderstelling is bewust gekozen aanname die op hetzelfde niveau liggen als overtuigingen. Overtuigingen en aannames sturen de gedachten en gevoelens en gedrag aan.



- Bewust zijn van waarden.
- Het observeren van het effect van het eigen gedrag.
- Het flexibel kunnen schakelen tussen de waarnemingsposities (zelf, ander, observator en het grotere geheel.
- Uitgaan van de NLP-vooronderstelling: "De betekenis van de communicatie is de reactie die ik oproep."
- De wijsheid om het eigen gedrag bij te stellen ten behoeve van een grotere ecologie in plaats van eigen gewin.
- Een ego in dienst van de ziel. En de ziel in dienst van de ego.

Dit (en meer) leer je overigens in mijn NLP-practitionersopleiding. 😊

Anneke Durlinger

werkt als NLP-trainer en geeft als zodanig de NLP-practitionersopleiding, de master-practitionersopleiding, de NLP-trainerstraining en de NLP teamfacilitatorsopleiding. Dit doet ze al meer dan 25 jaren (tot 2020 bij het IEP) met voortdurend enthousiasme waarbij bevologenheid en ambachtelijkheid hand in hand gaan.

Meer weten over de NLP-opleidingen, zie www.annekedurlinger.com



Laat je licht schijnen

website: www.annekedurlinger.com
e-mail: info@annekedurlinger.com