

"C'est la musique qui fait le ton!!"

Over de rol van muziek in training



Het is maandagochtend vroeg.

Ik stap de vertrouwde trainingsruimte van het Molenaarshuys binnen.

Tot mijn verrassing is er al een deelnemer.

Na even kennisgemaakt te hebben ga ik snel aan de slag om alles klaar te leggen.

Ik zet wat muziek op. Kies voor de muziek van Einaudi, rustig en neutraal (denk ik!).

https://www.youtube.com/watch?v=hN_g-nGv4U

Muziek op de achtergrond zorgt ervoor dat gesprekken informeel en wat meer in beslotenheid gevoerd kunnen worden.

De overige deelnemers komen binnen en na ze verwelkomd te hebben met koffie en thee en vers gebak van Paula, de gastvrouw, start de tweedaagse training voor trainers.

Op het eind van de eerste dag pas ik "het regisseren van kritiek" toe.

Dit houdt in dat ik eerst vraag wat er goed verliep, wat naar de zin was. Om vervolgens te

vragen op een lichte manier: Wat verliep er niet goed. Wat deed ik fout? 😊

In vergaderingen komt het niet zelden voor dat mogelijke criticasters overgeslagen worden, die vervolgens met luide stem toch gaan vertellen wat er niet goed beviel.

Ik wil ze juist graag aan het woord laten om ze van potentiële tegenstanders constructieve medestanders te maken.

En natuurlijk is het ook een gelegenheid bij uitstek om deze groep trainers met deze techniek kennis te laten maken.

De vraag: Wat beviel er niet vandaag? wordt door een deelnemer beantwoordt met: De muziek!

Ik vraag vervolgens wat had ik anders kunnen doen en krijg als antwoord: Iets vrolijks.

Ik neem deze suggestie over en vraag: Stel dat ik iets vrolijks had opgezet, wat had jou dat dan opgeleverd.

Zijn antwoord: Dan was ik minder argwanend geweest.

Ook dit antwoord ontvang en herhaal ik: Okay, dan was je minder argwanend geweest en wat was daar dan voor in de plaats gekomen?

Positiviteit is zijn antwoord.

Ook dit antwoord herhaal ik en geef ik terug.

De betreffende persoon knikt tevreden.

Met behulp van deze techniek verrijk ik mezelf met tips, zonder dat ik erover na hoeft te denken en in de wetenschap dat dit passend is voor de persoon in kwestie.

Ik vraag na afloop nog even na wat hij met 'iets vrolijks' bedoeld.

Hij kiest voor de Engelbewaarder van Marco Schuitemaker.

<https://www.youtube.com/watch?v=wW8jga2D-ok>

De tweede dag begint onder de luide muziek van Marco Schuitemaker.

De deelnemers lachen en het wordt nog net geen polonaise. 😊

Ik moet het nummer nog wel vier keer opzetten, de betreffende deelnemer komt als laatste binnen. Ook hij heeft lol, net als ik.

De stemming zit er goed in.

Ik besluit de tweede dag met het vrolijke deuntje van I am so happy van Pharrel Williams.

<https://www.youtube.com/watch?v=ZbZSe6N-BXs>

Eind goed, al goed.

Het is de muziek die mede geholpen heeft de juiste toon te zetten.

En ik kijk terug op een fijne training met een groep mooie en leergierige mensen.



Anneke Durlinger

werkt als NLP Master-trainer en geeft als zodanig de drie-daagse basistraining NLP, de NLP-practitionersopleiding, de master-practitionersopleiding, de NLP-trainerstraining en de NLP teamfacilitatorsopleiding. (live-on-site en maximaal 12 deelnemers) op een mooie locatie: Het Molenaarshuys te Batenburg. Dit doet ze al meer dan 25 jaren met voortdurend enthousiasme waarbij bevologenheid en ambachtelijkheid hand in hand gaan.

Zij is erkend als Fellow Member Trainer door de IA-NLP. Haar opleidingen zijn aldus internationaal geaccrediteerd volgens de hoge kwaliteitsnormen van de IA-NLP.

Zij ziet NLP als 'inner human resource management' en als optimaal middel om tot zelfverwezenlijking te komen. Hierbij heeft zij een vanzelfsprekend vertrouwen in de kwaliteiten en het potentieel van mensen. Als NLP-trainer heeft zij 25 jaren binnen het IEP (Instituut voor Eclectische Psychologie te Nijmegen) gewerkt. Zij schreef samen met Guus Hustinx het boek 'Voorbij je eigen wijze' over metaprogramma's. In 2011 verscheen van haar: Handboek voor trainers, stappen ter verrijking.

Op dit moment schrijft zij aan haar derde boek: Groupmindfulness as foundation for excellence. How to orchestrate a team into a symphony?

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

Vraag de brochures aan (info@annekedurlinger.com) of kom langs... (06 51516208)

De koffie of thee wordt vers gezet.
Welkom.



|
Laat je licht schijnen

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