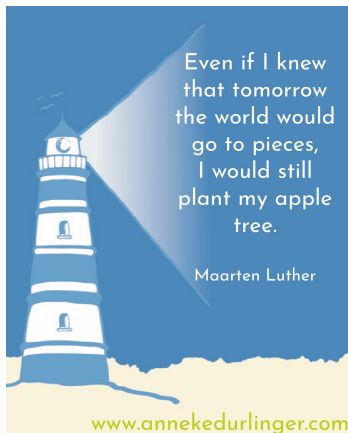


“Rolmodellen gevraagd”

Hoe streef je succesvol naar een betere wereld.?



Succesvolle communicatie-experts

Het observeren/analyseren oftewel het modelleren van succesvolle communicatie-experts in de jaren '70 en '80 heeft hun methode van werken en een aantal van hun persoonlijke en professioneel relevante wijsheden blootgelegd.

We noemen dit NLP-vooronderstellingen.

Het uitgaan van onderstaande vooronderstellingen maakt dat je je inzet om je doelen te bereiken, of anderen succesvol helpt bij het bereiken van hun doelstellingen.

Je zou kunnen zeggen dat als je vastloopt in communicatie dit te maken heeft met het niet gebruiken van bepaalde vooronderstellingen.

Een van deze vooronderstellingen is: “Wat de een kan, kan de ander leren”

Het nut hiervan is dat deze uitgaat van mogelijkheden en niet van beperkingen.

Wat je tot nu toe bereikt hebt in je leven is hiervan het gevolg.

Je komt verder in het realiseren van bepaalde doelen als je ervan uitgaat dat jij kan leren wat een ander kan. Als jij ervan overtuigd bent dat zoiets niet voor jou is weggelegd, zul je minder (moeite doen om het te) bereiken.

Het praktisch nut van deze vooronderstelling is dus “verder te komen”.

Daarbij is het streven naar een **win-win-situatie** in communicatie niet alleen een belangrijk doel,, maar juist ook een belangrijke voorwaarde om überhaupt een winsituatie te realiseren.

Wat de een kan, kan de ander leren.

Het leren van rolmodellen gebeurt al in het begin van het hele prille leven.

Ik zie het bij mijn kleindochter Philou Lâvie en hoe zij reageert op mijn zoon en schoondochter (en op mij/ons 😊). Zo maken we ons de taal eigen, leren we lopen, fietsen en nog veel meer.

Wat je aandacht geeft, groeit.

Het is het jaar 1997.

“Make perfect picture, make perfect picture. You will grow into that.”

Ik hoor het hem nog zeggen: Wilson Chen.

Ik ontmoette hem in California bij de training Modelling and Epistemology (de leer van het weten) aan de NLP-university van Robert Dilts and Judith DeLozier. Het was de zomer van 1997. Wilson Chen was t'ai chi and chi gong leraar, en verzorgde in de vroege ochtend de t'ai chi lessen.

Op een gegeven moment moesten we een beer nadoen. Dat was handig als je in de metro van Japan je weg wilde banen! 😊

Goed kijken naar een denkbeeldig ‘perfect’ plaatje van een beer. Armen krom, schouders wisselend naar voren, houding gebogen.

Ik leerde precieze aandacht te hebben voor de fysiologie en wat deze in de innerlijke ervaring teweegbrengt.

Het jaar 1988.

Eerder in mijn eigen NLP-practitionersopleiding had ik een video-opname gezien van Connirae Andreas, NLP-trainster van het eerste uur. Zij demonstreerde de NLP-techniek Sixstepreframing met een cliënt.

Geen woord te veel en heel zuiver met de juiste bewoordingen.



Het geven van zo zuiver mogelijke demonstraties (in fysiologie en woorden), een rolvoorbeeld zijn, heeft tot gevolg dat trainees met behulp van het onbewuste zoveel meer kunnen en bereiken in het werken met elkaar.

In mijn leven waren onder anderen Wilson Chen en Connirae Andreas voor mij belangrijke rolmodellen.

Ik leerde te letten op de precieze formuleringen in mijn trainingen, zowel van mezelf als die van de ander: doelgericht, zorgvuldig en levendig communiceren met aandacht voor belangen en meer nog voor de onderliggende waarden, die mensen bewust en onbewust willen realiseren.

Het is het jaar 2024

De oorlog in het Midden-Oosten tussen Israël, Gaza en Libanon blijkt ook een rol te spelen tijdens en na afloop van de voetbalwedstrijd Ajax-Macabi Tel Aviv.

Macabi Tel Aviv supporters die scanderen leuzen als 'laat de IDF winnen, fuck de Arabieren' en 'er zijn geen scholen meer in Gaza, want er zijn geen kinderen over'

En een groep jongeren die de Israëlische voetbalsupporters bedreigt en mishandelt.

Het is wereldnieuws.

En ja natuurlijk brengt de oorlog aan beide kanten ongelooflijk veel zere plekken en wonden.

Het gaat mij enorm aan het hart als ik denk aan die vele slachtoffers in Gaza, zoveel vrouwen en kinderen die gedood zijn of nu in hongersnood en armoede leven.

Als Moslim of van Arabische komaf zul je waarschijnlijk nog meer verwantschap en dus ook nog meer pijn voelen.

En ja natuurlijk heeft 7 oktober, de aanslag van Hamas met vele doden en gijzelaars, wiens lot nog onduidelijk is diepe sporen achtergelaten.

Het zijn dit soort berichten die mij motiveren om een zo goed mogelijk mens te zijn en in mijn trainingen mensen te faciliteren het beste uit zichzelf te halen.

Al die ongelooflijk zere plekken hebben zorg nodig zodat heling plaats kan vinden.

Dat gebeurt echter niet.

Het lijkt er eerder op dat de vergeldingsdrang welig tiert en blijft tieren, waardoor de pijn alleen maar groter wordt.

Oordeel op oordeel op oordeel.

Politici van met name de regeringspartijen PVV, VVD en BBB dragen bij aan een verdere escalatie door de taal die ze bezigen: de woorden die ze gebruiken, de grove generalisaties.

Zij zijn voor mij geen rolmodellen.

En waren het eerst de joodse kinderen die in hun hotel angstig afwachtten tot ze weer 'veilig' naar huis konden, zijn het nu de islamitische kinderen die zich onveilig voelen in hun Nederland.

Veel mensen voelen zich terecht onheus bejegend.

Energy flows where attention goes.

Het lijkt erop dat veel politici en ook journalisten willens en wetens in de zere plek wroeten en daarmee de wond nog groter maken. Moslimhaat wordt hiermee gevoed.

Het filter "voldoet niet" en wat "niet gewenst" is staat vol aan.

De feiten worden ondergesneeuwd door oordeel op oordeel.

De media geven in eerste instantie eenzijdige berichtgeving. Pas later wordt de kant van de Macabi Tel Aviv supporters belicht.

Floor Bremer (politiek journalist) pleit voor het onderzoeken van de feiten om daarna pas conclusies te trekken. Een gezond idee.

En dan nog: Hoeveel aandacht is er voor het probleem vergeleken met aandacht voor oplossingen, voor doelen?



Aandacht voor de onderliggende waarden

Dat je aandacht hebt voor al die zere plekken is naar mijn idee heel belangrijk.

Om je af te vragen welke waarden zijn geweld aangedaan.

En om vervolgens te focussen op die waarden en je dan af te vragen: "Hoe ga ik deze waarden realiseren?"

Dat is een constructief pad. En ja, natuurlijk is het complex en veelomvattend. En tegelijkertijd ook zo de moeite waard om naar te streven.

Ik verbeter de wereld, ik begin bij mezelf.

Sinds de protesten tegen de kernwapens, in de jaren '80 waar ik vastbesloten aan meedeed, is mijn motto: "Ik verbeter de wereld, ik begin bij mezelf."

De "ik" zorgt in dit verband voor eigenaarschap en verantwoordelijkheid nemen.

En heel bewust laat ik me daarbij inspireren door motto's en spreken als wijsheden in één zin, zoals "Beoordeel niemand voordat jij in zijn omstandigheden geweest bent."

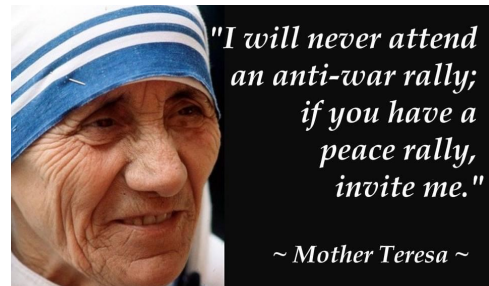
Ik ben opgegroeid in een katholiek gezin waarin we gewoontegetrouw elke zaterdag naar de kerk gingen. In de 10 geboden van de katholieke kerk werd mij vooral duidelijk wat je niet moet doen: "Gij zult niet stelen.", "Gij zult geen overspel spelen." Etcetera.

Ik ben me wel bewust geworden en gebleven van de onderliggende waarden, waaronder respect. De aandacht blijft hangen op stelen en overspel spelen.

Bij de Native American Commandments voel ik me meer thuis, vooral door de positief taalkundige formuleringen. Ze geven een veel duidelijker richting aan en hebben ook een breder aandachtsgebied. Ik hanteer ze als voedende en krachtgevende overtuigingen.

- Treat the Earth and all that dwell thereon with respect
- Remain close to the Great Spirit
- Show great respect for your fellow beings
- Work together for the benefit of all People
- Give assistance and kindness wherever needed
- Do what you know to be right
- Look after the wellbeing of mind and body
- Dedicate a share of your efforts to the greater good
- Be truthful and honest at all times
- Take full responsibility for your actions

Deze zijn natuurlijk alleen adequaat als er ook naar geleefd wordt. En dan is het heilzaam te focussen op rolmodellen.



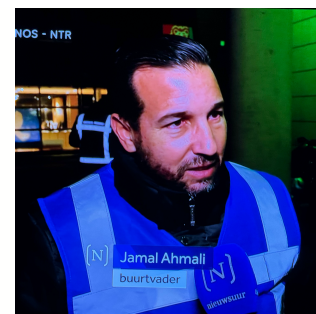
Waar zijn de rolmodellen.

Onlangs zag ik er twee op televisie. Ik heb ze gefotografeerd.

De een is een van de buurtvaders die zich inspannen om door middel van praten de rust terug te brengen in de wijk waar hij woont.



De ander is een vrouw uit Aerdenhout die koekjes en drank uitdeelt aan de werkmensen die de oude pastorie aan het verbouwen zijn voor de opvang van jonge asielzoekers en ze op deze manier (in weerwil van veel andere inwoners) alvast indirect welkom heet. Wat een mooie bestemming van die pastorie. 😊



En wat een mooie mensen, die hun aandacht hebben op het goed doen voor het grote geheel.



Creating a world to which people want to belong.

Dit is het streven van de NLP-university van Robert Dilts and Judith Delozier.

Hoe mooi zal het zijn als politici met aandacht voor iedereen hiernaar streven. Als journalisten met dit oogmerk verslag doen. Aandacht voor de zere plek, de wonden, en ook voor alle onderliggende waarden en manieren om deze te realiseren.

Ik doe mijn best. Ik doe mijn deel.
Ik gun het iedereen en vooral alle kinderen en kleinkinderen in een gezonde wereld op te groeien.

En dat de appelboom daadwerkelijk vruchten mag dragen en dat iedereen daarvan mee kan genieten.
En eerlijk gezegd, dat gun ik mezelf ook.



Anneke Durlinger

Anneke Durlinger werkt als NLP Master-trainer en geeft allerlei NLP-opleidingen op een mooie locatie: Het Molenaarshuys te Batenburg.

Dit doet ze al meer dan 25 jaren met voortdurend enthousiasme waarbij bevlogenheid 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. 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 zie www.annekedurlinger.com



Laat je licht schijnen

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