

Psychologische Ruimte- en Tijdorganisatie in NLP

Onze hersenen zijn een ingewikkeld instrument, dat nogal gebruikersonvriendelijk is, terwijl het zonder gebruiksaanwijzing wordt geleverd. Wij weten nauwelijks wat onze hersenen kunnen en we gebruiken ze niet optimaal.

Dit wordt nog versterkt doordat na een initiële 'demo-levering' van de hersenen bij de geboorte, er nog tot het begin van de pubertijd op abonnement stukjes worden nageleverd, die automatisch worden geïnstalleerd.

Tegelijkertijd slaan we al onze levenservaringen erin op, waarbij onze positieve en negatieve ervaringen leiden tot de vorming van ons wereldmodel.

Door deze samenloop krijgen we soms nieuwe mogelijkheden ter beschikking, waarvan we op dat moment al geleerd hebben, dat het gevaarlijk is om die te gebruiken. Schakelen we ze daarop niet in, dan hebben we er weer een structurele beperking bij.

Op deze manier heeft ieder mens op volwassen leeftijd een uniek ingesteld instrument beschikbaar, waarmee

je jezelf binnen je eigen wereldbeeld kunt besturen. Het werkt in minstens vijf dimensies: we kunnen driedimensionale beelden laten reizen in ruimte en tijd (of zelf door de tijd/ruimte reizen), en deze voorstellingen tegelijkertijd koppelen aan betekenis. Daarnaast werkt het als een digitale en analoge computer met een oneindige capaciteit.

Hiervan merken we zelf bijna niets. We beperken ons meestal tot het genieten van onze mogelijkheden en het last hebben van onze beperkingen.

NLP gaat ervan uit dat beperkingen in ons wereldmodel vastzitten aan de structuur van onze innerlijke ervaringen. NLP-interventies in deze structuur zelf zijn zeer effectief en efficiënt.

In NLP-opleidingen en -interventies werd de eerste jaren veel aandacht gegeven aan deze structuur van ruimte, tijd en betekenissen. Een deel ervan lijkt te zijn opgeborgen in de stapel van 'vergeten NLP'. Slechts 'Timeline' is nog een veelgehoord begrip.

Psychologische ruimte- en tijdorganisatie

In deze workshop werd een overzicht gegeven van welke ruimte- en tijdkoppelingen we zoal gebruiken bij het opbergen van verschillende soorten ervaringen:

- Ons 'hier en nu zijn' en onze lichamelijke voortbeweging
- Onze waarnemingen
- Herinneringen uit al onze representatiesystemen
- Verschillende soorten betekenissen zoals 'waar', 'onwaar' en 'creatieve fantasie'
- Tijdsbelevingen zoals 'in-time' (emotioneel vervloeid zijn) en 'through-time' (de tijd kunnen overzien).

Storingen in het systeem

Door de parallelle ontwikkeling van onze 'hardware' aan die van onze software (ons wereldmodel) kunnen verschillende niveaus in onze psychologische ruimte met elkaar verbonden raken. Dit kan belangrijke beperkingen opleveren in ons wereldmodel, bijvoorbeeld wanneer 'hier en nu' ervaringen gekoppeld worden aan negatieve ervaringen uit het verleden.

Sommige daarvan zijn in NLP bekend als 'synesthesie': het koppelen van één oogbeweging aan meer representatiesystemen tegelijk. In deze workshop werd ook ingegaan op de koppelingen tussen:

- Tijd en fysieke beweging (kan onder meer initiatief, doelen en tijdbeleving beperken)
- Tijdcodering en representatiesystemen (trance indicator, maar ook bron van dwangbeelden en traumatische reacties)
- Betekenisniveau (kan creatieve vaardigheden blokkeren evenals patroonherkenning en spelling)
- Tijdsbeleving en tijdsordening (kan het zelf verantwoordelijk zijn voor gedrag blokkeren)

NLP interventies in de psychologische ruimte

Bij het doen van interventies in onze psychologische ruimte past enige voorzichtigheid om onverwachte bijeffecten te voorkomen van het verplaatsen van geheugenkasten naar een andere plek. Onze geest heeft echter wel weer een groot meewerkend vermogen om dit soort reorganisaties onbewust goed af te ronden.

Tijdens de workshop oefenden de deelnemers in het in kaart brengen van elkaars psychologische ruimte. Dit

gaf hen inzicht in de samenhang van en wisselwerking tussen NLP patronen enerzijds en anderzijds verschillende koppelingen die daar actief zijn. Ook ontdekten ze de samenhang tussen de structuur van onze psychologische ruimte en cultuurverschillen tussen mensen. Hiermee is een aantal kenmerkende cultuurpatronen te verklaren.

Daarna oefenden ze in het neutraliseren van traumatische ervaringen met behulp van de kinesthetische tijdlijn, waarmee je volledig inhoudsloos en zeer effectief kunt werken.

Tenslotte oefenden zij in het gebruik van de psychologische ruimte/tijdsindeling bij het benoemen van grote (beperkende en sturende) thema's in het leven van het subject. Zij bleken die verrassend goed te kunnen afleiden (programmeurs) en herkennen (subjects). Aan het slot van de workshop werd nog aandacht besteed aan indicatoren voor het opheffen van synesthesie en voor het bewaken van ecologie bij het doen van interventies in de structuur van de psychologische ruimte zelf.

HEB JE INTERESSE IN DIT THEMA EN HEB JE DE WORKSHOP GEMIST?

OP ZATERDAG 9 OKTOBER VAN 10.00 TOT 16.00 UUR ZAL HANS DALHUIJSEN DEZE WORKSHOP IN UITGEBREIDERE FORM IN HULSHORST OPNIEUW GEVEN.

KOSTEN € 125, = INCLUSIEF KOFFIE, THEE EN LUNCH.

LEDEN VAN DE NVNLP KRIJGEN KORTING EN BETALEN SLECHTS € 75,00.

AANMELDEN PER EMAIL EN/OF MET INSCHRIJFFORMULIER, TE DOWNLOADEN VAN WWW.ISE-TRAINING.NL/DOWNLOADS



Hans Dalhuijsen