

## Nyt & Netværk

Inspiration og tanker om NLP og EFT

Nr. 3, oktober 2007

### *Når drømmen bliver til virkelighed:*

Vi er en lille gruppe mennesker, der har leget med intuition i nogle år, blandt andet for at kunne udvikle nemme teknikker til ledere, så de kan omsætte teori til praksis i forbindelse med Intuitivt Lederskab. For et er at tale om, hvor fantastisk det er at lede intuitivt – et andet er at mestre det.

For at lære kunsten er det en god ide at sætte sig på skødet af dem, der virkelig kan, og det kan Cathy Chapman Ph.d. om nogen.

Derfor er det en drøm, der er gået i opfyldelse, når lektor i revision ved Syddansk Universitet Bent Warming-Rasmussen, Cathy og jeg med følgeskab af Lone Jacobsen og Christian Elbrønd nu kan invitere til en eftermiddag, der kommer til at rumme teori, videnskaben bag og i høj grad praksis.

Tør du – vi lover, at du får en oplevelse ud over det sædvanlige med denne workshop:

### *En introduktion til Intuitivt Lederskab*

Det er en overraskende cocktail: En lektor i revision fra Syddansk Universitet og en tidligere nonne fra USA med en solid baggrund inden for den etablerede videnskab – Cathy er Ph.d. i body-mind psychology og Master of Arts i teologi – rystes nænsomt sammen af en journalist med særlig interesse for mennesker og kommunikation og resultatet bliver:

#### ***En workshop med en live introduktion til Intuitivt Lederskab***

i Glassalen på Hotel Byarken, Grønningen 2 i Kolding mandag 5. november 2007 kl. 13.00 - 18.00.

Journalist Lisbeth Nielsson har fornøjelsen af at være vært ved dette arrangement, hvor lektor, Ph.d. Bent Warming-Rasmussen, der har dyrket intuition i mange år, vil give sit bud på intuitiv ledelse som et af fremtidens ledelsesværktøjer, mens Cathy Chapman Ph.d. giver en opdatering på den efterhånden pænt omfattende internationale forskning i intuition.

Cathy vil desuden demonstrere, hvor langt vi faktisk kan nå – hun kan bevidst åbne og lukke sin intuition – og bidrage med teknikker til, hvordan du kan gøre for at blive bedre til at bruge din intuition.

Lisbeths personlige erfaring er, at livet bliver en del nemmere, jo mere vi lytter efter og følger vores indre ledelse og følger de der fornemmelser for, hvad der er gode og dårlige ideer/beslutninger/retninger at gå i.

Kom og leg med, hvis du har lyst til at få en oplevelse lidt ud over det sædvanlige. Prisen er 1.295 kr. inklusive High Tea og forfriskninger. Du finder programmet på [www.communicationsskills.dk](http://www.communicationsskills.dk), eller via dette link:

[http://www.communicationsskills.dk/Tor\\_du\\_-\\_intuitivt\\_lederskab\\_workshop.pdf](http://www.communicationsskills.dk/Tor_du_-_intuitivt_lederskab_workshop.pdf)

### *EFT fjernede eksamenskræk*

*Af Christian Elbrønd*

En ung universitetsstuderende havde store problemer med mundtlig eksamen. Når tiden nærmede sig blev frustrationen blot større og større og den selvopfyldende profeti: "jeg er ikke god nok" manifesteret. Dette til trods for en faglig kompetence på højeste niveau. Ved hjælp af EFT fandt vi årsagen til angsten og vigtigst af alt; kollapse overbevisningen. Oftest kender vi ikke til baggrunden for vore fobier – den oprindelige årsag har fortabt sig i følelsesmæssige reaktioner. EFT vækker årsagen til live og giver den en størrelse som vi kan håndtere. I dette tilfælde handlede det "blot" om en dårlig og uretfærdig eksamensoplevelse, som ikke var blevet bearbejdet. 2 dage efter fik den studerende et flot 10-tal og tilbagemeldingen var at følelsen af at gå til eksamen i den grad havde forandret sig. EFT processen tog i alt 30 min – så hvorfor gå med sine fobier når de kan fjernes som dug for solen?

## Nyder nu at køre i bil med andre

Af Christian Elbrønd

"Jeg har det nu bedst, når jeg selv sidder bag rattet" – nogle af os kender den følelse og andre nyder at slippe for forpligtelsen. For min klient var det blevet en besættelse. Som passager var den primære beskæftigelse at bevæge øjnene fra trafikken, ned på speedometeret og tilbage igen. På den måde var hun altid klar til at gøre opmærksom på en given uregelmæssighed.

Ud over at være en familiær belastning, så var det også en særdeles stressende adfærd. Ved hjælp af EFT blev lag på lag af reaktioner fjernet indtil vi nåede ned til årsagen: En begivenhed som var "glemt" men som havde startet reaktionen.

For 25 år siden havde klienten som passager siddet og blundet og vågnet med et sæt før en kollision. Kollisionen var blevet undgået, men angsten sad stadig i kroppen. EFT fik belyst og fjernet denne gamle fobi og tilbagemeldingen dagen efter fra klienten var:

"Jeg oplevede at kigge ud af sideruden og se landskabet, under kørslen flere gange i går, det er ikke sket i nyere tid. Hidtil har mit fokus været ud ad forruden. Kun tre gange - og det er meget lidt - poppede der kommentarer op vedr. afstand til andre biler, og det var ikke svært - det var bare sådan. hm.....

"Processen var magisk at opleve for mig, og den klarhed jeg har i mine tanker om trafik/komme til skade angsten er meget mere afklaret. Kan det virkelig holde??? Jo, det kan jeg godt forstå hvis det kan, for jeg kan sådan set nok bare tænke en del af processen igennem igen, for at skabe klarhed indeni. Jeg håber, at mine kommentarer giver mening, det var i hvert fald utroligt. Jeg nyder landskabet og har fået et afslappet forhold til at køre bil med andre".

## Lider du af socerafobi?

Jeg har vist flere gange talt om min begejstring for den kreativitet, vi mennesker mestrer. Jeg fik da endnu et eksempel, da Christian Elbrønd's beretninger om virkningen af EFT på fobier (ukontrollabel angst) fik mig til at slå definitionen af samme op på wikipedia.

(Christian siger, at det er ham I kan se på toppen af KFK siloen i Kolding, vinkende og råbende for at få verden til at få øjnene op for, hvor genialt EFT og NLP er, så han lider i hvert tilfælde ikke af højdeskræk!)

Der mødte mig et sandt slaraffenland. Jeg anede ikke, at vi er så kreative: De havde lavet en liste over nogle af de flere end 500 navngivne fobier!! Hvad vi dog finder på - men der er altså stof til megen underholdning ved middagsselskaber.

Så for at komme tilbage til spørgsmålet i overskriften: Socerafobi er en fobi over for SVIGERFORÆLDRE!

Blandt festlighederne findes også – for at nævne nogle få:

Androfobi – fobi over for mænd.

Aurofobi – guld (hvordan er det muligt?!)

Barofobi – tyngdekraften (det må være en belastning!)

Caligynefobi – smukke kvinder (jow!)

Chrometofobi – penge (beværligt!)

Dextrofobi – objekter på højre side af kroppen

Levofobi – objekter på venstre side af kroppen (kombinationen af dextro – og levofobi kan da gøre en rundtosset!)

Decidofobi – at tage beslutninger (jeg kan ikke helt beslutte mig for, hvad jeg vil skrive her...)

Ergofobi – anstrengelse (vist ret udbredt på mange arbejdspladser!)

Gamofobi – ægteskab (hmmm....)

Clinofobi – at gå i seng (man kan vist sove stående?)

Cathisofobi – at sidde ned (interessant hvis han/hun er gift med en med clinofobi)

Genufobi – knæ (også besværligt at leve med – de fleste har to!)

Kinotofobi – bevægelse (måske årsagen til sand dovenskab?)

Hadefobi – helvede (hvem har ikke det?)

Økofobi – husligt arbejde (Her er verdens bedste undskyldning!!!!)

Listen findes på <http://da.wikipedia.org/wiki/Fobier>



## Stor løve, stooooor løve!

Det tog nogen tid, før jeg fik underkæben sat op på plads igen, da jeg en dag kom forbi et program på en af mine engelske kanaler: En canadisk mand gik rundt i den afrikanske Savanna blandt løver. Da jeg kom ind i programmet, var han vel 20 meter fra en løvefar. Han gik roligt rundt, mens han sagde: "Big lion – biiiig lion!", hvorefter han satte sig ned med ryggen til. Og jeg må sige, at han havde ret, det var en stooooor løve.

Der var tale om en canadier, der havde arbejdet som løvetæmmer, og som nu havde sat sig for at bevise over for os, den undrende offentlighed, at vilde dyr er meget mere tolerante over for mennesker, end vi er over for dem. Hans mål var at få lov til at sidde i nærheden af løveflokkens mens de holdt et festmåltid – uden at blive til en del af måltidet.

Han havde studeret løvers kropssprog, og ved i løbet af tre måneder at matche dem og derved at skabe rapport med dem, blev han accepteret. Det vil sige, at de ikke betragtede ham som en trussel - hvilket ville få dem til at æde ham – eller som bange og dermed måltid.

Han nåede sit mål: Fik faktisk lov til at sidde i deres nærhed i 2,5 time mens de åd en zebra. Bravo!! (Mennesker er altså et interessant studium – hvad vi dog finder på!)

Dette er et af mange eksempler på, hvad der sker, når mennesker modellerer dyr, lærer at tale deres kropssprog, matcher dem og skaber rapport på deres sprog. Og sikke nogle resultater:

Jeg oplevede det første gang, da jeg så en udsendelse med den amerikanske hestehvisker Monty Roberts – han var rådgiver på Robert Redford's film Hestehviskeren – som viste mig (der havde redet i flere end 25 år), at han kunne tage en helt utrænnet hest ude fra marken og i løbet af 20 minutter og uden nogen som helst form for tvang og i dybt samarbejde få en sadel og rytter op på den.

Jeg var målløs og mere end interesseret, for jeg har redet heste til på den gamle maner, og det tager måneder og kan afstedkomme adskillige skilsmisser mellem hest og rytter, hvor rytteren ufrivilligt ender på jorden. Av!

Men han var ikke den eneste, for i kølvandet kom hundelytterne – Jan Fennell fra England og Cesar Millan fra USA – som på samme måde havde modelleret hunde, havde lært deres kropssprog og kommunikation i flok. De viser os nu, hvordan de i løbet af forbløffende kort tid (få timer) kan ændre situationen i et hjem, hvor en hund er ved at splitte det hele ad til fryd og gammen, simpelthen ved at lære menneskerne at forstå og agere hundesprog og være ledere.

### Så - fra mit filosofiske hjørne:

Det der med rapport, det er altså kraftige sager. Hvis en mand kan sidde til bords med vilde løver uden at ende som dessert, en anden kan få sadel og rytter på en vild hest på 20 minutter uden protester af nogen art, og andre på så kort tid kan forvandle hunde, hvis eksistens ellers kunne være truet af dyrlægens døbringende sprøjte på grund af deres adfærd – hvad sker der så, når vi mennesker virkelig bruger det samme redskab (RAPPORT) lige så bevidst og målrettet og hele tiden??

Lidt links til dem, der gerne vil vide mere:

[www.janfennellthedoglistener.com](http://www.janfennellthedoglistener.com) [www.cesarmillaninc.com](http://www.cesarmillaninc.com) [www.montyroberts.com](http://www.montyroberts.com)

Og så hvistkiserer min søster Gitte Nielsson, der bor ved Bevtoft i Sønderjylland og som i øvrigt også arbejder med NLP, med heste – hun er bl.a. uddannet af Monty Roberts – og lytter til hunde: [www.gafka.dk](http://www.gafka.dk)

## Noget af en mundfuld!

Hellere være til grin end slet ikke at kunne vække moro – var en yndlingsbemærkning fra en af mine journalist kolleger på Aarhus Stiftstidende da jeg for lysår siden var elev på avisen. Og som Benny Andersen siger om kvinder, så er det besværligt med men umuligt uden. Han er klog, så han må have ret.

Det er lejlighedsvis lidt af en cocktail blandet af de to, når spotten sættes på ledere: Vi gør os morsomme på deres bekostning – selv om det nok er vanskeligt uden.

Da et godt grin styrker immunforsvaret, vil jeg bidrage til festen med denne munterhed, som en dag ankom pr. mail:

Alle ved der er personalemangel i IT branchen, så det vakte ikke stor overraskelse i et IT-firma, da 5 kannibaler bliver ansat som programmører. Ved tiltrædelsen siger chefen:

"I har nu fast arbejde, tjener godt og kan spise i vores kantine hver dag. Så lad de andre være i fred!" Kannibalerne lover, at de ikke rører kollegerne.

Efter fire uger kommer chefen igen og siger: "Der mangler en rengøringskone, er der nogen af jer der ved, hvad er der blevet af hende?"

Alle kannibalerne ryster på hovedet og sværger, at de ikke har noget med sagen at gøre.

Da chefen er gået, vender den ene kannibal sig om mod de andre: "Hvem af jer fjolser har spist rengøringskone?"

Den bageste melder sig med sagte stemme: "Det var mig".

"Din idiot, nu har vi de sidste fire uger spist afdelingsledere, teamledere og projektledere uden at nogen har opdaget det, og så skulle du absolut spise rengøringskone!"

## Højt at flyve!

Da jeg var lille, skræmte jetjager mig vildt. Når de kom drønende hen over himmelen, var jeg sikker på, at nu ville der udbryde krig og verden ville gå under.

Det er jeg kommet mig over, og til min glæde og morskab – livet har det med at lære os så mange fantastiske ting – kender jeg nu to af de gode mennesker, der får lov til at sidde bag roret i de der forrygende F16 jagere, for de er med på nogle af mine NLP kurser.

En af dem er kaptajn Henrik Nielsen, der har sendt dette bidrag – et skriv fra ham til ham, som da fik mig til at tænke tanker. Nyd det.

*Det er opad eller nedad.*

*Sumhældningen afgøres af sumforholdet mellem start og mål.*

*Målet er resultatet af forudsætninger og forhold.*

*Forhold er foranderlige.*

*Brugte forhold bliver til forudsætninger.*

*Op ad bakke er modstand.*

*Henad vejen er stilstand.*

*Nedad bakke er medgang.*

*Man bevæger sig selvom man har stilstand.*

*Man bevæger sig konstant mod målet.*

*Målet flytter sig konstant.*

*Vejen har bump.*

*Bump giver rystelser.*

*Rystelser løsner skruerne.*

*Skruerne kan strammes igen, eller falde ud.*

*Hvis skruerne falder ud, falder noget af.*

*Men bevægelsen stopper ikke.*

*Hastighed hjælper.*

*Mangler hastighed, så føles dybden af alle bump.*

*Haves hastighed, så mærkes kun bumpenes spids.*

*Til gengæld er landingen hård for enden af bakken.*

*Forholdene ændrer hældningen og retningen.*

*Målet flytter sig.*

*Men bevægelsen stopper ikke.*

*Det er henad, opad eller nedad.*

*Min frygt er, ikke at se skruen der løsner sig før den er faldet af.*

*Eller ikke at kunne stramme den skrue jeg ser er løs.*

## Dit bidrag til Nyt&Netværk er velkomment:

Det er sådan en fornøjelse, at modtage bidrag til Nyt&Netværk. Tak til Christian og Henrik for jeres bidrag til dette nummer – og til jer, der allerede har leveret emner til næste numre.

Har du sjove og fantastiske oplevelser, som kan berige andre, så ring/skriv. Jeg skal nok føre pennen, så stikord er rigeligt.

Send også en mail, hvis du får tilstrækkeligt med information i hverdagen og gerne vil slettes af min mailingslist.

[Lisbeth@communicationkills.dk](mailto:Lisbeth@communicationkills.dk) / [LNielsson@compuserve.com](mailto:LNielsson@compuserve.com). Tlf. numre findes nedenfor.

*Knus og varme hilsner  
fra Lisbeth*