

Nlp Tekniği İle Zaman Seyahati

► MoShapiro
Çev.: Cengiz Erengil

Bizim zamanla ilişki kurma biçimimiz, 'İletişim Kurma Biçimimizi' etkiler.

Bazı insanlar geçmişte yaşar, şeylerin eskiden nasıl olduklarını hatırlar. Eski işyerinde neler olup bittiğini konuşurlar. Bazıları şimdide yaşar ve dikkatlerini şimdiki anda tutarlar. Burası ve şimdi üzerine konuşurlar, 'Şimdi yapın!' derler. Geleceğe yönelik insanlar ise gelecek hakkında düşünür ve plan yaparlar. Akşam yemeklerini bitirirken, ertesi sabah kahvaltıda ne yiyeceklerini bilmek isterler. Kendinizin hangi zaman biçiminde yaşadığınızı düşünün. Çevrenizdeki insanları düşünün. Onlara daha fazla yaklaşmanız için, neyi değiştirebilirsiniz? Bir ekip çalışmasının başarılı olması için birbirine saygı gösteren üç tipte insana da ihtiyaç vardır.

1. Zaman Çizgileri

İnsanlar zamanı değişik yollarla kodlar. 'Geçmiş', 'Şimdi', 'Gelecek' gibi aynı sözcükleri kullansak bile, zihinlerimizde onları farklı yerlere yerleştiririz. Bir şeyin geçmişten bir hatıra mı yoksa gelecekle ilgili bir plan mı olduğunu nasıl bilebilirsiniz? NLP dilinde 'Zaman Çizgisi' terimi, insanların zaman kavramlarını açıklamak için kullanılır.

Uygulama:

"Kendi Zaman Çizginizi" bulun:

1. Kendi geçmişinizden dört olay üzerine düşünün. Bu hatıralar nerede kurulu? Onların yerini işaretleyebilirsiniz, arkanızda mı, önünüzde mi, solunuzda mı yoksa sağınızda mı olurlardı?

2. Şimdi bu kitabı okurken, 'şimdi'nin nerede olduğuna karar verin. İçinizde mi, önünüzde mi, solunuzda mı yoksa sağınızda mı?

3. Şimdi de geleceğinizle ilgili olası üç olay üzerine düşünün. Önümüzdeki



haftayla başlayın ve diğerlerinde istediğiniz kadar uzağa gidin. Bu düşünceler nerede kurulu? Yerlerini tespit edin ve yönlerine dikkat edin."

Bu çalışmalar size zamanı nereye yerleştirdiğiniz hakkında bir fikir verecektir. İşaretleri değerlendirerek kendi zaman çizginizin yönünü izleyebilirsiniz.

2. Zaman İçinde

Bu temsil sisteminde kişilerin kendileri içlerinden geçen bir zaman anlayışı vardır.

Geçmişleri arkalarında kalmıştır, geleceklere önlerindedir ve şimdileri kendi içlerindedir. Onlar kendi zaman çizgilerinin içindedirler.

Kendi zaman çizgilerinin içinde yaşayan bu insanlar, 'şimdi' üzerinde yoğunlaşmaya eğilimlidirler. Planlama ve ölü noktaların belirlenmesi işlerinde daha az başarılı olurlar. Onların 'acil' olan işlerle ilgili fikirleri çok esnekler çünkü, şimdi yaptıkları işle gelecekte yapacakları işler arasında güçlü bir bağlantı yoktur. Her zaman gecikmeye eğilimlidirler, çünkü şimdi ile çok fazla meşguldürler ve zaman yolunu kolayca kaybederler.

3. Zaman Yoluyla

Eğer bir insanın Zaman Çizgisi 'Zaman Yoluyla' işliyorsa, geçmiş, şimdiki ve geleceği o insanın önündedir.

Böyle insanlar yaşamda karşılaştıkları olayların birbiriyle bağlantılı ve bir dizi

oluşturan bölümler olduğunu düşünürler. Zaman nehri doğrusal, sürekli ve kesintisiz olarak akmaktadır. Zaman Yönetimi şemalarının tasarımını yapanlara benzerler. 'Zaman İçinde' kalıbıyla yaşayanlarla mukayese bile edilemezler. 'Zaman Yoluyla' kalıbıyla yaşayanlar tam zamanında olmaları gereken yerlerde olmaya özen gösterirler ve buna büyük değer verirler. Geleceği planlama konusunda çok başarılı olurlar.

A. Tüme Varım/Tümden Gelim

Elde ettiğimiz bilgiyi, farklı düzeylerde ve farklı tüme varım/tümden gelim işlemleriyle yönetiriz. Daha geniş ve daha genel bir bakış açısına geçmek için 'tüme varım' işlemini; ayrıntılara inmek için 'tümden gelim' işlemini kullanarak, bir projenin başarılı olmasına katkıda bulunmak için düşünme yolunu değiştirebiliriz. Yan yollarda çeşitli değişiklikler yaparak; bağlantılı ve karşılaştırmalı araştırma alanlarında başarılı olabiliriz.

Yöneticilerin, yüksek düzeyli proje ve amaçları, özel, yönetilebilir ve temsil edilebilen görevlere dönüştürebilmeleri için, 'tümden gelim' işlemini kullanabilmeleri gerekir. Bunun yanında şirket çalışanlarının kolektif amaçları edinmesi ve birlik oluşturması için, yöneticilerin 'tüme varım' işlemi kullanmaları gerekir. Çeşitlenme kavramı ise 'yan yollar' gruplamasını temsil eder.

NLP Academy Turkey

NLP Eğitim & Araştırma Enstitüsü

Lütfen Tıklayınız

NLP HAKKINDA BİLGİ

İSTİYORUM



Ücretsiz NLP

NLP E-Posta Eğitimi

NLP Online Webinar

NLP Gelişim Çemberi



NLP Nedir ?

Nerede Kullanılır?

NLP Varsayımları



NLP Arşivi

NLP Basın Arşivi

NLP Bilim Arşivi



Dış Bağlantılar

NLP EĞİTİM ALMAK

İSTİYORUM



NLP Sertifika Eğitimi

NLP Uygulayıcı Eğitimi

NLP Uzman Uygulayıcı

NLP Eğitimcinin Eğitimi

Eğitim Ön Kayıt Formu



Kurumsal NLP Eğitimi

Temel NLP Becerileri

NLP Koçluk Becerileri

Meslek Grubuna NLP

Teklif Talep Formu



Eğitim Takvimi



Uluslararası NLP Eğitim Standartları

KURUMU TANIMAK

İSTİYORUM



NLPAT Hakkında



Taşkın Köksalan



Fotoğraf Galerisi



Adres & İletişim



Kullanım Koşulları



Tıklanabilir Site Haritası

GÜNCEL BİLGİ ALMAK

İSTİYORUM



Güncel Duyurular

NLP Haberleri

NLP Kongreleri



Yeni Yazı & Makaleler

Türkiye'de NLP

NLP Uzmanlığı



Ön Kayıt & Kontenjan



Sınav & Devamsızlık



NLP Tüketici Rehberi

BİREYSEL YARDIM

İSTİYORUM



Bireysel Koçluk

ANASAYFAYA

Dön

