Børn ingen hindring

Selv om NLP er mest brugt af voksne i både privat- og erhvervslivet, er det lige så effektfuldt at bruge værktøjerne fra NLP, når du arbejder med børn. Uanset om vi er børn eller voksne, taler vi hele tiden ud fra den viden, vi har til rådighed. En viden som vi samtidig tager for givet andre også har adgang til. Vi har derfor svært ved at forstå og tilgive, når de handler eller reagerer på én for os, fuldstændig uhensigtsmæssig måde.

Vi har en indre oplevelse af, hvordan verden hænger sammen. Vi tolker og bedømmer hver især en situation ud fra de erfaringer, værdier og overbevisninger, vi har til rådighed og skaber deraf vores egen model af verden. Vi handler og reagerer derfor ikke så meget på den ydre verden som på vores indre model af verden. Alligevel forsøger vi på bedste vis at ændre verdenen udenfor os selv, så den passer ind i vores indre model af verden.

Walk the Talk

Det kan til tider være noget af en opgave at ændre på den ydre verden, og når vi arbejder med NLP, går vejen til forandring derfor i stedet gennem at udvide vores egen model af verden - vores oplevelse af hvordan verden hænger sammen, og hvordan den ikke hænger sammen. I den retning er børn på hjemmebane. De er fleksible og har nemt ved både at tilgive og tage ved lære. I virkeligheden har de ofte lettere ved det, end vi voksne har. Derfor handler det i stor grad om, hvad vi lærer vores børn og ikke mindst, hvordan vi gør det.

Noget, som børn er eminente til, er at skabe rapport, at skabe den gode kemi. Det ligger i deres natur. Vores børn er vores spejle. Vi ser det igen og igen. Bare tag din egen søn eller datter og læg mærke til, hvordan de på et tidspunkt begynder at efterligne dig som forælder. Når lille Benjamin, Gustav eller Jacob stiller sig op i nøjagtig samme positur som far, går lige i hælene på ham og på alle måder ligner en klon. Når lille Gerda, Rosa eller Pia pludselig gentager et udtryk af mindre heldig karakter, som du selv lige har brugt i affekt. Alt hvad du gør, tager de ved lære af og gentager. Det giver stor mening til min barndoms far, der med et blink i øjet altid sagde: ”Du skal ikke gøre, som jeg gør, men som jeg siger”. Et ønske han af åbenlyse grunde havde svært ved at få indfriet, da vi naturligvis gjorde, som han gjorde, og ikke som han sagde.

Matche, pace og leade

Efter en far havde været på et af vores kommunikationskurser og lært kunsten at matche og mismatche, samt pace og leade, fortalte han efterfølgende, hvor stor en glæde han hurtigt havde fået af netop disse 2 værktøjer. Hans yngste datter var med ude at handle. På et tidspunkt blev hun meget vred over, hun ikke måtte få noget legetøj. Hun smed sig ned på gulvet og skreg. Resolut og til stor undren for de øvrige handlende smed han sig ned ved siden af hende, skreg og gjorde det samme som datteren. Hun blev så forbløffet, at hun straks holdt inde, og efter et øjeblik kravlede hun op på skødet af ham. Han rejste sig op og satte hende ned på gulvet igen, hvorefter de fortsatte deres tur rundt i butikken. Siden havde han ikke haft problemer af den art. Bagefter tænkte han lidt over, hvor sjovt det må have set ud, og hvad folk ikke har tænkt om ham. Og som han sagde: ”Jeg blev enig med mig selv om, at folk må tænke, hvad de vil, jeg har fundet et værktøj, der virker”.

Når du først har oprettet rapport gennem matchning og spejling, føler børn sig mødt og forstået, og du kan nu lede dem til en mere hensigtsmæssig adfærd. Du kan for eksempel nemt få dem til at hente deres legetøj, rydde op på deres værelse eller smage på mad, de ellers ikke har villet spise.

Ankring

Bevidst ankring er et andet godt NLP-værktøj at bruge i forbindelse med børn. De reagerer hurtigt og hensigtsmæssigt på det. I forvejen skaber vi hele tiden ankre for vores børn, dog ofte af mere ubevidst karakter. Da min datter var lille, havde vi en skuffe, som vi både havde slik og brødkurve i. Om aftenen, når hun lå inde i sin seng, kunne hun høre, hvis vi åbnede skuffen uanset, hvor forsigtig

vi åbnede den. Hun blev lysvågen på et splitsekund og råbte: ”Jeg vil også have slik”. Lyden af skuffen, der blev åbnet, var blevet et anker på slik og ikke på brødkurve.

Du kan bruge ankring mere bevidst ved at lave et anker på dine børn, når de leger, griner, hygger sig eller på anden måde er i en positiv og tilfreds tilstand. Ankeret kan være alt fra at røre deres øre, sige et ord eller lave et unikt ansigtsudtryk. Et anker som kan udløses på et senere tidspunkt, når du ønsker at skabe en positiv forandring af en dårlig tilstand.

Vær dog opmærksom på, at de ankre, du laver, sker i en sammenhæng, som har en association, der fremkalder en positiv følelse. Noget, du betragter som værende positivt, kan måske godt fremkalde en negativ følelse og omvendt.

Metaforer

Både børn og voksne forholder sig godt til historier. Vi kan komme igennem mange lag med en historie. Derfor er metaforiske historier et af mine så absolut foretrukne værktøjer at bruge i forbindelse med børn. Metaforer instruerer det ubevidste sind til læring på et sprog, de forstår, og samtidig relaterer historier til børns model af verden.

På et tidspunkt ville en datter, til en af mine klienter, pludselig ikke i børnehave mere. Da min klient gik hende lidt på klingen, fandt hun ud af, at barnets bedste ven havde slået hende over fingrene, og hun ville derfor aldrig lege med ham mere. Min klient rådførte sig med mig, og da min egen datter var god til at digte historier, satte hun og jeg os sammen og lavede en metafor til min klients datter. En metafor, der handler om en Abeunge, som hedder Jenna. Abeungen Jenna har nogenlunde de samme problemer og oplevelser, som min klients datter, forskellen er, at Abeungen Jenna udtænker forskellige løsningsscenarier. Til sidst i historien ender alt naturligvis i fryd og gammen. Historien gør et stort indtryk på min klients datter, og hun foreslår herefter selv, at hun vil sige til hendes ven, at han ikke må slå hende over fingrene mere, så de kan være venner og have det sjovt igen. (Du kan læse hele historien om Abeungen Jenna her [1]).

Ovenstående forslag er blot nogle af de kraftfulde værktøjer, der kan anvendes i forbindelse med børn. Det vigtigste er nok mest at have på sinde, at børn er lærenemme og lærevillige. Alt, hvad du gør med overbærenhed, leg og kærlighed, bliver let integreret i dem. Du bliver stærkt belønnet, når du oplever, hvor hurtigt din indsats fører til forbløffende gode resultater.

Udgivelser:
NLP Posten nr. 1, marts 2010

(FlexBiz Partner)
Danshøjvej 52 B, DK-2500 Valby

Copyright © Flexible Business Group, 2013-2026.
Kilde-URL: https://mail.nlpfocus.dk/born-ingen-hindring

Links
[1] https://mail.nlpfocus.dk/abeungen-jenna