



Mów do oczu, uszu i uczuć...

Pomyśl o lodach, co przychodzi ci do głowy? Czy w umyśle widzisz osobę jedzącą lody, widzisz lody, czy powstaje jakiś obraz? A może słyszysz dźwięk łyżeczki objajającej się o kieliszek, albo słyszysz słowa zadowolenia z ich smaku? Być może jednak czujesz smak albo zapach, a może czujesz zimno?

W NLP zostały wyróżnione trzy podstawowe wzorce w preferencjach myślowych wizualny (myślimy obrazami, widzimy idee niczym spisane na tablicy), słuchowy (myślimy dźwiękami, słyszymy odgłosy) i uczuciowy (myślimy uczuciami, odczuwamy daną sytuację, uczucie). Dla ułatwienia procesu myślowego, przeważnie przyjmujemy któryś z nich, jeden, dwa lub wszystkie trzy. Nie chodzi tu tylko o to jak dana rzecz możemy postrzegać, ale również o to w jaki sposób się porozumiewamy, komunikujemy z otoczeniem.

Nauczyciel stoi na mównicy opowiada o bitwie pod grunwaldem, pod koniec pyta uczniów: Czy wszyscy zrozumieli? – jeden z nich odpowiada: Ja tego nie widzę... W tym momencie nauczyciel wstał i milczeniu namalował na tablicy schemat ustawienia wojsk, ponownie zapytał czy wszyscy zrozumieli? – tym razem wszyscy odpowiedzieli ze tak.

To właśnie przykład typowego wzrokowca, po prostu musi zobaczyć. Przykład bardzo przerysowany bo w rzeczywistości nie chodzi tu tylko o sam obraz, ale również o użycie odpowiednich słów w komunikacie słownym. Równie dobrze nauczyciel mógł opowiedzieć jeszcze raz ale obrazami, czyli opowiadać używając wyróżników wizualnych np. „i wtedy stało się jasne, że bitwa jest już przegrana”, „z prawej strony nadjechały posiłki”, „i wtedy można było ujrzeć” itd. Dzięki użyciu takiego języka, osoby nastawione na wzorce wizualne bez problemu zrozumieją przekaz.

Gdzie wzorce wykorzystywać?

Prezentując nową ideę, próbując komuś coś wytłumaczyć, w szczególności gdy jest to większa grupa, gdy nie możemy się skupić na każdym z osobna ważne jest by używać wielu wzorców, nie skupiać się na jednym, by stworzyć komunikat skuteczny dla szerszego grona odbiorców. W moim studenckim środowisku zaobserwowałem pewne tendencje co do chodzenia na różne wykłady, Ci co chodzą na dany wykład mówią po prostu, że lubią słuchać danej osoby, a ci co nie chodzą, jeśli nie jest to tylko lenistwo (lub poziom wykładu nie jest zbyt niski) twierdzą że nie mogą jej słuchać. Gdzie przyczyna? – otóż jedną z przyczyn jest wzorec w jakim wykładowca daje komunikat i jaki student preferuje, jeśli są to dwa różne wzorce, student staje się sfrustrowany i zniechęcony do wykładu i do danego wykładowcy.

Jedną z przyczyn oporu przeciw nowemu, przeciw innowacji jest niezrozumienie, które po części wynika ze stosowania różnych wzorców. By komunikat stał się bardziej zrozumiały należy użyć jak największej ilości wzorców, nie ograniczać się do jednego. Można mówić „była to wielka, błyskotliwa idea”, „było wtedy głośno o tej idei” lub „była to przełomowa idea” czy też inny przykład: „To brzmi dobrze”, „Wiem, gdzie dzwonią”, „Słyszę co mówisz”



- znaczenie niby podobne, a jakże z różną siłą zrozumienia działa na osoby z różnymi wzorcami myślenia... Dlatego ważne jest by przygotowywać prezentacje łączące wszystkie wzorce. Przypatrz się dobrze znanym wierszom, dlaczego poeta potrafił dotrzeć do tak wielu? Czyżby wykorzystywał wiele wzorców?

Różnice we wzorcach myślenia

Wizualne

- Wyrazistość (niewyraźne, zamglone, ostre wyraźne)
- Wielkość (rozmiar, małe, duże, większe niż)
- Barwy (czarno białe, szare, kolorowe)
- Lokalizacja (z boku, z tyłu, daleko, blisko, kolejność, ułożenie, widok)
- Jasność (, jasne, ciemne, przyćmione, matowe, błyszczące)
- Ruch (statyczne, ruchome, szybkie, wolne)
- Ograniczenia (samo, w ramach, nieskończone, oddzielone od reszty, współistniejące)

Słuchowe

- Głośność (cicho, głośno)
- Prędkość (szybko, wolno)
- Ciągłość (przerywane, ciągle)
- Lokalizacja (gdzie jest źródło dźwięku, przed, za, z boku)
- Ktoś, co? (głos, dźwięk, ton, melodia)
- Wysokość (niski, wysoki)

Uczucia

- Gdzie (gdzie doświadczasz uczucia)
- Ruch (stały, przerywany, falujący drżący, rozluźniony)



- Presja (poczucie nacisku, silne, kogo dotyczy, konkretne, ogólne, wpływ, napięcie)
- Tempo (szybkie, wolne uczucie)
- Temperatura, dotyk (zimno, ciepło, wilgotno, szorstki)
- Intensywność (mocna, słaba, powiew)

Nie jest to żadna ostateczna lista wzorców, jest to chyba jeden z najbardziej neutralnych podziałów, pomocny do ukazania istoty tej idei. Każdy z nas odbiera rzeczywistość przez swój własny indywidualny wzorzec, filtrując samemu informacje, dla każdej jednostki jest to jeden słuszny rodzaj postępowania i rozumienia.

Tylko od Ciebie zależy czy będziesz potrafił dotrzeć ze swoimi pomysłami, swoją treścią do innych, od Ciebie i od tego jakich wzorców użyjesz... Możesz nawet zapomnieć o samej treści, jeśli nie zostanie ona prawidłowo odebrana przez słuchaczy jest kompletnie nie istotna.