



MODELLEREN:

ANNEKE MEIJER EN JAAP HOLLANDER, JULI 2011

Als de één het kan, kan de ander het leren!

Modelleren maakt bijzondere menselijke vermogens, die eerst voorbehouden leken aan natuurtalenten, overdraagbaar door het interactief in kaart brengen van deze vermogens en wel op een zodanige manier dat andere mensen in staat zijn om dit te leren. Buiten NLP zijn er geen andere methoden die dat zo concreet en diepgaand kunnen.

In sommige NLP-kringen wordt echter het risico van het tegelijkertijd overnemen van ongewenste, negatieve bijverschijnselen wel eens aangevoerd als argument om niet meer te modelleren.

Uit onderstaand artikel van Anneke Meijer en Jaap Hollander, NLP-trainers/ontwikkelaars, zal snel helder worden dat het in die gevallen waarin dat effect optrad, niet gaat om 'modelleren', maar om 'identificatie'. Het mooie van goed modelleren is nu juist dat je dingen van iemand kunt leren zonder je met hem of haar te identificeren. Deze beide auteurs, grondleggers van NLP in Nederland die over ruim 25 jaar ervaring beschikken met het trainen in -onder andere- modelleren, geven je met dit artikel een inwijding in de precieze kenmerken, voorwaarden en richtlijnen op gebied van succesvol Modelleren.

Rio, Bert en Richard

Ergens in het begin van de jaren negentig is Jaap in Rio de Janeiro druk doende om een Candomble*-priester te modelleren. Deze heeft een groot gedeelte van zijn leven besteed aan het werken met de 'Buzio's', een orakelsysteem dat al sinds mensenheugenis wordt gebruikt. Jaap wil heel graag leren hoe hij dat doet. Want ons lijkt dit een prachtige, organische manier om het onbewuste aan te spreken. Maar dat modelleren gaat nog zo gemakkelijk niet. Als Jaap hem de principes van het modelleren uitlegt, kijkt de Candomble-priester hem geschokt aan. Het is niet de bedoeling dat Jaap hetzelfde gaat doen als hij! Wat heeft dat voor zin? Veel beter is het, als wij allemaal gewoon gelovige Candomble-aanhangers worden. Het liefst natuurlijk in zijn persoonlijke tempel. Want dan komt alles vanzelf goed en is het dus helemaal niet nodig om iets te modelleren. Met andere woorden: *doe nou maar gewoon wat de goeroe zegt, dan komt het allemaal goed.*

Jaap besprak toen uitgebreid en respectvol met hem hoe niet alleen mensen van elkaar kunnen leren, maar hoe ook culturen visies en vaardigheden kunnen uitwisselen. En hoe dat de vooruitgang van de mensheid bevordert. Dat overtuigde hem. En zo ontdekte Jaap - na aan aantal gesprekken en observaties - wat deze expert innerlijk deed, om vanuit de patronen waarin de Buzio's (kleine schelpjes) vielen tot een spiritueel en psychologisch advies te komen.

Een jaar of tien na deze belevenissen in Rio, hadden wij een soortgelijke ervaring met Bert Hellinger, de beroemde ontwikkelaar van de familie-opstellingen. Hij gaf indertijd een workshop voor het IEP (het Instituut voor Eclectische Psychologie in Nijmegen) en wij zeiden dat wij hem graag wilden modelleren. Ook Bert reageerde geschokt. Typisch iets voor NLP-ers, dat modelleren, vond hij. In Amerika hadden Tim Hallbom en Suzi Smith het ook al gevraagd. En toen had hij ze Een Verhaal verteld. Een verhaal over een eeuwenoud schilderij in een grote kathedraal. 'En', had Bert hen gevraagd 'wat doet het met je ziel, als je zegt, ik wil dat schilderij kopen?' 'Maar Bert', zeiden wij grappend, 'zo oud ben jij toch helemaal nog niet? Je bent best nog vitaal'. Overigens, toen we wat meer rapport met Bert hadden, mochten we hem toch modelleren tijdens de lunch pauze. Daar kwam toen geen voor ons nieuwe informatie uit.

En nu, weer tien jaar later, schijnt er in Nederland iemand te zijn die beweert dat modelleren geen zin heeft, omdat Bandler gezegd heeft dat je hoogstens strategieën kunt modelleren. In dit artikel laten wij zien waarom modelleren - in onze beleving - zo'n prachtige methode is en beschrijven wij hoe het modelleren méér is dan alleen het overnemen van strategieën. Wij baseren ons daarbij op 25 jaar ervaring. De kaart is niet het gebied en het woord 'modelleren' kan voor verschillende mensen verschillende dingen betekenen. Dus wat is modelleren voor ons?

Menselijke vermogens in kaart brengen

Modelleren is volgens onze definitie: het in kaart brengen van menselijke vermogens op een zodanige manier dat andere mensen in staat zijn om het vermogen te leren. Als vooronderstelling hebben we het zo geformuleerd: 'Als de een het kan, kan de ander het leren'.

nog niet kunt, dan is deze techniek een brug te ver, hoe mooi hij ook gemodelleerd is. En hetzelfde geldt voor allerlei vermogens die zijn gemodelleerd: er zijn altijd randvoorwaarden. Maar het modelleren maakt het leren van bepaalde vaardigheden wel een stuk gemakkelijker. De juiste strategie weten ontslaat je niet van ervaring opdoen door het veel te doen. Je

is de kunst en de kunde van het modelleren zo belangrijk, niet alleen voor NLP, maar ook voor de maatschappij. Modelleren maakt bijzondere menselijke vermogens, die eerst voorbehouden leken aan natuurta-lenten, overdraagbaar. En daarmee levert NLP een belangrijke bijdrage aan de ontwikkeling van zowel mensen als culturen.

je papier. Hoewel hij nog niet kon schrijven. Want dat had hij ons altijd zien doen: bellen en aantekeningen maken. En jonge studenten geneeskunde lieten vroeger aan het begin van een cursus gespreksvoering ineens middelbare-leeftijd varianten van zichzelf zien. Ze begonnen ineens te spreken en zich te gedragen alsof ze artsen van een jaar of vijftig waren. Bij kinde-



** Candomble is een religieuze beweging in Zuid-Amerika, met name in Brazilië, ontstaan in de tijd van de slavernij. Het heeft elementen van de katholieke eredienst en als basis de traditionele Afrikaanse religie van o.a. voorouderverering.*

foto: Candomble priesterinwijding



Maar hoe zit het dan met talent en ervaring? Dat is de tegenwerping die we vaak als eerste op deze definitie krijgen. Jullie kunnen toch niet even Sting modelleren en dan ineens even goed zingen als hij? Of kunnen jullie soms even hard fietsen als Robert Gesink, als jullie hem eerst even modelleren? Nee, natuurlijk niet. Talent, oefening en ervaring blijven belangrijk. Vandaar dat wij onze cursisten bijvoorbeeld ook adviseren om iets te modelleren dat in het verlengde ligt van wat ze al kunnen. In het verlengde van hun al aanwezige talenten, passies en ervaring. Als je al aardig kunt zingen of als je al een verdienstelijk amateurwielrenner bent, dan is het zinnig om Sting of Gesink te modelleren. Maar niet als je respectievelijk toonloos bent of in een rolstoel zit. Of als je gewoon nog helemaal geen ervaring hebt op dat terrein. Want dan kom je bij het modelleren uit op algemene stappenplannen, zoals: 'Stap 1. Koop een fiets'. Als het doelvermogen wel in het verlengde ligt van wat je al kunt, dan kun je bij het modelleren 'het verschil' vinden 'dat verschil maakt' voor jou: net die toon à la Sting of die bocht à la Gesink. Dit geldt bijvoorbeeld ook voor de door Robert Dilts gemodelleerde Disneystrategie. Die is heel behulpzaam om op haalbare, creatieve nieuwe ideeën te komen door het dromen, het uitvoeren en het bewaken van de criteria goed uit elkaar te houden. Maar dan moet je natuurlijk wel al in staat zijn om criteria te formuleren; je moet weten wat je belangrijk vindt. Als je dat

hoeft echter niet steeds zelf het wiel uit te vinden. Onnodige oefentijd wordt voorkomen, doordat helderder is waar het om gaat, waar je op te richten. Zoals je vast wel eens hebt ervaren als je aan sport doet of als je muziek maakt, de juiste instructie 'houd je racket zo...' of 'stel je voor dat je vingers vingers zijn' zorgt er voor dat de opslag of de aanslag ineens beter voelt.

Overigens, NLP is in de jaren zeventig ontstaan dankzij het modelleren. Richard Bandler en John Grinder modelleerden drie beroemde psychotherapeuten: Fritz Perls, Virginia Satir en Milton Erickson. Op die modelleringsprojecten baseerden zij de eerste NLP-modellen, zoals het metamodel en het werken met gedeelten. Als je meer wilt weten over deze geschiedenis, kijk dan op www.iepdoc.nl onder 'Wat is NLP?'. Daar staat het hele verhaal. Wij vergelijken het wel eens met de plattegrond van een nieuwe stad die je aan het verkennen bent. Dat gaat sneller en gemakkelijker als je een kaart hebt. En daarom

Kopiëren, modelleren en identificeren

Wij onderscheiden in grote lijnen drie manieren waarop mensen iets van iemand anders leren:

- door gedrag te kopiëren,
- door de iemand te modelleren of
- door zich met iemand te identificeren.

Deze driedeling helpt om het modelleren scherper te definiëren.

Aan het ene uiteinde van het spectrum heb je het kopiëren van gedragingen, met andere woorden imitatie. Iemand kan iets goed, we kijken en luisteren naar wat z/hij precies doet, en dat gaan wij dan ook doen. Dat zie je voortdurend om je heen, met wisselend succes. Als de baas gouden manchetknopen draagt, dragen na een tijdje diverse collega's ook gouden manchetknopen. Toen onze zoon Florian bijvoorbeeld een jaar of drie was, had hij een klein rood plastic telefoontje. En als hij speelde dat hij aan het telefoneren was, pakte hij er ook altijd een pen bij en een stuk-





ook een systeem nodig dat je vertelt welke gedragingen je wanneer moet doen en wanneer niet. Bovendien: het is gewoon praktisch onmogelijk om tegelijkertijd heel bewust honderden ver-

ren zie je voortdurend hoe dit werkt. Kinderen leren de taal door na te doen. Ze spreken al vroeg perfect in de verleden tijd: 'Ik liep naar de zandbak en....' ook al zijn ze zich nog niet bewust van heden en verleden. Daarna volgt een periode waarin ze opeens 'taalfouten' gaan maken, 'Ik liepte naar de zandbak en....', het verschil tussen heden en verleden begint te dagen en het kind probeert dat in taal weer te geven. Uiteindelijk kunnen kinderen deze taalpatronen op de juiste manier toepassen, zonder dat ze daar nog de juiste etiketten voor weten (tegenwoordige tijd, voltooid verleden tijd, etc.). Het zal duidelijk zijn, dat gedragsimitatie zonder het besef waar het om gaat, iets heel anders is dan gedragsimitatie die ondersteund wordt door de bijbehorende innerlijke criteria en strategieën. Overtuigingen, waarden, symbolen, innerlijke strategieën en gedragingen vormen samen een systeem met allerlei onderlinge verbindingen.

Trance-identificatie

Als we er van uitgaan dat lichaam en geest elkaar beïnvloeden, dan zouden we in principe iemands vaardigheden over kunnen nemen door al zijn gedragingen te kopiëren. In de praktijk van het modelleren is het echter juist de kunst om op het juiste moment enkel het noodzakelijk gedrag over te nemen. En daarvoor heb je meer nodig dan gedragsimitatie. Je hebt dan

willen. Je ziet dat soms ook in bepaalde 'How-to' boeken. Er worden dan tientallen lijsten gegeven met op iedere lijst weer tientallen verschillende dingen die je allemaal moet doen. Als je dat allemaal zou kunnen doen, zou het misschien wel werken. Maar wie wil en kan er nu gelijktijdig achtenvijftig dingen doen en bijvoorbeeld ook nog een gesprek gaande houden? Dus met andere woorden: enkel het kopiëren van gedragingen is geen handige manier om te leren wat iemand kan.

Aan de andere kant van het spectrum heb je identificatie, met andere woorden vereenzelviging. Dat is het andere uiterste. Je neemt dan geen afzonderlijke gedragingen over, maar je stelt je voor dat je de ander bent. Je laat als het ware je eigen identiteit los en je stapt in de identiteit van de ander. Via de hypnotische methode van de trance-identificatie paste Stephan Gilligan dit bijvoorbeeld toe om Milton Erickson te modelleren. Hij leerde daardoor heel goed Ericksoniaans te werken, maar na een tijd begon hij ook dezelfde lichamelijke klachten te krijgen die Erickson had. Kleine kinderen zijn hier ook heel goed in. Als ze vaders of moeders spelen, kun je ze soms perfect hun eigen ouders zien en horen zijn. Soms een vertederende, en soms een confronterende spiegel. De meesten van ons hebben zich uiteraard geïdentificeerd

met hun ouders. En de meesten van ons hebben dan ook de ervaring dat we niet alleen de mooie eigenschappen van onze ouders overnemen, maar ook de minder mooie. En we constateren dan soms met schrik: 'Ik ben precies mijn moeder', of 'Nu doe ik net zo bot als mijn vader'. Identificatie is een goede manier om te leren wat iemand kan, maar helaas leer je

kaart brengen op een manier en met een diepgang die met andere methoden waarschijnlijk niet mogelijk is. Ik kan rapport opbouwen met de expert, waardoor ik veel meer informatie krijg dan wanneer ik geen rapport zou maken. Ik kan oogbewegingen observeren, waardoor ik zicht krijg op wat er innerlijk gebeurt. Dat is vooral zo belangrijk, omdat een expert zich daar zelf

Modelleren: het gouden middenpunt tussen imitatie en identificatie



meestal ook dingen die je liever niet had willen leren. Het is één pakket dat je overneemt, met daarin niet alleen de gewenste eigenschappen, maar ook de schaduwkanten. Soms worden dit soort bijverschijnselen aangehaald als argument om niet te modelleren. Maar let wel, het gaat hier niet om modeleren, maar om identificatie. Dat is een belangrijk onderscheid. Het mooie van modelleren is nu juist, dat je dingen van iemand kunt leren zonder je met hem of haar te identificeren. Een goed voorbeeld hiervan is NLP-grondlegger John Grinder, die ook veel leerde van Erickson, maar die diens schaduwkanten niet overnam, omdat hij Erickson modelleerde. Robert Dilts zei het ooit zo: "Het mooie van modelleren is, dat het ons in staat stelt om de vredelievendheid van Mahatma Ghandi over te nemen en die te combineren met de daadkracht van Margaret Thatcher".

Het gouden midden

Volgens Aristoteles is de deugd het gouden middenpunt dat tussen twee zonden in ligt. Het zou te ver gaan, ondanks dat er beslist nadelen aan kleven, om imitatie en identificatie nu als zonden te betitelen. Maar het modelleren ligt wel mooi midden tussen deze beide in. Als ik iemand modelleer, dan onderzoek ik zijn of haar observeerbare gedragingen, innerlijke strategieën, emotionele toestanden, criteria, symbolen en overtuigingen, in het kader van een doel. Met behulp van NLP-methoden kan ik al deze dingen interactief in

vaak niet van bewust is. Bij hem of haar gaat het immers 'vanzelf'; z/hij is 'onbewust bekwaam'. Het NLP-model van de structuur van de subjectieve ervaring stelt mij in staat om overzicht te houden over allerlei dwarsverbindingen tussen gevoelens, gedachten, beelden, zelfspraak, gedragingen, criteria, en dergelijke die anders wellicht een onbeheersbare kluwen informatie zouden vormen. En zo zijn er nog diverse andere NLP-modellen en -technieken die mij helpen om een vermogen in kaart te brengen, op te nemen en over te dragen. En van alles wat ik bij de expert vind, neem ik selectief alleen die elementen over, die mij in staat stellen om te kunnen wat z/hij kan. Ik neem alleen die elementen over die ik nodig heb en niet de schaduwkanten. Dat is het voordeel van modelleren boven identificatie. En doordat ik iemands innerlijke strategie kan overnemen, hoef ik niet al zijn gedragingen te kopiëren en kan ik een effectief innerlijk proces tot uitdrukking brengen op mijn eigen manier. Dat is het voordeel van modelleren boven imitatie. Kortom: wij zien modelleren als het gouden middenpunt tussen imitatie en identificatie. Bovendien zien wij het modelleren als een belangrijke maatschappelijke bijdrage van NLP, omdat er - voor zover wij weten - geen andere methoden zijn die een vermogen zo concreet en diepgaand in kaart kunnen brengen.

25 jaar praktijkervaring

De afgelopen 25 jaar hebben wij in onze NLP-master Practitionersopleiding honderden mensen getraind in het modelleren. Voor het Master-Practitionerscertificaat van het IEP is het modelleren een verplicht onderdeel. Wij zien het als een soort overgangsrитуeel: van NLP-gebruiker naar NLP-ontwikkelaar, van NLP-consument

emotionele vaardigheden (Hoe vind ik vreugde in mijzelf?) als voor cognitieve vaardigheden (Hoe regel ik het aankomende vliegverkeer met zo weinig mogelijk oponthoud?).

In de loop der jaren zagen wij enkele uitdagingen en hindernissen bij het modelleren terugkomen. Op basis daarvan hebben we de volgende tips geformuleerd:



naar NLP-producent. Die overgang wordt gesymboliseerd door het modelleringsproject. Iemand kan - in onze ogen - een gelijkwaardige plaats innemen in de NLP-gemeenschap als z/hij kan modelleren. In eerste instantie zien cursisten soms tegen het modelleren op, maar gaandeweg gaan de vele NLP-elementen op een nieuwe manier een eenheid vormen. Alles 'valt op zijn plaats'; het modelleren werkt integrerend. Doordat cursisten zelf een doelvermogen en een doelgroep kiezen, modelleren ze iets dat nuttig is voor hun eigen leven of hun eigen organisatie.

Wij gebruiken een stappenplan om het modelleringsproces te structureren. Beginnend met hoe je een vermogen kiest om te gaan modelleren en eindigend met het overdragen van dat vermogen aan de doelgroep. We doen dit nu al een jaar of 25, en zijn regelmatig verrast door de werkzame patronen en accenten die onze Masters bij het modelleren ontdekken. Wij genieten van hun enthousiasme als zij de mogelijkheden van het modelleren gaan zien. Want dat was en is voor ons de grote belofte van NLP: mensen modelleren, in plaats van bewonderend achterblijven, uitzoeken 'Hoe doet z/hij dat?' in plaats van 'Dat is voor mij niet weggelegd'. En dat geldt zowel voor persoonlijke thema's (Hoe blijf ik bij mijzelf in een relationele crisis?) als voor zakelijke thema's (Hoe schat ik een bedrijf in, dat ik over wil nemen?), zowel voor

Spits het doelvermogen toe

Soms kiezen mensen erg brede doelvermogens. Thema's zoals 'een goed lopend bedrijf opzetten' of 'mensen effectief begeleiden' hebben zoveel verschillende onderdelen en aspecten, dat er een hele serie modelleringsprojecten voor nodig is om ze in kaart te brengen, of je komt uit op heel algemene, vaak al bekende stappen. Dus adviseren wij om het onderwerp toe te spitsen op waar het je echt om gaat. Hoe doe je dat? Jezelf (laten) modelleren is vaak een goede start om dat te achterhalen. Waar loop je bijvoorbeeld vast als je het vermogen probeert te doen? Of wat zie je de expert met name doen, waar je enthousiast van wordt?

Leid de expert naar geassocieerde belevingen

Het is belangrijk om een expert die je aan het modelleren bent, na het observeren, te leiden naar de belevingen die je wilt onderzoeken. Je wilt graag dat z/hij geassocieerd vertelt over een moment dat z/hij het doelvermogen daadwerkelijk aan het doen is. Het als

die nog altijd, niet alleen in onze NLP-opleidingen, maar ook in ons provocatieve onderwijs. Maar dat terzijde. Waar het nu om gaat, is dat Gene in zijn eigen beschrijving niet verder kwam dan: 'Ik gebruik gewoon het practitionersmateriaal!' terwijl wij - door hem naar bepaalde ervaringen toe te leiden - veel meer ontdekten.

NLP biedt als enige methodiek unieke instrumenten voor het modelleren

coach een gesprekspartner ergens naartoe leiden, is voor velen vanzelfsprekender dan om dat met een expert te doen. Toch is dat essentieel. De expert kan de kernpunten van wat z/hij doet misschien zo oplepen, maar helaas heb je dan meestal te maken met een stappenplan dat z/hij zelf ook weer ergens heeft geleerd. En daar gaat het je niet om. Je wilt zijn of haar feitelijke beleving in kaart brengen en zijn of haar feitelijk gedragingen observeren. Niet de beschouwingen daarover. Wat maakt dat z/hij zo veel sneller, kernachtiger, creatiever, effectiever, etc. werkt met die bekende stappen dan jij zelf of zijn of haar collega's? Wat is het verschil dat het verschil maakt, dat blijkbaar niet in het bij iedereen bekende stappenplan staat? Wij herinneren ons nog levendig de reactie van één van de eerste experts die wij ooit modelleerden. Onze eerste NLP-trainer Gene Early zei: 'Ik pas gewoon NLP op practitionersniveau toe!' Maar dat deed hij wel op een heel bijzondere manier, die wij nog niet in het practitionersmateriaal hadden ontdekt. Tijdens het modelleren bleek, dat hij ook nog wat extra vragen en beelden gebruikte, dat hij hele specifieke volgordes hanteerde bij het stellen van de gewone metamodelvragen, dat hij suggestieve vragen stelde en dat hij uitgang van enkele overtuigingen die nog niet in de lijst van vooronderstellingen stonden..... Maar van dit alles werd hij zich pas tijdens het modelleren bewust. Overigens leverde deze modellering ons 'de kernspuurder' op, een methode om snel tot de kern te komen. Wij gebruiken



Breng de innerlijke strategie in kaart

Soms is een bepaalde overtuiging alleen al voldoende om een vaardigheid over te nemen. Soms is zelfs een specifieke lichaamshouding al voldoende. De NLP-er die aan het modelleren is ervaart dan, dat z/hij het doelvermogen kan uitvoeren als z/hij zich die speciale overtuiging eigen maakt. Z/hij kan bijvoorbeeld ineens veel beter training geven doordat z/hij gelooft: 'Het gaat niet om mij, het gaat om hen'. Dit gaat echter alleen op, als z/hij alle andere benodigde gedragingen, innerlijke strategieën, metaprogramma's, en dergelijke al beschikbaar heeft. Hoe die veranderde overtuiging tot nieuwe criteria, strategieën en gedragingen leidt, daar is de NLP-er zich dan niet van bewust. Op zich heeft z/hij een goed resultaat bereikt voor zichzelf, maar z/hij heeft weinig houvast bij het overdragen van het doelvermogen. Daarom is het van belang om toch de innerlijke strategie in kaart te brengen. Veel resultaten van het modelleren zijn ondertussen al overgenomen door mensen die 'niet aan NLP' doen: het afstemmen op predicaten, de metamodel vragen, de logische niveaus onderscheiden, etc. Maar de basis, het observeren van innerlijke strategieën, wordt buiten NLP bijna nooit toegepast. Weten hoe iemand iets innerlijk tot stand brengt, vraagt ook net iets meer. Meer obser-

vatievermogen (onder andere het opmerken van de relevante oogbewegingen), meer vaardigheid in het afstemmen en leiden (zoals het leiden naar geassocieerde beleving op de juiste momenten) en meer ver-



mogen om de juiste vragen te stellen (o.a. het stellen van specificatievragen en het uitzoeken van submodaliteiten). Daar ervaring mee opdoen, dat valt voor ons onder het 'leren modelleren'.

Neem het meteen over

Soms observeren en interviewen NLP-ers een expert herhaaldelijk, noteren ze van alles en raken dan de weg kwijt in de veelheid van informatie. Om overzicht te houden, adviseren wij om tegen de expert te zeggen: 'Stel er wordt een film over jou gemaakt, en ik ga jou spelen. Dan zou ik het zo doen (en dan doe je alles wat je tot dan toe ontdekt hebt). Klopt dat zo? En hoe gaat het dan verder?' Vraag de expert om het moment nogmaals op te roepen (en nogmaals, en vertraagd) zodat je vragen kunt stellen en informatie krijgt die je in je eigen beleving kunt uitproberen. Sommigen beginnen pas zelf iets te doen met de informatie als ze eerst veel informatie hebben verzameld. Onze suggestie is: doe het meteen. Neem het meteen, al tijdens het interview over. Zodra de expert iets vertelt dat z/hij doet, doe jij dat in gedachten meteen ook. Stel je bent een leidinggevende aan het modelleren die uitzonderlijk veel tevreden medewerkers heeft. Doelvermogen: 'Zo omgaan met je medewerkers, dat zij zich gesteund voelen'. En op een gegeven moment

zegt jouw expert: 'Weet je, ik heb zelf ook het een en ander meegemaakt. Mijn zuster is overleden toen ik 12 was. En toen had ik echt wel wat meer steun en wat meer aandacht willen hebben.' En je ziet zijn ogen van

Vh (visuele herinnering) naar K (gevoel) gaan. Zodra je dat waarneemt, doe je in gedachten hetzelfde. Je zoekt in je eigen levensgeschiedenis naar wanneer jij zelf zoiets hebt meegemaakt. Wat was een moment dat je steun nodig had en dat je die niet kreeg? Daar roep je beelden en gevoelens van op en je gaat na hoe dat je reactie op een medewerker beïnvloedt. Maar dan merk je dat je nog niet weet of je die ervaring geassocieerd moet oproepen of gedissocieerd. Misschien had je dat kunnen zien, maar... Dus vraag je aan de expert: 'Denk nog eens aan die periode na je zusters overlijden. Als je daar aan denkt, zit je er dan helemaal in, of beschouw je het van een afstand?' Door het meteen over te nemen, houd je overzicht krijg je sturing.

Producten, problemen en symbolen

We hebben het tot nu toe vooral gehad over het modelleren ten behoeve van jezelf, dat wil zeggen, het modelleren van een vaardigheid puur omdat je die zelf graag wilt hebben. Vaak worden vaardigheden ook gemodelleerd om ze aan anderen over te dragen. Een bedrijf heeft bijvoorbeeld een adviseur, die veel opdrachten binnenhaalt, die goed is in acquisitie. Die adviseur wordt dan gemodelleerd om andere adviseurs datzelfde vermogen aan te leren. Dit noemen wij pro-

ductgericht modelleren. Als het puur gaat om zelf iets te modelleren, dan heb je alleen te maken met de wisselwerking tussen jou en de expert. Als je modelleert om iets aan andere mensen te leren, dan ontstaat er een wisselwerking tussen drie partijen: tussen jou als NLP-er, de expert en de doelgroep. Je modelleert dan vaak eerst de doelgroep, om te weten welke vermo-

ervaren: via de zintuigen, via cognities en via symbolen. We zien, horen, tasten, ruiken en proeven. We voelen emoties en sensaties zoals beweging, oriëntatie, balans en ruimtelijk positie. In het modelleren worden deze ervaringen in beschouwing genomen door het analyseren en overnemen van de innerlijke strategieën die de expert gebruikt. Een tweede manier om de

Met modelleren levert NLP een belangrijke culturele- en ontwikkelingsbijdrage



gens bij hen al aanwezig zijn en waar met name hun strategie 'hapert'. Je modelleert dan de expert en maakt een overdraagbaar model, draagt dit over aan de doelgroep en gaat na in de praktijk of zij nu kunnen wat de expert kan. Zo niet, dan ga je weer terug naar de expert om de strategie te verfijnen of om een bij de doelgroep niet en bij expert wel aanwezige vaardigheid te modelleren.

Twee andere aspecten van het modelleren waar we het nog niet over gehad hebben, zijn het 'modelleren van problemen' en het 'werken met symbolen'. Want als je iemand aan het coachen bent, is het vaak nuttig om te modelleren, hoe z/hij zijn of haar probleem doet. Dat biedt aangrijpingspunten om van een standaard interventie maatwerk te maken. Dit is een vorm die ooit door Richard Bandler werd gepropageerd: 'Jij hebt dat probleem al zo lang gedaan, je mag nu wel even vrij nemen. Leer mij maar eens hoe ik dat probleem moet doen, dan zal ik het wel een paar weken van je overnemen'. Deze vraag nodigt de ander uit om zo nauwkeurig mogelijk te formuleren via welke innerlijke processen z/hij het probleem creëert. Het ging Bandler er uiteraard niet om, om het probleem echt over te nemen, hij wilde weten hoe het in elkaar zat.

Een derde aspect waar we het nog niet over gehad hebben is 'symbolic modelling'. Mensen hebben drie fundamentele manieren om de wereld en zichzelf te

wereld te ervaren zijn categorisaties (indelingen), vergelijkingen, overtuigingen en beoordelingen. Dit zijn producten van de menselijke geest. Ze bestaan niet (zintuiglijk waarneembaar) buiten onszelf. Hoewel iedereen bijvoorbeeld het begrip 'familie' kent en de meesten van ons het van nabij hebben gevoeld, heeft toch niemand ooit het concept 'familie' zintuiglijk gezien of aangeraakt. Wel de mensen die samen de familie vormen, maar niet het concept 'familie' op zich. Concepten zijn labels, benoemingen, voor complexe combinaties van zintuiglijke ervaringen. Deze tweede manier van ervaren wordt bij het modelleren meegenomen door de criteria, de metaprogramma's en de overtuigingen van de expert over te nemen. In het dagelijks leven denken we vaak niet alleen zintuiglijk of conceptueel, maar ook metaforisch. Dat is het derde systeem. Als ik besluit om 'een praatje met iemand aan te knopen', dan gebruik ik een metafoor. Een praatje is geen touwtje. Er wordt niet letterlijk iets aangeknoopt. Het één staat symbool voor het ander. Metaforen lenen elementen uit het zintuiglijke domein om ingewikkelde dingen op een eenvoudige manier uit te drukken. Je hoort dit vaak letterlijk gebeuren wanneer iemand iets uit probeert te leggen, vastloopt, en zegt 'Eh, ja, hoe zal ik het zeggen, het is net zoiets als...'. Symboolwerk is een methode waarmee iemand

zijn symbolen en metaforen kan uitwerken. Dat wordt op een speciale manier gedaan waarbij de ander zo weinig mogelijk beïnvloed wordt (door gebruik van de zogeheten 'clean language'). Naast de gedragskant, de cognitieve kant (innerlijke strategieën), de emoties (interne toestand) en overtuigingen, kun je bij het



modelleren ook de belangrijkste metaforen en symbolen in kaart brengen. Dit werpt vaak een verhelderend licht op hoe iemand in staat is om datgene te doen waar z/hij zo goed in is en het levert vaak nieuwe manieren op om je het doelvermogen eigen te maken.

Vermenigvuldig het goede!

Wat is onze conclusie? Modelleren vermenigvuldigt het goede. Modelleren is een prachtige methode die nauw verweven is met de geschiedenis van NLP. NLP biedt voor het modelleren unieke instrumenten, die elders ontbreken. En modelleren levert een win-win-win situatie op: de maatschappij krijgt beschikking over nieuwe visies en vaardigheden, de NLP-er ontwikkelt zichzelf als mens en schept nuttige nieuwe producten, en de expert die wordt gemodelleerd, wordt door het modelleren meestal nog beter in wat z/hij al zo goed kan.

LITERATUUR:

- *Over Jaap Hollanders modelleringsavonturen in Brazilië: Trance en magie - Hoe ik enkele Afrikaanse godheden van Rio naar Nijmegen liet dansen.* J. Hollander. Alleen nog antiquarisch te verkrijgen.
- *Over het proces van modelleren: Essenties van NLP,*

Derks, L. & Hollander, J. (Servire, Utrecht 1996): zie het hoofdstuk over modelleren.

- *Over de rol van het modelleren in de ontwikkeling van NLP: 'Wat is NLP?' op IEP site www.iepdoc.nl*
- *Modelleringsverslagen: NLP bibliotheek op IEP site www.iepdoc.nl*
- *Over symbolwerk: Metaphors in Mind: Transformation through Symbolic Modelling, James Lawley en Penny Tompkins (The Developing Company Press, 2000). Op hun website www.cleanlanguage.co.uk vind je heel wat artikelen over modelleren, waaronder 'Introducing Modelling to Organisations', (Rapport 40, 1998)*

James Lawley en Penny Tompkins verwijzen in een artikel over modelleren op hun website ook naar de onderstaande boeken. Zij stellen: 'De meeste NLP-boeken hebben het over de resultaten van modelleerprojecten, niet over het modelleerproces zelf. Zo waren de eerste vijf (pre-NLP) boeken van John Grinder & Richard Bandler (e.a.) het product van hun modelleerwerk. Je moet tussen de regels door lezen om te achterhalen hoe ze modelleerden'.

- *The Structure of Magic vol. I, Bandler, Richard & Grinder, John (Science and Behaviour Books, 1975)*
- *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson, M.D. Volume 1, Bandler, Richard, en John Grinder (Meta Publications, Cupertino, CA, 1975)*
- *The Structure of Magic vol. II, Grinder, John, en Bandler, Richard (Science and Behaviour Books, 1976)*

- *Changing with Families, Bandler, Richard, Grinder, John, en Satir, Virginia, (Science and Behaviour Books, 1976)*
- *Patterns of the Hypnotic Techniques of Milton H. Erickson, M.D. Volume 2 John Grinder, Judith DeLozier, Richard Bandler (Meta Publications, Cupertino, CA, 1977)*

*www.cleanlanguage.co.uk/DeLozier.html) bevat een korte beschrijving van een 'not knowing state' die zeer geschikt is voor 'intuïtief modelleren'. Een verslag van een modelleerproject door haarzelf en John Grinder van mensen die interessante modelleerprojecten hebben uitgevoerd, is te vinden in *Turtles All The Way Down* (Grinder, DeLozier & Associates, 1987).*

ANNEKE MEIJER EN JAAP HOLLANDER (BEIDEN PSYCHOLOG) INTRODUCEERDEN NLP IN 1981 IN NEDERLAND. ZIJ ZIJN OPRICHTERS VAN HET IEP (INSTITUUT VOOR ECLECTISCHE PSYCHOLOGIE) IN NIJMEGEN. ZIJ ZIJN ACTIEF ALS NLP-TRAINERS EN ONTWIKKELAARS.

Voor meer info en contact auteurs;
www.iepdoc.nl / mail@iepdoc.nl



Voor uitvoeriger informatie over modelleren kun je de volgende boeken raadplegen:

- *Het oorspronkelijke en erg technische werk over uitvragen, bedenken, gebruiken en installeren van strategieën, NLP Volume 1, door Richard Bandler, John Grinder, Robert Dilts & Judith DeLozier, (Meta Publications, 1980).*
- *Voor een kortere en eenvoudigere inleiding op het gebied van 'strategieën' zie hoofdstuk 4 van A Framework for Excellence, van Charlotte Bretto, (Grinder, DeLozier & Associates, 1988).*
- *Unlimited Power van Anthony Robbins bevat enkele zeer leesbare hoofdstukken over modelleren in (Simon & Schuster, 1988).*
- *The Emprint Method: A Guide to Reproducing Competence, Leslie Cameron-Bandler, David Gordon & Michael Lebeau, geschreven om 'instrumenten aan te reiken waarmee je verschillende wenselijke vormen van menselijke vermogens kunt identificeren en verwerven (of overbrengen op anderen)'. Hoewel David Gordon vandaag beweert dat dit werk eigenlijk gaat over het modelleren van emotionele vaardigheden, blijft het een van de meest uitvoerige modellen van modelleren die ooit werden gepubliceerd. (Real People Press, 1985)*
- *Mastery, New Coding, and Systemic NLP, artikel van Judith DeLozier: te vinden op:*

- *Tools For Dreamers, Robert Dilts & Todd Epstein, bevat talrijke micro- en macroprocessen voor modelleren, met veel voorbeelden van strategieën voor creativiteit. (Meta Publications, 1991)*
- *Strategies of Genius Volume I, II & III, de drie boeken van Robert Dilts, zijn de ultieme referentie op het vlak van 'conceptueel modelleren', vooral als men zich wil baseren op een historisch figuur. (Meta Publications, 1994/1995)*
- *Modelling with NLP, Robert Dilts, biedt een diepgaand inzicht in het modelleerproces en de toepassingen ervan. (Meta Publications, 1998).*
- *Encyclopaedia of NLP, Robert Dilts en Judith DeLozier, (NLP University Press, 2000), www.nlpuniversitypress.com*
- *Whispering in the Wind, John Grinder en Carmen Bostic St Clair, (J & C Enterprises, CA, 2001) www.nlpwhisperinginthewind.com*
- *'Re-modelling NLP: Part Fourteen: Re-Modelling Modelling', John McWhirter (Rapport 59 2003), te vinden op www.sensorysystems.co.uk/articles*
- *Expanding Your World: Modeling the Structure of Experience, David Gordon en Graham Dawes (2005). De bijbehorende dvd bevat een uitstekende inleiding tot hun manier van modelleren. Te vinden op: www.expandyourworld.net.*