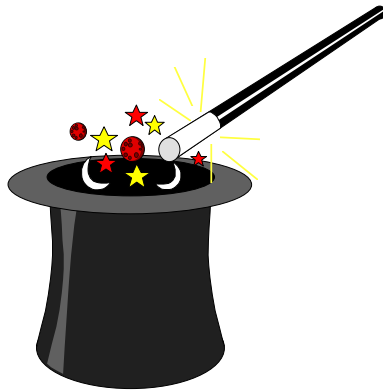




سحر الألفة



للمدرب الدكتور: حسن بن يحيى حداد



معنى اتصالك هو الاستجابة التي تحدث وليس المضمون اللفظي

✓ الأول: معرفة المحفز المناسب للشخص

برنامج الاقتراب والابتعاد





برنامج الاقتراب والابتعاد

● الابتعاد

- صعوبة تكوين الأهداف، يلاحظون ما يحتاج إلى الحذر
- صفات الابتعاد والتخلص والارتياح من كل ما يريد الابتعاد عنه
- لا يعملون مع الأولويات بل يفكرون في حل مشكلات لحظية
- يتحدثون عما لا يريدون ويتوقعون المشكلات يتحدث عن المشكلات وربما يظهر في عباراته (لا أدري، لا أريد) جسميا تظهر فيه إيماءة التخلص أو هز الرأس بما يفيد الارتياح والميل إلى الخلف

● الاقتراب

- لديهم أهداف واضحة ولا يلاحظون ما يحتاج إلى الحذر
- يتحركون نحو ما يحبون
- يفكرون في الأولويات
- يتجاهلون العواقب السيئة
- يتكلمون عن الناس والأشياء والحالات التي سينظمونها في حديثهم عن المستقبل وجسميا يؤشرون نحو المستقبل يميلون بأجسامهم إلى الأمام



معنى اتصالك هو الاستجابة التي تحدث وليس المضمون اللفظي

✓ الأول: معرفة المحفز المناسب للشخص

□ الثاني: معرفة التمثيل الداخلي المصاحب لهذه الخبرة

❖ الثالث هو شرح الخبرة من خلال اللغة





الانطباع الأول

- إن الانطباع الأول هو الذي يحكم على علاقتك مع الآخرين بالنجاح أو الفشل
- كثير من علاقاتنا نفشل فيها لأننا نعطي انطباعا ورسائل سيئة وتتم هذه العملية بطريقة غير واعية منا.
- إننا في خلال ثواني معينة نقرر أن الذي أمامنا صديق أو عدو، قريبا أو بعيدا.
- هل تريد أن تعرف ذلك قم بأداء هذا التمرين مع ثلاثة زملاء لك



تمرين

● يقوم الشخص الأول وينظر الى وجه وأعين زميله دون أن يتكلم بأي كلمة فقط ينظر اليه. وذلك لمدة ٣٠ ثانية.

● بعد الانتهاء يصف لزميله تعبيرات وجه الشخص الأول



ما معنى الألفة؟

الألفة : هي القدرة على التغلغل داخل عالم الفرد وجعله يشعر بأنك تحسن فهمه وتجعله يشعر بوجود رباط قوي مشترك بينكما.

الألفة في البرمجة اللغوية العصبية : هي القدرة على تقليص الاختلافات الدقيقة في مستوى العقل غير الواعي بينك وبين شخص آخر إلى أقل مستوى ممكن.



تعريف النظام التمثيلي

■ الحواس الخمس :- البصر والسمع والشم والذوق والإحساس

■ الحاسة السادسة :- هي الحاسة الحركية

◆ حاسة الإحساس :- هي التعبير عن الحرارة والبرودة والخشونة والنعومة والتعب والفرح وتدخل فيها الحاسة الحركية .

وفي البرمجة اللغوية العصبية يندرج تحت الإحساس الشم والذوق

◆ كل خبراتنا ناتجة عن طريق ما نشاهده أو نسمعه أو نحسه في البرمجة العصبية اللغوية تسمى عملية استقبال المعلومات عن طريق الحواس بالنظام التمثيلي .



أنواع الأنظمة التمثيلية

• كل ادراك ناتج عن حاسة من الحواس يسمى نمطا أو نظاما



الإدراك الناتج عن الرؤية يسمى النمط الصوري (VISUAL)



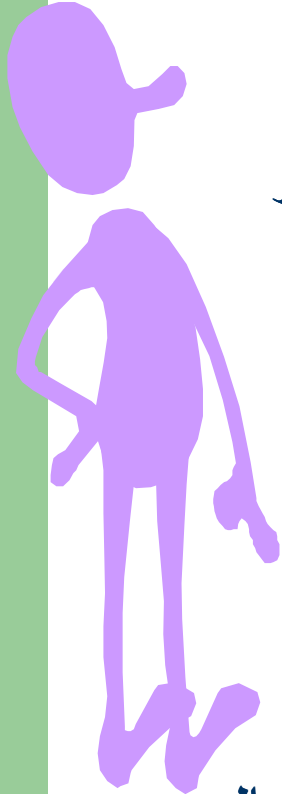
الإدراك الناتج عن السماع يسمى النمط السمعي (AUDITORY)



الإدراك الناتج عن الإحساس يسمى النمط الحسي (KINESTHETIC)



صفات النمط الصوري



- وقفته مستقيمة والظهر مستقيم والرأس منتصب والأكتاف إلى أعلى
- التنفس (الشهيق والزفير) من أعلى الصدر وسريع
- نغمة الصوت عالية ومتوترة وكأنها تصدر من الأنف والصوت واضح وسريع ومرتفع وجهوري
- إشارات الوصول العينية فنظرهم يكون للأمام ولأعلى فوق الآخرين، ينظر لأعلى إلى جهة اليسار في حالة تذكر صور داخلية وينظر إلى أعلى يمين في حالة إنشائه لصور جديدة
- قانون النظر خلال الاستماع (ينظر ليسمع) فهو ينظر إلى حركات الآخرين ويتابع شفاههم ليلتقط الكلمات عن طريق رؤية الحركات .
- حركة اليد :- عادة يحك المنطقة حول العينين ويشير بيده بسرعة وأحيانا بطريقة عشوائية
- والفائدة العظمى في النمط الصوري هي المقدرة على التصور وتكوين الصور بأحجام مختلفة مع وجود التفصيلات الخاصة بالحجم والألوان والقرب والبعد وغيرها من مواصفات الصور .
- الصوري يمتاز بالسرعة ، والشمول ، والمقدرة على التفريق بين الصور، يتعاملون بجودة مع المكان يصلح أن يكون قائدا في الأزمات
- والميزة غير الجيدة في النمط الصوري هو الاعتماد الكبير على المعلومات الصورية فقط وقللة الاحتمال عندما يقاطع في الكلام ويجد كذلك صعوبة في التعامل مع المعلومات الأخرى غير الصورية.



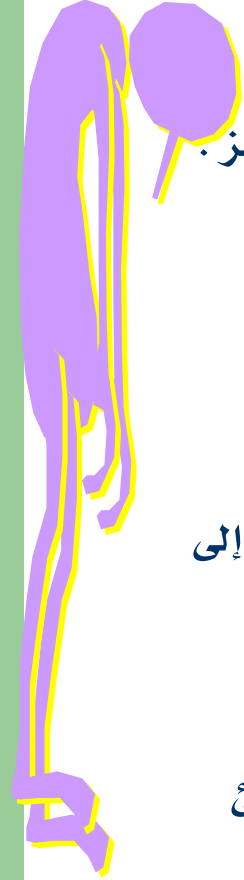
صفات النمط السمعي



- وقفتهم مائلة والرأس يميل إلى جهة وتشبه بوقفة التلفون
- التنفس يميل إلى العمق والهدوء ويظهر من كامل الصدر
- ويتصف حديثهم بصوت واضح ونغمة متغيرة فهم ينتقلون من نغمة إلى أخرى بإيقاع جميل ومنتزن.
- إشارة الوصول العينية فعادة ما تكون العين في نفس المستوى شمالا أو يمين
- قانون النظر: لا ينظرون ليسمعوا فقد يكون غير متجه إليك بوجهه فتظن أنه ليس معك .
- حركة اليد :- عادة يحرك يده حول الأذن والضم وقد يسحب لحمة أذنيه يثني ذراعيه فهو دليل على قرب الوصول السمعي
- منظم يفكر بطريقة منظمة منطقي متأمل ، يستوعب يفهم وهو قريب للواقعية أصحاب النمط الصوتي لديهم استجابة أفضل للأوامر والمعلومات .
- لو أردت شخصا يتعامل مع العملاء وجها لوجه فاختر صاحب النمط السمعي.
- من عيوبه لا يستطيع المقارنة ، لا يستطيع تخيل البدائل ، لا يستطيع أن يقود في الأزمات ولا يستطيع تخيل العواقب.



صفات النمط الحسي



- ❖ الوقفة : وقفتهم فيها انحناء والرأس والكتف إلى اسفل
- ❖ التنفس: التنفس يميل إلى العمق والبطء ويظهر من أسفل الصدر من فوق الحجاب الحاجز.
- ❖ نبرة الصوت :- منخفض ، بطيء ، ناعم
- ❖ إشارات الوصول العينية: تكون العين في إلى الأسفل شمالا أو يمينا
- ❖ قانون النظر : هم يفضلون اللمس على الاستماع أو الرؤية
- ❖ حركة اليد: الايماءة باليد دلالة على الاستجابة الحسية قد يشعرون هذه النقطة تحتاج إلى توضيح .
- ❖ مميزات الحسي:- واقعي جدا وتنفيذي ، الدقة في التفاصيل
- ❖ عيوبه :- اكثر انطوائية، يفتقد النظرة الشاملة، عدم القدرة للتعامل مع الطوارئ إذا فوجئ بما يחדش مشاعره فانه يفقد القدرة على التصرف.



المجاراتة - Pacing- والقيادة - LEADING

المجاراتة والقيادة هي الطريق إلى التأثير

المجاراتة: تكون عن طريق المطابقة ومعاكسة المرآة

القيادة: عندما تصل إلى الألفة المطلوبة مع الشخص المقابل، يتبعك في أول خطوة يمكن أن تفعلها

أكبر دليل للوصول إلى عمق الألفة هو: إحساس داخلي بالسعادة والارتياح للشخص المقابل

الدلالات الفيزيائية التي تدل تقبل الشخص المقابل: لغة العيون ، حركة الرأس ،
بالموافقة ، استجابة من تعبيرات الوجه ، يميل بجسمه إليك .



عناصر تحقيق الألفة

١. التآلف بمطابقة الفسيولوجيا: هيئة الجسم، الايماءات
تعبيرات الوجه
٢. التآلف بمطابقة الصوت: النغمة، النبرة، السرعة، مقدار
الصوت.
٣. التآلف بمطابقة اللغة: الكلمات التي يقولها صورية أو
سمعية أو حسية.
٤. التآلف بمطابقة الاهتمامات والأنشطة المشتركة بينكما.



التآلف بمطابقة الفسيولوجيا

● تمثل التوافق بلغة الجسد ٥٥% من الاستجابة التي تحدث.

● تشمل المطابقة في حركة الجسد الايماءات تعبيرات الوجه ميلان الرأس تشابك اليدين وضع القدمين والفخذين

● طابق ما يمكنك مطابقته من لغة الجسد.



التآلف بمطابقة الفسيولوجيا

الصفة	الصورى	السمعى	الحسى
الوقوفة والجلسة	الجسم مستقيم والرأس لأعلى والظهر مستند نظر الكرسي والعيون لأعلى	الوقفه مائلة والرأس يميل إلى جهة والجلسة مائلة والعيون بنفس المستوى	الجسم فيه انحناء والرأس والكتف إلى اسفل الجل والعيون لأسفل
الإيماءة	إيماءات عشوائية ويحك المنطقة حول العينين ويشير بيده بسرعة	يحرك يده حول الأذن والفم وقد يسحب لحمة أذنيه. ويشير بيده عند الحاجة	حركة اليد خفيفة وإذا تحمس كانت حركته فاعلة وقوية



التألف بمطابقة الصوت

- يمثل التتابع في الصوت ٣٨% من الاستجابة التي تحدث
- مطابقة نبرة الصوت بملاحظة المشاعر التي تحملها تلك الأصوات
- مستوى الصوت: بالانخفاض أو الارتفاع
- السرعة: التحدث بصوت سريع أو بطيء
- النغمة هل هي نغمة حادة أم خشنة



التآلف بمطابقة الصوت

الصفة	الصورى	السمعى	الحسى
نبرة الصوت	نعمة الصوت عالية ومتوترة وكأنها تصدر من الأنف والصوت واضح وسريع ومرتفع وجهورى	ويتصف حديثهم بصوت واضح ونعمة متغيرة فهم ينتقلون من نعمة إلى أخرى بإيقاع جميل ومتزن.	يتصف حديثهم بنبرة صوت منخفضة وبطيئة وناعمة
التنفس (الشهيق والزفير)	من أعلى الصدر وسريع	التنفس يميل إلى العمق والهدوء ويظهر من كامل الصدر	يميل إلى العمق والبطء ويظهر من أسفل الصدر من فوق الحجاب الحاجز



تمرين لتحسين نبرة الصوت

١. ضع إحدى راحتيك برفق على صدرك وضع الأخرى على بطنك

٢. تدرب على التنفس من البطن ويدلك على ذلك هي اهتزاز يدك التي على بطنك وعدم اهتزاز يدك التي على صدرك

٣. عندما تصل الى هذه المهارة استخدمها عندما تقابل الناس او عندما تثار من المواقف.



التآلف بمطابقة اللغة

- تمثل اللغة ٧% من الاستجابة
- الكلمات تمثل نموذج العالم وذلك في كل وقت نفتح فيه أفواهنا.
- لكل نمط من الأنماط الثلاثة (السمعي ، البصري ، الحسي) كلمات وعبارات خاصة تدل عليه



كلمات وعبارات النمط الصوري

■ يرى ، ينظر ، يشاهد ، يظهر ، يوضح ، فجر ، بزوغ ، ينشر ، يتصور ، يمحو ، يغمز ، واضح ، مركز ، عائم ، متلألئ ، يومض ، تصور ، عرض ، معرض ، لمعان ، عين ، تحديق ، ملاحظة ، مراقبة ، صفاء ، ومضة ، ألوان ، أصيل شروق قمر ، شمس ، ليل ، نهار ، انعكاس ، بريق ، شاشة ، أفق ، أعمى ، بصر ، بؤرة ، عدسة ، أصباغ ، منظر ، ظلال ، نجوم ، ملامح ، أبيض ، أسود.

■ نظرة كاملة – يبدو لي في منتهى الوضوح – أرى ما تقوله – على ضوء ذلك –
 نظرة ثابتة – نظرة فاحصة- يوضح تماما – من هذا المنظور – مستقبل مشرق- صورة
 مشوشة – على ضوء ذلك- متلون المزاج- وجهاً لوجه – في شكل هذا – في منظر هذا
 – ينظر إلى موقع الحدث- صورة ذهنية – يحدد نطاق- منظر قائم – يختلس ومضة من
 – تصور عقلي – أرى هدفك – ارسم صورة واضحة – العين المجردة – جميل مثل
 الصورة- أن هذا الجمال غامض- القدرة على التخيل- يمعن النظر في الفضاء



كلمات وعبارات النمط السمعي

■ سمع ، ينصت، صوت، يتناغم ، رنين، لهجة، غناء، نبرة، صراخ، سؤال،
إجابة، قول، نقاش صياح ، مسموع ، اخرس، آذان، إصغاء ، حديث ، ترنم،
تشدق، تغريد، زئير، لكنة، طرق رعد، دعاء، ضجيج، زلزال، خطابة، كلمة،
سهيل، تغريد، صفارة، جرس ، ثرثار، صريح .

■ اسمع ما تقول – اريد أن تجعل هذا عاليا- صوت واضح نغمات عذبة – ينصت
باهتمام – يسهل سماعه – يعبر بوضوح- يدعو إلى – قوة الكلمة – لسان سليط - هل ما
أقوله صحيحا- إن تلك المعلومة دقيقة - لا أسمع أي نوع من أنواع الرنين- ينصت إلى
– يعطي بيانا- له جمهور – اصوات مسموعة – امسك عليك لسانك – حديث بطئ –
يجري تحقيق في- صوت عال واضح- عبارات ود وثناء- الغيبة والنميمة – كلام الناس
أجراس الخطر- المتحدث الرسمي طريقة الكلام – عبر عن قوله- قل الحقيقة- مربوط
اللسان – داخل نطاق السمع - يخطب في الناس



كلمات وعبارات النمط الحسي

■ شعور، إحساس، لمسة، إمساك، يتحكم، يتصل، يرمي، يستدير، صعب، ضعف، ملموس، يكشط، يعالج، تعب، مرض، حزن، انزلاق، ناعم، خشن، صلب، لين، صلد، معاناة، مسح، دفع، شد، سرور، ينسل، يلتحق، كآبة، فرح، ضيق، هم، خوف، جرح، غضب، حرارة، برودة، متردد، يضايق، متحدون، أمسكها، صبر، تحمل.



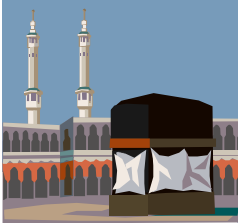




■ أشعر بأني على اتصال بما تقول – أريدك أن تفهم هذا – هل في قدرتك معالجة هذا الأمر- الولد سر أبيه – يعالج مشكلة - على اتصال - يميل إلى - يغلي من الغضب- أمسكه بقوة – يسيطر على نفسه- يضبط أعصابه – سخونة الجدل – يحتفظ ببرودة أعصابه - يضع يده - يمسه بسوء – قبضة حديدية - ألم في الظهر- أساس متين - عديم الإحساس – الحياة تشعر بالدفء والروعة - صبور ومتحمل – كثير المتاعب - حالة اضطراب أو فوضى – أشعر بأنه يחדش شعوره - يخفق قلبه.



التآلف بمطابقة الاهتمامات والأنشطة

صنف الناس على انماط اهتماماتهم فمنهم من يكون تصنيفه:
يتعلق بالناس، المال، الأفعال والنشاطات، الأماكن، لأوقات، المعلومات، الأشياء

جدول يوضح أنماط الاهتمام

المعلومات	الوقت	الأماكن	النشاط	المال	الأشياء	الناس
						



تمرين أنماط الاهتمام

□ المرحلة الأولى: كل شخص يتحدث مع المقابل عن موضوع يحبه ويكتب أثناء الحديث تصنيف الكلمات على حسب الاهتمام

□ ملاحظة: طابق حركات الجسد ونبرة الصوت والكلمات

□ المرحلة الثانية: كل شخص يتحدث مع المقابل بنفس نمط الاهتمام الغالب

□ ملاحظة: طابق حركات الجسد ونبرة الصوت والكلمات

□ المرحلة الثالثة:
تحدث مع المقابل بنمط الاهتمام الذي لا يغلب عليه



تمرين لمطابقة لغة الجسد

- مجموعات من ثلاثة أشخاص لمدة ١٢ دقيقة
- الأول يقوم بمطابقة حركات ولغة جسد الشخص الثاني، الثالث يراقب الوضع بينهما
- التمرين:
- ١. تحرك وتحدث بطريقة ما. الثاني يحاول ان يطابق حركته لمدة دقيقة
- ٢. المراقب يطلب من الثاني ان يقوم بمخالفة الأول في حركاته لمدة دقيقة
- ٣. المراقب يطلب من الثاني أن يعود الى مطابقة حركات الأول
- ٤. المراقب يلاحظ الفرق ويخبر الاثنين بالنتيجة
- ٥. تبدل الأدوار



تمرين على مطابقة نبرة الصوت

- مجموعات من ثلاثة أشخاص لمدة عشرة دقائق
- الأول: يبدأ بنبرة صوت معينة (مرتفعة مثلاً)
- الثاني: يحاكي نبرة الصوت بقدر الإمكان
- الثالث: يراقب مدى تقمص الثاني لنبرة الصوت التي كان يقولها الأول.
- يبدل الدور