

Temsil sistemleri içinde bazı farklılıklar vardır. Pek çok kişi, işitsel sistemi kendileriyle konuşmak için kullanır ve bazıları buna "düşünme" der. Bu, gerçekten de düşünmenin bir yoludur ama tek yolu değildir. Dokunsal sistemimiz, dengemizi sağlayan hisler, içsel bedensel hisler ve dışarıdan temasın verdiği dolaysız dokunsal hislerden oluşur.

Ayrıca bazı kişi ve durumlar hakkında duygularımız vardır. Bunlar korku, endişe, sevgi ve nefret gibi çeşitli şekillerde tanımladığımız, bedenimizde oluşan bazı duygu yumaklarıdır.



Cengiz Erengil | www.cengizerengil.com

NLP ile Aşk ve İlişkiler

Çoğu insan yanlış kişiye bağlanmaktan ve kendini adamaktan korkar. Bu korku yüzünden bağlanmaktan kaçınıyor, ilgilenmekten kaçınıyor, isteksiz davranıyor. Bu da o kişinin hayatında aşk ya da sevgiyi yaşama şansını çok azaltır. Oysaki aşk/sevgi, sizin yaşamda olağanüstü şeyler yapabilmenizi sağlar.

NLP'de bahsi geçen Temsil Sistemleri, ilişkilerinizi anlama konusunda da önemlidir. Örneğin, bir kişinin bizi önemseyip önemsemediğini nasıl anlarsınız? Bazıları için bu, ağırlıklı olarak görseldir. Onlar "şefkat gösterileri" ve "sevecen bakışlar" görmek isterler. Bazıları ise eşlerinden, kendilerini ne kadar önemseyip önemsemediğini "duymayı" beklerler. Sevecen bir ses tonu onlar için önemlidir. Kullanılan sözcüklere karşı çok hassastır. Radyodan ya da telefondan sesini duydukları birisini sevebilirler.

Dokunsal olanlar ise, şefkati "fiziksel" olarak algılamak isterler. Bu gerçekleşmezse, artık önemsemediklerini düşünür, kendilerini "reddedilmiş" hissederler. Beğendikleri insanlara dokunmak, onlara sarılmak ve öpmek isterler.

Dolayısıyla eşler birbirleri için "neyin önemli olduğunu" bilmelidir. Bu arzulanan deneyimi ona kazandırmalıdır. Yoksa eşlerden biri, diğeri "onun algılayabileceği tarzda" ilgi göstermedi diye sevilmediği hissine kapılabilir, "bir başkası mı var?" diye düşünebilir.

İşitsel tercihlisi, eşinin ona "seni seviyorum" demesini ister. Onun sevgi dolu bakışları yetersiz kalabilir. Bu yüzden tartışmalar ve yanlış anlamalar ortaya çıkabilir. Arkadaşlarımızı seçerken de "ortak yönlerimizi" kriter aldığımızdan, genellikle aynı temsil sistemini tercih edenlerle bir arada oluruz.

Joseph O'Connor'un, İnsanları Nelerin Rahatsız Ettiğine Dair Tespitleri

1. Görsel tercihlisi kişiler, dağınık ve düzensiz ortamlardan rahatsız olurlar.
2. İşitsel tercihlisi kişiler gürültüden çabuk etkilenirler. Çalışırken sessiz yerleri ya da kendilerine uygun tarzda müziğin çaldığı ortamları tercih ederler.
3. Dokunsal tercihlisi kişiler ise rahatlarına düşkündür. Nerede ve nasıl oturdukları konusunda çok hassastır. Rahatları yerinde olduğu müddetçe, başkalarını çılgına çevirebilecek kadar dağınık ve gürültülü yerlerde çalışabilirler.

NLP çalışmalarında "Temsil Sistemlerini" öğrendiğinizde insanların ne kadar farklı olduğunu anlarsınız. Bu size, anlayış ve saygı kazandırır.

NLP hikâyesinde aşkın yeri var mı?

Bu soruyu NLP uzmanlarına yöneltilim isterseniz. Robin Prior ve Joseph O'Connor, "NLP ve Karşı Cinsle İlişkiler" adıyla Türkçeye çevrilen kitaplarında NLP Projesini yaşamımıza geçirerek:

- Kendinize en uygun kişiyi eş olarak seçebileceğimizi,
- İçimizdeki duyguları ve özlemleri serbest bırakabileceğimizi,
- İlişkilerimiz sırasında "kendimiz" olabileceğimizi,
- Bir başkasının istediği gibi olmak için kendimizi zorlamaktan kurtulabileceğimizi,
- Yaşamda ve ilişkilerimizde mücadeleyi değil, neşe ya da sevinci esas alabileceğimizi söylüyorlar.

Eğer aşkın alevi içinizde parlamışsa, ona özen gösterin. O ateşi canlı tutmak için çaba gösterin. Yapmanız gereken şeyleri yapın. ■



NLP ACADEMY TURKEY

NLP Eğitim & Araştırma Enstitüsü

SİTE HARİTASI

NLP HAKKINDA

[NLP NEDİR?](#)

[NLP NASIL ÖĞRENİLİR?](#)

[NLP LİNKLERİ](#)

[NLP ARŞİVİ](#)

NLP EĞİTİMİ

[SERTİFİKA EĞİTİMLERİ](#)

[KURUMSAL EĞİTİMLER](#)

[NLP EĞİTİM TAKVİMİ](#)

[NLP EĞİTİM ÜCRETLERİ](#)

[ÖN KAYIT FORMU](#)

ÜCRETSİZ NLP

[NLP e-POSTA EĞİTİMİ](#)

[NLP TANIŞMA WEBİNARI](#)

[NLP GELİŞİM ÇEMBERİ](#)

GÜNCEL NLP

[NLP DUYURULARI](#)

[EĞİTİM PROGRAMI](#)

[NLP HABERLERİ](#)

[NLP MAKALE](#)

NLP ARŞİVİ

[NLP BASIN ARŞİVİ](#)

[NLP BİLİM ARŞİVİ](#)

[NLP TEZ ARŞİVİ](#)

NLP AKADEMİ

[NLPAT HAKKINDA](#)

[BİREYSEL NLP SEANS](#)

[FOTOĞRAF GALERİSİ](#)

[İLETİŞİM](#)



TIKLANABİLİR
SITE HARİTASI



ANASAYFAYA DÖN