

Wordt Onbewust Bekwamer

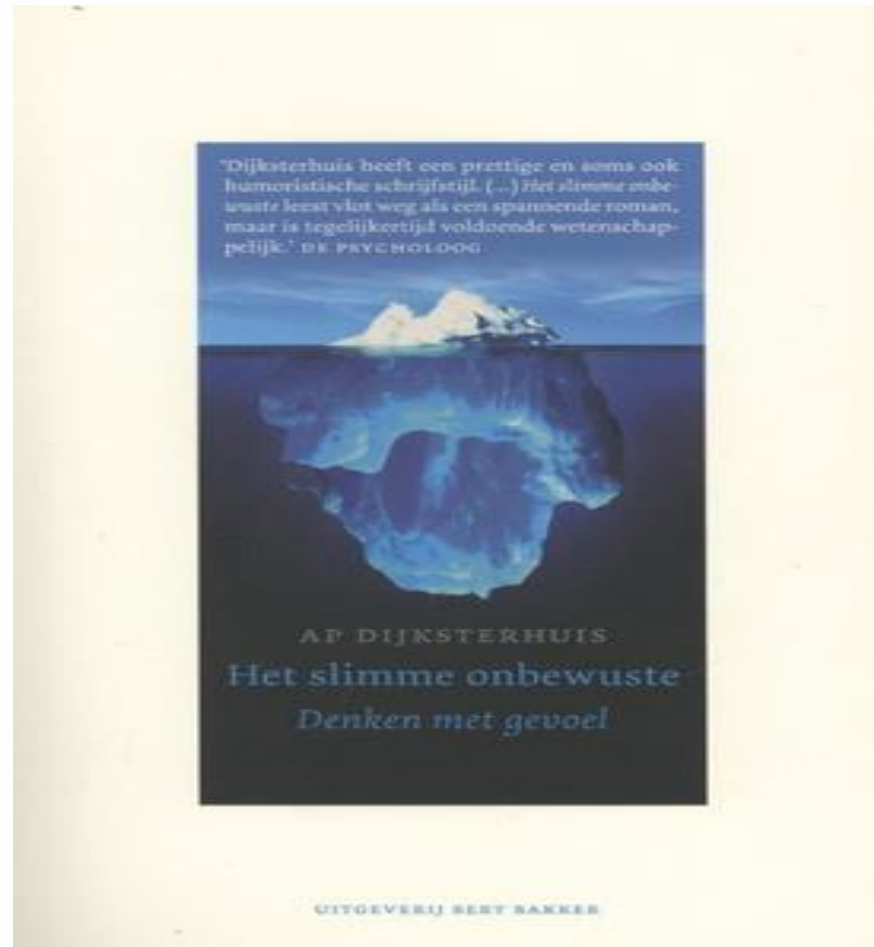
Mariska Pikaart

sbi formaat
morgen start vandaag

Vragen

- Wie gelooft niet in het nut van het onbewuste?
- Wie van jullie gebruikt zijn intuïtie bewust?
- Kan je een voorbeeld geven? Hoe doe je dat?

Het slimme Onbewuste; Ap Dijksterhuis



Het onbewuste is allesbepalend

- Ons onbewuste stuurt (met een verwerkingscapaciteit die ongeveer 200.000 keer zo groot is als die van het bewustzijn) ons gedrag, ons denken en onze gevoelens.
- Ap Dijksterhuis (1968) is hoogleraar psychologie van het onbewuste aan de Radboud Universiteit Nijmegen. Hij heeft veel gepubliceerd over het onbewuste, onder meer in het gezaghebbende Science. Zijn werk krijgt veel aandacht en werd meerdere malen besproken in The New York Times.
- Hij won verschillende wetenschappelijke prijzen, waaronder de prestigieuze Early Career Award van de American Psychological Association. In 2005 kreeg hij een vici-subsidie, de grootste wetenschappelijke subsidie van nwo.

Onderzoeken van Dijksterhuis

- Kies een poster
- Maken van een test



WAT WEL WERKT Altijd al op zoek geweest naar wat wel werkt? In je werk en in de rest van je leven zijn er situaties die je anders zou willen. En wat dan? Ga je krampachtig oplossingen bedenken? Blijf je hangen in de emoties?

Nee, met 'Wat wel werkt' ga je een stap verder: je leert herkennen welk potentieel in een situatie verscholen ligt, welke kansen zich aandienen, hoe je je kunt afstemmen op een ruimer kader en hoe je 'co-creatief' tot echte resultaten komt. Je maakt daarbij gebruik van wat auteur Alan Seale 'Transformational Presence' noemt. Je transformeert de situatie en de betrokken mensen met een diep doorvoelde en bewuste aanwezigheid. Met doorbraken en grote veranderingen als gevolg. In dit boek vind je de kennis en de instrumenten voor het ontwikkelen van 'Transformational Presence'. Door de heldere tekst en de krachtige oefeningen kom je snel bij de kern van 'Wat wel werkt'.

Alan Seale's nieuwe boek biedt praktische oefeningen en inzichten waarmee je de ziel kunt raken en werkelijk transformationeel aanwezig kunt zijn.
Richard Barret, auteur van 'The Leadership Paradigm' en 'Liberating the Corporate Soul'.

'Wat wel werkt' laat zien hoe jij en ik en wij allemaal kunnen transformeren tot de architecten van de wereld die we nu kunnen creëren. Lees het en word de verandering die we zo nodig hebben.
Ervin Laszlo, auteur van o.a. 'Worldshift 2012', 'Het chaospunt' en 'Je kunt de wereld veranderen'.

Seale brengt de co-creatieve principes die onze cultuur bepalen knap bij elkaar. Daarmee verandert hij de manier waarop we de evolutionaire intelligentie in onszelf en in het universum belichamen en tot uitdrukking brengen.
Michael Beckwith, auteur van 'Innerlijke vrijheid'.

ALAN SEALE is een bekroond auteur, inspirerend spreker en veelgevraagd coach op het gebied van leiderschap en transformatie. Hij is oprichter en directeur van het Center for Transformational Presence. Hij heeft talloze mensen praktisch begeleid om in hun eigen kracht te kunnen staan, of zoals hij het noemt: in hun 'presence of being'. Alan Seale is auteur van 'De kracht van zijn', 'De zoektocht van de ziel', 'Het manifestatiewiel' en 'Intuïtief leven.'



ISBN 978-90-817763-0-1



9 789081 776301 >

HET EERSTE HUIS
transformatie voor mens en organisatie



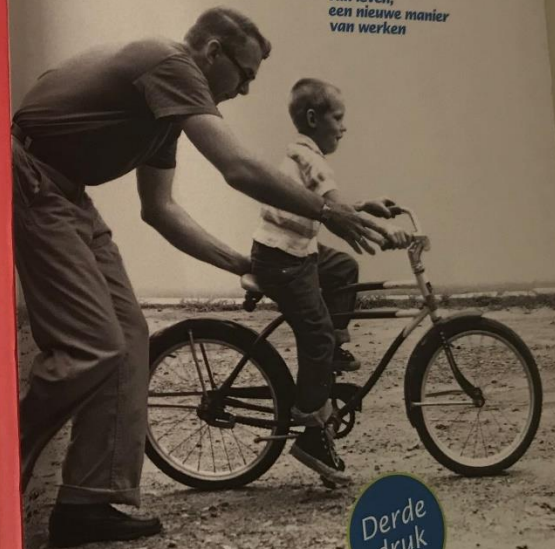
Wat wel werkt
Alan Seale

HET EERSTE HUIS

Alan Seale
Transformational
Presence

Wat
wél
werkt

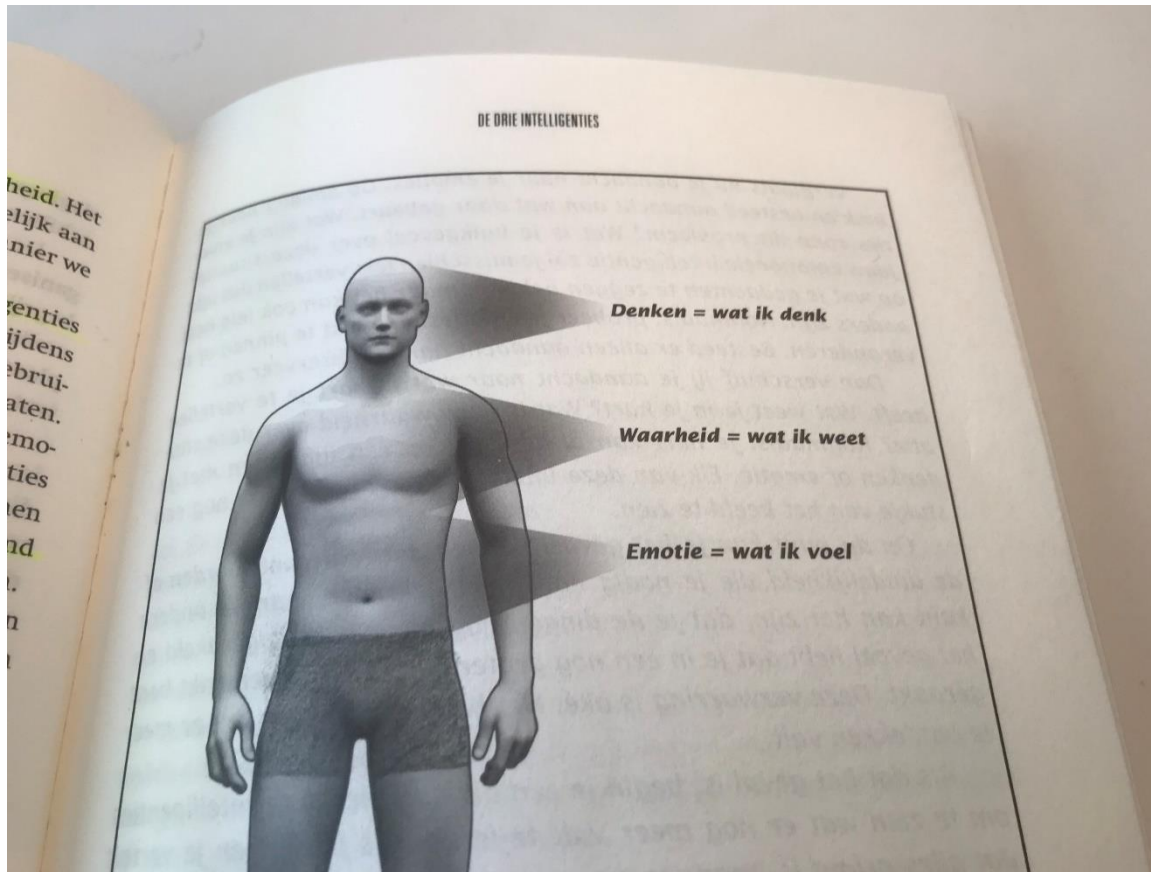
Een nieuwe manier
van leven,
een nieuwe manier
van werken



Derde
druk

sbi formaat
morgen start vandaag

Drie intelligenties



Afstemming tussen drie intelligenties

Denken (hoofd)

Informatie begrijpen, verwerken, plannen maken

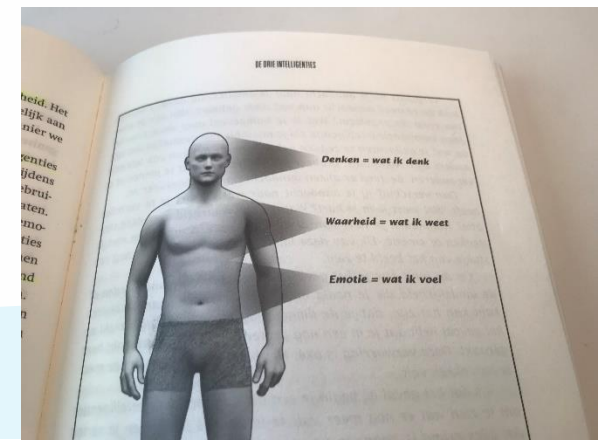
Waarheid (hart)

Intuitief weten; groter dan wat denken en emotie kunnen bevatten.
Stelt ons in staat de grotere waarheid te begrijpen.

Emotie (buik)

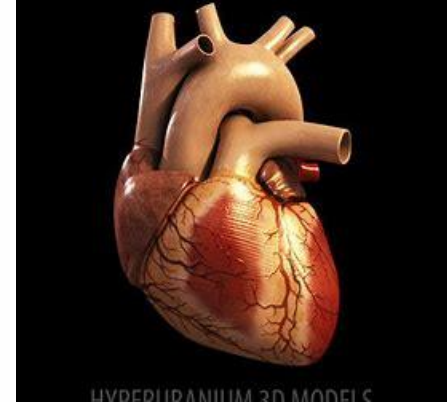
Brandstof, zet ons in beweging

Basis: liefde of angst



Oefening

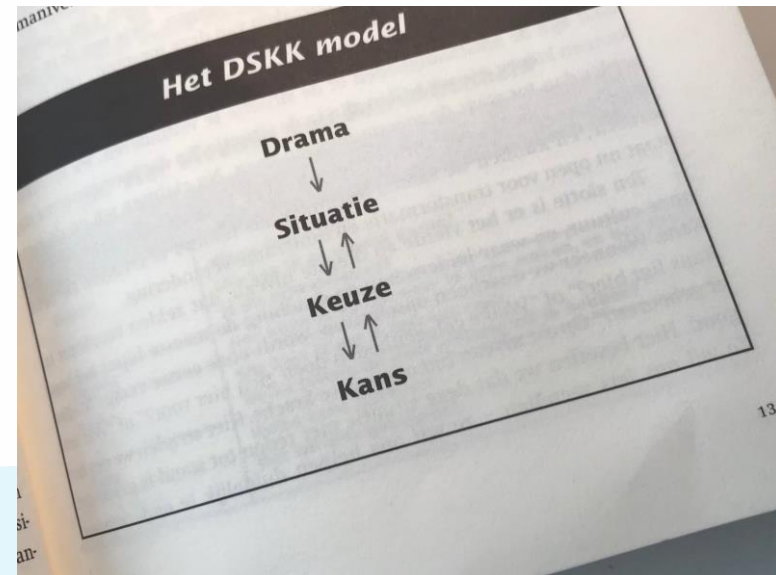
- Hoofd Denken
- Hart Weten
- Emotie Voelen



Vier niveaus van betrokkenheid

Ofwel vier niveaus van bewustzijn.

Een hulpmiddel voor het omgaan met dagelijkse ervaringen met aandacht voor de intuïtie, de intelligentie van het hart.



Vier niveaus van betrokkenheid

Drama

Wat overkomt me nu? Wie zit hier fout?

Situatie

Hoe lossen we dit op?

Keuze

Wie wil ik in deze situatie zijn?

Kans

*Welke kans ligt hier?
Wat wil hier gebeuren?*

1. Drama

Wat overkomt me nu?
Wie zit hier fout?

2. Situatie

Hoe lossen we dit op?

3. Keuze

Wie wil ik in deze situatie zijn?

4. Kans

Welke kans ligt hier?
Wat wil hier gebeuren?

Link naar youtube met Alan Seale

Four levels of engagement

<https://www.youtube.com/watch?v=kGcSGpjSU7Y>

Oefeningen

- 4 niveau's van betrokkenheid
- Verbeelding

Afronding

- Wat denkt u nu?
- Wat weet u nu ?
- Wat voelt u nu?

