



POSITIONERINGS-OEFENING

WAAR BEN IK OVER 5 JAAR?

Een positioneringsoefening als hulpmiddel bij individuele koersbepaling.

Doel:

Meer zicht krijgen op wat je eigenlijk wil (naar de toekomst toe).

Standpunt:

- Je wil sluimert, slaapt, je bent er meestal onbewust van, maar je wil werkt wel, stuurt je daden, vormt je voorstellingen over de toekomst;
- Een groter bewustzijn van je wil geeft meer mogelijkheden tot handelen, tot sturen in wat je wel/niet doet.

Werkmethode:

- Je verplaatsen in een situatie over 5 jaar;
Een aantal zaken - zoals werk, relaties, hobby's, enz. - zijn nu gegeven, maar kunnen er straks heel anders uitzien.
Probeer je los te maken van datgene waaraan je nu vastzit en kijk wat bovenkomt/te voorschijn komt wanneer je - m.b.v. een ander - je verplaatst in een toekomstige situatie;
- Je spreekt dit uit, vertelt het aan de ander die luistert en vragen stelt. Dit is iemand die je goed gekend hebt en na 5 jaar weer ontmoet, òf - het is een journalist die jou interviewt;
- Deze ander probeert je zo veel mogelijk concreet in de situatie te brengen. Hoe concreter de voorstellingen zijn/worden, hoe beter.

Spelregel:

Elke vraag moet beantwoord worden, tenzij ze de privacy van de ander teveel geweld aandoen.

Procedure:

In trio's A, B en C.

- 1 - A vertelt;
B luistert en vraagt;
C luistert en let op de tijd, procedure en helpt alleen wanneer het gesprek tussen A en B vastloopt. Het is een helpen om weer op gang te komen.
 - A, B en C wisselen de momenten van evidentiegevoel uit: ja, dat is heel reëel bij mij/voor hem of haar.
 - A schrijft op wat hij/zij wil vasthouden.
 - B en C bereiden zich voor op het volgende gesprek.
- 2 - B vertelt;
C luistert en vraagt;
A, enz.
- 3 - C vertelt;
A luistert en vraagt;
B, enz.

Het is een werken met voorstellingen over de toekomst, waarbij je in de spontaniteit jezelf dingen kan horen zeggen die je verbazen, verrassen - maar, die je achteraf heel realistisch kunnen voorkomen.

Het kan ook schrik veroorzaken. Maar, je wilt kleedt zich nu in deze voorstellingen. Over 5 jaar zal de werkelijkheid er ongetwijfeld anders uitzien.

Waarom dan toch deze oefening?

Je kan zo bewuster worden van de richting waarin je wilt gaan (niet zozeer van het concrete resultaat).