



# Hvordan bruke vår intuisjon i grupper?

27. november 2009

– Soria Moria –

NITO Oslo og Akershus





# Vulkanos utløser kraft i lederskap





Vulkanos har oppmerksomhet  
på tilstedeværelse og  
tydelig kommunikasjon





# Vulkanos transformerer bevissthet for å utløse potensial





Aller først...

Alt starter med deg!





# Hva er intuisjon?

Snakk sammen i par





# Hva er intuisjon?

- En kapasitet som alle har
- En indre guide - fra det umanifesterte
- Gir retning, veiledning, sannhet, er raskt, uten rasjonell vurdering
- Gir oss informasjon om den sanne (ekte) tilstanden i en situasjon, relasjon, person eller oss selv





# Vår oppfattelse av virkeligheten

- Den manifesterte virkeligheten  
: partikkel informasjon (rasjonell / ego)  
- oppfattes av venstre hjernehalvdel
- Den umanifesterte virkeligheten  
: bølge informasjon (intuitiv / "bliss")  
- oppfattes av høyre hjernehalvdel
- Hele virkeligheten  
: all informasjon integrert  
(bevisst tilstedeværelse / Ditt Fulle Potensial)  
- oppfattes ved å bruke hele hjernen





# Øvelse

Jeg er... rolig





# Hvordan få kontakt med min intuisjon?







**Beta:** "våken" tilstand

**Alpha:** avslappet tilstand  
Før/etter søvn, lett trance  
Meditasjon.  
Inngang til det ubevisste

**Theta:** drømmesøvn,  
Dyp meditasjon  
Tilgang til det ubevisste

**Delta:** dyp søvn  
Dyp trance-liknende,  
ikke-fysisk tilstand uten  
kroppsbevissthet.  
Tilgang til det totale  
bevissthetsfeltet





La oss  
prøve!





Snakk sammen 2 og 2:

Hva opplevde du?





# Hvordan kom intuisjonen til deg?

- Klare følelser
- Klar visualisering (klarsynt / clair voyant)
- Klar hørsel
- Klar viten





# Hvordan stole på intuisjonen?

- Samle på dine erfaringer med intuisjon
- Ved å fjerne "grumset" i vannet blir det lettere å skille intuisjon fra annen "støy"
- I vår ubevisste bevissthet ligger våre følelsemessige og mentale blokkeringer





# Hvordan møte en blokkering?

- **Ignorerer** den – men den nekter å forbli ignorert på sikt
- **Fornekt** den – men den finner alltid en vei tilbake til din oppmerksomhet
- **Knus** den – men den kommer tilbake i en million biter
- **Hopp over** eller gå rundt den – men den er der fortsatt, bak deg
- **Gå inn i** dramaet og spillet – men du vil bare forsterke blokkeringen!
- Gi den oppmerksomhet og **transformer** den – så du får en varig løsning og ny ressurs





# Hvordan transformerer vi?

- Lett blokkering:  
Observer – Aksepter – Slipp
- Dypere blokkeringer:  
Vi jobber med to teknikker
  - Tracking (**Holodynamics**)
  - Radical releasing (**Awakening Coaching**)





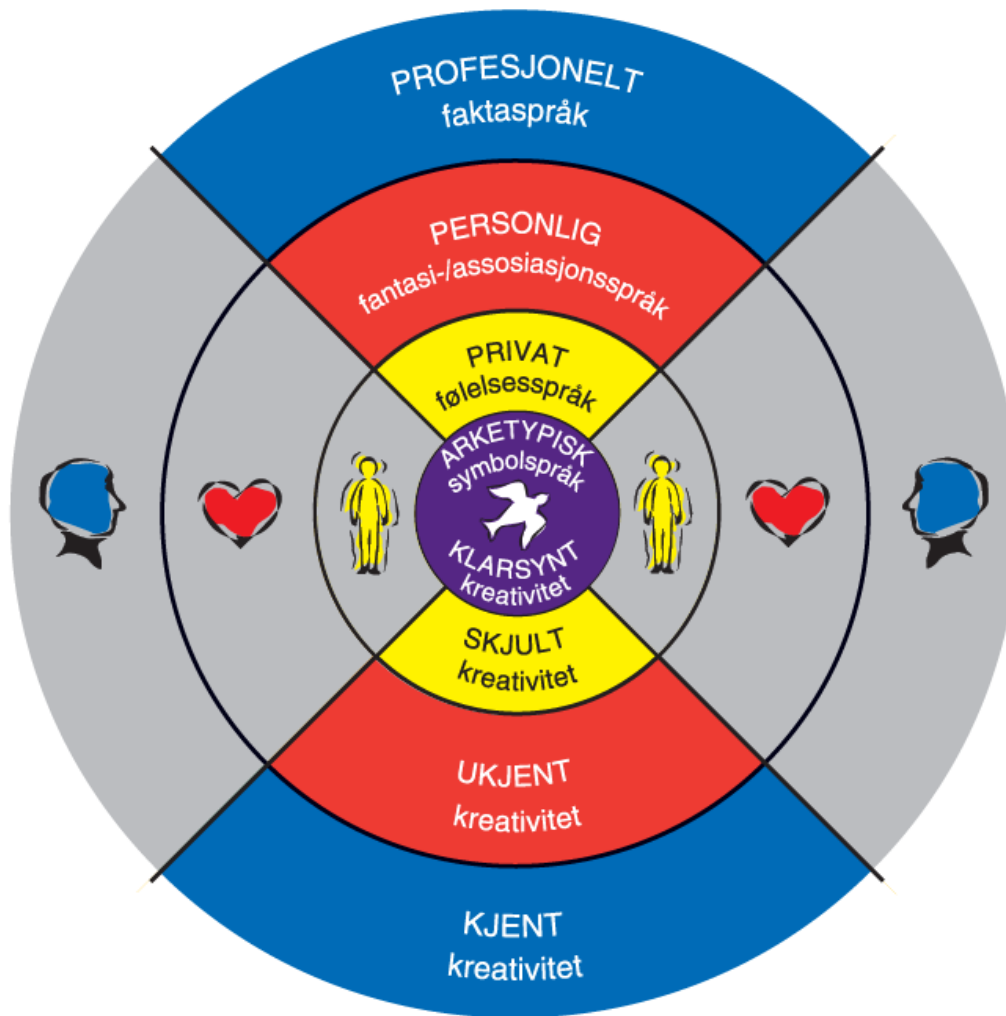
# Bruke intuisjon i grupper

- Krever trygghet og tillit i gruppen
- Gjennom felles forståelse av kommunikasjonens fire frekvenser (farger)
- Slik at vi våger å rette oppmerksomheten mot gruppens intuisjon





# Kommunikasjonsblinken





# Bli med oss videre...

- Få tilsendt vårt nyhetsbrev *Utbrudd* med nyttige artikler, tips & øvelser m.m.
- *Raskt til stede!* torsdag 3. des, kl. 09-16
- *Pusterom* på tirsdag 15. des. kl. 18.30-21
- Følg oss på Facebook, Twitter, LinkedIn og [www.vulkanos.no](http://www.vulkanos.no)





Takk for oss!

