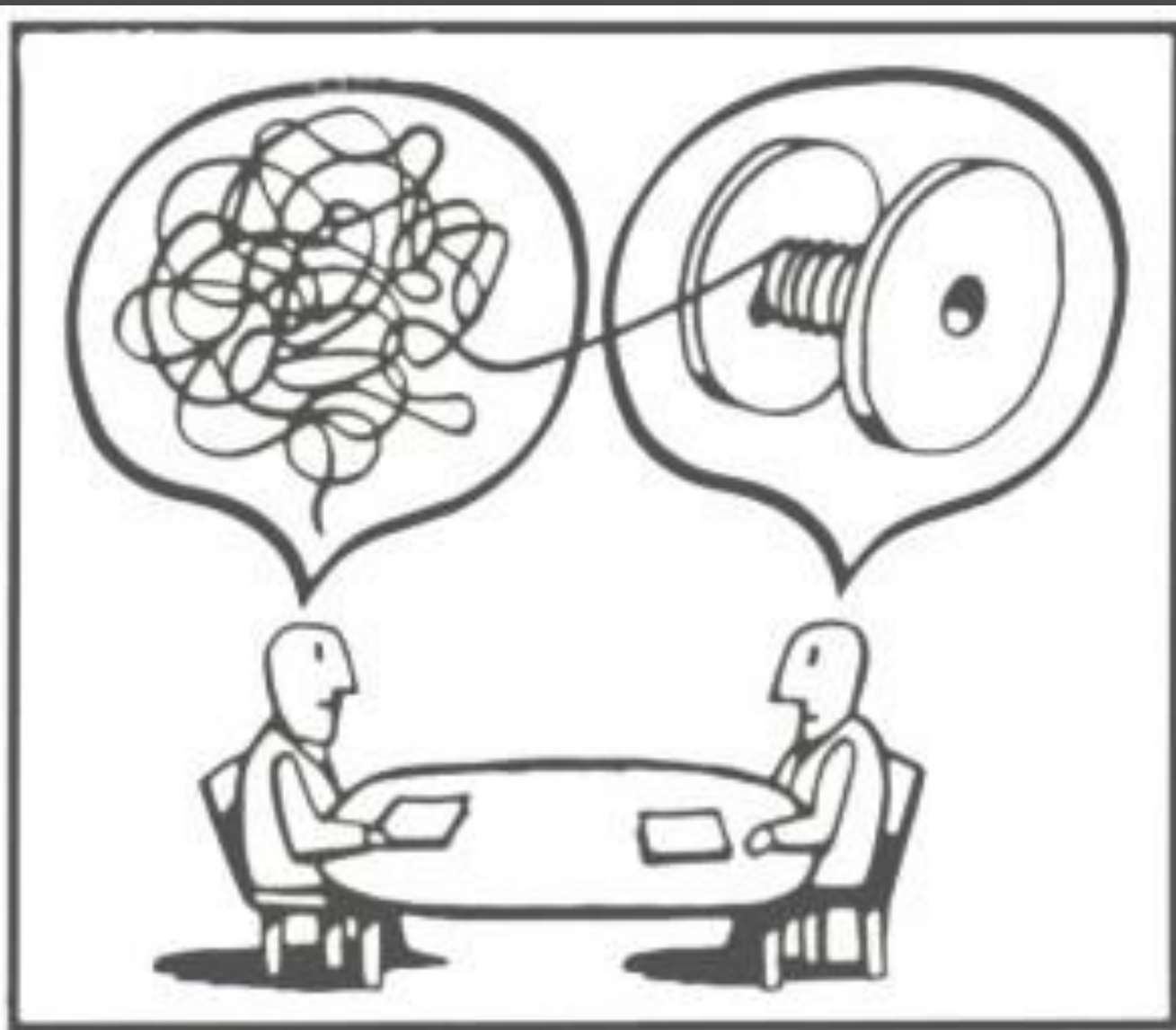


Нейролінгвістичне програмування

Значення НЛП

- Нейролінгвістичне програмування (НЛП) - напрям у психотерапії та практичній психології, який не визнається академічною спільнотою.
- Являє собою процес моделювання унікальних для кожної людини усвідомлених і неусвідомлених типів поведінки, спрямованих на те, щоб постійно рухатися до все більшого розкриття свого потенціалу.
- По суті своїй НЛП - це дослідження нашого мислення, поведінки і мовних можливостей, за допомогою яких ми можемо вибудувати набір ефективних стратегій. Ці стратегії можуть допомогти нам прийняти рішення, побудувати стосунки, почати свій власний бізнес, керувати групами людей, створювати рівновагу у своєму житті.

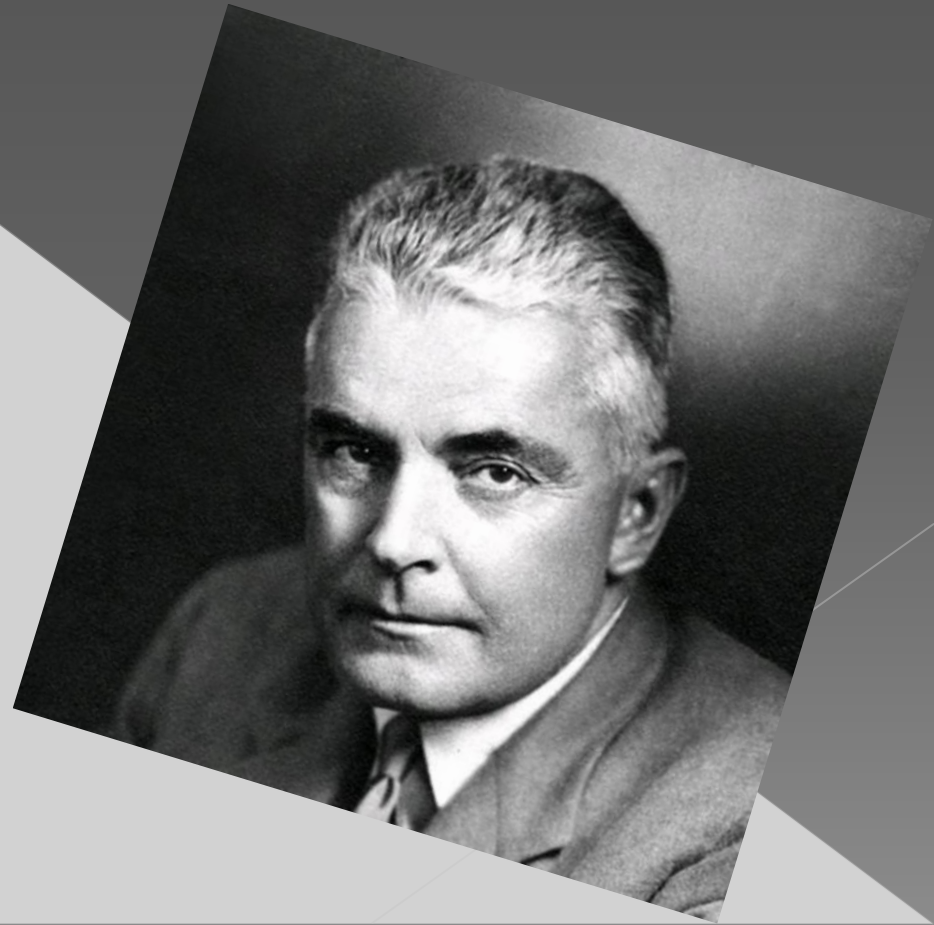


НЛП — это умение понимать людей

- Нейро - це уклад нашого мислення, його характер. Наш світогляд, наші стереотипи, що виникли з контакту з навколишнім середовищем і суспільством. Ключ до особистого і ділового успіху знаходиться в першу чергу в нас самих, і вивчення того, яким чином ми думаємо, дозволить нам розкрити наші внутрішні ресурси.
- Лінгвістичне - наша мова - невід'ємна частина нашого життя. Спершу, ми не замислюємося, як багато для нас означає мова, зокрема для життя в соціальному середовищі. Навчання розумінню та управління структурою нашої мови відіграє ключову роль у цьому світі, де все більше і більше цінується здатність до спілкування.
- Програмування - ми керуємо своїм життям за допомогою певних стратегій. Усвідомлюючи ці стратегії, ми забезпечуємо собі вибір: продовжувати діяти в тому ж ключі або спробувати розвинути наш потенціал нашу особисту ефективність.

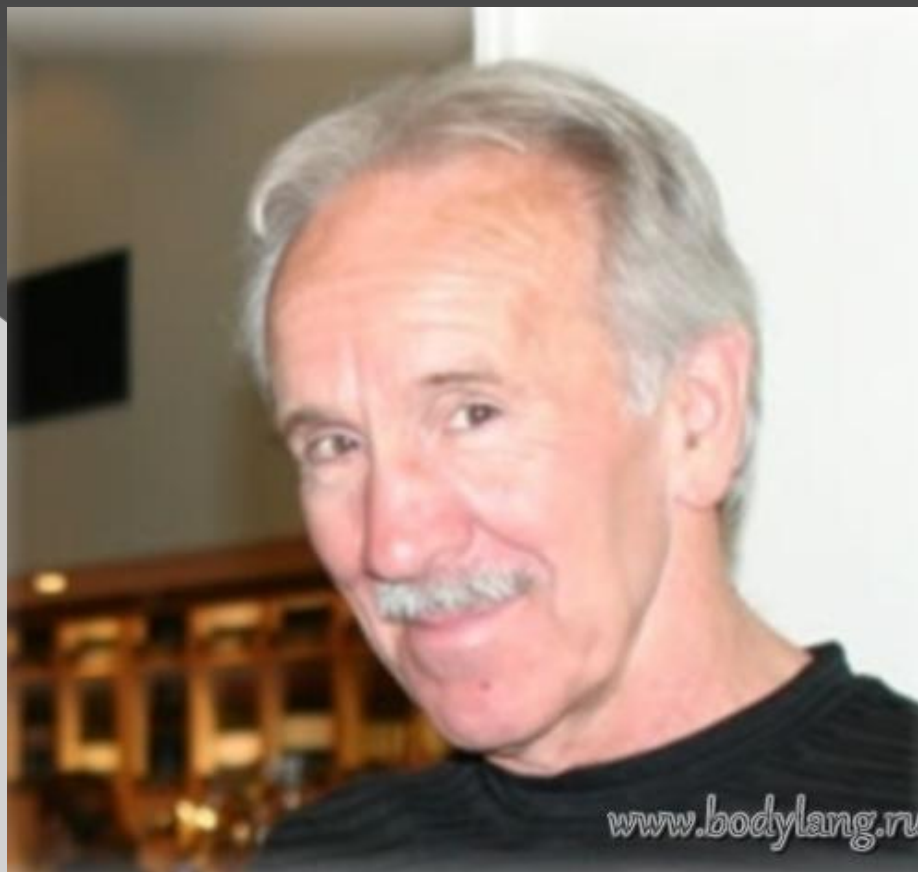


- НЛП, відоме також як «психотерапія нової хвилі», було розроблено в 1960-х - 1970-х роках групою співавторів, незабаром набуло популярності. Провідна роль у створенні належить Річарду Бендлеру (математик) і Джону Гріндеру (лінгвіст).
- Своїми попередниками автори вважають Грегорі Бейтсона, Мілтона Еріксона, сучасних нейропсихологів, що займаються розробкою межпівшарної асиметрії: права півкуля - образне, ліва півкуля "комп'ютерне", кібернетиків, в першу чергу - Карлоса Кастанеду.





- Річард Бендлер народився 24 лютого 1950 р в Нью-Джерсі - Американський письменник, співавтор (разом з Джоном Гріндером) нейролінгвістичного програмування.



- Джон Гріндер (Р. 10 січня 1940) - американський автор, лінгвіст. Будучи на десять років старше Бендлера, став супервізором в його групі семінарів гештальт терапії. У молодості працював таємним агентом ЦРУ в Німеччині, Італії та Югославії. Він також працював молодшим асистентом професора лінгвістики під керівництвом Грегорі Бейтсон в Кресж Коледж.

- Річард Бендлер і Джон Гріндер пояснюють, що в НЛП втілені ідеї про те, що наші карти, або моделі світу є викривленими репрезентаціями, зважаючи на особливості нейрологічного функціонування та обмежень, пов'язаних з ним.
- «Інформація про світ виходить рецепторами п'яти почуттів і потім піддається різним нейрологічним і лінгвістичним трансформаціям навіть до того, як ми вперше отримуємо доступ до цієї інформації, що означає, що ми ніколи не переживаємо на досвіді об'єктивну реальність, ще не змінену нашою мовою і нейролога»



- Грунтуючись на мовних сигналах тіла, зібраних експертними методами під час спостережень декількох психотерапевтів , що практикують НЛП, вважають, що нашу суб'єктивну реальність визначають переконання, сприйняття та поведінку, і, отже, можливо проводити зміни поведінки, трансформувати переконання і лікувати травми .
- Техніки, вироблені на основі даних спостережень, описувалися як «терапевтична магія», тоді як саме НЛП описувалося як «дослідження структури суб'єктивного досвіду». Ці твердження ґрунтуються на принципі, що будь-яка поведінка не виявляється випадково, але має структуру, яку можливо зрозуміти.
- НЛП застосовується в цілому ряді сфер діяльності: торгівля, психотерапія, комунікація, освіта, спорт , управління бізнесом, міжособистісні відносини, а також в духовних рухах і при спокушанні. Як серед практиків, так і серед скептично налаштованих людей існує значне розмаїття думок щодо того, що слід вважати НЛП, а що не слід.



Область застосування НЛП

- Під час появи нейролінгвістичного програмування його головним завданням була сфера комунікативних та мовних явищ. Згідно з уявленнями нейролінгвістичного програмування наш досвід складається з наших відчуттів і особливостей людини. В системі нейролінгвістичного програмування ні чітких граней того, що можливо пізнати, до того ж вважається, що краще дослідити досвід людини, ніж щось інше.
- У результаті цього з'явилося кілька областей застосування нейролінгвістичного програмування:

- різні психологічні явища, такі як фобії;
- несвідомі феномени: занурення в транс і інші несвідомі процеси;
- в медицині нейролінгвістичне програмування застосовується для управління больовими відчуттями і здоров'ям;
- вивчення парапсихологічних явищ: екстрасенси, провісники;
- бізнес, в основному використовується при тренінгу персоналу;
- повсякденні ситуації, такі як переговори, або ж просто розмова з дитиною;
- дослідження духовних станів і переживань людини;
- вивчення поведінки людини, а також з'ясування причин різкої зміни його поведінки;
- вдосконалення роботи з різними ситуаціями спілкування;
- моделювання поведінки деяких відомих особистостей, з метою дізнатися, як повів би себе ця людина в певній ситуації

Критика

- Варто зазначити, що НЛП іноді класифікується як паранауковий напрямок . Існує ряд досліджень ефективності НЛП з позитивним результатом, проте велика частина наукових експериментів говорять про неефективність методик НЛП і відсутність у них наукового обґрунтування. Деякі критики висловлюють сумніви в етичності застосування НЛП .
- Наукові огляди показують, що НЛП містить ряд фактичних помилок і не дає тих результатів, про які заявляють прихильники даного напрямку. Критики звертають увагу не тільки на відсутність достовірних експериментальних підтверджень ефективності НЛП, але і на характерні псевдонаукові риси, присутні в концепціях напрямку, його назві і застосовуваній термінології .



**Презентацію підготувала
студентка психологічного
факультету
2-В групи
Мендусь Надія**