

نموذج البرمجة اللغوية العصبية

إن منهج البرمجة النفسية اللغوية يتضمن مجموعة آليات "مدخل السبب والنتيجة" للخبرات الشخصية أو ما يطلق عليه "المدخل السلوكي" (وهو مبني على الدراسات الدقيقة للوقت والحركة والطرق القابلة للتطبيق في العلوم الطبيعية)، ومنهج البرمجة اللغوية العصبية يُعنى "بتفسير تصرفات الناس" ليس كسلالة بشرية ولكن كحالات فردية. إننا جميع نرى ونسمع ونشعر بالأشياء بشكل مختلف، وتمر مدخلات الحواس بعدد لا نهائي من "المرشحات" التي تصنعها ذاكرتنا وذاكراتنا ومشاعرنا ومدركاتنا السابقة، ومن خلال هذه المرشحات التي تختلف من شخص لأخر نمر بجزئتنا الخاصة ونحدد رؤيتنا للعالم وهو ما سنطلق عليه (رؤيتنا الخاصة للحقيقة). في نموذج البرمجة اللغوية تتضح الخبرة في صورة عمليات متتالية، أو نظام يشتمل على: الحواس الخمس المعروفة، وكيفية توجه الفكر إلى الداخل وإلى الخارج، كما يوضح الشكل وحدة العقل والجسم، إن منهج البرمجة النفسية اللغوية يشبه جبل الجليد فهو لا يعكس فقط الجزء الطافي من خبرة الإنسان بل أيضا الجزء المغمور وهو الجانب الداخلي أو الشخصي من الخبرة، ويلاحظ أن كل شخص يتصرف طبقا لقيمه ومشاعره ومعتقداته ورغباته ومحفزاته الخاصة، إن "خبرتك" تختلف ليس فقط عن خبرتي ولكن عن كل خبرات الآخرين. ببساطة إننا جميعا قادرون على تحقيق التفوق الشخصي، وهذا يصبح حقيقة حينما نتفهم ونوجه خبراتنا تجاه نتائج حقيقية

واليك احد الفرضيات الاساسية التي بني عليها علم البرمجة اللغوية العصبية :

الخريطة ليست الأرض التي تمثلها .

لكل منا خريطة شخصية عن العالم تعبر عما يجري حولنا، وماذا تعني الأشياء بالنسبة لنا، واعتقاداتنا ومشاعرنا نحوها، وتعبر أيضا عن مدركاتنا أو عن مدى فهمنا لها كخبرة أو كحقيقة، إن صنع كل هذه الخرائط يجري في أذهاننا بينما نسعى لفهم العالم الذي نعيش فيه، وبهذه العقلية المرتبة فإن كل جزئية صغيرة من الخبرة ستجد لها مكانا تصف فيه ويكون لها معنى .

ابدأ بالتفكير في هذه الفرضية (كمدبر وقائد) في أي موقف تجد نفسك فيه :

- لاحظ أن الناس في حالات كثيرة يتجادلون ويصرون على أن الأسود أبيض بدلاً من محاولة تغيير وجهات نظرهم .
- تعرف أيضا على المقولة التي تشير إلى أن المتفائل يرى نصف الكوب المملوء بينما لا يرى المتشائم إلا النصف الفارغ، وهذا يدلنا على أن الاتجاه العام للناس هو رؤية الأشياء من خلال إدراكاتهم الفردية الخاصة .
- تتضمن تقارير شركات التأمين عن الحوادث شهادات متناقضة للشهود حول نفس الحادث، وهذا يعكس وجهات النظر الشخصية لهؤلاء الشهود، ويؤكد على أن "الخبرات الحقيقية" تختلف اختلافات بينة، وينطبق ذلك على عديد من أمور الحياة اليومية، فإذا لاحظت أن وجهة نظرك الشخصية حول السلوكيات والأحداث تشكل رؤية مختلفة عن الآخرين فتذكر أن لكل منا (خريطته الشخصية عن الحقيقة) .

لاحظ كيفية توصلنا لاستخلاصات مختلفة حين نتعامل مع نفس البيانات ، سواء كان ذلك في اجتماعات العمل ، أو في الحوارات الاجتماعية أو في التصرفات العائلية تجاه نفس الأحداث ، كل ذلك يصور لنا كيف نترجم " الحقائق " الموضوعية الواضحة بشكل شخصي .

إن كل هذه الاختلافات تحدث في أذهاننا بشكل فردي ، حيث تمثل خبرات الحياة لكل منا مرشحا غير مدرك تمر كل المعلومات التي نحصلها بالرؤية والسمع والإحساس من خلاله ، كما أنه يمثل حاجزا لا يمكن تجاوزه يفصل بين الشخص و " الأرض " ، وهذه المرشحات تقوم أحيانا بتحريف أو بالتقليل من شأن خبراتنا وقد تعوقنا عن تحقيق رغباتنا أو إنجازاتنا ، ومعرفة هذه القيود التي نفرضها على أنفسنا سندرك حجم الاختيارات التي لم نستخدمها ، والتي لو اخترناها لأمكننا أن نحقق قدرا أكبر من النجاح .

حاول الآن وابحث حولك عن أمثلة لهذه الفرضية : استمع إلى الحوارات في العمل وكيف أن الآراء تتباين حول ما يُنشر في الصحف أو يعرض في التلفزيون ، كما تتباين بين الدول والمجموعات العرقية والأحزاب السياسية ، أو بين الآباء وأبنائهم المراهقين ، راقب كل " الخرائط " ومدى تنوعها ، وابحث عن الحقائق بدلا من التمسك " بخريطتك الخاصة " ، واعمل على إثراء خبرتك بالنظر من زاوية أخرى .