الخبرة الشخصية و التفكير والتصرفات

الخبرة الشخصية

إن الخبرة الشخصية تتضمن ما يجري داخل عقلك وأيضا ما يدور في العالم من حولك ، وحتى الآن لا يمكن لإنسان أن يدعي أنه يعرف كيفية تفكير أي شخص أخر ، أو فيم يفكر ؟ نحن جميعا نظن أننا نعرف الحقيقة الموضوعية ، وهذا غير حقيقي حيث أن ما يطلق عليه الخبرة ، أو التجربة متباين من شخص لآخر فجميعنا نكون مداركنا عن العالم الذي نعيش فيه بشكل شخص وفريد ، حيث نرى الأشياء بصور مختلفة ، فلكل منا اتجاهاته وقيمه ومعتقداته التي تعمل معا لتكوين " مقدرتنا العقلية " الخاصة بكل منا ، والتي قد لا ترضي بعض الناس ، وقد تبدو تصرفات البعض غير ملائمة من وجهة نظرنا ، ولا يمكن أن يدعي أي إنسان أنه يحتكر معرفة ما يطلق عليه العلماء " الحقيقة الموضوعية " .

وعلى عكس الظواهر الخارجية لا يمكن اختبار خبراتنا الشخصية الفريدة داخل المعامل ... وهذه حقيقة يقبلها منهج البرمجة اللغوية العصبية كما يسعى إلى تبسيط فهم هذه الخبرة الشخصية حتى يمكن تحسين أداء المستفيدين من هذا المنهج .

ولتحقيق هذه الغاية فهو يوفر برامج بسيطة عن طبيعة عملية التفكير وعن كيفية تأثير تلك العملية على أفعالنا ، ويشرح بشكل خاص كيف تعمل حواسنا الخمس بحيث تمر مدخلاتها بعملية ترجمة . تستكمل عملية الفهم والإدراك . إلى معانٍ ومفاهيم تشكل الخبرة الشخصية ، وهذا يمكننا من التواصل بشكل أكثر موضوعية مع أشياء قد تكون شخصية جدا ، ومن خلال هذا المنطلق يمكننا أيضا فهم الآخرين بصورة أفضل والتواصل معهم بطريقة أكثر فاعلية ، بحيث نتمكن من زيادة السيطرة على مقدرات حياتنا .

التفكير والتصرفات

إن التفكير بشكل مختلف ، يجعلك تتصرف مختلف وبالتالي تحصل على نتائج مختلفة

يميل الإنسان دائما إلى أداء الأعمال التي يفكر فيها أكثر من غيرها ، لذا فمنهج البرمجة اللغوية العصبية يوفر لنا بعض التقنيات البسيطة التي تساعدنا على تغيير أسلوب تفكيرنا . وهذا الجزء النفسي من المنهج والذي يؤدي إلى نتائج واضحة ، وفي هذا الصدد يقول الفيلسوف والفيزيائي الفرنسي " رينيه ديكارت " 1596 – 1650 : " أنا أفكر إذن أنا موجود " ، والأمور التي نفكر فيها عادة كثيرا ما تترجم إلى أفعال تؤدي إلى التغيير ، حينئذٍ تصبح الأفكار نتائج وإنجازات قد تكون ناجحة وقد تكون فاشلة .

لقد سعى الفلاسفة عبر القرون الماضية لسبر أغوار الغموض الذي يلف العقل البشري ، كما احتار العلماء التجريبيون في التعرف على كل ما نطلق عليه (الخبرة الشخصية أو الذاتية) ، لقد أصيبوا بالارتباك حين حاولوا فك هذا اللغز ، وفي المقابل نجد منهج البرمجة اللغوية العصبية يتقبل هذه الخبرة الشخصية المتوازنة ، وبدلا من تجاهل ما هو غير مرئي أو غير مدرك بالحواس يعمل جاهدا لإيجاد منهج لتشكيل بنيان منطقي لحل هذه المعضلة ، إنه يتقبل ما يقبله معظم الناس بداهة ، من أن لنا عقلاً ووعياً وأيضاً (صندوقاً أسود) يحتل مكانا ما بين المسببات الخارجية وتأثيراتها .

All Rights Reserved © Arab British Academy for Higher Education