

człowieka. Szkolenie jest sposobem na to, by człowiek nauczył się mieć wpływ na siebie i swoje życie.

– Wiemy o postępach naszych kursantów, choć oczywiście nie wszystkich. Wielu z nich opisuje swój rozwój na naszym „Forum”, inne osoby wracają do nas po miesiącach i latach, chcąc kontynuować ścieżkę rozwoju osobistego. Przemiany i transformacje, jakich dokonują są zawsze cenną informacją dla nas – dzięki nim wiemy, że idziemy w dobrym kierunku podkreśla Szymon Berbek, trener NLP.

O programowaniu neuro-lingwistycznym w trochę bardziej metaforyczny sposób, opowiada Rafał Daniluk – coach i trener rozwoju osobistego, menedżer Ogólnopolskiej sieci klubów rozwoju osobistego ProActive oraz menedżer i trener Stowarzyszenia programowania neurolingwistycznego „NLP Polska” – Ktoś kiedyś zauważył, że świat, który budujemy w swojej głowie jest nakładką na ten, który wydarza się w chwili obecnej. Nakładka zbudowana jest z myślo-kształtów naszych 5 zmysłów. Stwierdził też, że umiejętności jakie posiadamy są strategiami, więc można je poznać, rozłożyć na części pierwsze i uczyć się ich. I wtedy się zaczęło...

śniają: – NLP przede wszystkim pokazało, że nie samo narzędzie jest efektywne, ale sposób jego użycia. Gdy na przykład przyjrzymy się hipnozie okaże się, że sam tekst to małe fragmenty całości, dochodzi do tego jeszcze intonacja i wariacje głosu, autorytet trenera, jego umiejętności kalibracyjne i elastyczność dzięki której odnajdzie się w każdej sytuacji i rozwieje wszelkie wątpliwości klienta – wyjaśnia Szymon Berbek. – Jak zatem zbadać skuteczność małego fragmentu całości - Modelu Miltona - stworzonego przez Bandlera i Grindera nie biorąc pod uwagę całej reszty? – sam siebie pyta się Berbek. – To synergia wielu umiejętności przyczynia się do skuteczności, a te trudno zbadać metodą naukową w tym kontekście. Na szczęście niektóre rzeczy można zbadać i potwierdzić bądź obalić – i tu nauka jest bardzo przydatna i NLP powinno czerpać z niej garściami – szybko odpowiada.

Rafał Daniluk kwituje krótko: – To zbyt duża generalizacja. Znam psychologów z doktoratami korzystających z NLP i znam takich, którzy nie uznają tego systemu.

I coś w tym jest. Jeśli porównywać NLP do magii, to na szkoleniach dzieją się „rzeczy magiczne” – rozentuzjasmowane grupy, wiara w to, że to, czego się uczą, pozwoli



## **Nie jest tajemnicą, że wśród środowiska akademickiego jest wielu, którzy stosują szkolenia i niepotwierdzone techniki NLP, legitymizując je swoimi dyplomami. Naukowcy odsyłają takich ludzi do „Kodeksu etycznego zawodowego psychologa”**

– Efekty jak na każdym szkoleniu zależą od chęci i zaangażowania ucznia, od miejsca z którego startuje, od jego otwartości, czasu zainwestowanego w ćwiczenia i także oczywiście od umiejętności nauczyciela – mówi Rafał Daniluk, trener NLP. – Efekty są także zależne od tematu szkolenia – wyjaśnia.

Zarzuty, że świat naukowy odrzuca praktyki NLP, są przez samych trenerów jakby ignorowane. Jednocześnie wyja-

wyć z każdego problemu. Praca nad sobą – w wielu przypadkach ciągła pomoc trenera. Zawsze można wysłać maila z pytaniem, z prośbą o wsparcie. Wedle tego, co mówi Michał Garapich, potwierdza się, że ludzie zrezygnowali z jednej religii na rzecz kolejnej. Ciągły kontakt z trenerem i jego rady, przywodzą na myśl znaną z religii chrześcijańskich, spowiedź i rady kierownika duchowego, który czuwa nad naszym rozwojem duchowym.

Z punktu widzenia antropologa społecznego sprawa jest jasna. – Magia NLP polega na operowaniu, onieśmieleniu ludzi swoim pseudo-naukowym blichtrzem, ale w tym tkwi właśnie jej efekt, gdyż wówczas ludzie rzeczywiście mogą pewne rzeczy w swoim postępowaniu poprawić czy jakoś polepszyć swoje kognitywne umiejętności – wyjaśnia dr Michał Garapich.

### **KTO PRZECIW?**

Cytowany już Derren Brown uczęszczał na szkolenia NLP, prowadzone przez ich twórcę, Richarda Bandlera. W „Sztuczkach umysłu” wspominał to w ten sposób: „Ponieważ te kilka dni spędzone w towarzystwie setek przyszłych terapeutów zniechęciło mnie do zawodowego praktykowania NLP, nie miałem zamiaru już więcej z nikim się kontaktować. Po roku otrzymałem jednak list, który przypominał mi, abym zadzwonił i porozmawiał o przedłużeniu moich uprawnień. Zignorowałem go, jednak po niedługim czasie przyszło następne powiadomienie, którego autorzy oświadczyli, że z radością przyślą mi nowy certyfikat, jeśli tylko się