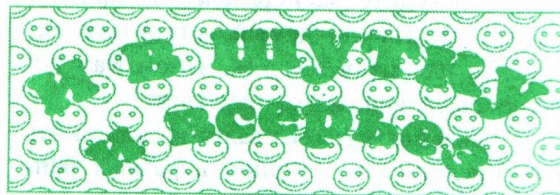


Фицук Борис Владимирович



Любой из нас наверняка задавался вопросом: “Как именно я думаю?”

Существует множество сложных теорий мышления, однако в данной статье мы не собираемся утомлять Вас длинными рассуждениями.

В 1972 году в США родилась новая область знания, известная как “Нейролингвистическое программирование”, сокращенно “НЛП”.

Авторы НЛП – Ричард Бэндлер и Джон Гриндер – в числе прочих открытий обнаружили связь между мыслительными процессами и движениями глаз человека.

Для начала расскажем о так называемых репрезентативных системах.

Весь жизненный опыт человека представлен всего лишь в трех репрезентативных системах:

1. Визуальной.
2. Аудиальной.
3. Кинестетической (чувственной).

Вспомните, как в ясный солнечный день Вы находились на пляже.

Вы видите линию берега, солнце, небо. Это визуальные воспоминания (Вв).

Вы слышите шелест ветра, голоса людей. Это воспоминания аудиальные (Ав).

Вы чувствуете, как припекает солнце, может быть, ощущаете запах воды, чувствуете, как все тело расслабилось. Это кинестетические переживания (К).

Теперь достаточно подробно представьте себе следующее.

Из воды вышел розовый крокодил в цилиндре и с тросточкой.

Сконструировали картинку? То, что Вы сделали, называется визуальной конструкцией (Вк).

И, представьте себе, крокодил зашел!

Но прислушайтесь: *он поет “Чижика-ныжика” (или любую Вашу любимую песню), но значительно быстрее, чем надо, и очень писклявым голосом.*

Сконструировали звук? То, что у Вас получилось, называется аудиальной конструкцией (Ак).

Интересно, что в области кинестетики конструкции не бывает.

Вы не можете представить себе то, что Вы никогда не чувствовали.

Давайте нарисуем глаз (см. рис.).

Мы утверждаем, что движения глаз однозначно связаны с той системой репрезентации, в которой в данное мгновение мыслит человек.

Передвигая глаза в соответствующую область, Вы получаете доступ к переживанию в данной репрезентативной системе. Это явление называется “Глазные сигналы доступа” (ГСД).

Например, если Вы попросите человека представить себе собаку с пятой ногой, его глаза обязательно сделают движение влево-вверх.

Проведите эксперимент. Попросите кого-то из Ваших друзей устроиться поудобнее напротив Вас так, чтобы Вам хорошо были видны его (ее) глаза.

Давайте ему (ей) задания вспомнить или представить что-либо в разных репрезентативных системах.

Для начала Вы можете взять примеры из этой статьи, а потом можете смело предаться полету фантазии.

Наблюдайте за движениями глаз,

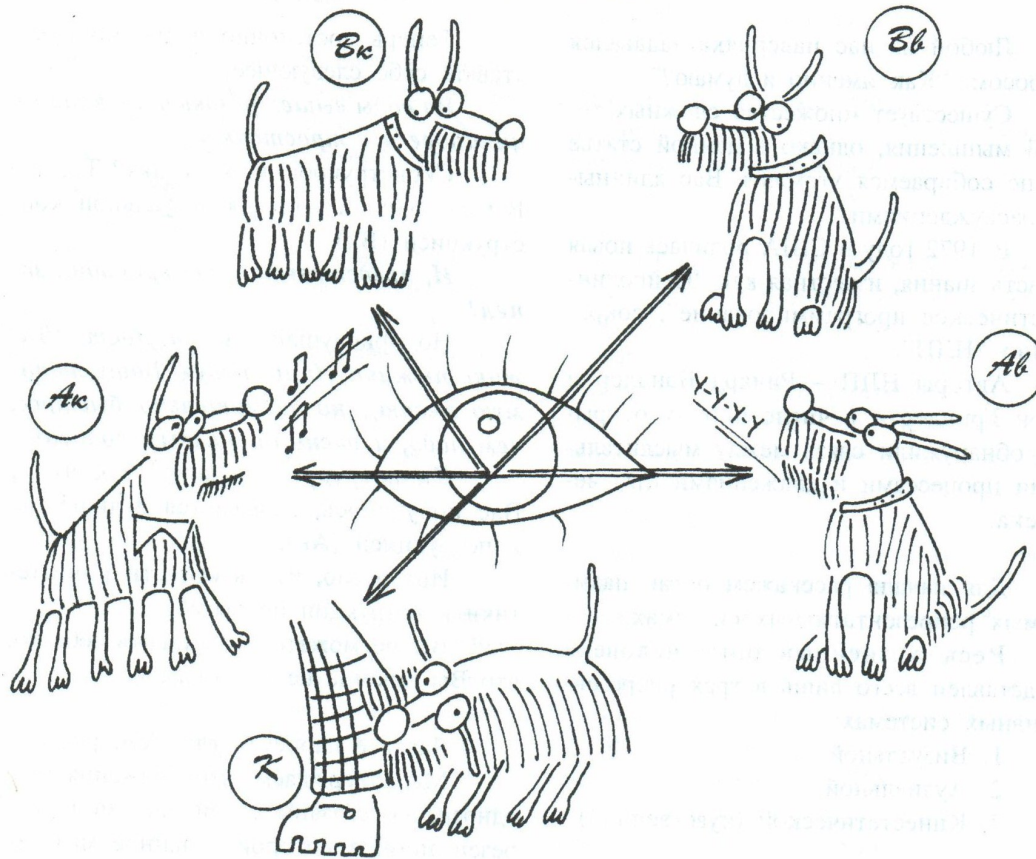
сравнивайте со схемой ГСД. Неправда ли, интересно?

Примечания:

1. Если Ваш "подопытный" левша, у его глаз тоже "перепутаны" лево и право.

2. Иногда глаза человека совершают целый танец "в ответ" на простенький вопрос.

Почему так происходит и как это использовать, Вы узнаете, начав изучение НЛП.



НАШИ АВТОРЫ

*Фицук Борис Владимирович,
НЛП-практик, начальник отдела по
работе с коммерческими банками,
компания "Юнион Кард - Петро".*