

GHIDUL DE PROGRAMARE NEUROLINGVISTICĂ

Volumul I

**Aplicații practice în
psihoterapie, coaching și psihologie**

**Robert Dilts
John Grinder
Richard Bandler
Judith DeLozier**

Traducere: Roxana Comșa

Editura VIDIA
București, 2014

CUPRINS

PREFAȚĂ	11
CUVÂNT-ÎNAINTE	15
I. INTRODUCERE	23
1. Modelarea	25
1.1 Harta nu este teritoriul	26
1.2 Un nou model	27
1.3 Structura modelelor	28
1.4 Modele științifice occidentale	31
1.5 Extinderea modelului științific modern	35
1.6 Eleganța în modelare	39
1.7 Sistemele de reprezentare: elemente de bază ale comportamentului	41
1.8 Sinestezia	49
Note la introducere	51
II. STRATEGIILE	53
2. Modele T.O.T.E. și strategii	53
2.1 Modele T.O.T.E. încorporate	57
2.2 Perfecționarea modelului T.O.T.E. cu ajutorul sistemelor de reprezentare	59
2.3 Aplicarea analizei reprezentăționale a modelelor T.O.T.E.	62
2.3.1 Acordarea sistemelor de reprezentare la o anumită sarcină	63
2.4 Modificarea notației T.O.T.E. pentru strategii	67
2.5 Implicațiile strategiilor	70
2.6 Mecanica strategiilor	75
2.7 Definirea strategiei	79

8 • Ghidul de programare neurolingvistică

2.8	Strategiile și „conștientul”	80
2.9	Descifrarea strategiilor inconștiente	88
2.10	Puterea formală a strategiilor	88
	Note la capitolul II	91
III.	ELICITAREA STRATEGIILOR	93
3.	Procesul de elicitare	93
3.1	Elicitarea strategiei	94
3.2	Descompunerea strategiei	101
3.2.1	Descompunerea cu ajutorul predicatelor	102
3.2.2	Extinderea notației prin cvadruplă – Partea I	108
3.2.3	Descompunerea strategiilor cu ajutorul semnalelor de accesare	112
3.2.3.1	Mișcările oculare ca semnale de accesare	115
3.2.3.2	Semnalele de accesare gestuale	119
3.2.3.3	Modificări ale respirației	120
3.2.3.4	Schimbări de postură și de tonus	120
3.2.3.5	Schimbări de ton și de tempo	121
3.2.4	Utilizarea procedurilor de elicitare.....	122
3.2.4.1	Extinderea notației prin cvadruplă – Partea a II-a.....	125
3.2.4.2	Aplicarea noilor modificatori	128
	Note la capitolul III	138
IV.	UTILIZAREA	143
4.	Utilizarea	144
4.1	Formă <i>versus</i> conținut.....	145
4.2	Acordarea strategiilor	146
4.2.1	Identificarea și utilizarea punctelor de decizie	152
4.2.2	Stabilirea raportului	156
4.2.3	Flexibilitatea în acordarea strategiilor	158
4.3	Ancorarea – accesarea și reacesarea reprezentărilor	160
4.3.1	Cum funcționează ancorarea?	163

4.3.2 Ancorarea și utilizarea	193
4.3.3 Ancorarea și acordarea inaparente	195
4.3.4 Variația necesară	198
4.4 Idei și exemple: domeniile de aplicare în utilizarea strategiilor	199
4.4.1 Educație.....	199
4.4.1.1 Ancorarea și consolidarea în educație	203
4.4.1.2 Strategii de polaritate și strategii de motivare negativă în învățare	205
4.4.1.3 Feedbackul	206
4.4.2 Dezvoltarea afacerilor și organizațiilor	209
4.4.2.1 NLP în domeniul vânzărilor	212
4.4.2.2 Implicațiile NLP în publicitate.....	219
4.4.2.3 Recrutarea și selectarea	221
4.4.3 NLP în medicină și sănătate.....	223
4.4.3.1 Consimțământul avizat și interacțiunea cu pacientul	226
4.4.4 NLP în Drept	227
4.4.5 Implicațiile NLP în psihoterapie.....	232
Note la capitolul IV	245
V. PROIECTAREA.....	247
5. Proiectarea	248
5.1 Simplificarea	249
5.2 Reproiectarea strategiilor și rezultatelor neadecvate	251
5.2.1 Proiectarea indicatorilor de context și a punctelor de decizie	253
5.3 Proiectarea artificială	256
5.3.1 Condiții de formulare corespunzătoare în proiectarea artificială	261
5.3.1.1 Urmarea rezultatului	268
5.3.1.2 Reguli de bază în proiectare	268
5.3.1.3 Metarezultate	269
5.3.2 Aplicarea proiectării artificiale la grupuri	270
Note la capitolul V	279

VI. INSTALAREA.....	281
6. Condiții de formulare corespunzătoare în instalare	283
6.1 Instalarea prin ancorare	284
6.1.1 Ancorarea întregii succesiuni a unei strategii	285
6.1.2 Ancorarea unor etape individuale, fără legătură între ele.....	289
6.2 Instalarea prin repetare.....	293
6.2.1 Repetarea etapelor din cadrul strategiei.....	293
6.2.2 Repetarea semnalelor de accesare	297
6.2.3 Repetarea tiparelor sinestezice.....	298
6.3 Întreruperea strategiilor	300
6.3.1 Întreruperea prin suprasolicitare	300
6.3.2 Întreruperea prin diversiune	302
6.3.3 Întreruperea prin „centrifugarea” unei strategii	303
6.4 Fenomene de interferență	305
6.4.1 Reîncadrarea	308
6.4.1.1 Modelul T.O.T.E. pentru reîncadrare.....	309
6.4.1.2 Transcrierea unei reîncadrări	314
6.5 Instalarea și interferențele în cazul grupurilor și organizațiilor	336
6.5.1 Interferențele	342
6.5.1.1 Arbitrarea și negocierea.....	343
VII. CONCLUZIE	347
BIBLIOGRAFIE RECOMANDATĂ	351

PREFAȚĂ

Vine o vreme când, pentru a putea înțelege mai mult universul în care trăim, este util și adecvat să creăm noi domenii de studiu, să separăm noul de vechi, excepțiile de reguli și ce este util de ce era anterior incontestabil. Astfel putem îmbina învățăturile și experiențele obținute din diverse domenii de studiu în configurații care să permită o dezvoltare și o înțelegere superioare și care să aibă mai mult impact asupra noastră ca specie. Așa a apărut programarea neurolingvistică. De la bun început ținem să separăm NLP de numeroasele domenii din care își extrage informațiile și de domeniile, la fel de numeroase, unde NLP se poate aplica. În acest fel vom obține mai multă claritate și libertate pentru a delimita metodologiile și scopul fundamental proprii programării neurolingvistice.

Deși afirmația că întreaga cunoaștere este parte a unui singur domeniu este corectă, această abordare a învățării este total nepRACTICĂ. Separând biologia de chimie, mai târziu ele s-au recombinat, s-au influențat și s-au pus în valoare reciproc. Prin separarea electronicii de optică s-au obținut noi tehnologii și noi posibilități de aplicare. Programarea neurolingvistică ar putea fi descrisă ca o extindere a lingvisticii, neurologiei sau psihologiei; astfel de delimitări, deși s-ar putea să fie fictive, sunt de fapt utile pentru învățare și pentru dezvoltarea cunoașterii și au o utilitate practică și un impact în viața noastră. Aceste delimitări au drept scop aprofundarea studierii unui anumit domeniu. Prin scopul său, NLP se distinge de lingvistică la fel cum logica se distinge de filosofie și se distinge de psihologie la fel cum neurologia se distinge de alte ramuri ale medicinei. Deși interacțiunea acestor domenii aduce rezultate utile, lipsa interacțiunii în anumite situații este la fel de utilă, pentru ca progresele dintr-un domeniu să poată contribui la dezvoltarea unui alt domeniu. Chimistul, doctorul, psihologul, matematicianul își definesc mai bine scopul

12 • Ghidul de programare neurolingvistică

și își dezvoltă mai bine abilitățile lucrând fiecare strict pe domeniul lui, astfel încât, atunci când domeniile interacționează și se îmbină, să se obțină rezultate mai multe și mai utile. La începuturile gândirii occidentale, un antic grec spunea foarte bine:

Același, dar altfel.

Epictet

Am vrea să adăugăm că numai diferența creează o diferență și tot ea constituie vehiculul care asigură interacțiunea utilă între domenii. De exemplu, chiar dacă două propoziții în limba engleză pot utiliza aceleași litere, de la *a* la *z*, multe dintre aceste propoziții vor avea un înțeles diferit. E nevoie de ambele propoziții pentru ca limbajul și învățarea să nu fie sărăcite.

Prin urmare, NLP, studiul structurii subiectivității, își poate ocupa astăzi locul alături de alte domenii de studiu, dar cu propriile metodologii, cu propriul scop, extrăgând informații din orice domeniu și oferind ceea ce îi este specific. Evoluția ideilor, a abilităților conștiente și pragmatice poate astfel să meargă înainte.

Îți cerem doar ție, cititorule, să continui. Dacă dai pagina, ți se deschid noi posibilități pe care noi le considerăm utile, dar pe care cu ani în urmă nu le-am fi crezut posibile sau reale. Acum știm că sunt posibile și înțelegem că ele nu sunt decât începutul unui proces în continuă desfășurare. Orizontul a fost identificat. Aventura explorării este pentru aceia care își doresc atât povara, cât și bucuria confruntării cu puterea copleșitoare a noului.

CU SPERANȚĂ

NLP este produsul secundar neașteptat al colaborării dintre John Grinder și Richard Bandler, care și-au propus să formalizeze tiparele comunicării eficiente (terapeutice, de vânzări etc.). Când li s-au alăturat Robert Dilts și Judith DeLozier, NLP s-a conturat ca domeniu mai mult decât s-ar fi așteptat oricare dintre noi. Nu

numai că au fost formalizate modele și tipare utile din diverse activități, ci s-a cercetat modul în care au apărut acele tipare și modele, obținându-se un domeniu atât informativ, cât și practic și, mai ales... unic ca scop și metodologie. S-a dovedit încă o dată că suma este mai mare decât întregul. Pe măsură ce instrumentele NLP își croiesc drum în alte domenii și numărul practicienilor NLP este în continuă creștere, vom asista la minuni la fel de grandioase ca primul pas al omului pe Lună, eradicarea variolei pe Terra și puterea atomică. Putem fi martorii unor perspective extinse legate de ecologie, relativitate și drepturile civile, drepturile femeii și drepturile omului. Limitele potențialului uman în ce privește progresul și umanitatea, războiul și alte acte de gândire lipsită de discernământ sunt produsul secundar al experienței subiective. Dacă le înțelegem și le utilizăm cu eleganța și pragmatismul cu care a fost creată programarea neurolingvistică, avem toate șansele să descoperim nu doar cum Freud a făcut posibile teoriile lui Einstein, ci și o cale de a influența și prezice acele elemente care i-ar face pe oameni capabili să fie umani prin aprecierea subiectivă a ceea ce poate să ofere creația prin creație.

Cu subiectivitate,
Robert Dilts
Richard Bandler
John Grinder
Judith DeLozier

PROGRAMAREA NEUROLINGVISTICĂ

I. INTRODUCERE

Când un magician cu pelerină și joben îi cere frumoasei lui asistente să aducă un elefant imens în mijlocul scenei, stăm confortabil în scaune și ne pregătim să ne bucurăm de iluzie. „Gata!”, strigă el, iar uriașul Jumbo dispare la comandă. Zâmbim în sinea noastră, știind că „magia” a fost realizată cu ajutorul unor oglinzi, cu toate acestea ne simțim bine, ne lăsăm percepțiile să fie păcălite de un artist foarte talentat. Dacă ar fi să pășim pe scenă alături de magician și de asistenta lui, am pătrunde într-o altă lume – o lume în care oglinzile ar fi vizibile, iar elefantul ar fi atât de aproape încât i-am auzi respirația și am simți scena mișcându-se ușor când Jumbo se mută de pe un picior pe altul. Este puțin derutant să te afli chiar lângă „sursa” iluziei, dar, după ce aflăm exact cum se realizează „actul dispariției elefantului”, plăcerea noastră sporește, nu scade – învățăm să fim atenți și să ne bucurăm de talentul cu care magicianul își execută numărul, dar ne păstrăm și opțiunea de a trăi plăcerea iluziei în sine. Putem începe să înțelegem că abilitatea de a face astfel de distincții este o resursă excepțională și unică, a cărei semnificație transcende cu mult lumea scenei, oglinzilor și magicienilor.

Programarea neurolingvistică este un model despre lumea specială a magiei și iluziei din comportamentul uman și comunicarea umană – studiul componentelor percepției și al comportamentului care face posibilă experiența noastră. Denumirea de *programare neurolingvistică* se referă la ceea ce noi considerăm a fi procesul fundamental utilizat de toți oamenii pentru a codifica, a transfera, a direcționa și a modifica un comportament.

Ghidul de programare neurolingvistică, Robert Dilts și colaboratorii

Pentru noi, comportamentul este programat prin combinarea și ordonarea reprezentărilor sistemului nervos – imagini, sunete, senzații, mirosuri și gusturi –, indiferent dacă acel comportament implică luarea unei decizii, aruncarea unei mingi, un zâmbet adresat unei persoane de sex opus, vizualizarea ortografiei unui cuvânt sau predarea fizicii. Un anumit stimul este procesat printr-o serie de reprezentări interne, apoi este generată o reacție comportamentală specifică.

„Neuro” (din grecescul *neuron*, care înseamnă „nerv”) vine în sprijinul tezei fundamentale conform căreia toate comportamentele sunt rezultatul unor procese neurologice. „Lingvistic” (din latinescul *lingua*, care înseamnă „limbaj”) indică faptul că procesele neurale sunt reprezentate, ordonate și aranjate în modele și strategii prin intermediul limbajului și sistemelor de comunicare. „Programare” se referă la procesul prin care componentele unui sistem (în acest caz, reprezentările senzoriale) sunt organizate pentru a se obține rezultate specifice.

Indiferent de pregătirea sau ocupația pe care o aveți, probabil că la un moment dat ați interacționat cu o persoană, în contextul în care vă desfășurați activitatea, într-un mod eficient care v-a permis să obțineți un anumit rezultat important pentru voi, pentru cealaltă persoană și/sau pentru alți oameni. Poate că ați comunicat sau ați aflat o informație importantă, ați încheiat o vânzare, ați rezolvat o problemă și așa mai departe. Ulterior, deși erați mulțumiți de voi, e posibil să nu fi știut ce anume caracterizase și diferențiasse respectiva ocazie, eficacitatea, viteza și eleganța comunicării voastre de o situație normală.

Sau poate că ați cunoscut pe cineva sau ați petrecut timp cu o persoană care are succes într-un anumit domeniu și v-ați întrebat prin ce se caracteriza comportamentul său și prin ce se deosebea de comportamentul vostru sau de comportamentul altor persoane. V-ați întrebat, poate, care este acel lucru care îi permite să facă ceea ce pentru alții pare incredibil sau magic.

Sau, poate, voi înșivă aveți un talent sau o abilitate pe care ați vrea să le împărtășiți și altora, să-i învățați și pe alții, dar nu știți ce anume vă permite să faceți ceea ce faceți cu atâta eleganță și rafinament.

Această carte descrie modul în care se poate descompune și rearanja un comportament, cum sunt cele din exemplele menționate, în secvențe eficiente accesibile fiecărui membru al speciei. Ea îi va oferi cititorului un set de instrumente care îi vor permite să analizeze, să își însușească ori să modifice orice secvență de comportament pe care o observă la o altă persoană.

1. Modelarea

De-a lungul istoriei, oamenii au elaborat multe sisteme sau modele pentru a înțelege și a aborda universul în care trăim. Aceste modele de organizare și codificare a interacțiunilor dintre oameni în mediul lor au primit nume precum cultură, religie, artă, psihologie, filosofie, politică, industrie și știință. În general, fiecare model se suprapune cu alte modele și poate cuprinde în interiorul său modele mai mici, așa cum știința cuprinde fizica, biologia, oceanografia, chimia etc. și se suprapune cu industria în domeniul cercetării. Fiecare model este diferit de celelalte în ce privește partea din experiența umană pe care o reprezintă și o pune în evidență și în ce privește modul în care organizează și utilizează setul de reprezentări selectat. Toate sunt similare prin preocuparea lor esențială: rezultatele comportamentului uman.

Scopul fiecărui model este de a identifica tipare în interacțiunea dintre comportamentul uman și mediu, astfel încât comportamentul individual al oamenilor să poată fi sistematizat în contextul selectat pentru a se obține rezultatele dorite și de adaptare într-un mod mai eficient și mai consistent. De exemplu, oamenii de știință sunt educați să opereze în cadrul unui model specific care să-i ajute să își organizeze prioritățile comportamentale în privința colectării și interpretării datelor. Ei sunt instruiți să recunoască și să urmărească obținerea rezultatelor dorite – așa se întâmplă cu oamenii de afaceri, artiștii, politicienii și medicii.

1.1 Harta nu este teritoriul

Ca organisme participante la acest univers¹, noi, creatorii de modele, care concepem, perpetuăm și extindem modelele noastre culturale, *nu acționăm direct asupra lumii*. Acționăm prin intermediul unor interpretări codificate ale mediului, așa cum sunt ele receptate și percepute de sistemele noastre senzoriale de reprezentare – prin intermediul văzului, auzului, mirosului, gustului și senzațiilor kinestezice. Informațiile despre universul nostru exterior (și despre stările noastre interne) sunt receptate, organizate, consolidate și transmise printr-un sistem intern de căi neurale al căror punct culminant este creierul – biocomputerul nostru central. Aceste informații sunt apoi transformate prin strategii de procesare internă pe care le-a învățat fiecare individ. Rezultatul este ceea ce numim „comportament”. În NLP, *comportamentul este definit ca totalitatea reprezentărilor senzoriale percepute și exprimate la nivel interior și/sau exterior pentru care sunt disponibile probe de la un subiect și/sau de la un observator uman al aceluși subiect*. Aceasta înseamnă că actul de a schia pe o pârtie acoperită de zăpadă și actul de a-ți imagina că faci acest lucru trebuie să fie considerate în egală măsură comportamente în contextul programării neurolingvistice.

Desigur, atât macrocomportamentul, cât și microcomportamentul sunt programate prin intermediul sistemelor noastre neurologice. Macrocomportamentul este deschis și ușor de observat; așa cum se întâmplă, de exemplu, când conducem o mașină, vorbim, mâncăm, ne batem, ni se face rău sau mergem pe bicicletă. Microcomportamentul implică fenomene mai subtile, dar la fel de importante, cum sunt pulsul, ritmul vorbirii, schimbările în culoarea pielii, dilatarea pupilelor și evenimente ca vederea cu ochii minții și dialogul intern.

Evident, nu se poate spune că toți membrii speciei umane și-au însușit toate modelele de comportament transmise pe cale culturală, dar cei mai mulți dintre noi avem la dispoziție multe astfel de modele în sistemele noastre de reprezentare². Astfel, dezvoltarea acestor modele – și a comportamentului generat prin

intermediul lor – evidențiază multe aspecte despre sistemele neurologice ale indivizilor care le-au adoptat ca strategii pentru a-și organiza comportamentul. Cu alte cuvinte, diversitatea și gama comportamentelor umane, văzute în contextul modelelor care generează acele comportamente, ne spun foarte multe despre organizarea neurologică umană. Starea actuală a acestora – cel mai recent punct în dezvoltarea lor – reprezintă evoluția ideilor, înțelepciunea transmisă de la strămoșii noștri. În ultimă instanță, după ce se potolesc disputele economice, religioase și ideologice, modelele sunt păstrate sau se renunță la ele, în funcție de gradul de adaptabilitate și de utilitatea lor ca ghiduri pentru comportamentul membrilor speciei. Acceptarea sau respingerea, perfecționarea și extinderea acestor modele reflectă evoluția gândirii umane și a comportamentului uman.³

1.2 Un nou model

Programarea neurolingvistică reprezintă o extindere naturală a acestui proces evolutiv – un nou model. Este important să înțelegem că modele precum cele descrise în secțiunea I nu sunt pur și simplu „acolo”, undeva, exterioare nouă ca indivizi. Mai curând, politica, religia, psihologia și celelalte modele sunt moduri de a privi, de a vorbi și de a simți cu referire la același domeniu al experienței: comportamentul uman. NLP diferă de alte modele de comportament prin faptul că este, în mod specific, un model despre comportamentul nostru ca generatori de modele. Este ceea ce noi numim un *metamodel*, un model despre procesul de modelare în sine.

Un aspect implicit al NLP ca metamodel este largă sa gamă de aplicații practice. De la interacțiunile individuale până la dinamica grupurilor, corporațiilor și sistemelor de orice fel, parametrii comportamentali pot fi identificați, organizați și programați pentru a se obține rezultate specifice. După examinarea, sortarea și clarificarea aspectelor confuze și complexe întâlnite în viață, ce rămâne este un set de elemente și reguli comportamentale care, în ultimă instanță, nu sunt atât de greu de înțeles. În această carte vom descrie tehnici și aplicații provenite din NLP și concepute

pentru a fi folosite în interacțiuni comportamentale din orice domeniu al activității umane.

1.3 Structura modelelor

Construirea oricărui model implică identificarea și reprezentarea 1) unui set de elemente structurale și 2) a unei sintaxe. *Elementele structurale* sunt „pietrele de temelie” ale unui model. *Sintaxa* este setul de reguli sau instrucțiuni care descriu modul în care se pot asambla elementele structurale.

În modelele lingvistice, de exemplu, elementele structurale sunt, în mod tipic, cuvinte: structuri lexicale scrise și/sau vorbite. Sintaxa este setul de reguli gramaticale care dictează modul în care se pot combina cuvintele. Limba engleză are un vocabular destul de restrâns (aproximativ 36 000 de cuvinte); cu toate acestea, de-a lungul istoriei populației anglofone, au fost rostite milioane de propoziții diferite și au fost exprimate în cuvinte milioane de idei diferite. Acest lucru este posibil întrucât cuvintele pot fi asamblate urmând topici, succesiuni și forme diferite, care creează contexte particulare în care cuvintele evocă un înțeles și o semnificație specifice. Toate cărțile care s-au scris în limba engleză sunt compuse cu ajutorul aceluiași cuvinte utilizate iar și iar într-o altă ordine; cuvintele, la rândul lor, sunt formate prin asamblarea aceluiași 26 de litere ale alfabetului.

Pentru a vorbi fluent o limbă nu trebuie să memorăm toate combinațiile de cuvinte posibile acceptate ca fiind propoziții formulate corespunzător. Așa ceva ar fi imposibil. Totuși, cumva, știm că anumite înșiruri de cuvinte constituie propoziții care au un înțeles, în timp ce alte înșiruri nu au înțeles. De exemplu, să luăm fraza precedentă și să inversăm ordinea cuvintelor:

Înțeles au nu înșiruri alte ce timp în înțeles un au care propoziții constituie cuvinte de înșiruri anumite că știm cumva totuși.

Deși fiecare cuvânt în parte poate fi înțeles cu ușurință, această înșiruire nu ne lasă impresia că ar fi un enunț înzestrat cu

semnificație. Deoarece cuvintele sunt exact aceleași ca în fraza precedentă, dar într-o altă ordine, putem concluziona că o condiție a formulării corespunzătoare trebuie atribuită ordinii sau succesiunii în care vedem sau auzim cuvintele. Cu un vocabular finit și un set de principii generatoare limitat, cu o sintaxă, se poate crea o infinitate de propoziții formulate corespunzător schimbând ordinea cuvintelor într-o manieră adecvată. Pentru a învăța o limbă, nu este necesar decât să îi învățăm vocabularul și sintaxa.⁴

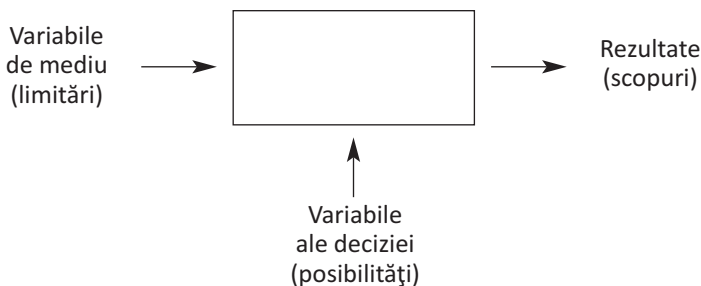
În fizica particulelor, electronii, protonii, neutronii și alte entități subatomice alcătuiesc setul de elemente structurale; sintaxa o reprezintă setul de reguli privind posibilele interacțiuni dintre diverse combinații de particule. În mod similar, modele precum activitatea bancară, guvernarea, arta, agricultura și producția de film sunt construite cu un set de elemente structurale și o sintaxă.

Programarea neurolingvistică ne arată că aspectele complexe ale comportamentului uman, asemenea numărului infinit de posibile propoziții formulate corespunzător într-o limbă, pot fi reduse la un număr finit de elemente structurale și la o sintaxă. În contextul modelului NLP, noi susținem că întregul comportament – învățarea, amintirea și motivația de a face o opțiune sau alta, comunicarea și schimbarea – este rezultatul unor succesiuni de reprezentări senzoriale ordonate sistematic. Multe dintre problemele și fenomenele care au creat dificultăți cercetătorilor din domeniul științelor comportamentale pot fi astăzi înțelese, previzionate și schimbate utilizând modelul NLP. Pentru a realiza acest lucru, într-un fel urcăm pe scenă alături de magician și începem să studiem oglinzile și întreaga aparatură a artei taumaturgice pentru a dobândi o nouă perspectivă asupra a ce se întâmplă înaintea, în timpul și după mișcarea baghetei magice care ne creează tuturor o serie de experiențe de-a dreptul fascinante.

Întrucât anumite aspecte legate de elementele structurale și sintaxa fiecărui model sunt percepute (sau definite) ca supunându-se controlului uman sau scăpând acestui control, fiecare

model include un alt model comportamental care identifică posibilitățile și limitările comportamentului uman vizavi de scopurile și rezultatele urmărite.

Dacă folosim o organigramă din teoria deciziilor, putem reprezenta vizual acest model după cum urmează:



Vom presupune că indivizii implicați în modelul reprezentat în această organigramă sunt de acord că *variabilele de mediu* cuprind toate acele dimensiuni ale experienței pe care *nu le pot* controla, iar *variabilele deciziei* cuprind toate acele dimensiuni ale experienței pe care *le pot* controla. De exemplu, membrii unui comitet director sunt de acord că pot hotărî când și unde să construiască o nouă fabrică în scopul de a crește producția și vânzările; la fel, acceptă că producția și vânzările vor fi afectate de inflație, de politica monetară a guvernului, de concurență și de cererea pieței, aspecte pe care nu le pot controla.

Tot așa, magicianul știe că sub privirile iscoditoare ale unui public atent, pe o scenă relativ mică, nu poate „să facă” să dispară un elefant care cântărește câteva tone – decât dacă folosește eficient aceleași constrângeri (variabilele de mediu) pentru a-și atinge rezultatul – actul dispariției. Rezultatele depind de contribuția atât a variabilelor de mediu, cât și a variabilelor de decizie.

De altfel, una dintre tendințele istorice importante în evoluția modelelor de comportament este transformarea experiențelor considerate la un moment dat variabile de mediu în variabile de

decizie sau utilizarea lor ca variabile ale deciziei. Această tendință se reflectă îndeosebi în recentele progrese tehnologice înregistrate în domeniul informaticii și al călătoriilor spațiale cu echipaj uman – modele mai eficiente care își propun să extindă potențialul comportamentului uman.

Așa cum industria informaticii și procesării informațiilor a înregistrat progrese uriașe în ultimii 25 de ani datorită noii tehnologii oferite de semiconductor (capacitatea de procesare care necesita cândva o mașinărie voluminoasă este acum disponibilă într-un cip cât gămălia unui ac), și noi ne dorim ca profesiile și științele comportamentale să progreseze în următoarele decenii ca urmare a noii tehnologii furnizate de programarea neurolingvistică.

1.4 Modele științifice occidentale

În multe culturi tradiționale străvechi, activitatea umană era percepută în mare parte ca fiind determinată de forțe pe care omul nu le putea controla și despre care se credea că își au originea într-un tărâm ce excede percepția umană. Când să însămânțeze, cum să facă față bolilor sau când să se mute dintr-o zonă în alta erau decizii influențate de aceste forțe – zeii, planetele sau alte entități ale căror metode erau fie capricioase, fie mai presus de înțelegerea omului.

Spre deosebire de acestea, modelele științifice occidentale se întemeiază pe experiența senzorială. Susținând că fenomenele senzoriale sunt elementele lor structurale sau pietrele lor de temelie, modelele științifice își extrag generalizările pe care le oferă ca principii conducătoare pentru comportamentul uman dintr-un domeniu al experienței care este, cel puțin ca posibilitate, accesibil tuturor membrilor speciei umane. Se realizează studii și/sau experimente pentru a se stabili dacă se pot descoperi anumite tipare (care adesea trebuie să fie măsurabile sau cuantificabile). Atitudinea care stă la baza acestui model este că orice fragment al experienței noastre poate fi înțeles și, în cele din urmă, controlat dacă ne preocupăm să studiem procesele care stau la baza respectivei experiențe. Tehnologia, aplicarea

sistematică a principiilor științifice pentru obținerea unor rezultate utile, evoluează pe măsură ce descoperim cum comportamentul nostru influențează un anumit set de elemente structurale în contextul fiecărei noi descoperiri științifice. Aplicațiile utile pot să fie foarte îndepărtate sau să aibă doar o legătură indirectă cu cadrul de referință imediat al unei noi descoperiri, dar utilitatea sau rezultatele practice devin adesea evidente dacă se fac cercetări.

Ca urmare a acestui proces, tot mai multe dimensiuni ale experienței din categoria variabilelor de mediu au fost transferate în categoria variabilelor de decizie. În trecutul nostru istoric nu foarte îndepărtat, cascadele – deși considerate frumoase și demne de admirație – erau considerate un obstacol în calea extinderii și dezvoltării industriei și comerțului pentru că împiedicau transportul și comunicația fluvială. Astăzi am învățat să le utilizăm ca sursă de energie hidroelectrică, fapt care, la rândul său, a deschis calea unor noi opțiuni privind transportul și comunicațiile. Sau un alt exemplu: în trecut, apariția mucegaiului pe pâine nu era pentru noi decât un semn că pâinea nu mai e comestibilă. Am învățat să folosim însă chiar și mucegaiul, extrăgând din el penicilina – una dintre cele mai importante și mai utile descoperiri medicale din istorie. Principiul inoculării în medicina preventivă implică transformarea bacteriilor și virusurilor asociate cu apariția anumitor boli în forme atenuate a căror introducere în organismul uman stimulează sistemul nostru imunitar pentru a ne proteja tocmai de acele boli.

Există multe astfel de exemple și toate au un tipar comun: fenomene care la un moment dat în istorie au fost considerate supărătoare, îngrăditoare sau chiar periculoase au fost studiate și înțelese suficient pentru a ne permite să le utilizăm în moduri benefice pentru noi. Ne-am extins sau ne-am schimbat modelele pentru a transforma fenomene problematice considerate a fi imposibil de controlat în contribuții valoroase la bunăstarea umanității, pe care să le putem controla. Fiecare dintre exemplele enunțate în paragraful anterior, luat în contextul său istoric,

a implicat trecerea unui fragment al experienței noastre din categoria variabilelor de mediu în categoria variabilelor de decizie, prin reîncadrarea sau restructurarea modului în care un fenomen problematic corespundea modelelor noastre. Tocmai continuarea acestui proces de transformare a variabilelor de mediu în variabile de decizie, clasificând și punctând modul în care variabilele corespund contextului, constituie obiectivul programării neurolingvistice. În cultura noastră modernă fundamentată pe tehnologie am inventat un număr mare de aparate și dispozitive pe care le folosim în activitățile cotidiene. Aproape fără excepție, aceste aparate au la bază, ca parte integrantă a mecanismului lor de funcționare, gravitația, electricitatea sau magnetismul. Cu toate acestea, o teorie adecvată a acestor forțe primare rămâne, pentru omul de știință, un țel greu de atins. Din fericire, modelele eficiente care asigură rezultatele pentru care au fost create nu necesită teorii complete și bine puse la punct. Cititorul va căuta în zadar o teorie a percepției, comunicării și experienței umane în aceste pagini. Scopul nostru este unul mult mai modest – un model al unui fragment din aceste activități umane complexe, un model care să funcționeze.

Pe parcursul dezvoltării modelelor științifice occidentale a existat o limitare majoră impusă posibilelor rezultate ale comportamentului uman, o limitare adânc înrădăcinată chiar în miezul empiric al metodologiei științifice. Dacă ne imaginăm în locul omului de știință, îmbrăcăm un halat alb scortșos și privim lucrurile prin ochii omului de știință, vom descoperi un univers de fenomene strâns legate între ele prin formule, legi, teorii și ipoteze – toate existând undeva, „acolo”, fie deja descoperite și explicate, fie așteptând să fie descoperite și explicate. Ce lipsește? Pentru a afla, dăm jos halatul, părăsim perspectiva omului de știință, facem câțiva pași înapoi și privim din nou. Omul de știință lipsește. Creatorul de modele, observatorul, analistul, matematicianul, inventatorul de legi, teorii și ipoteze – toți au dispărut. Conform propriei constrângeri empirice, sintaxa științei definește un model exterior al „realității” și, în același timp, îl exclude pe omul de știință din acel model. Prin definiție, controlul comportamental se află „acolo”, în model, nu în noi.