

# NLP در کلاس درس

نویسنده : کیت اسپوهرر

مترجم : فرشاد جابری

سوشناس: کیت اسپهرر spohrer Kate E مترجم: فرشاد جابری. -  
مشهد: ذهن و رفتار ۱۳۸۹ ۱۶۵ ص.: جدول، نمودار. -  
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۱۵۶-۴-۵

وضعیت فهرست نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی Teaching NLP In The Classroom C 2007  
Nlp در کلاس درس

موضوع: ارتباط در آموزش و پرورش ۲- تدریس اثربخش  
۳- آموختن -- روان شناسی ۴- برنامه ریزی روانی و زبانی -- راهنمای آموزشی  
شناسه افزوده: جابری، فرشاد  
رده بندی کنگره: ۱۳۸۹ ۸ الف ۵ الف / ۱۰۳۳ / ۵ LB  
رده بندی دیویی: ۳۷۱ / ۱۰۲۲  
شماره کتابشناسی ملی: ۲۱۲۸۸۰۶

farshad\_jaberi@yahoo.com



www.job-jaberi.ir

انشارات ذهن و رفتار

## NLP در کلاس درس

نویسنده: کیت اسپهرر

مترجم: فرشاد جابری

ناشر: انتشارات ذهن و رفتار

رقعی، ۱۶۵ صفحه، چاپ اول، فروردین ۱۳۹۰

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: مؤسسه چاپ و انتشارات

دانشگاه فردوسی مشهد

قیمت: ۴۲۰۰۰ ریال

پخش: ناشر

تماس با ناشر: ۰۹۱۵۶۵۲۰۵۸۲ - ۰۹۱۵۱۷۳۸۰۷۴

## محتویات

|    |                    |
|----|--------------------|
| ۹  | پیشگفتار.....      |
| ۱۱ | مقدمه مترجم.....   |
| ۱۹ | مقدمه نویسنده..... |

## فصل اول

### نکاتی در مورد تنظیم فرکانسی ..... ۲۳

تنظیم ژورنالتان را شروع کنید - تعیین اهداف - ایجاد هماهنگی از طریق زبان مشابه - کسب توافق از طریق هماهنگی صدا - سرعت پیشرفت، وارد عمل شدن - بدن و ذهن بطور جدایی ناپذیری به هم مربوطند - برای امروز همین الآن اهدافتان را معلوم کنید - شکستن عقاید محدود کننده - یک ارتباط ذهنی، جسمی وجود دارد - ما فقط چیزهایی را می بینیم که باور داریم ممکن هستند - چشم ها را بخوانید.

## فصل دوم

### پایه های NLP ..... ۶۵

منوی غذا، خودِ غذا نیست - هر چیزی همان طوری است که ما فکر می کنیم هست - انعطاف پذیری تفکر و رفتار، امکان انتخاب را بیشتر می کند - معنای ارتباط شما، پاسخی است که دریافت می کنید - هر رفتاری در برخی بافت ها کاربردی است - در لفافه تحسین کنید - هیچ عدم موفقیتی وجود ندارد، فقط اظهار نظر است - به جای اینکه دانش آموز را سرسخت فرض کنید، برقراری ارتباط را سخت بدانید - سازگاری، مقاومت را کاهش می دهد - ما هرچه لازم داریم، از قبل هم داشته ایم - تجربیات مان را خودمان خلق می کنیم.

## فصل سوم

### در حد خودتان حرف بزنید ..... ۹۱

لیوان تان را لبریز نگه دارید - طرح ریزی دوباره - بدترین کلاس / بهترین کلاس - برایم جالب است...؟ - تغییر - استفاده از روش تشبیه - استفاده از دستورات نهفته برای کمک به انجام تکالیف - قدرت عبارات مثبت - منظور شما دقیقاً چیست؟ - تعمیم کلمه "همیشه؟" را به چالش

بکشید - تعمیم کلمه "هرگز" - اصلاً نمی توانم - آیا واقعاً دست به کار ... شده اید؟ - می توانید ذهن آدم ها را بخوانید؟ - چه کسی می گوید؟ - شادی را ایجاد کنید و عصبانیت را کنار بگذارید - شما می توانید دقیق تر تفسیر کنید - در گفتار دقیق باشید! - استفاده از مهارت الگوهای گفتگو کردن.

## فصل چهارم

### ۱۴۳ ..... درونی کردن NLP

برای یادگیری، در حالت آلفا، قرار بگیرید - یادگیری بیشتر در حالت خلسه - حالات هماهنگی - استفاده از تکیه گاه ها - الگوبرداری از افراد ممتاز - نقاط قوت - به فراگیران اعتماد به نفس دهید.

### ۱۶۵ ..... خواندنیهای بیشتر

چون کتاب مربوط به کلاس است پس آنرا تقدیم میکنم به دو معلم و استاد پر

انرژی:

"مرحوم ایرج ناصری" (بله برادر جان، بله استاد) که همزمان با تنظیم اثر

فوق در محیط آموزشی به رحمت ایزدی پیوست.

و دو معلم محبوبه صمیمی، دلسوز و پر انرژی "حاج حسین استیری".

جابری

www.ketab.ir

## پیش گفتار

با تشکر از خانم "جین" برای مطالعه و بازبینی این متن، که فکر نمی کنم بدون کمک او این کار به اتمام می رسید.

طی دوره تدریس، چه در کلاس و چه به عنوان معلم - مشاور، همیشه به این فرضیه معتقد بودم که "تنها فردی که رفتارش واقعاً روی شما تاثیر می گذارد، خودتان هستید" این فرضیه را بپذیرید، بر مبنای آن عمل کنید تا در ۹۰ درصد مشاجرات موفق شوید. متعاقباً، در ابتدا به نظر می رسد که این کتاب آن چیزی نباشد که اعتقاد دارد که، عقاید و اعمال فقط به کلاس درس محدود می شوند، اما گاهی یک قدم باید فراتر رفت زیرا قبل از اینکه بتوانید تغییر را در کلاس، تاثیر گذار نمایید، بررسی و تفسیر شخصی خودتان لازم است. قبل از اینکه با این کتاب جلو روید، لازم است به شما گوشزد کنم که از شما خواسته خواهد شد روی خودتان بیشتر کار کنید. NLP یک سیستم ارتباطی است و به همین علت چیزی نیست که بتوان آن را "محدود کرد" یا بتوان آن را روی کاغذ آورد. برای اینکه NLP در کلاس تان کارآمد باشد، لازم است عضوی از بدنتان شود؛ بعد از آن می توانید آن را وارد بدن دانش آموزان یا دانشجویانتان کنید و با این روش در دانشگاه یا مدرسه شروع بکار نمایید. بخوانید و برای تغییر آماده شوید....

## مقدمه ترجمه

کسانی که با آموزش سر و کار دارند، خوب می دانند که سکوت مرگبار در کلاس یعنی چه؟ سکوتی که فضایی سخت و پر فشار را در کلاس به نمایش می گذارد که هم معلم از آن فراری است و هم شاگرد، هم استاد و هم دانشجو.

اگر از تعدادی از کسانی که در تدریس موی سفید کرده اند پرسیده شود که، بدترین تجربه ی شما از تدریس چیست، آنها به اولین نکته ای که اشاره می کنند مربوط به زمانی است که:

کلاس در سستی عجیبی فرو رفته است، چشمهای فراگیران رمقی به یادگیری نشان نمی دهند و از آن برقی که جرقه اش باید چشم آموزش دهنده را بگیرد و او را بحرکت در آورد، سوسویی مشاهده نمی شود، این بدترین شرایط کلاس است، احساس خفگی و درماندگی، آنها در این حالت به آب و آتش می زنند تا شاید چاره ای بیابند تا خود و کلاشان را از عرق شدن در امواج بی انگیزگی نجات دهند، اما گاهی تلاشها نه تنها بی فایده است که کار بدتر هم می شود، شبیه باتلاقی که هر چه در آن دست و پا می زنی پایین تر می روی. در هر حال، شاید آخرین نتیجه و شاید بدترین تصمیم آن باشد که: اصلاً ولش کن، حال داری، آخر فایده ای ندارد، من تسلیمم، تسلیمم، تسلیم. این تقریباً یکی از مرگبارترین پیام های کلاس از نظر بار انگیزشی است، مفهوم آن نیز آن است که توانایی فرد بشدت کاهش یافته و یا در حال کاهش



یافتن است. پیام فوق را معلمها و اساتید، نوعاً بر زبان نمی آورند، اما با تمام وجودشان آنرا فریاد می زنند: "کمک، کمک، کمک و کمک و یاز هم کمک!" اما کسی نمی فهمد مگر آنی که در کلاس و از کلاس شروع کرده و به سبکی علمی، شاید نظیر آنچه که گریندر و بندلر مطرح کرده اند عمل نموده است، تا بلاخره خود را یافته است، اما اگر این اتفاق نیفتد و ادامه یابد:

پی از این پیام مصیبت بار، آموزش دهنده مستعد فرو پاشی شغلی می شود و هر روز بی انگیزه تر و بدتر می گردد و علانم زیر را آشکار میکند:

- دیگر از کارم خوشم نمی آید.
- هیچ علاقه ای به دانش آموزان یا دانشجویان ندارم.
- از زندگی لذت نمی برم.

پس از این حالت دیگر نه معلم، معلم می شود و نه دانش آموز، فراگیر مناسبی می گردد.

در خدمات آموزشی توجه، بر این نکته ضروری است، که محیط آموزشی بدون انگیزه، فایده ای ندارد. انگیزه عامل حرکت کلاس بوده و معلم به عنوان عامل اصلی در قبال آن مسؤل است، اما در ابتدا خود او باید در وجودش، پوستش، درونش، رفتارش، گفتارش، شخصیتش ... انگیزه را حس کند، اما این درد محیط های آموزشی ما شده است، اما درد بی درمانی نیست.

### چه باید کرد؟

بقول سهراب چشمها را باید شست و طور دیگری باید دید؛ اثر فوق نوعی چشم شستن است، که در ابتدا بوسیله ی روانشناس و درمانگر کارآمد روان، فردریک پرلز با مکتب روان شناسی گشتالت ارائه شد، خود او نیز اندیشه های

الهام بخشش را از حوزه هایی چون روانکاوی، بخصوص دیدگاه ویلهم رایش، مکتب اصالت وجود و پدیده شناسی اروپایی و نهایتاً روانشناسی گشتالت بر گرفت. بر اساس پرلز "تفکر بازگو کردن" است، او می گوید فکر بازگو کردن نقش اجتماعی فرد بصورت تصورات است. پرلز بر کل ادراک و کل نگری و چگونگی واکنش فرد در مقابل پدیده ها توجه دارد و این آن چیزی است که او از مکتب اصالت وجود گرفته است؛ مطابق با مکتب فوق آنچه مهم است زمان حال است، اینکه فرد در زمان حال، چه تجربه ای دارد؛ جالب است پرلز گام را از این هم فراتر می گذارد و می گوید که فرد در زمان حال هستیش را چگونه درک می کند. تأکید بر ارگانیزم به منزله یک کل و همینطور تأکید بر ارتباط ارگانیزم با محیط و فرایند تجربه فرد، از مفاهیمی است که تفکر گشتالتی و مکتب اصالت وجود به آن اهمیت می دهند. در ادامه روانشناسی گشتالت نیز که به منزله ی نظریه ای در زمینه ی ادراک پدید آمد بر روابط متقابل شکل و زمینه ی آن و فرایندهای ادراکی، تأکید داشت. از آغاز گران جریان فوق نیز می توان به کافکا، ورنهایمر و کهلر اشاره کرد. بدنبال آنان این جان گریندر و ریچارد بندلر بودند که مقدمات آن را در سال ۱۹۷۰ چیدند، نتیجه ی تلاشهای آنان چیزی نبود جز نسخه های شفابخشی که کلاسهای زیادی را متحول و افراد گوناگونی را با انگیزه نمود و به آنان مویید زندگی در حال حاضر و اینکه در حال حاضر چگونه هستی خود را تجربه کنند را داد؛ همچنین، تأکید بر توجه بر این مورد که در برخورد با موضوعات و موقعیتهای گوناگون، بخصوص آنچه در کلاس اتفاق می افتد یا قرار است بیفتد، ارزش و اهمیت شکل را فراموش نکرده و به زمینه و حاشیه نپردازند، توجه به حواشی به جای اصل، آنان را به همان بانالافی نوید می دهد که هر چه تقلا کنند بیشتر به عمق می روند. اما می شود اینطور هم نشود، بشرطی که مطابق با واقعیت

عمل کرد، آنچه که بوسیله ی گریندر و بندلر ارائه شد، واقعیتی بود که نهایتاً NLP نام گرفت، که برگردان فارسی آن، برنامه ریزی عصبی و کلامی است. تلاشهای فوق بعدها بوسیله ی نویسندگان این کتاب، اسپوهرر بصورتی هماهنگ تر تنظیم و در رابطه با نیازهای کلاسهای درس با عنوان «NLP در کلاس درس» تنظیم، که در ایران نیز بوسیله ی اینجانب ترجمه و در اختیار خوانندگان محترم قرار گرفته است. اثر حاضر مشتمل بر چهار فصل تئوری و عملی است، یعنی ضمن آنکه خواننده مطالعه می کند دست به عمل هم می زند، تا نهایتاً تبدیل به معلم و استادی با انگیزه شود و از کلاس و تدریس خود و حتی فراتر از آن، از زندگی خود نیز خیلی بیشتر لذت ببرد.

تذکر و دقت: مراقب شیادان در حوزه های فوق باشید:

لازم به تذکر است دقت داشته باشید از آنجائیکه NLP در ایران، معمولاً بصورتی غیر تخصصی و بوسیله ی افرادی که نوعاً تخصصی در حوزه روانشناسی ندارند ارائه و گاهی از نامهای افرادی در ایران یاد می شود، که با مراجعه به سایتهای معتبر علمی نه تنها هیچ نامی از آنان برده نشده است، بلکه بیشتر از جایگاه یک شیاد درگیر در لایه ی جعلی از آنها یاد شده است؛ نظر به اهمیت موضوع، توجه بر این نکته ضروری است که در برخورد با کسانی که ادعای تخصص فوق را می نمایند، حتماً با برخوردی علمی از آنان تقاضای مدرک و گواهی دال بر تخصص و فارغ التحصیلی در رشته های تخصصی و مرتبط را نمایید؛ متأسفانه رفتارهای غیر تخصصی در کشور عزیزمان گاهی به چشم می خورد و عده ای فرصت طلب، دم را غنیمت شمرده و در حوزه هایی تخصصی آنچنان فعالیت هایی در جامعه به نمایش می گذارند که انسان بیشتر به یاد بیمارستانهای روانی و بیماران دچار مشکلات هیجانی شدید

می افتد، هیجاناتی که گاهی حالاتی از بزرگ منشی و توهم را بخود می گیرد و آنی می شود که با کمال تأسف فردی در ایران دست به انرژی درمانی می زند و کلی هم آوازه اش در اطراف می پیچد و صدای متخصصان هم به جایی نمی رسد، آنوقت در کشور دیگری به جرم فعالیت غیر تخصصی و شبادی گری دستگیر می شود، نمونه ی این افراد هنوز هم هستند که در حوزه های تخصصی روانشناسی وارد شده و با زبانی چرب و نرم و با اتصال خود به افراد خاص و در اصطلاح خام کردن آنها، چتری حمایتی برای خود ساخته و با بکارگیری اصطلاحاتی جذاب و گاهی با رنگ و بوی مذهبی به فریب مردم و حتی بخشهای فرهنگی کشور می پردازند، تا جائیکه حتی در برخی موارد برنامه های از آنان در برخی شبکه ها بخصوص شبکه های استانی به چشم می خورد و یا در برخی از روزنامه ها مطالبی از آنان به چشم می خورد که ارائه آنها نیاز به تخصص دارد؛ در هر حال، متخصصان و دلسوزان کشور در حوزه هایی اینچنین باید به انتظار بنشینند تا این افراد در کشورهای دیگر ندانسته برنامه ای اجرا کنند و آنوقت بوسیله ی پلیس آن کشورها به جرم غیر تخصص، و شاید که در هر حوزه ای وارد می شوند، دستگیر شوند و آبروی کشور را ببرند و راهی زندان گردند، البته اگر با تشخیص آشفتگی روانی راهی بیمارستان روانی نگردند.

بنابراین، در برخورد با افرادی که بدون تخصص در حوزه های فوق هست به فعالیت میزنند و در لایه ی جعلی خود گیر کرده اند، که فکر می کنند شیرند، و حال آنکه پنیر هم نیستند، آنها فقط نقش بازی می کنند، ضمن آنکه نقاش هم نیستند، اگر بودند که از بن بست می گذشتند و منفجر می شدند، ولی نمی شوند چون کسی که مردم را سر کیسه کند، اول خودش را سر کیسه می کند و این قاعده الهی است که مکر مکاران به خودشان باز می گردد؛

اینگونه NLP بوجود نمی آید، کاملاً مراقب باشید. برای این منظور یک یا علی بگویید و صداقت پیشه کنید، یا علی. . . . .  
در انتها جا دارد، از خوانندگان چند خواهش کنم:

اولاً مقدمه این اثر را دوبار بخوانید، یک بار، در ابتدا سریع بخوانید؛ اشکالی ندارد، سریع بخوان؛ سپس وارد فصلها شوید و شکوفایی را حس کنید، بعد وارد گلاس شوید و همراه با شاگردان یا دانشجویان خود، عمل نمایید؛ او، قرار نبود اگر یک وقتی یاد نگرفتی سریع مطلب را رها کنی، ادامه بده؛ مانند بوعلی سمیعی ایرانی که هیچ وقت در باره NLP نوشت ولی با رفتارش نشان می داد که NLP در خون و رگش جاری است، نه صرفاً در کلامش؛ او در یکی از تلاشهایش ۱۰ بار کتابی را خواند، پس تو هم بخوان، تا شکوفا تر گردی. آنگاه پس از آنکه کتاب را کامل خواندی دوباره مقدمه را بخوان و آنرا تحلیل کن و اگر علاقه مند بودی پاسخهای خودت را با آنچه بر روی سایت تخصصی اینجانب که برای مراجعه در انتهای مقدمه گزارش شده است، مراجعه و تطبیق و بررسی نمائید؛ ضمناً جهت تحلیلتان از اساتید روانشناسی هم می توانید کمک گیرید؛ ببخشید، گفتید از کی ها؟ NLP کاران بدون تخصص، این دیگر چه اصطلاحی است، نه، نه، گفتم روانشناس، نگفتم هر کسی، اگر اینجوری باشد آنوقت می شود، جامعه پر از استاهای نکاره ای که با چند جمله ی بی سر و ته، برای لحظاتی با اندیشه های بقول خودشان نویسند بخش، شما را باد میکنند، می باد میکنند، می باد می کنند، آنقدر که شما می ترکید و آنها می خندند، به تو، به من، به خیلی ها، شاید هم به جامعه و شاید به سر کیسه کردند.

ثانیاً، از تلاشهای دانشجویانم، که نخواستند نامشان در اینجا بیاید، شاید بخاطر اینکه اعتقاد داشتند ممکن است در لایه ی جعلی گیر کنند، بخاطر

هماهنگیها - یکی از آنها فردی مثبت، آرام، پی گیر و فعال است، جدیداً هم بقول خودش از لایه ی جملیش خارج شده، البته خودش اینرا فهمیده و از این بابت خیلی هم خوشحال است، او با انگیزه زیادی به سمت آن می رود تا هر چه سریعتر از لایه ی بن بست هم بگذرد و منفجر شود! او مدتی است که از پیاز صحبت می کند، و حاضر هم نیست که پیازش را هم به کسی بدهد. همچنین، دانشجویانی دیگر، بخاطر همکاری در طراحی جلد - آنها را خیلی نمی شناسم اما در همان برخوردهای اولیه نشان دادند که بدنبال کنار زدن حواشی و ادراک شکل واقعی زندگیشان هستند، بخصوص یکی از آنها که مشغول کندن پوسته های پیاز بود و با دقت خاصی آنرا لایه لایه بر می داشت، تا آنکه بلاخره به هسته پیاز رسید و لبخندی حاکی از رضایت، زد. و بلاخره دانشجوی دیگری که در آخرین لحظات به حلقه ی فکر ما پیوست و ناگهان با دیدن جلد کتاب گفت، من همین الآن، تصویر جلد را تغییر می دهم، او اینکار را کرد و نشان داد که خیلی علاقه مند است تا هتیش را در حال حاضر به بهترین شکل تجربه نماید.

ثالثاً، شما خواننده محترم، که تصمیم به مطالعه ی NLP در کلاس درس گرفته اید، بیاد داشته باش که، شما مجموعه ای بالقوه و در حال رشد هستی، این ترکیب حریص و در جهت رشد، انسان نامیده می شود و فعالیتش بودن و عملش شدن است، تو در جریان این بودن و شدنت بارها و بارها با محیط مواجه می شوی و تغییر می کنی، خواهش می کنم، در این جریان تغییر و شدنت من را هم فراموش نکن، تقاضایی ندارم، فقط یادت باشد، کاستیهای من را در این اثر آنگونه به من توصیه کن که عامل تغییر ادراکم و نهایتاً رفتارم شوی، با توصیه های پیش روم، تا آنجاکه لایه ی جملیم را ببینم و نقش بازی نکنم و فکر هم نکنم که عددی هستم، یا آنکه فکر کنم که شیر مردم، نه نه، من

منم، من فقط منم، نه تو، تو هم تویی، فقط تو، پس کم کم کمکم کن تا از آنچه می ترسیم، با آن مواجه شوم. دوست دارم. با اجزاء شخصیتم مواجه شوم و به آنچه دوست دارم برسم، خودم باشم و بشوم، آنطور که خودم دوست دارم نه آنطور که جامعه دوست دارد، می خواهم خودم باشم، خودم باشم و فقط خودم باشم و در آخر پوست اندازی کنم و لایه ی بن بست را کنار زنم و انفجار یابم و بشوم و بشوم و باز هم بشوم.

جهت تحلیل مطالب فوق از نظریه های روان شناسی گشتالت نیز می توانید استفاده کنید.

فرشاد جابری روانشناس بالینی و مشاور،  
عضو هیئت علمی دانشگاه و انجمن مشاوره ایران،  
دارای پروانه کار تخصصی از سازمان  
نظام روانشناسی و مشاوره  
جمهوری اسلامی ایران

farshad\_jaberi@yahoo.com  
www.job-jaberi.ir

## مقدمه نویسنده

جالب است، واقعاً به خاطر نمی آورم چگونه اولین بار با NLP آشنا شدم. همه آنچه که می دانم این است که چندین سال قبل شیفته راز آن شدم. در ابتدا کتابی با عنوان "درمان مختصر به روش NLP" نوشته دهن مک درموت و وندی جاگو را خریداری کردم. کتاب مقدمه خوبی برای آشنایی با NLP بود، اما متوجه شدم برای درک این که NLP چیست، لازم است آن را واقعاً در وجودم احساس کنم. در نتیجه، نهایتاً در دوره درمانی NLP و بعد در دوره مدرسی این رشته شرکت کردم. آموزشی که می دیدم شاید گاهی به رشته تحصیلی ام مربوط نمی شد اما برایم مهم نبود چون NLP در هر جایی کاربرد دارد و زمانی که به دنیای آن وارد شوید، می توانید در همه جا آن را بکار ببرید. می توانستم از دید یک کارشناس آموزشی آن را بررسی کنم و نتیجه گیری نمایم که تجربیاتی که از یادگیری کارآمد در زمینه های آموزشی داشته ام از NLP نشأت گرفته و با آن همراه بوده است؛ سایر مفاهیم، سبک های یادگیری، تیزهوشی، رشد حافظه نیز ریشه در رویکرد عصب شناختی دارند که آنها را با NLP مرتبط می کند؛ در عین حال، NLP خیلی فراتر از اینها است.

طی چندین سال کار به عنوان معلم - مشاور رفتاری و محقق آموزشی، مشاهدات اتفاقی به من نشان داد که پایه و اساس یک آموزش خوب، برقراری ارتباط مناسب با دانش آموزان است. تحقیقات حرفه ای ام موجب شده تا



شیوه هایی برای توانمند سازی معلمان و آموزش مدیران جهت کسب سریع مهارت‌های مرتبط در این زمینه، پیدا کنیم و موضوعی که متوجه آن شدیم این است که این مهارت ها و انگیزه‌های حاصل از آن با توجه به سرعت و کارایی NLP و تأثیرات آن بر رویم، شکل گرفته است.

NLP توسط **جان گریندر** و **ریچارد بندلر** شناخته شد. آنها در سال ۱۹۷۰ در کالیفرنیا سبک های ارتباطی ابلاغ کنندگان با استعداد و توانمند را مورد بررسی قرار دادند و رفتارشان را الگوبرداری نمودند. آنها متوجه نتایج جالب و تأخیرآوری شدند. از طریق الگوبرداری شیوه عمل ابلاغ کنندگان موفق، هر فردی می تواند مهارت های ارتباطی اش را بهبود بخشد. البته چه کسی هست که نخواهد مهارت های ارتباطی اش بهبود یابد؟

جان و ریچارد متن اصلی NLP را در کتابی با عنوان "**ساختار جادو**"<sup>۱</sup> کتابی در مورد زبان و درمان، گردآوری کردند. ساختار جادو استنباط پیچیده ای دارد و برگرفته از، بخش های مهم علم زبان شناسی است. در نهایت، پس از گذشت مدتی، بسیاری از مردم کتاب را خوانده بودند، ضمن آنکه سبک آموزشی آن نیز طوری بود که براحتی به یک فرد کمک می کرد تا آن را با تمام وجودش درک کند؛ به هر حال، و در واقع، NLP جرقه خلاقانه جان گریندر و ریچارد بندلر است که مبتنی بر مطالعه و بررسی تعدادی از ابلاغ کنندگان کارآمد و تدوین شیوه های ارتباطی شان شکل گرفته است.

جهت آموزش هر چه بهتر NLP، این سبک را به شیوه ای که افراد اطلاعات را طبقه بندی می کنند، آموزش دهید؛ به نظر مشاهده شیوه ارتباطی مناسب و انعکاس آن، روش مناسبی باشد؛ جهت این منظور برای مدتی طولانی در حوزه کاری افراد مورد نظر به مشاهده پرداخته تا آنکه قادر به درک و تغییر سبک ارتباطی و برقراری ارتباطی مناسبتر با آنان شوید. در این حالت

شما قدرت می یابید تا فراگیرانتان را هر چه بیشتر توانمند سازید، تا پیش روند. آموزش خوب یعنی همین، برقراری مناسب ارتباط، که باید در محیط آموزشی شکل گیرد. معلمان و اساتید خوب خود را بخاطر آورید، معلمانی که شما را به یادگیری تشویق می کردند، آنها ابلاغ کنندگان خوبی بودند و شما در بادم آنها این برداشت را داشتید که آنها شما را درک و دوستان داشتند. هنوز معلمی را بیاد دارم که محرک مؤثری در مدرسه و بعد از آن برایم بود، حالا برایش احترام زیادی قائل هستم. روش و عادتش این بود که درسهایش را با چند داستان فکری شروع می کرد؛ همیشه از این کارش تعجب می کردم، حالا می فهمم که او برای یادگیری بهتر اینکار را می کرده است. او با خلاقیتش، ذهن ناخودآگاه ما را برای یادگیری بهتر و استفاده از "پیامهای زیر آستانه ای" جهت فراموش نکردن نکات تئوری و عملی آماده می کرد. شاید او اصلاً متوجه نبود که خود به خود چه می کند، در هر حال، او به طور طبیعی ابلاغ کننده ی توانمندی بود.

راستی، چه چیزی در NLP وجود داشت که سبب شد، تا آن حد من دنبال آنرا بگیرم و اطلاعات زیادی را جمع آوری و عمل نمایم؟ در این رابطه، بخوبی بیاد دارم که در طول یک مدت طولانی بشدت ابرازگیر شده بودم و خودم را اذیت می کردم، دقیقاً قبل از فراگیری NLP، سپس حدود ۱۰ سال در مورد NLP تحقیق و عمل کردم؛ در حال حاضر، متوجه می شوم چقدر دیر این کار را کرده ام - باید زودتر از اینها دست به این کار می زدم - چون واقعا برایم سودمند، بوده است.

NLP شبیه دانشی خارق العاده است و توضیح آن به هر شیوه دیگری سخت است، آن مثل اینست که شما چیزی شبیه جادو را در وجود خود، کشف کرده اید. جادویی که به شما قدرت می دهد و شما را قادر می سازد تا

عقاید پسرقت گرا و آسیب زایی را هم که کم نیستند - حتی ایرادگیری از همه چیز- را- دور ریخته- و دوباره- افکاری- زیبا- و- جدید- را- باز- ستازی- کرده- آنها- را- بکار بندید و از کار و زندگیتان، لذت ببرید.

اثر گذاری NLP در غلبه بر ترسها، نگرانیها و محدودیت ها، انکار ناپذیر است. بنابراین، در مدرسه شاهکار می کند؛ به خود اجازه بدهید آنرا در شرایط آموزشی بررسی و سپس در زندگی عادی از خدمات آن بهره مند گردید.

NLP برای افرادی با مشکلات رفتاری خاص و نیازهای ویژه، فواید ثمر بخشی دارد؛ ترس و نگرانیها، موجب بی اعتمادی شده و متقابلاً اعتماد به نفس ضعیفی را به ارمغان آورده و بخوبی می دانید که خویشتن پنداری ضعیف یادگیری را مختل و سمات را کاهش می دهد. بنابراین، برای رشد، باید ریسک کنید؛ اما، چگونه آنرا انجام دهیم؟ به یاد دارم، درمانگری را که گزارشی مبتنی بر مشاهده دقیق چشم ها، لب ها، فرم پوست، وضعیت تنفس، سطح فعالیت، نوع کار، وضعیت و تن صدا و کاربرد زبان را ارائه می داد. برای مثال، اگر آنها جملاتی شبیه «آنچه را می گوید، می شنوم» یا «آنچه را که منظورشان است را می بینم» ارائه دهند؛ آن افراد، آن فرم جمله را به زبان خاصی که آنها بکار می برند، انعکاس می دهند، ضمن آنکه، به طرح و نقشه سایرین احترام می گذارند. این موارد در ایجاد تصویری بر اساس شکل عملکرد ذهنی ناخودآگاه، کمک می کند. سپس می توانید با آن فرد مورد نظر تماس برقرار کرده و با ارتباطی مناسب برایش آرامش به ارمغان ببرید و برای یادگیری نیز آماده شوید. این کار سختی نیست، این تمام آن کاری است که ابلاغ کنندگان واقعی در تمام سنین انجام داده و می دهند و موفق هم شده اند. این شیوه هایی است که افراد مهم و مشهوری از آن بهره گرفته اند؛ در هر حال، همه می توانند یاد بگیرند، فقط انگیزه می خواهد و فعالیت و واکنش مناسب.