

ДЭННИ РЭЙД

СЕКРЕТНЫЕ ПРИЕМЫ НЛП



Дэнни Рэйд

Секретные приемы НЛП

*Текст предоставлен правообладателем.
http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=8740145
Дэнни Рэйд Секретные приемы НЛП: Авторское;*

Аннотация

Ваш успех зависит только от вас. Природа наделила нас уникальными возможностями, которые позволяют нам достичь все того, о чем мы мечтаем. Просто нужно взять на себя ответственность за свои поступки и мысли, контролировать свою жизнь. А чтобы все задуманное у вас свершилось, изучите техники нейролингвистического программирования. Освоив их, вы сможете находить легкий путь к цели, планировать свои действия и поступки, стать душой компаний, успешно вести переговоры, правильно воспринимать неудачи, жить легко и радостно.

Содержание

| | |
|--|----|
| Введение | 5 |
| Глава первая. Что же это такое – НЛП? | 6 |
| 1.1. НЛП – направление в психиатрии и психологии | 7 |
| 1.2. Программирование на успех | 11 |
| Конец ознакомительного фрагмента. | 14 |

Дэнни Рэйд
Секретные приемы НЛП

Введение

Древняя мудрость говорит, что человеческая душа – это потемки. Поэтому до настоящего времени не существовало технологий для работы с человеческой душой, чтобы можно было оказывать на нее влияние, исправлять и исцелять. Конечно, гениальные педагоги, врачи, священники, которые могли как-то воздействовать на тонкую материю, существовали во все времена, но такие люди встречались редко. Специальные технологии по работе с сознанием человека, с нашим внутренним «Я» появились в XX столетии. Самыми эффективными технологиями в области психоанализа считается нейролингвистическое программирование (НЛП).

Глава первая. Что же это такое – НЛП?

НЛП – это новый взгляд на свою жизнь, которую можно прожить с удовольствием, а не так как придется, охая, что на вашу долю выпала такая судьба или карма. А если хватит смелости и упорства, то, овладев приемами НЛП, вы сможете даже управлять собственной жизнью.

1.1. НЛП – направление в психиатрии и психологии

Отличие от классической психологии в том, что специалист по НЛП не корректирует ваши проблемы, не старается исправить вас. Он просто закладывает в сознание человека уже необходимую модель поведения, в которой проблемам не будет места, предлагая пациенту более широкий выбор решений волнующего вопроса.

Для сравнения. Чтобы избавить пациента от какой-то проблемы или фобии, психолог сначала тщательно изучает все причины ее возникновения, механизм их развития. Затем, чтобы устранить проблему, он пытается изменить эти запущенные в человеческом сознании механизмы. Порой к психологу пациентам приходится ходить несколько лет и безрезультатно. Специалист по нейролингвистическому программированию не станет корректировать вашу фобию, он постарается изменить ваше поведение и мысли так, что ей в вашей жизни не будет места.

НЛП изучает структуру мышления и восприятия мира человеком. Конечно, эта структура не строгие математические формулы, но, тем не менее, ее можно изучить и понять, как она работает.

У каждого человека существует своя индивидуальная карта видения мира, свое собственное мнение о нем и, соответ-

ственно, характерная реакция на окружающую обстановку. Существует объективная реальность, но наши органы чувств (осязание, обоняние, зрение, слух) имеют ограничения и не способны воспринять весь спектр звуков, красок, запахов, поэтому у нас лишь примерное представление об окружающей нас действительности. Тем более каждый из нас видит мир сквозь очки своих культуры, воспитания, характера. У каждого человека свое видение, отличное от других, оно зависит от места жительства, пола, образования. Например, у людей другой национальности, имеющих другую историю, другую культуру, будет и другой взгляд на мир.

Учитывая все эти особенности, можно сделать вывод, что у каждого человека карта видения мира ограничена, неповторима и индивидуальна. Именно его собственная карта для него является истинной, самой подлинной и настоящей. Конечно, могут быть «дружественные» карты видения мира, которые «удобны» для понимания и дают дополнительные возможности. В итоге человек, беря за основу свою карту и какие-то детали из дружественной карты видения мира, выбирает оптимальный для себя образ поведения. То есть поведение человека зависит от его внутренних убеждений и понятий.

Говоря научным языком, НЛП – это «исследование структур субъективного опыта личности». А если просто – специалисты НЛП изучают, как разные люди переживают и воспринимают реальность, какая у них реакция на окружающую

действительность

С помощью НЛП можно направить клиента на тот результат, который ему необходим, помочь переоценить свое поведение, взаимоотношения с другими людьми, то есть помочь создать ему тот образ человека, о котором он мечтает. В арсенале специалиста по НЛП есть уже готовый набор проверенных методик, которые подойдут на любой случай жизни. Если у вас, например, есть страх высоты, то с помощью НЛП специалист подберет вам такую методику, что этой фобии больше не будет места в вашей жизни. Методики НЛП помогают понять любые проблемы, возникающие в сознании человеческой личности, легко и быстро сделать глубокие и устойчивые изменения, как в поведении, так и убеждениях людей. В НЛП разработаны техники, которые позволяют быстро и очень эффективно изменить мысли, поведение и убеждения человека и достичь желаемого результата.

Конечно, этот процесс сложен и длителен, требует полного взаимопонимания и взаимодоверия между клиентом и психологом.

НЛП – это способ восприятия мира, в нем ничего специально не изобретается. Все разработанные методики являются результатом длительных наблюдений за поведением человека и его реакциями на окружающую действительность. Так как убеждения и взгляды каждой личности субъективны, задача специалистов НЛП – показать клиенту, что их карта мира вовсе не является окружающей действительностью. В

НЛП работают с субъективными убеждениями и восприятиями, если их изменить, то изменится и поведение человека.

НЛП изначально создавалось для изучения мышления талантливых и успешных людей, специалисты по нейролингвистическому программированию пытались понять, чем гении отличаются от простых, обычных людей. Благодаря методикам нейролингвистического программирования, они выявили суть успешного мышления и пытаются научить использовать других людей применять подобные схемы для достижения уже своих личных успехов.

1.2. Программирование на успех

*«Узнайте то, что знают великие маги, и это уже не будет магией»
(Р. Бах "Иллюзии")*

И действительно знание – это сила. Смысл этого эпитафия можно выразить по-другому. Если узнаете секрет успешных людей, то успех придет и к вам. Если овладеете знаниями профессионалов, то сами станете великим мастером своего дела. Раскройте секрет гениев – сами станете гениальными.

Нейролингвистическое программирование.

Термин «программирование» многихстораживает и отталкивает от этой области в практической психологии и психотерапии. Давайте разберем смысл этого слова. Что такое программирование? Программирование – это последовательность действий с целью получения какого-то результата.

С этими пошаговыми инструкциями мы в своей жизни сталкиваемся почти ежедневно, например, читая кулинарные рецепты, инструкции к бытовой технике, когда учимся какому-то мастерству. Рецепты, инструкции, технологии, описания работы нас не отталкивают, но слово «программирование» сразустораживает. Но ведь программирование – это просто программа или последовательность действий, которая поможет скорректировать наше поведение, изменить

субъективное видение мира.

Мы ведь не боимся ежедневников, когда планируем свое рабочее время, а НЛП – это не что иное, как процесс составления программы своей деятельности, своего поведения. НЛП – это выявление тех последовательных действий, которые в своей голове делают успешные люди, обобщение и описание их опыта для передачи его другим людям, то есть создание «инструкций», «технологий» поведения для достижения успеха в каком-то виде деятельности.

Нейролингвистическое программирование существует почти 35 лет и пользуется популярностью во многих развитых странах. Например, в Австрии, Швейцарии и Германии НЛП официально признано областью психотерапии. Во Франции некоторые стандарты НЛП утверждены на уровне государства. В США существует почти сто официальных организаций, занимающихся НЛП, а в Германии – 70 крупных центров НЛП, есть даже институты, которые исследуют и разрабатывают методики НЛП и применяют их в различных областях. На Западе многие фирмы при приёме на работу новых сотрудников отдают предпочтение тем людям, которые имеют сертификат специалиста в области НЛП.

У нас в России нейролингвистическое программирование только начинает развиваться, но в Москве и Санкт-Петербурге уже есть официальные центры НЛП, которые признаны мировым сообществом. Благодаря своей универсальности нейролингвистическое программирование нашло при-

менение в очень многих областях жизни современных людей.

Использование НЛП дает огромный скачок для личностного роста, помогает установить или улучшить личные взаимоотношения, развить способность убеждения, научиться позитивно воспринимать окружающий мир, повысить самооценку, избавиться от негативных переживаний прошлого, сосредоточиться на поставленных целях и все силы направить на их достижение, увеличить производительность, научиться управлять своими ощущениями, избавиться от отрицательных привычек, поверить в свои силы, творчески подходить к решению проблем, радоваться жизни, выработать в себе необходимые качества. Говоря в общем, НЛП помогает постичь искусство жить полноценно. А, самое главное, меняете свою жизнь вы сами!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.