

Интервью с Ю. Б. Гиппенрейтер, д.п.н., профессором МГУ

Статья опубликована в журнале **Вестник НЛП №10**.

Авторы: Юлия Борисовна Гиппенрейтер

Темы, затрагиваемые в статье: История НЛП

- Юлия Борисовна, что Вас привлекает в НЛП?
- Акценты, которые делаются на внутренние ресурсы человека. То, что сейчас техники НЛП активно применяются и разрабатываются в бизнес-консультировании, вполне логично.

- **Вы, кажется, одно время вели бизнес-тренинги?**
- Это нельзя назвать бизнес-тренингами. То были практические занятия по коммуникации, которые я проводила в одном из норвежских университетов, точнее, в Трондхайме. Муж преподает там математику. У них на бизнес-отделении читались лекции, "как надо", а практических занятий не было! Я и провела тренинг. Если бы я там по-прежнему жила, то, наверное, продолжала бы вести эти практические занятия.

- **Вы ведь НЛП-мастер, верно?**

- Одна американская коллега познакомила меня с супругами Андреасами. Я прошла у них курс "НЛП-Практик" в 91-ом. Потом "НЛП-Мастер" — в 95-ом и еще раз в 98-ом. Каждый курс по 24 дня. Зачем повторяла "НЛП-Мастер"? Чтоб узнать, куда движется НЛП! Как идет наращивание количества и качества техник. Помню, в 98-ом году всех расспрашивала, каково будущее НЛП? Один из ответов, с которым я согласилась, заключался том, что оно постепенно теряет свою специфику и растворяется в других подходах. Ведь оно, как вы знаете, возникло из различных психотерапевтических корней и

довольно быстро ушло за пределы психотерапии, став психотехникой в широком смысле.

- В какой степени идеи НЛП легли на Ваше классическое образование?

- Когда я вернулась после первой поездки в США, то выступила на заседании кафедры общей психологии факультета психологии МГУ с рассказом о том, что такое НЛП. Пыталась показать, что в нем много пересечений с другими теоретическими направлениями в психологии.

Взять тот же бихевиоризм или гештальтпсихологию! Как ни странно, споря с психоанализом, НЛПеры многое объясняют процессами в бессознательном. Я много лет занималась теорией деятельности, создателями которой явились Выготский, Леонтьев, Лурия, Гальперин — все мои учителя. Под руководством Леонтьева я занималась в том числе и теорией внутренней деятельности личности. И многое, что я нашла в НЛП, соответствовало моему интересу. Более того, в понимании структуры и динамики внутренней деятельности, по моему убеждению, НЛПеры продвинулись дальше.

- Что Вас подтолкнуло к занятию практической психологией?

- Приезд в Россию Карла Роджерса и Вирджинии Сатир. Карл приезжал в Россию в 86 году, а Вирджиния — в 88 году. Для обоих это были последние зарубежные поездки. Для меня встречи с ними стали началом собственного развития в новом направлении, ведь я была сугубо академическим психологом... Я их считаю своими профессиональными родителями в области практической психологии.

- Как муж относится к вашему увлечению НЛП?

- В отличие от моих академических коллег (многие из которых до сих пор посмеиваются в усы), он разделяет мое увлечение. Он тоже НЛП-мастер. Когда он бывает в России, мы ведем тренинги вместе. Кстати, он, как и я, прошел в 1989-ом году тренинг у учеников Вирджинии Сатир в ее знаменитой летней школе в Колорадо.

- Расскажите, пожалуйста, как вы учились НЛП?

- По приглашению супругов Андреасов жили и учились мы с мужем

бесплатно: они щедро предоставили нам стипендию. А на еду приходилось зарабатывать самим. После приезда я нашла администратора гостиничного центра, где проводился тренинг, и договорилась, что мы будем стричь лужайки за пять долларов в час. Это было сравнительно легко, так как стригли машиной. Опять-таки физическая разрядка после целого дня занятий!

- Есть версия, что Вы преподаете так называемое "гуманистическое" НЛП...

- Да, это так. Я больше использую подходы и идеи Карла Роджерса и Вирджинии Сатир.

Иногда приглашаю на занятия коллег, а то они посмеиваются с сомнением: "Чем это Юлия Борисовна на старости лет увлеклась?" Эти тренинги я начала делать как возврат того блага, которое получила у супругов Андреас. Они замечательные люди и очень ответственно относились к преподаванию НЛП. У них я познакомилась и с другими замечательными НЛП-тренерами — Робертом Макдональдом, чью метафору про сердце и шпагу я вставила в статью об НЛП (*статья "Нейро-лингвистическое программирование", см. "Основные направления современной психотерапии", Москва, Когито-Центр, 2002 г.*), и Дэвидом Гордоном, написавшим замечательную книгу о метафорах. Из этих тренеров каждый вел свою ступень по три-четыре дня.

- О рождении НЛП ходят множество легенд. Какова ваша версия?

- Бендлер и Гриндер очень многое взяли от Вирджинии Сатир, Милтона Эриксона и Фрица Перлза. Знаю, что они познакомились с гештальт-терапией, посещая различные группы, а также анализируя видеозаписи выдающихся терапевтов, которых они называли магами. Насколько мне известно, они первоначально выпустили книгу совместно с Вирджинией Сатир. А потом Сатир от них отошла, перестав испытывать энтузиазм в их адрес.

- В их адрес? Или в адрес НЛП?

- Тогда это было одно и то же...

- Вам когда-либо было интересно посмотреть на то, что делается в отечественном НЛП?

- Я перестала бегать по семинарам и конференциям уже давно. Многого знать хотелось бы, но не хватает времени. Я полагаюсь на свои ресурсы, чтобы придумывать что-то новое, работаю над обновлением программы тренингов. Да и в университете я загружена... Сейчас вот занимаюсь теоретическими аспектами психологии мотиваций и эмоций.

- **Вы, по-моему, еще и тренинги для работников детских садов ведете?**

- Вела. И для учителей, и для родителей, но это все в прошлом.

- **Ваша статья в сборнике, посвященном описанию существующих направлений в мировой психотерапии, вызвала большой резонанс*... Вы некоторым образом легализировали НЛП... Вы сами ее предложили?**

- Нет. Я как могла отбивалась от этой статьи... Но Анна Варга все-таки уговорила меня ее написать.

- **Скажите, пожалуйста, чья манера из зарубежных мастеров вам более интересна?**

- Роберта Дилтса: он умный и гибкий.

- **А как Вы это чувствуете?**

- По текстам, поведению и разнообразию тем, за которые он берется. Маму свою он опять же от рака вылечил с помощью техник НЛП. Да один тот факт, что он взялся анализировать коммуникативные паттерны Христа, о многом говорит!!!

- **А еще кто интересен?**

- Милтон Эриксон. Он гениальный человек! Видела только одну его видеопленку, но с большим увлечением читала и "Мой голос останется с вами", и "Человек из февраля", и "Семинары с Милтоном Эриксоном". Особенно впечатляет его собственный текст в "Стратегии психотерапии"... Нравится он мне потому, что у него много здравого смысла и высокое мастерство воздействия на человека в позитивном направлении.

- **Что подтолкнуло вас к проведению тренингов в России?**

- Я чувствовала, что должна поделиться теми "подарками", которые получила от американских коллег.

- Скажите, какая из пресуппозиций НЛП Вам ближе всего?

- Все. Наиболее легко воспринимается: "Нет ошибок — есть только обратная связь"... Я ее напоминаю и на своих занятиях, и при работе с родителями, говоря, что нельзя критиковать детей.

-А Вы занимаетесь консультированием?

- В разные периоды жизни я занималась многим: были у меня и воспитатели, и директора детских садов, и родительские тренинги. Были и чиновники, и бизнесмены... Интересно работать со всеми...

- С кем сложнее?

- Все приходят в себя примерно к вечеру второго дня. А первые полтора дня, как правило, не понимают, о чем это и для чего... Я ведь долго держу участников группы на активном слушании...

- А техники, направленные на работу с самой собой, Вы тоже применяете?

- Практически нет. Они уже интегрировались. Рефреймингом я, правда, нередко пользуюсь. Вот увидела строки Марка Аврелия и поняла, что он самый ранний НЛПер. И когда мне очень трудно, я сразу вспоминаю созданный им во втором веке нашей эры следующий рефрейминг: "Не забывай же впредь при всяком событии, повергающим тебя в печаль, пользоваться основоположением. Не событие это является несчастьем, а способность достойно перенести его счастьем"...