

НЛП-практики осуществляют терапию?!

Статья опубликована в журнале **Вестник НЛП №24**.

Авторы: Стив Андреас

Темы, затрагиваемые в статье: История НЛП, Психотерапия, Обучение, Философия НЛП

Достаточно часто люди возражают против терапии только что выпущенных НЛП-практиков (даже если они называют это «консультированием», «личным изменением» или как-то еще). Обычно возникают два вида беспокоящих вопросов:

1. Насколько хорошо кому-то можно помочь? и
2. Какова угроза возможности причинить вред, воспользовавшись неподходящим методом, или из-за того, что у того, кто проводит терапию, не хватает навыка в применении соответствующего метода? И т.д. Хотя эти два беспокоящих вопроса не являются абсолютно независимыми, давайте сначала обратимся к вопросу об эффективности: «Насколько хорошо кому-то можно помочь?»

Эффективность

Конечно, было бы лучше, если бы сертификационные тренинговые программы были гораздо более длительными и более полными, чтобы практики, предлагающие себя в качестве психотерапевтов, были лучше обучены. Однако фактически заставить людей проходить 24-дневную программу обучения на НЛП-практика достаточно сложно (и это является одной из причин, почему так много тренингов «НЛП-Практик» значительно короче). Сколько человек пришло бы на 240-дневное обучение? Хотя даже 240-дневное обучение заняло бы

меньше времени, чем тратит студент колледжа в свой первый учебный год! Большинство лицензированных профессиональных психотерапевтов провели, как минимум, пять лет в колледже для получения степени Мастера (M.A.) и потратили восемь или более лет для получения степени Доктора (Ph.D.). Так что, конечно, понятно, что большинство людей считает, что лицензированный специалист, чье обучение более чем в 50 раз дольше по времени, чем у НЛП-практика, гораздо лучше может помочь людям осуществить личные изменения.

Итак, как фактически навыки НЛП-практика сравниваются с навыками лицензированных профессионалов? Я наблюдаю за навыками практиков на сертификационных тренингах уже более 20 лет, так что это дает мне достаточно хорошую основу для представления об их возможностях и слабых местах, равно как и о значительном диапазоне их навыков/способностей на сертификации.

Недавно я просматривал множество видеозаписей живых клиентских сессий с психотерапевтами, о которых пишут, как о «лидерах в сфере» краткосрочной терапии, и у каждого из которых есть ученая степень и многолетний опыт. Все они лицензированы, все они написали внушительные, получившие хорошую оценку у многих книги по терапии. Их имена регулярно появляются как в сборниках материалов практических семинаров, так и в списках докладчиков на профессиональных конференциях.

То, что я видел на этих записях сессий, главным образом, варьируется от несоответствующего/некомпетентного до слегка вредного (за несколькими прекрасными исключениями, такими как Билл О'Хэнлон, Майкл Япко и Скотт Миллер*). И помните, что психотерапевты, представленные на этих видеозаписях, опытные «лидеры в данной сфере», а не только что выпущенные Доктора (Ph.D.). Также в эту группу не были включены люди, обученные как специалисты в области долгосрочной терапии, которая, как правило, менее эффективна и, естественно, менее действенна.

Я бы поспорил на серьезные деньги, что практики, прошедшие полный курс обучения «НЛП-Практика», сделают гораздо больше для

своих клиентов за ГОРАЗДО меньшее время и деньги, чем любая подобная группа недавно дипломированных специалистов, прошедших 5 – 8 летнюю программу подготовки профессиональных психотерапевтов. Причина проста: НЛП-практики располагают намного лучшим и более практичным «набором» методов для того, чтобы помочь людям осуществить изменения.

Риск причинить вред

А сейчас давайте ответим на второй беспокоящий вопрос о риске причинения вреда клиенту. Я знаю достаточное количество конкретных примеров людей, которым причинили серьезный вред как лицензированные профессионалы, так и НЛП-практики, так что риск реален.

Во-первых, если кто-то думает, что набор инструментов НЛП менее эффективен, чем у лицензированных специалистов, то вы можете отметить, что также и опасность должна быть пропорционально меньше, так как обладание меньшими навыками означает наличие меньшей способности влиять на кого-то. Тогда вам придется иметь дело всего лишь с этикой оплаты неэффективной терапии.

Предположим, что у практиков более эффективный набор инструментов, тогда как насчет опасности, что этот более мощный набор инструментов может оказаться в руках человека с небольшим опытом? Наличие большей возможности помочь кому-то измениться не определяет направление или пользу изменения.

НАМНОГО легче помочь кому-то измениться так, чтобы это изменение было полезным и соответствовало желаниям и целям человека. Требуется намного больший навык (или бравада, или принуждение), чтобы сокрушить естественную защитную реакцию человека при неэкологическом изменении. Я убежден, что, работая в определенных рамках, молодые практики с минимальным опытом могут значительно помочь большому количеству людей, при этом защищая клиентов от вреда.

Что же это за рамки? Прежде всего...

1. МНОГО смирения по поводу того, как немного они знают и как сложны люди.
2. МЯГКОСТЬ и осторожность в предложении альтернатив/вмешательства.
3. ОГРОМНОЕ уважение к возражениям и тревогам людей и нежеланию попытаться сделать какое-либо изменение до тех пор, пока эти возражения не будут полностью учтены.

Это те рамки, которые мы всегда встраивали и встраиваем во все наши тренинги всеми возможными способами, которые только можем придумать. Существует множество программ обучения НЛП, которые не подчеркивают или даже не упоминают эти рамки, или предлагают совершенно иные рамки. Однако я думаю, что, используя эти рамки, очень трудно причинить кому-либо вред. Большое количество случаев причинения вреда, которые я наблюдал, являются результатом игнорирования этих рамок, и я видел такое игнорирование гораздо больше в работе лицензированных психотерапевтов, чем в работе НЛП-практиков.

перевод Дарьи Пархоменко, М.А.NLP

* Все эти три психотерапевта прошли серьезные тренинговые программы по краткосрочной терапии, направленной на решение задачи, и по Эриксоновскому гипнозу. И в обеих программах обучают навыкам, многие из которых даются в НЛП. Билл О'Хэнлон также обучался НЛП.