

Разговор о моделировании с автором книги «Стратегии гениев»

Статья опубликована в журнале Вестник НЛП №31.

Авторы: Роберт Дилтс, Андрей Анатольевич Плигин

Темы, затрагиваемые в статье: Психотерапия

*Интервью А. Плигина с Р. Дилтсом,
г. Москва, март 2008.*

– Роберт, во-первых, спасибо тебе большое за то, что ты присоединился к празднованию 15-летия нашего «Центра НЛП в Образовании» со своим семинаром «Ключевые факторы успеха». Эту тему мы выбрали не случайно: для меня моделирование является сердцем НЛП, потому что оно позволяет выявлять и сохранять эффективный человеческий опыт в любой сфере деятельности и передавать его всем желающим. Вот об этом процессе и хочется с тобой поговорить.

Очевидно, что тебе удалось после работы Дж. Гриндера и Р. Бэнделера осуществить ряд очень ярких проектов моделирования, результатами которых пользуются многие специалисты НЛП в мире. Достаточно вспомнить стратегию У. Диснея, Логические уровни, модель S.C.O.R.E. и т.д. Кроме того, ты написал замечательные широко известные книги в этой области: «Стратегии гениев» (три тома) и «Моделирование с НЛП». В одной из своих книг ты пишешь, что любишь заниматься нейро-лингвистической археологией, то есть моделировать стратегии людей на основе статей, видеозаписей, автобиографических материалов, рассказов современников и т.д.

В связи с этим вот мои первые вопросы: как тебе пришла в голову идея моделировать опыт выдающихся людей по книгам, видео, и где ты взял для этого вдохновение?

– Это очень хорошие вопросы. Давайте начнем разговор. Разумеется, для того чтобы делать такой уровень моделирования, нужны особые материалы, потому что моделирование — это не описание биографии. Нужно найти нечто, касающееся того, как человек думал и действовал. Очень редко бывает, что человек пишет или рассказывает о том, как устроено его собственное мышление. В большинстве случаев моделирование начиналось с

того, что я обнаруживал что-то, уже говорящее о стратегиях выдающегося человека. Например, при моделировании стратегии Моцарта было так: кто-то показал мне его письмо, и я подумал: «О, я могу прямо из этого письма получить представление об одной из стратегий Моцарта». И то же самое происходило с моделированием стратегий Леонардо — в записных книжках он иногда писал о том, как что-либо создавал, анализируя свои внутренние процессы творчества. С моделированием стратегий Альберта Эйнштейна похожая история — он на самом деле писал о том, как размышлял над своими открытиями. Поэтому обычно мои проекты моделирования начинались с чтения или заинтересованности деятельностью какого-то человека и нахождения моментов, говорящих мне: «Вот то зерно, из которого может вырасти проект».

В некоторых случаях, когда я, например, моделировал когнитивные паттерны Иисуса, я использовал компьютер, содержащий все цитаты из Библии, и просто запускал поиск по ключевым словам, например, «видеть», «слышать», «чувствовать». Таким образом, находились определенные закономерности, которые намекали на присутствие определенных паттернов.

В случае с творчеством Уолта Диснея для моделирования мной были взяты рассказы разных людей о нем. В одном из них было упоминание о «Мечтателе», «Реалисте» и «Критике».

– ***Каких материалов было больше: видеозаписей или статей?***

– Я обращался больше к книгам и статьям. Обычно я много читаю книг, так как мне интересно узнавать об удивительных людях. Но не всякое чтение приводит к проекту моделирования, потому что важно из текста извлечь правильную информацию. Например, в моделировании творчества У. Диснея происходило следующее: кто-то нарисовал карикатуру, изображающую его привычную позу; увидев ее, я подумал: «Это интересная закономерность!» Или, например, Иисус всегда в важных моментах описывается смотрящим вверх. Он смотрит не вниз, а именно вверх. Эти микроэлементы подсказывали мне важные части стратегий. Таким образом, мой процесс моделирования начинается с того, что я читаю и размышляю над паттернами, содержащимися в тексте. Иногда кто-то дает мне материал, в котором сразу заметны структурные части будущей модели.

После нахождения множества элементов стратегий я стараюсь оформить их в виде набора шагов. Иногда присутствуют не все шаги — и тогда я начинаю размышлять, могу ли я как-то дополнить свои знания, прочитать или узнать что-то еще, чтобы получить эти недостающие фрагменты. Я действительно считаю, что данный процесс метафорично немного похож на археологию. Вот такие нейро-лингвистические «раскопки» получаются.

– ***Какого рода информацию ты ищешь в моделировании?***

– Я всегда ищу ключевые элементы, которые человек оставил в продуктах своей деятельности. Чаще всего люди, размышляя о собственном опыте, раскрывают свои убеждения и при этом мало говорят о своих когнитивных стратегиях. А иногда происходит наоборот: люди много

говорят о своих когнитивных стратегиях, но в их рассказах нет информации о том, какие ценности и убеждения приводят в действия их способности. И то, и другое очень важно.

– *А что остается в полученной модели от опыта реального человека?*

– В целом важно понимать, что, занимаясь моделированием при помощи НЛП, мы не пытаемся повторить или воссоздать личность успешного человека. Многие меня спрашивают: «Вот ты провел такую большую работу, моделируя Моцарта, почему же не появилось больше людей, которые теперь пишут музыку, как Моцарт?» Я отвечаю, что я моделировал не ради того, чтобы писать музыку. Что касается музыкального содержания, то оно требует музыкального опыта и определенного уровня развития данных способностей. В данном случае я моделировал творческий процесс, который может быть применен людьми, не имеющими музыкального образования, к различному содержанию. Аналогичная ситуация с моделированием творчества Уолта Диснея: этот проект был реализован не для того, чтобы люди могли снимать новые мультфильмы про Дональда Дака. Выявленные стратегии можно применять для работы в различных сферах деятельности: для создания компьютерных программ или для различных видов консультирования и коучинга. Они переносимы в другие контексты. Стратегия не должна быть похожа на фотографию процесса. Нам не нужны все элементы деятельности — из опыта нужно извлечь наиболее общие элементы таким образом, чтобы модель стала полезной и возможной для использования. Иногда в процессе исследования некоторых стратегий у меня возникает ощущение, что мне еще нужна информация и что хотелось бы получить нечто большее. Но все же обычно удается собрать достаточно данных для описания стратегии — шаг за шагом я заполняю отсутствующие фрагменты.

– *Роберт, рассказывая про моделирование, ты все еще не ответил на маленькую часть первого вопроса, касающегося своего вдохновения.*

– Вдохновение — для того чтобы начать первые проекты моделирования? У меня сильный интерес к моделированию возник много лет назад благодаря Джону Гриндеру, когда мы начали рассматривать структуру синестезии. Он сказал, что если мне удастся выявить паттерны синестезии кого-либо, например Моцарта, я смогу моделировать на глубинном уровне. Я подумал, что это довольно интересная идея. Как раз после этого мне кто-то показал письмо Моцарта, о котором я уже говорил, и там находились синестезии в большом количестве. Не думаю, что, приводя свой пример, Джон знал о существовании такого письма, скорее, это была его интуиция.

Вообще, идея моделирования лежит в основе всего нейролингвистического программирования. В первые годы создания НЛП мы предполагали, что будем много моделировать. Вначале фокус внимания был направлен на репрезентативные системы. Выявляя их, мы стремились обучиться «ментальным программам» другого человека. Таким образом, уже в начале развития НЛП быстрое и эффективное моделирование являлось

мечтой. Просто никто раньше не занимался выявлением стратегий в отношении человеческого опыта и не имел таких инструментов, которые есть для этого в НЛП.

В те годы я подумал: «Отличная возможность! Попробую сделать ряд проектов». Кстати, по поводу описания стратегий гениев. Когда мы еще были вначале пути НЛП и писали книгу «НЛП, том 1», была идея написать позже «НЛП, том 2». Мы полагали, что он будет своеобразным собранием рецептов, вроде кулинарной книги, от многих выдающихся людей, например Моцарта. Хотелось также описать и ряд простых стратегий в области обучения алгебре, правописанию, полезных в повседневной жизни. Но впоследствии Р. Бэндлер и Дж. Гриндер прекратили свое сотрудничество и, как известно, «НЛП, том 2» не был написан. Подводя итог, я бы сказал, что вдохновение для занятия моделированием мной черпалось из видения и желания завершить этот начатый проект. В моем понимании три тома «Стратегий гениев» — это своего рода мой вариант «НЛП, том 2».

– Я так понимаю, что из всего списка выдающихся людей, чьи стратегии ты описал в книге «Стратегии гениев», первым с точки зрения моделирования был Моцарт? Вспомни, пожалуйста, подробнее, как именно проходила работа над данной стратегией. Ты был сфокусирован только на стратегии Моцарта до тех пор, пока всю ее не выявил, или параллельно занимался моделированием других стратегий?

– Неожиданный вопрос. Когда я впервые увидел то письмо, я еще не знал, как преобразовать элементы текста, описывающие стратегии Моцарта, во что-то полезное.

Как известно, существуют различные фазы моделирования, и, чтобы успешно завершить проект, мне надо было действовать поэтапно в каждой фазе.

Первая фаза — это сбор информации. На данном этапе важно было собрать правильную информацию: заметить особенности использования репрезентативных систем, выделить ключевые синестезии.

Вторая фаза предполагает обнаружение паттернов и их оформление в модель. Здесь необходимо понимать, что получен не просто набор данных. Все они составляют взаимоотношения элементов, которые можно преобразовать в целостную структуру.

Третья фаза — передача модели, то есть как я могу научить данной стратегии кого-то еще. Если у меня есть паттерны и целостная модель, это еще не значит, что я знаю, как позволить другому человеку встроить ее в свой опыт. Как, например, в случае со стратегией правописания: если кто-то хорошо визуализирует написание слов, ты говоришь ему: «Визуализируй слово!» — и он отвечает: «Хорошо!» А если вы имеете дело с кинестетиком? Ты ему говоришь: «Визуализируй слово!» — он отвечает (удивленно, не понимая): «Чего-чего делать?» Или ты просишь человека визуализировать, и он говорит, что визуализирует, а на самом деле нет, потому что даже не понимает, что мы просим его сделать. Поэтому третья фаза очень важна для того, чтобы передать смоделированную стратегию тому, кто совершенно не

похож на Моцарта. Я лично был очарован письмом Моцарта, но не знал, как сделать из него практический инструмент для других людей. Мой опыт показывает, что до тех пор, пока я на основе всей имеющейся информации о стратегии не разработаю технику, я не могу завершить проект. Создание техники — это самостоятельный навык. Полученную эффективную стратегию нужно еще суметь передать, установить, встроить. Помимо описания стратегии, нужен набор шагов, после осуществления которых человек скажет: «О, теперь я могу применять стратегию». Часто человек говорит: «Стратегия невероятна, великолепна! Но я не знаю, как именно ее использовать». Знание структуры опыта не всегда означает, что его можно использовать. В данном случае нужно еще построить мостик между стратегией и индивидуальным опытом человека. Иногда кажется, что фаза передачи стратегии находится за рамками моделирования. Но это не так! Поэтому эта третья фаза моделирования — встраивание стратегии — для меня оказалось очень важной. В результате ее реализации стратегия может дополняться и немного видоизменяться.

– *Моделируя, ты параллельно об этом пишешь статью? Или сначала опробуешь все найденное на семинарах и в индивидуальной работе? Или всё это тоже происходит параллельно?*

– Бывает по-разному. Вначале я обычно опробую модель на семинаре, экспериментирую с ней. Если сразу написать статью без обратной связи, может случиться так, что ее придется переписывать. Обычно у меня появляется первая версия стратегии, которую я кратко описываю на 1 – 2 страницах раздаточного материала и затем опробую на семинарах. Данный процесс похож на работу с программным обеспечением — надо сначала убрать баги (ошибки), прежде чем окончательно его выпускать. То есть сначала у меня появляется бета-версия, которая потом многократно дорабатывается.

– *Правда, так, как ты, Билл Гейтс не совершенствует свои программы перед окончательным выпуском — у него другая стратегия, и мы знаем причины, по которым это происходит. Зато есть другой выдающийся пример: Л.Н. Толстой переписывал «Войну и мир» 8 раз, а одну из своих статей, кажется, — около сорока раз!*

– Да?.. Я не знал об этом, любопытно.

– *И все же мне интересно: ты заканчивал оформление окончательной версии описания одной стратегии до конца, например Моцарта, а потом принимался за стратегию, например Конан Дойла, или все-таки это параллельно осуществлялось?*

– Моя работа не была настолько последовательной. Были и параллельные процессы. Но здесь, пожалуй, важно то, что вначале я действительно писал короткие статьи, посвященные основной структуре стратегии.

– *Когда ты пишешь статью, раскрывающую структуру стратегии, то есть формулируешь свои мысли письменно, ты лучше понимаешь выявленную модель?*

– Да, совершенно верно! Ведь когда что-то описываешь, получаешь совершенно другой уровень объяснения. Одно дело, когда есть понимание опыта конкретного человека, и другое дело — когда надо найти какие-то слова, чтобы его воссоздать для других. При написании статей я постоянно менял позиции восприятия, перечитывал написанное не как Роберт, а как совершенно посторонний человек.

В некотором смысле этот процесс похож на тот, когда мы с Джудит ДеЛозье работали над «Энциклопедией НЛП». Вначале мы писали про все подряд: появлялась идея о чем-то — мы ее сразу описывали. Надо было начать с буквы «А», структурировать и описать все знания, которые могут быть расположены в разделе энциклопедии на букву «А», и лишь затем в какой-то момент мы могли сказать: «Мы закончили все по данному разделу». Вот тогда можно было переходить к следующей букве «Б». Примерно так же у меня было с выявлением и описанием стратегий гениев. В частности, сначала был материал про Моцарта, Диснея и Конан Дойла. Затем я смотрел, обо всем ли я знаю в каждом конкретном случае для оформления окончательной версии стратегии. Когда я начал работу над книгой «Стратегии гениев», у меня уже был полный список всех имен, которые туда войдут, и был список тех людей, до которых дело не дошло.

– ***Значит ли это, что ты довольно рано сформировал окончательный список? Или имена в него добавлялись по ходу? Что было важным в подборе персоналий?***

– У меня был примерный список имен вначале потому, что на тот момент про стратегии каждого из них я имел ключевые кусочки информации.

Предполагаемый перечень имен в определенном смысле касался архетипических стратегий в музыке, науке, художественном искусстве; в том, как «читать» людей (стратегия Конан Дойла), и в том, как визуализировать законы, лежащие в основе вселенной (стратегия А. Эйнштейна). Все они касались метапрограмм на глубинном уровне, имели нечто архетипическое.

Одна из причин, по которой я выбрал именно этих личностей, заключалась в том, что все их стратегии были разными во всех смыслах: и по структуре, и по контексту применения. Я полагал, что подобные описания полезны для того, чтобы люди получили представления о различных стратегиях.

– ***На что была похожа работа по оформлению стратегий? Как осуществлялся процесс?***

– У Леонардо, например, было все очень структурировано: кусочки-кусочки-кусочки — и вдруг раз — появляется целое! У Моцарта больше такого, что органично растет, возникает изнутри, берет начало из чувства. У Диснея другая стратегия — схватить видение и подтащить его поближе.

– ***Всех ли людей из первоначального списка ты выбрал сам или были какие-то предложения от коллег?***

– В основном я подбирал их сам. Ведь те люди, чьи стратегии я моделировал, были мне лично интересны, помимо того, что они еще и

широко известны. Правда, известность тоже очень важна: она подчеркивает значимость моделируемых стратегий. Таким образом, выбранные модели — это не просто чья-то магия, а лучшие примеры опыта людей, мастерство которых общепризнанно.

– *Значит ли это, что все выбранные примеры к тому моменту просто основывались на твоём личном интересе, и ты до того, как начал проект моделирования, специально не ходил в библиотеку, не искал подходящие персоналии, не делал особой отборочной работы для создания списка имен?*

– У меня было и есть множество интересов в жизни. Мне нравятся музыка, рисование, я пишу, изучал физику. Моя интуиция мне подсказывала, что в жизни есть множество разнообразных стратегий, которым можно обучаться и обучать других.

– *То есть моделирование было связано с твоими личными интересами, сформировавшимися еще до занятий НЛП?*

– Да. Помню, еще в детстве я читал о Леонардо Да Винчи! У моего отца были книжки о нем, иногда мы разговаривали про Альберта Эйнштейна. Знакомясь с фактами из жизни этих людей, возникало ощущение, что определенно они обладали чем-то фундаментальным, и это каким-то образом осознают все. Я чувствовал особый резонанс с собственным опытом. Если просто прочитать статью об интересном человеке, часто возникают мысли: «Ну, да!.. И что?» В случае выбранных мной гениев все иначе: их опыт очень привлекателен. Мои проекты моделирования представляют собой в каком-то смысле наблюдение за опытом, относительно которого у меня имелось уже интуитивное знание.

В моделировании существуют не только интерес и удовольствие, но и личностный рост. Иногда появляется опыт, который кажется настолько чужим и незнакомым, что вызывает особый энтузиазм и развитие.

– *Роберт, ты знаешь, когда я начинаю свои проекты моделирования, иногда у меня появляются четкие цели относительно того, что я собираюсь выявить и в какой форме будет выражен итог. А иногда точное представление отсутствует, ведь мы, исследуя мастерство, не всегда знаем, что именно получим в итоге и во что это выльется. Интересно, как это у тебя происходит? Еще в начале проекта моделирования ты визуализируешь написанную книгу, разные ее части или части семинара, техники? А может быть, ты представляешь себя, уже применяющим стратегии?*

– В случае проекта «Стратегии гениев» все, о чем ты сказал, происходило в различной степени. Я уже тогда точно знал, что в результате этих проектов получится что-то очень интересное.

– *А у тебя изначально при моделировании возникает намерение написать книгу? Это является дополнительной желаемой целью?*

– Так можно сказать не про каждый проект моделирования. Во многих случаях книге предшествовали разработки для семинара. Так, например, произошло с моими книгами «Коучинг в НЛП» и «Изменение убеждений с

помощью НЛП». Ведь если я могу научить эффективному опыту (смоделированному прежде) обычных людей, то уже на основе полученной практики легче «сделать» книгу. У меня не возникает сразу мысли: «О, я напишу книгу!» Обычно это начинается с состояния: «О, это интересно!» И если я смогу сделать семинар, который предполагает наличие конкретных техник, последующую обратную связь, экспериментирование на практике, то впоследствии я собираю все воедино — и тогда могу написать книгу. Если бы я не смог отработать полученные модели на семинарах, возможно, тогда не получились бы книги, так как я бы не знал, как это практически будет реализовано у других людей.

– А в чем принципиальное отличие моделирования по книгам от исследования стратегий живых людей?

– Я могу сказать, что моделирование по записям гораздо труднее (это моделирование иного рода), чем моделирование живого человека. Потому что легче просто спросить, чем находить информацию из множества источников и проверять ее на практике.

– А что ты делаешь, если у тебя недостаточно информации? То есть присутствует много элементов структуры, но среди них не хватает существенного элемента — как в мозаике? Ты тогда сам достраиваешь? Мне кажется, что опыт фрактален, и то, что недостает на одном уровне, можно найти на следующем, если знать общий паттерн. Так ли это?

– Действительно, были случаи, когда у меня не было достаточно оригинальных звеньев для построения всей цепочки. Как, например, бывает в археологии: есть множество «твердых кусочков», но часть из них может быть утрачена навсегда. Однако если есть главные, то вполне возможно воссоздать всю структуру. Если мне надо от одного ключевого элемента в стратегии перейти к другому, то получается не так уж и много вариаций переходов. Поэтому строишь версии, догадываешься, конструируешь, и после проверки на практике становится понятным, какой из них наиболее вероятный и подходящий. Но если отсутствующий фрагмент очень большой и структуры недостаточно, тогда это невозможно.

– Спасибо большое за увлекательную беседу и возможность в коротком разговоре сделать «набросок» твоей модели моделирования стратегий гениев на основе печатных источников! Это действительно особый вид компетентности в НЛП. Надеюсь, что наша беседа вдохновит российских мастеров на осуществление собственных проектов исследования человеческого совершенства. В моем представлении мастером НЛП, в отличие от всех других мастеров в различных сферах, может называться человек, который, освоив специальные инструменты НЛП, сделал хотя бы один настоящий проект! Очень знаменательно, что этот разговор состоялся в юбилейный год для нашего Центра! Уверен, он станет еще одним, пусть даже небольшим шагом на пути к реализации Миссии Центра, частью которой является продвижение НЛП-моделирования, развитие его инструментов. Именно поэтому мы

стремимся осуществить собственные проекты моделирования, ведем 10-дневный курс «Мастер моделирования», проводим конференции и поддерживаем любые хорошие начинания в этой области.