المحاضرة الأولى : تعريف البرمجة اللغوية العصبية

البرمجة اللغويّة العصبيّة) بالإنجليزيّة(Neuro Linguistic Programming :، واختصاراً(NLP) وهي طريقة مُنظمة تُساعد على التعرف على التركيبة الخاصة بالنفس البشريّة، واستخدام العديد من الوسائل والأساليب المفيدة للتعامل معها؛ ممّا يُساهم في الوصول إلى تأثير مناسب في الشعور، والتصور، والأفكار، والإدراك، وينعكس ذلك على أداء الإنسان العقلي والنفسي والجسدي، كما تُعدّ البرمجة اللغويّة العصبيّة من إحدى المواد التطبيقيّة التي تظهر ضمن عدّة تقنيات وآليات تُساعد الإنسان على تحقيق طموحه بناءً على قدراته. لا تُمثّل البرمجة اللغويّة العصبيّة فرعاً من فروع العلوم؛ إذ إنها لا تعتمد على نتائج علميّة مرتبطة بعلم الأعصاب أو علم النّفس، بل طُوّرت كنظامٍ في سنة 1970م من قبل اثنين مختصّين في ما يُعرف بالمساعدة الذاتيّة) بالإنجليزية.(self-help : وتوجد العديد من الآراء التي تتفق مع البرمجة اللغويّة العصبيّة أو تختلف معها؛ منها رأي الطبيب ستيفن نوفيلا، الذي يقول إن الفرضيات الخاصة بالبرمجة اللغويّة العصبيّة حول إمكانية برمجة العواطف والسلوك عن طريق محاكاة عدّة جوانب سطحيّة هي فرضيات غير صحيحة وخاطئة. أمّا معهد باندلر المُتخصص بهذه البرمجة يرى أنها دراسة مُتخصصة بالتجربة الفرديّة؛ حيث إن السلوكات البشريّة التي تعتمد على البرمجة اللغويّة تساهم في الاعتماد على النفس لبناء وسيلة جديدة في إدراك تأثيرات التواصل مع دماغ الإنسان.

تاريخ البرمجة اللغوية العصبية

يعود تاريخ البرمجة اللغويّة العصبيّة إلى كتاب روبرتو أساجيولي) بالإنجليزية Roberto : Assagioli)الصادر في سنة 1965م حول التركيب النفسي؛ حيث احتوى كتابه الأُسس الأولى للبرمجة اللغويّة العصبيّة، واكتُشفت أعمال أساجيولي من خلال المعالج والمدرب الأمريكيّ في مجال البرمجة اللغويّة العصبيّة مايكل هول) بالإنجليزية(Michael Hall :، فاهتمّ بتحديد مجموعة من التدريبات والأفكار الخاصة بأساجيولي؛ لتوضيح أن مؤلفاته ساهمت في التأريخ للبرمجة اللغويّة العصبيّة قبل ذيوع صيتها بعشرة أعوام. ساهم فريتز بيرلز) بالإنجليزية Fritz : Perls)في تطوّر البرمجة اللغويّة العصبيّة؛ إذ يعود الفضل له في ظهور مفهوم العلاج الجشطالتي) بالإنجليزية(Gestalt therapy :، كما شاركه مجموعة من الأشخاص وكانت زوجته واحدة منهم في إصدار الكتاب الأول حول العلاج الجشطالتي، وتمكّن بيرلز من تحويله إلى أداةٍ علاجيّة يمكن استخدامها والاستفادة منها، أمّا كلمة جشطالت، فهي مصطلح يُستخدم في الإشارة إلى أن نموذج الأجزاء بشكلٍ مفرد غير كافٍ لفهم كامل الموضوع، بل يجب أن يكون الكلّ في الحسبان. مفكرو البرمجة اللغوية العصبية اهتمّت مجموعة من المُفكّرين بإعداد تطبيقات ودراسات حول البرمجة اللغويّة العصبيّة، وفيما يأتي ذكر لبعض المعلومات عن مجموعة من هؤلاء المُفكّرين: جوديث ديلوزيه) بالإنجليزية :(Judith DeLozier :هي باحثة اهتمّت بالعلوم الإنسانيّة والدراسات الدينيّة، تعود بداية دراستها للبرمجة اللغويّة العصبيّة إلى طلب زوجها منها أن تقرأ المسودة الخاصة بكتابه وتقديم رأيها فيه، ومنذ ذلك الوقت صارت جوديث تهتمّ بالبرمجة اللغويّة العصبيّة، وتعاونت مع زوجها في إعداد مبادئ جديدة لهذه البرمجة، ولاحقاً صارت

مُتخصصة بعلم الأبستمولوجيا؛ والتي هي طريقة لدراسة نظريّة المعرفة. ليزلي باندلر)بالإنجليزية :(Leslie Cameron-Bandler :هي باحثة درست علم النفس وعلم الاجتماع، ومن ثمّ أصبحت عضواً ضمن مجموعة البرمجة اللغويّة العصبيّة في جامعتها، ولاحقاً صارت مديرة الأبحاث الأولى للجمعية الخاصة بهذه البرمجة، وتوقفت عن دراسة البرمجة اللغويّة العصبيّة في نهاية الثمانينيات. ديفيد جوردون) بالإنجليزية :(David Gordon :هو باحث اهتمّ بدراسة علم النفس، ولاحقاً صار من ضمن أهمّ الرواد والمُفكّرين الذين ساهموا في تطوّر البرمجة اللغويّة العصبيّة. واعتمد أسلوبه في تطبيقها على التدريب المُتخصص بالحكايات والقصص، ونشر عن هذا المجال في كتاب عُرِفَ باسم المجاز والعلاج النفسيّ) بالإنجليزية : (Therapeutic Metaphors، وشارك جوردون مع مايكل لي بو وليزلي كاميرون في الوصول إلى اكتشاف هيكل الخبرة الشخصيّة، وتطوير النموذج الخاص بمحاكاة الاستعداد الذهني، وأدّى ذلك إلى ظهور فكرة الذات اليقينيّة التي تُمثّل النموذج الذي يتكلم عن الفرد الملتزم بأزمنة وسياقات ثابتة من ولادته حتّى وفاته، كما ساهم جوردون بمشاركة جراهام دوز في تطوير نموذجٍ عُرِف باسم المنظومة العصبيّة، وساهم أيضاً في تصميم نموذج الوجود الهادف والمعتمد على مناقشة وملاحظة الأشخاص الذين يحققون النجاح في حياتهم، فأدّت جهود جوردون إلى ظهور تطوّرٍ كبير في البرمجة اللغويّة العصبيّة. روبرت ديلتز) بالإنجليزية : :(Robert Diltsهو باحث ابتكر نموذجاً في البرمجة اللغويّة العصبيّة عُرِفَ باسم المستويات العصبيّة، ونشر العديد من المؤلفات والكُتب ومنها مجلد حول البرمجة اللغويّة العصبيّة، كما اهتمّ

بدراسة العلاقات بين الجوانب الصحيّة والروحيّة والبرمجة اللغويّة العصبيّة، وساهم ديلتز بتأسيس الهندسة الإنسانيّة التي تُعدّ أول دورةٍ تدريبيّة في البرمجة اللغويّة العصبيّة. موضوعات البرمجة اللغوية العصبية تهتمّ البرمجة اللغويّة العصبيّة بدراسة عدّة مجالات وموضوعات ومن أهمّها إدراك المعنى الخاص بالزمن، وتعزيز التواصل الفعّال بين الفرد والأفراد الآخرين، وتشجيعه على الانسجام معهم. التعرف على الأنماط البشريّة المتنوعة، مثل النمط الرقمي، والنمط السمعي، والنمط الحسي، والنمط البصري، وطريقة التفاعل المناسبة مع هذه الأنماط، وطبيعة تفكير الأفراد الآخرين. المساهمة في علاج الحالات الشخصيّة، مثل التحكم بالعادات الفرديّة، والوهم، والخوف، والفوبيا، والسعي إلى تحسينها للأفضل. تنمية وتطوير وتحسين المهارات الجماعيّة والفرديّة، والحرص على دعم مستوى الأداء الفرديّ. مساعدة الأفراد على تعلّم المهارات التي تُساهم في رفع مستوياتهم وتجعلهم مميّزين، مثل مهارة القراءة التصويريّة ومهارة القراءة السريعة. إدراك أُسس التنويم الإيحائي ووسائل استخدامها في معالجة مجموعة من الحالات الفرديّة. مميزات البرمجة اللغوية العصبية تتميّزُ البرمجة اللغويّة العصبيّة بمجموعةٍ من المميّزات ومنها: الاهتمام بالعمليات أكثر من المحتوى والمضمون. الاستفادة من جميع العلوم. الحصول على نتائج فعّالة وسريعة. استخدام أبسط الوسائل المُتاحة. عدم حاجة الأفراد لامتلاك أي تخصصات علميّة؛ لذلك يُعدّ من السهل تعلّم البرمجة اللغويّة العصبيّة.