

えぬえるぴー



<http://www.iryu.co.jp/nlp>

発行 チーム医療

NLP は、人が無意識のうちに上手く行っている行動や思考方法に焦点を合わせます。

NLPの創始者の一人、**ジョン・グリンダー**自身の口から聞いた情報です。

卓越した医療催眠家**ミルトン・エリクソン**をモデリングした際にどんな風にやったかを話してくれました。

グリンダーともう一人の**NLP**の創始者である**リチャード・バンドラー**の二人は、アメリカ合衆国アリゾナ州の**ミルトン・エリクソン**が治療している現場に行って、その場면을映像に記録すると共に、じっと観察したそうです。

10ヶ月間、じっと座って、ただ観察していました。

そこで**ミルトン**が何を行っているか、その理屈や方法論を理解しようとする態度は保留にし、ただひたすら観察したそうです。自分のフィルターを掛けずに、そこに起きている現象をそのまま受け入れるという態度に徹したそうです。

カリフォルニア州に戻ってから、記録した映像を基に、自分達も**ミルトン**と同じように出来るか「模倣」してみたそうです。

そしてモデル化したテクニックを、**ミルトン**に全く会ったことの無い人にやらせてみて、**ミルトン**と同じように再現しているかどうか観察をしました。

その中で「有効」だと認められたテクニックは残しました。

ダメだったものは、どこがいけなかったかを見直して、上手く行くまでやり直したそうです。

そのテクニックが「成功したかどうか」は、クライアントから**ミルトン**と同じようなリスポンスが引き出せたかどうかで判断したそうです。そして同じ位の時間で出来たかどうかも判断材料にしたそうです。

こんな風にして出来上がったのが「**NLP**」なのです！

自分の価値観や知識を脇に置いておいて、何も知らないかのごとく**NLP**を受け入れるのが、早く上達するポイントのようです。

NLPのよく使われる用語

アンカー (アンカーリング)

ある日曜日の朝、NLPプラクティショナー・コース運営のために(9時30分から開始だったのですが)会場の部屋におりました。

そこに、他のセミナーでお願いしている講師(私の会社は臨床医学や看護、検査、臨床栄養などの講習会も行っています。心理学だけではないのです)が部屋の入り口に立っているのです。

「僕は、ここじゃあ無かったっけ????」と面識のある僕に不安そうな表情で言ってきました。

そう、違うんです!

今回の会場で開催することが確かに多いのですが、その都度、いろいろな会場を使っているのです。その先生は、「この会社のセミナー = この会場」というようにアンカーされてしまってたのですね。

私は慌てました!

一緒に建物の外まで走り、タクシーを手当てし、乗ってもらい、送り出したのですが、人間いろんな部分で「アンカー」されているんだなあって実感したものでした。

その姿をトレーナーの一人が観ていたようで「あんた、さっき、ダーって物凄い勢いで走っていたけどどうしたの?」って聞かれました。

事情を話して、「これってアンカーそのものですね!」と二人で爆笑してしまいました。

言葉にアンカーされた事、日常生活の中でアンカーされている事などを自分なりに探ってみるのも良いかもしれせん。



肯定的なアンカーであれば、リソースとしても使えます!

否定的なアンカーであれば、NLPのスキルを応用して取り除くことも出来ますね。

それに「気づく」ということだけでもいろいろ役立ちそうです。普段意識していない点でこれってアンカーだなあと思うことがたくさんありました。

NLP入門セミナー

開催日：平成17年5月21日(土)～22日(日)・**京都市**開催

講師：鯉江園子、鈴木るみ子 (以上、サンタフェNLP / 発達心理学協会認定トレーナー) 他

看護師のためのカウンセリング ～自己を知ることから～

開催日：平成17年5月29日(日)・**東京**開催

講師：小平さち子 (横須賀北部共済病院心理相談室心理士・看護師)

亀山博子 (関中央病院 副看護部長)

NLP入門セミナー

開催日：平成17年9月10日(土)～11日(日)・**福岡市**開催

講師：島松まゆみ、小平さち子 (以上、サンタフェNLP / 発達心理学協会認定トレーナー) 他

NLPの**電子メールマガジン**を定期的に発行しています。

<http://www.iryoko.jp/nlp/santafe/mm/>

NLPに関連した様々な情報を集めて電子メールの形でお送りしています。新刊の情報や研修会の情報、関連した学会の情報などが中心です。また、NLPのテクニックの解説や、事例の紹介なども書いています。上記ホームページで登録手続きをした方に**無料**でお送りしています。

参考図書 **逐語録による**

国谷セミナー第一部

A5判・260頁



- 編集：東京家族療法研究会
- 発行年月日：2003年8月3日
- 発行元：チーム医療
- 価格：3000円 + 税
- ISBN4-88509-067-9 C3011

故・国谷誠朗(くにや のぶあき)先生が、東京家族療法研究会のファミリー・セラピー・セミナーで実施したモデリングの場面を文章化した本です。

NLPのテクニックによって展開する場面がいくつかあり、「目標の明確化」「6段階リフレーミング法」などの場面が参考になると思います。

第17回 プラクティショナー・コース

好評受付中

主催：チーム医療**共催：**サンタフェNLP / 発達心理学協会**会場：**チーム医療・研修室（東京都豊島区南大塚・JR大塚駅南口から徒歩3分）**開催日：**平成17年6月10日（金）開講

6月11日（土）、12日（日）、7月1日（金）、2日（土）、3日（日）

7月15日（金）、16日（土）、17日（日）、18日（月・祝）

講師：サンタフェNLP / 発達心理学協会 認定日本人トレーナー**受講料：**325,500円（消費税・テキスト代込み）

卓越した心理療法家をモデルとして、その素晴らしいテクニック、スキルを他の人も同じように出来るように構造化してくれたNLP。

その後、たくさんの方が関わって教育界、産業界など様々な領域での成功の法則やコミュニケーション・スキルが加えられて行きました。

1998年から毎年定期的に行っている私達の10日間のプラクティショナー・コースは、サンタフェNLP / 発達心理学協会のマイク・バンドラント氏から指導と訓練を受けた日本人トレーナーが担当します。

NLPのスキルを身につけるための訓練が構造化されたプラクティショナー・コースに是非ご参加ください。

NLPのテクニックの「**ワンポイント解説**」をホームページでご覧下さい。

<http://www.iryoko.jp/nlp/santafe/point/>

NLPのテクニックやモデルはたくさんあります。ご自身で体験するのが理解も、身に付けるのも一番なのですが、NLPって何？ どんな役に立つの？ など、まずは情報が欲しいという方の為に作ったページです。

読者からのメッセージなども紹介していますので、ぜひ参考に見てみて下さい。



〒170-0005 東京都豊島区南大塚2-42-1 折原ビル

TEL.03-3945-0771

FAX.03-3945-0355