

えぬえるぴー



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

発行 チーム医療

たくさんあるテクニック

時々、「NLPを学ぶとどんなことに役立ちますか？」という質問をいただきます。

NLPと一言で言っていますが、「NLP」はテクニックの名前ではありません。たくさんあるテクニックやモデルの「総称」なのです。

人間関係に困っている時に役立つテクニック。

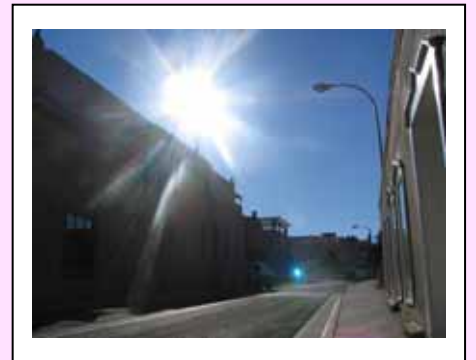
目標を明確にするために役立つテクニック。

内面的な葛藤を解消するために役立つテクニック。

モチベーションを上げたり、継続させるのに役立つテクニック。

恐怖心を払拭するために役立つテクニック・・・・・・・・

いろいろな状況に役立つテクニックが用意されています。



クライアントの訴えがどんな内容なのかによって、有効なテクニックを選べます。クライアントの訴えに合致していないテクニックを使って対応しても、それは役に立ちません。

もし、人間関係で困っているのであれば「知覚の3つの位置」というテクニックを使って、自分と相手との関係性を、普段とは違った視点から見てもらうのが役立つでしょう。

これから先に起こることへの不安であれば、アズ・イフ・フレームや目標の明確化などが役に立つかもしれませんが。漠然とした不安は、目標が具体的に定まることでずいぶん軽減されるはずです。

恐い上司に、これから報告に行かねばならず、緊張感が高まり、居心地がすこぶる悪いとすれば、アンカー潰しや、サンタフェNLP / 発達心理学協会独自のジェイクの包括的モデルも役立つでしょう。

ジェイクの包括的モデルでは、嫌な状態のイメージを遠くに離し、その状況を客観的に見ることができたら、そこに役に立つリソースやリソースの状態を使ってみて、それが不都合なく上手く行くようであれば、イメージを自分と合体させて終えるという手順です。

状況に合わせて、有効なNLPテクニックを特定でき、それが上手く使えるようになるには実地の訓練が必要になるでしょう。

NLPでよく使われる用語 **メタ・アウトカム その2**

NLPでは、テクニックを実施する際に、不都合になっている行動や考えの「肯定的な意図」を探るということを行います。

それをする事で、あなたにとって、どんなメリットがあるのか？ どんな良いことがあるのか？

チャンクを上げて行くと、その行動の背後に隠れていた「肯定的な意図」が浮かび上がってきます。

その「肯定的な意図」が解れば、その行動をこれからも続けて行くのか、あるいはそれに替わる別な行動や活動をする事を選択するのか、意識の中で判断しやすくなるのです。

これを、NLPでは「メタ・アウトカム」といいます。

メタ・アウトカムを引き出すための質問の仕方があります。

「メタ・アウトカム・クエスチョン」といいます。

例えば、社会的に不都合のある行動をしてしまうクライアントKさんへの対応を考えてみましょう。

そのクライアントKは、すぐに家出をしてしまい、度々繰り返しています。

そのクライアントKに対して、

「Kさんは家出をすることで、どんな良いことがあるの？」と聞きます。

俯き加減に下を向き、じっくりと考えた後で、

「お母さんが自分に感心を示してくれる！」と小さい声で。

クライアントが答えを出してきたら、さらに、メタ・アウトカム・クエスチョンを繰り返します。

「お母さんが、あなたに感心を示してくれたら、どんな良いことがあるの？」

「家にいて、安心だし、生きていて良いんだと思える！」

そうすることで、何故、その行動をしているか、無意識に行っていた自分の行動の意味を発見できます。それによって、本来自分が達成したかった目的を叶えるための、別の選択肢を考えるきっかけになります。

ほんのきっかけかもしれませんが、全面的に解決するには、少し時間や方法が必要かもしれません！

Kさんの場合は、「家にいて、安心だし、生きていて良いんだと思える！」ためには、家出を繰り返すこと以外に、どうしたら良いかを一緒に考えて行くことが可能になります。

自分の持った肯定的な目標も、メタ・アウトカムが判ると、達成への強力なモチベーションが手に入ることでしょう。



今後のNLP関連セミナー (チーム医療主催)

下記のセミナーは好評受付中です

NLP入門セミナー 東京

開催日：平成17年12月10日(土)～11日(日)・東京都開催

講師：鯉江園子、貞光由紀(サンタフェNLP/発達心理学協会認定トレーナー)

NLP入門セミナー 名古屋

開催日：平成18年4月1日(土)～2日(日)・愛知県名古屋市開催

講師：鈴木るみ子、浅野薫、船橋康芳(サンタフェNLP/発達心理学協会認定トレーナー)

NLP入門セミナー 仙台

開催日：平成18年4月8日(土)～9日(日)・宮城県仙台市開催

講師：鯉江園子、貞光由紀、船橋康芳(サンタフェNLP/発達心理学協会認定トレーナー)

NLPを学ぶためのセミナー情報

全10日

NLP プラクティショナー・コース

2006年新年のスケジュール

サンタフェNLP/発達心理学協会認定トレーナーが主催する、NLPプラクティショナー・コースが各地で開催されます。ご都合に合わせてご検討下さい。

横浜	1月7日(土)開始・5ヶ月間	(主催・ワイズコーポレーション)
東京	1月27日(金)開始・3ヶ月間	(主催・チーム医療)
静岡	3月4日(土)開始・3ヶ月間	(主催・スタジオ・システムフォー)
神戸	3月11日(土)開始・3ヶ月間	(主催・MINES 総合研究所)
福井	4月～7月に月2回で調整中	(主催・カウンセリングドーム)

主催：チーム医療が主催のもの、及び認定トレーナーが主催するものがあります。

詳しくはチーム医療・担当船橋までお問合せ下さい。

定員に達している場合はご了承下さい。

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。

まもなく発刊 　ただいま印刷中。

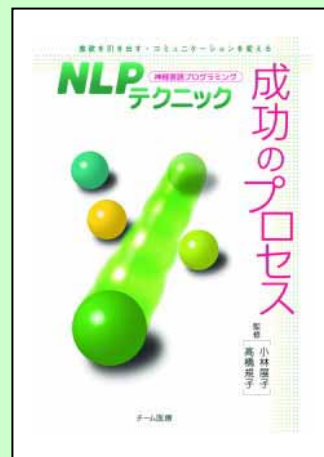
意欲を引き出す、コミュニケーションを変える

Book

NLPテクニック 成功のプロセス

- 監修：小林展子 高橋規子
- 発行年月日：2005年12月20日（発刊予定）
- 発行元：チーム医療
- 価格：1,600円 + 税

NLP（神経言語プログラミング）を現場でどのように活用しているか、サンタフェNLP / 発達心理学協会のコースを受講し、医療の現場、心理・カウンセリングの現場、教育の現場などで活躍中の多数の著者による単行本です。ジェイク・イーグル氏、マイク・バンドラント氏の文章もNLPに対する真摯な取り組みが表現され



NLP情報局 開局 <http://www.nlp.gr.jp>

NLPに関連した様々な情報を集めた「NLP情報局」を開始、運用しています。サンタフェNLP / 発達心理学協会のコース参加者による「ブログ」「ニュース」「アルバム」などがご覧いただけます。NLPに関連した書籍一覧のページは、情報をどんどん追加中です。なお、サンタフェNLP / 発達心理学協会のコース参加者限定の「掲示板」の運用も行っています。

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.iryo.co.jp/nlp/>

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。



〒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