

УДК 37.013.77 : 004

## **МЕТОДЫ НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ В ПЕДАГОГИКЕ И ПСИХОЛОГИИ: АНДРАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ**

Приходько В.Н., д. пед. н., доцент

*Запорожский областной институт последипломного педагогического образования,  
ул. 40 лет Советской Украины, 57-А, г. Запорожье, Украина*

valentin-1970@ukr.net

В статье с позиций андрагогики освещаются действенные методы нейролингвистического программирования, которые должны активно использоваться в педагогике и психологии. На основе анализа научных работ рассмотрены методы рефрейминга и словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием взрослого человека; выделены варианты рефрейминга содержания смысла и контекста, шестишагового рефрейминга; определён набор поступков и ощущений, поведения и реакции, подлежащих изменению с помощью рефрейминга и метода словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием человека (СОЭВУС); отмечено влияние специальных настроев на активизацию управления состоянием взрослого человека.

*Ключевые слова: нейролингвистическое программирование, рефрейминг, андрагогический подход, словесно-образное эмоционально-волевоое управление состоянием взрослого человека.*

## **МЕТОДИ НЕЙРОЛІНГВІСТИЧНОГО ПРОГРАМУВАННЯ В ПЕДАГОГІЦІ ТА ПСИХОЛОГІЇ: АНДРАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ**

Приходько В.М.

*Запорізький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти,  
вул. 40 років Радянської України, 57-А, м. Запоріжжя, Україна*

valentin-1970@ukr.net

У статті з позицій андрагогики висвітлюються дієві методи нейролінгвістичного програмування, які повинні активно використовуватися в педагогії та психології. На основі аналізу наукових праць розглянуто методи рефреймінгу і словесно-образного емоційно-вольового управління станом дорослої людини; виділено варіанти рефреймінгу змісту сенсу і контексту, шестіступеневого рефреймінгу; визначений набір вчинків і відчуттів, поведінки і реакції, підлягають зміні за допомогою рефреймінгу і методу словесно-образного емоційно-вольового управління станом людини (СОЭВУС); відзначено вплив спеціальних настроїв на активізацію управління станом дорослої людини.

*Ключові слова: нейролінгвістичне програмування, рефреймінг, андрагогічний підхід, словесно-образне емоційно-вольове управління станом дорослої людини.*

## **METHODS NEUROLINGUISTICA PROGRAMMING IN PEDAGOGY AND PSYCHOLOGY: ANDRAGOGICAL ASPECT**

Prikhodko V.N.

*Zaporizhzhya regional institute of teacher education,  
st. 40 years of Soviet Ukraine, 57-A, Zaporizhzhya, Ukraine*

valentin-1970@ukr.net

The article from the position of andragogy highlights effective methods of neuro-linguistic programming, which must be actively used in pedagogy and psychology. Based on the analysis of scientific papers methods of reframing and verbal-shaped emotional state management of the adult person; the selected options reframing content of meaning and context, santiagoamigo of reframing; defined set of actions and feelings, behaviour and reactions, subject to amendment by reframing and method verbal-shaped emotional-volitional control the state of a person (Somos); the influence of special moods for intensification of state management of the adult person.

The study was conducted as part of the research themes of the Department of Andragogy and educational measurement of Zaporizhzhya Regional Institute of Postgraduate Education "Development of competence of participants in the educational process in continuing education." Proposal for the therapeutic effect of reframing in psychology and pedagogy is based on the hypothesis that the subjectivity of man's relationship to the methods of the world, symptoms, behavior of people. Any event that occurs is multidimensional and offers a multiplicity of descriptions from different points of view. Multidimensional nature of reality involves consideration of any fact from this perspective that the

earlier adverse effect becomes favorable value (it becomes a resource for the individual). On the basic techniques of neurolinguistic programming we have found that, in general, all the researchers believe the basic concept method. Modern Ukrainian pedagogical science considers methods in two main areas: methods of education; teaching methods. I would like to highlight a few key points and trends in the use of Neuro Linguistic Programming techniques in pedagogy and psychology. This trend is related to practical changes in the economic change in the society. Promising areas of research can be considered as the technology of Neuro Linguistic Programming, psychological and pedagogical self-cultivation, the disclosure of their unused capacity. Extremely important is the fact that the object of the research is increasingly becoming a grasp of the inner world of man and his behavior, relations with the social environment.

*Key words: neurolinguistic programming, reframing, andragogical approach, verbal-shaped emotional state management of the adult person.*

**Постановка проблемы.** Измененная ситуация развития общества, где произошли серьезные подвижки во взаимоотношениях разных групп населения на макро- и микроуровнях, обуславливает постановку и решение новых задач, нерешенных психолого-педагогических проблем. Качественно изменился и современный человек, прежде всего взрослый – как лицо, выполняющее социально значимые продуктивные роли (гражданина, работника, служащего, члена семьи), обладающее физиологической, психологической, социальной, нравственной зрелостью, относительной экономической независимостью, жизненным опытом и уровнем самосознания, достаточным для ответственного самоуправляемого поведения, изменилось его поведение, воспитание и мышление, сознание и речь, система ценностных ориентаций, потребностно-мотивационная и эмоционально-волевая сферы, пространство деятельности, структура отношений, возрастная стратификация, что требует от педагогической и психологической наук ответа на многие вопросы, в том числе и связанные с активным использованием методов нейролингвистического программирования.

Вместе с тем, как свидетельствует анализ психолого-педагогической литературы, проблема методов нейролингвистического программирования является недостаточно осмысленной, что обуславливает её специальное рассмотрение.

Исследование проведено в рамках выполнения научно-исследовательской темы кафедры андрагогики и образовательных измерений Запорожского областного института последиplomного педагогического образования «Развитие компетентности участников образовательного процесса в системе непрерывного образования».

**Анализ последних исследований и публикаций.**Прежде всего, рассмотрим сущность нейролингвистического программирования.

В первую очередь, следует сказать о том, что название группы методов нейролингвистического программирования, предложенных основоположниками этой психотехнологии Джоном Гриндером (GrinderJ.) и Ричардом Бэндлером (BandlerR.), образовано от греческого *neuron* – нерв и латинского *lingua* – язык и отражает основные цели научной дисциплины нейролингвистики, которая изучает процессы, происходящие в центральной нервной системе в связи с повторением и пониманием смысла высказываний.

Гриндеру и Бэндлеру удалось положить в основу своей теории лингвистику и одновременно сделать ее орудием психотерапии, а также ответить на вопрос, какое влияние способы коммуникации оказывают на межличностные отношения. Утверждая, что «проблема скрыта в языке, на котором все мы разговариваем» [1, с. 28], уделяя особое внимание вербальной коммуникации, Гриндер и Бэндлер сумели выявить синтаксис того, как люди избегают изменения и, следовательно, нашли способы открыть им доступ к изменениям, помочь им измениться [1].

Психоллингвистика (греч.*Psyche* – душа и лат.*lingua* – язык) – наука, предметом исследования которой является обусловленность речевых процессов и их восприятия структурой соответствующего языка.

Значительный вклад в развитие отечественной нейролингвистики внес А.Р. Лурия, который, на основе данных лингвистики и психолингвистики, системного анализа языковых (речевых) нарушений, создал научную классификацию афазий [3]. Афазия (а + греч. Phasis - речь) – нарушение речи, возникающее при локальных поражениях коры головного мозга доминантного полушария. Системное расстройство различных видов речевой деятельности.

С точки зрения деятельного подхода (М.А. Леонтьев), основным предметом нейролингвистики стала теория языковой деятельности, отчасти рассмотрения речевых процессов как частичного случая человеческой деятельности.

Относительно основных методов нейролингвистического программирования, нами было установлено, что, в основном, все исследователи базовым понятием считают метод. Метод (греч. *methodos* – путь достижения результатов, способ познания) – способ достижения цели или решения конкретной задачи. Психолого-педагогическая наука рассматривает метод как систему приемов теоретического (познание) или практического освоения действительности. В психологии его используют в качестве специфического инструментария для выявления разных психологических явлений, процессов их возникновения (метод клинический), количественной и качественной характеристики оценки конкретного явления (метод психодиагностики).

Наиболее активными пропагандистами эффективности метода различных психотерапевтических подходов средствами одного комплекса терминов (имеется ввиду точное использование специального понятия и его соотношения с другими понятиями – разрядка наша В.П.) являются Джей Хейли, Грегори Бейтсон, Пол Вацловик, Дженит Бивин, Дон Дженси и др.

Современная украинская педагогическая наука рассматривает методы в двух основных направлениях: 1. Методы воспитания. 2. Методы обучения.

В соответствии с принятой классификацией, методы воспитания разделены на четыре группы: методы формирования сознания; методы организации деятельности и формирования опыта поведения; методы стимулирования деятельности; методы контроля за эффективностью воспитания.

Под методами обучения понимается многокачественное педагогическое явление (гносеологическая, логико-содержательная, психологическая стороны), упорядоченные способы деятельности учащихся и учащихся, направленные (сориентированные) на решение учебно-воспитательных задач, вооружение учащихся умениями и навыками использования приобретенных знаний на практике, развитие их познавательных способностей, формирование мировоззрения [5, с. 175].

**Цель статьи** – раскрыть основное содержание методов нейролингвистического программирования в педагогике и психологии.

**Изложение основного материала.** В соответствии с целью нашей статьи, мы считаем необходимым остановиться на анализе группы методов нейролингвистического программирования, получивших название *рефрейминг* (образовано от лат. *refero* (*re* – вновь и *fero* – убеждать, сообщать) – переориентирование переубеждение), которое отражает психолого-педагогические цели методики – изменение отношения.

Предложение о терапевтическом эффекте рефрейминга в психологии и педагогике строится на гипотезе субъективности отношения человека к способам окружающего мира, симптоматике, поведению людей. Любое происходящее событие многоаспектно и предлагает множественность описания с разных точек зрения (понятие точки зрения в нейролингвистическом программировании понимается дословно, как и большинство терминов, предложенных для описания психологического состояния человека; разница в

отношении к событию может быть обусловлена видением его с точки зрения пациента, его партнера по конфликту, сторонних наблюдателей происходящего. Многоаспектность действительности предполагает рассмотрение любого факта под таким углом зрения, что ранее неблагоприятное воздействие приобретает благоприятное значение (становится ресурсным для личности, на языке нейролингвистического программирования [6, с. 781]. Страх, например, как симптом является неблагоприятным проявлением, но его положительное влияние заключается в том, что он препятствует нежелательному поведению и тем самым способствует физической или социальной безопасности. В определенной мере рефрейминг обеспечивает нахождение позитивного смысла любых событий и согласуется с концепцией арт-терапии в педагогике (А. Копытин, Л. Лебедев, Р. Рудестам, С. Скейфи, С. Хоган, И. Чемпернон и др.) и позитивной психотерапии (В. Беккер-Глошу, М. Бурно, А. Хилл, М. Либман и др.).

Выделяется несколько вариантов рефрейминга, число их все время увеличивается, что объясняется авторами концепции нейролингвистического программирования необходимостью постоянного пополнения методического арсенала вследствие снижения эффективности при частом использовании на определенной территории, а также непрерывным совершенствованием нейролингвистического программирования за счет изучения алгоритмов успешных действий психотерапевтов-профессионалов, социальных педагогов, нейропсихологов, психолингвистов и стратегий по решению задач. К вариантам рефрейминга относятся: рефрейминг содержания (описание в двух основных видах – рефрейминг смысла и рефрейминг контекста [1]), шестишаговый рефрейминг как быстрый и изящный способ достижения полезных изменений в поведении и чувствах. Помимо того, что рефрейминг предлагает решение конкретных личных проблем, он, и это самое главное, создает новое позитивное отношение к себе самому и к окружающим. Перечисленные виды рефрейминга предполагают два основных способа поведения. При первом из них, процедурном, занятия проводятся как процедура рефрейминга с четкой поэтапной (пошаговой, на языке нейролингвистического программирования) структурой и фиксацией каждого шага. Второй вариант предполагает маскировку техники под обычную психотерапевтическую беседу, которая для собеседника выглядит как последовательная постановка вопросов нейролингвистом, социальным педагогом.

Рефрейминг содержания – единственный вариант этого класса методик, для эффективности проведения которого требуется понимание содержания заявленной проблемы. Примером рефрейминга содержания смысла может служить история, рассказанная Греггом Бродским в 1977 году [2. с. 72-74].

Во время второй мировой войны, в самый разгар японской экспансии в Тихом океане, многочисленные гарнизоны японской армии были расположены на тысячах мелких островов, разбросанных по всему Тихому океану. Когда исход сражения был решен, многие из этих гарнизонов были обнаружены и разбиты, а некоторые так и не были найдены. На некоторых островах небольшие группы солдат или одиночки, которым удалось выжить, спрятались в пещерах в недоступных районах. Спустя несколько лет война была окончена. Но люди, оставшиеся на островах, не знали об этом, они продолжали сражаться, старались как можно лучше сохранить свое ржавеющее оружие и изорванную в клочья форму. Будучи абсолютно изолированными, они стремились воссоединиться со своей армией.

Эти солдаты были обнаружены в первые послевоенные годы. Многие из них обстреливали рыбаков или пароходы с туристами, некоторые были найдены местными племенами. С каждым годом их находили все реже и реже. Последний случай обнаружения японских солдат произошел спустя тридцать лет после войны.

Попробуем представить положение такого солдата. Правительство его призвало, обучило военному делу, послало его в джунгли, на остров, с тем, чтобы он защищал и охранял свой

народ от внешней угрозы. Будучи послушным и преданным гражданином своей страны, он перенес многие лишения и принял участие во многих битвах во время этой войны. Но когда ход войны обошел его, он был оставлен один на один с собой или в компании с еще несколькими солдатами, которым удалось выжить. В течение всех этих лет он продолжал вести бой, как только мог, выжил? несмотря на невероятные лишения. Невзирая на жару, насекомых, тропические дожди, он продолжал нести службу, оставаясь верным приказу, данному ему правительством много лет тому назад.

Как следовало вести себя с таким солдатом, обнаружив его? Легче всего было бы посмеяться над ним, над его глупостью, ведь он продолжал участвовать в войне, которая закончилась тридцать лет назад.

Однако, каждый раз, когда находили такого солдата, общение с ним велось очень деликатно. Обычно, к месту, где был обнаружен такой солдат, отправлялся участник прошедшей войны, высокопоставленный японский офицер. Он извлекал из шкафа свою старую военную форму и меч самурая, садился на старый военный корабль и плыл на остров. Офицер ходил по джунглям, звал солдата до тех пор, пока не обнаруживал его. При встрече он благодарил солдата со слезами на глазах за его верность и смелость, за защиту страны в течение стольких лет, интересовался тем, что пережил этот солдат и приглашал его вернуться обратно домой. И лишь спустя некоторое время солдату в мягкой форме сообщали, что война закончена и что ему не придется больше сражаться. По прибытии домой его встречали как героя с парадом и медалями. Толпы людей благодарили его за отвагу, приветствовали его возвращение и воссоединение со своим народом.

С одной стороны, поведение этих затерявшихся солдат может показаться странным и безумным: вести давно закончившуюся войну.

Однако они руководствовались позитивным намерением - защитить свою страну. Но каким бы полезным ни было их поведение изначально, как бы хорошо они не выполняли свой долг, все это стало бессмысленным, как только война была закончена.

Временами все мы становимся похожими на этих солдат. Мы продолжаем руководствоваться чувствами побуждениями, развитыми в нас на более раннем этапе, когда они играли положительную роль, хотя в данный момент они нам уже не приносят пользы.

Некоторые люди продолжают воевать со своими родителями даже тогда, когда те уже давно умерли. Или мы можем заметить, что на работе ведем себя так, как привыкли вести себя со старшим братом или со школьным задирой. Люди, которые когда-то были обмануты, настолько сильно привыкли не доверять окружающим, что они с большим трудом вновь приобретают способность верить тем, кто их преданно любит.

Все мы иногда делаем то, что сами считаем глупым и ограниченным. Иногда мы бываем злыми, несправедливыми, хотя и знаем, что это глупо. Случается, что мы видим, как наши друзья или родственники совершают глупые или странные поступки, и думаем про себя: «Ах, если бы они понимали, что делают!»

Обычно мы пытаемся избавляться от такого поведения и таких чувств, резко критикуя себя и других.

Очень часто мы не осознаем, какие полезные цели скрываются за нашими поступками и ощущениями. Мы не знаем даже, что эти реакции стоят у нас на пути.

Благодаря НЛП, сегодня можно не просто «попытаться» измениться, но сделать это с помощью метода, названного «Шестишаговый рефрейминг». Главное в этом методе заключается в том, что вы начинаете с утверждения: любой мой поступок и любое мое ощущение, какими бы глупыми и какими бы странными они ни были, имеют какую-то позитивную идею или цель.

Сначала людям это кажется забавным, но это утверждение обладает огромной силой и делает возможным внутреннее исцеление. Оно помогает нам сделать из проблем и недостатков наших союзников, превратив их в ценные качества. А все это, в свою очередь, создает основу для безболезненного изменения поведения. Это утверждение также помогает нам добиться более тесной связи со всеми нашими составляющими — «внутренними частями».

Когда мы говорим о «внутренних частях» или «частях» человека, важно понять, что речь идет не о маленьких человечках, бегающих внутри нас, не об особой части нашего тела. «Части» — это удобный способ ведения разговора о переживаниях, которые каждый из нас испытывает, когда он расходится во взглядах или конфликтует сам с собой. Мы находимся на распутье: нам хочется сделать и то и это. Например, я хочу стать менее вспыльчивым, но я по-прежнему автоматически прихожу в бешенство в определенных ситуациях. Поскольку я, несмотря ни на что, остаюсь раздражительным, это можно объяснить тем, что наименее сознательная часть меня продолжает оставаться злой, в то же время другой части это не нравится. Каждый раз, когда кто-нибудь переживает подобный конфликт, мы можем использовать термин «часть», подразумевая определенный набор поступков и ощущений, представляющих лишь какую-то часть нас, но не все наше существо.

Данный метод может быть использован практически в отношении любого поведения или реакции, которые бы вы хотели изменить [2, с. 75].

1. Поступки и привычки. Каждый из нас делает что-то, что не нравится нам самим. Некоторые люди привыкли курить, пить, переедать, и все это стало для них проблемой.
2. Чувства и эмоции. Иногда мы замечаем за собой чувственную реакцию, которая нам не нравится. Например, мы часто сердимся, находимся в подавленном состоянии, мы нетерпеливы, трусливы, обидчивы и т.п.
3. Физические симптомы. Шестишаговый рефрейминг может также оказаться полезным в случае, если физические симптомы, которые мы у себя замечаем, хотят сообщить нам что-то важное. Иногда боль в спине дает сигнал, что мы должны замедлить шаг. Боль в плече может означать, что мы берем непосильную тяжесть. Мигрень как бы говорит, что не стоит так усердствовать, нам необходим отдых. Многие люди, освоившие шестишаговый рефрейминг, утверждают, что стали физически более здоровыми, так как научились обращать внимание на сигналы, которые посылает им их тело. Они реагируют на эти сигналы, уменьшая физический стресс: больше отдыхают, делают перерыв в работе, если это необходимо, выполняют физические упражнения и т.д.

Рефрейминг переориентации поведения (шестишаговый рефрейминг) является основной моделью решения невротических проблем.

Процедура переформирования строится на гипотезе возможного разведения в сознании человека негативного и позитивного смысла невротического поведения. После осознания позитивного смысла невротического симптома «части личности», ответственной за позитивное поведение, предлагается другой способ действий из числа новых вариантов поведения, «более эффективных», чем симптом, и не имеющих неприятного эмоционального компонента. Одним из условий эффективного проведения процедуры рефрейминга можно считать метод словесно-образного эмоционально-волевого управления состоянием человека, сокращенно СОЭВУС, разработанный Георгием Николаевичем Сытиным в 40-х–50-х годах прошлого столетия. Базирующийся на методах психотерапии, нейролингвистического программирования и некоторых аспектах нетрадиционной медицины, метод апробирован и рекомендован к применению Минздравом СССР для реабилитации пострадавших в результате чернобыльской аварии. Но применение его сдерживалось консерватизмом бывших представителей нашей официальной педагогики в практике работы учебных учреждений, особенно в специализированных школах и интернатах для детей с особыми

потребностями. Большой интерес к методу СОЭВУС проявляли лишь зарубежные медики, психологи, социальные работники.

Основу метода СОЭВУС составляют настройки, т.е. программирование, – «последовательность слов или зрительных образов, произносимых и вызываемых на уровне альфа-ритмов с целью «приучить» сознание контролировать мозг – автоматически вызывать определенные мысли и состояние тела» [7, с. 18]. Программа есть процесс компоновки и ввода в мозг ... набора специальных данных или информации, рассчитанных на то, чтобы вызвать определенную реакцию мозга, психики и тела [4, с. 44].

СОЭВУС — это комплексный метод управления состоянием человека, заключающийся в речевом управлении его психическим и соматическим состоянием.

Теоретическую основу метода составляют фундаментально разработанные в зарубежных и отечественных научных исследованиях различные проблемы в области физиологии, медицины, психологии и педагогики. Метод СОЭВУС базируется на учениях академика И. П. Павлова о слове, как реальном раздражителе для человека и о сигнальных системах; теории функциональных систем академика П. К. Анохина; основополагающем принципе единства психического и соматического, принятом в отечественной медицине; теоретических основах саморегуляции, разработанных психологами и педагогами; самовоспитании; массовых психических явлениях и представлениях; воле и эмоциях; принципах и методах обучения и воспитания.

Метод СОЭВУС во многом отличается от всех существующих методов управления состоянием. В этом методе психосоматическое состояние человека управляется комплексным влиянием речи или отдельных слов, представлений человека о себе, других или о чем-либо, его эмоций, волевых усилий, массовых психических явлений, общественно значимых отношений и специальных физических приемов и упражнений. Все это достигается специфическим построением настроев, посредством усвоения которых в основном и осуществляется управление состоянием.

Занятия по управлению состоянием по этому методу в виде настроев могут быть записаны на цифровой носитель, переписаны или перепечатаны соответственно для дальнейшего их прослушивания, прочитывания (про себя и вслух), заучивания и глубокого прочного усвоения.

Кроме того, этот метод предусматривает не только самостоятельные занятия наедине. Не исключается возможность и полезность участия педагога-методиста, который играет роль активизатора управления состоянием (АУС), помогая человеку усвоить нужный ему настрой. Деятельность методиста АУС характеризуется большой активностью. Если на обычных учебных занятиях педагог, как правило, ждет, пока ученик усвоит новый учебный материал, и только в порядке редкого исключения сам вместе с учеником читает его вслух, педагог-методист обязательно сам по памяти проговаривает настрой, стараясь при этом с помощью специально разработанных приемов максимально активизировать человека в целях прочного усвоения настроев.

Для этого он использует эмоционально-выразительную сторону речи, смысловые паузы и смысловые ударения, устные замечания, проговаривает специальные настройки на активизацию умственной деятельности. Это также могут быть и специальные приемы, например, наложение своих рук или рук самого занимающегося на определенные места тела, о которых идет речь в настрое, для концентрации внимания на определенном органе или части тела; поглаживание головы, лица, массаж волосистой части головы массажной щеткой для волос или руками для улучшения мозгового кровообращения; упражнения на медленные движения; упражнения на статическое нервно-мышечное напряжение и другие.

Педагог-методист может проводить занятия с одним человеком или одновременно с несколькими людьми.

Данный метод допускает также возможность выполнения роли АУС одним из занимающихся или всеми занимающимися по очереди, особенно, если занимаются врачи. Каждый усваиваемый настрой проговаривать желательно тому, кто хорошо его усвоил и может это делать без текста (но при необходимости можно заглядывать и в текст). Благодаря тому, что методист АУС сам вслух проговаривает усваиваемый занимающимися настрой, все занимающиеся и сам методист находятся в этот момент под влиянием массового психического явления, которое является очень мощным стимулятором усвоения настроя.

В качестве АУС в настройх метода СОЭВУС используются речевые элементы, осуществляющие включение в работу воли, положительных эмоций, а также учитывается влияние представлений, в которых отражена мобилизующая сила системы общественно значимых отношений. Эти речевые элементы активизируют и стимулируют усвоение настроев. Кроме того, настройки содержат наиболее эффективные словесные формулы управления психическими и физиологическими процессами, отобранными в результате многолетних исследований.

Содержание настроя при усвоении должно быть приятно человеку. Слова и целые фразы, которые ему не нравятся, он сам должен исключить из настроя. Все словесные формулировки должны быть понятными, образными, формирующими яркое представление.

Настрой должен включать выражения типа: «Я стараюсь как можно отчетливей почувствовать...». Этот прием подключает в работу нужные чувства. Или это могут быть выражения типа: «Я стараюсь приложить усилия, чтобы как можно отчетливей почувствовать...». Этот прием активизирует влияние волевых усилий. Настрой должен включать словесные формулы, отражающие системы жизненно важных отношений человека, например: «Я стараюсь приносить как можно больше пользы государству своим трудом» или «Я люблю жену, детей, я буду стараться приносить им как можно больше радости и счастья», или «Я буду упорно работать над собой, чтобы людям было приятно со мной общаться».

Настрой, как правило, должен основываться на положительных утверждениях, например: «У меня сильная воля». Нельзя пользоваться такими выражениями: «У меня голова не болит», «У меня не больное сердце», так как они оказывают отрицательное влияние. Настрой следует основывать на подавлении сомнений: «Подавляю все сомнения в том, что у меня здоровое молодое сердце».

Настрой может быть как типовым, так и индивидуальным, отражающим индивидуальные и возрастные особенности человека, непосредственно для которого он разработан. Использование исцеляющих настроев в различных областях медицины, педагогики и психологии представляет собой особую ценность в тех случаях, когда по каким-либо причинам лечение лекарственными препаратами невозможно. Важно отметить, что настройки глубоко гуманистичны. Они не дают нежелательных побочных эффектов. Чтобы убедиться в этом, достаточно усвоить настрой Г. Н. Сытина [7].

Проработка себя, по мнению Г. Н. Сытина, является одним из самых сложных приемов самоуправления. Основывается этот прием на самоанализе. Проработка себя требует общего жизненного опыта и заключается в том, что человек анализирует свое поведение и свою деятельность с точки зрения того, какое он произвел впечатление на различных людей, и соответствует ли это впечатление интересам выполняемого дела.

Этот прием, прежде всего, необходим руководителям. Например, руководителю очень важно уметь выяснить, какое впечатление он хочет произвести на подчиненных и какое он



произвел в действительности, в чем разница, чем она объясняется. Одной из причин педагогических неудач нередко является неумение педагога (руководителя) проработать себя с этих позиций. Следует отметить, что проработка себя чрезвычайно способствует повышению общей культуры поведения, что немаловажно для руководителя [7, с. 48].

**Выводы.** В заключении хотелось бы подчеркнуть несколько ключевых моментов, на наш взгляд, тенденций использования методов нейролингвистического программирования в педагогике и психологии. Эти тенденции связаны с практическими изменениями в экономическом процессе жизни общества.

Перспективными направлениями исследования можно считать технологии нейролингвистического программирования, психологического самоуправления и педагогического самосовершенствования, раскрытия своих неиспользованных возможностей. Чрезвычайно важно и то, что объектом исследования все чаще становится постижение внутреннего мира человека и его поведения, отношений с социальной средой.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Гриндер Д. Структура магии : пер. с англ. / Джон Гриндер, Ричард Бэндлер. – М. : Каас, 1995. – 520 с.
2. Дружинина Е. Позитивные намерения (метод шестишагового рефрейминга в изменении поведения) / Е. Дружинина // Персонал № 4/96. – С. 72-81.
3. Лурия А.Р. Язык и сознание / А. Р. Лурия – М. : изд-во Моск. ун-та, 1979. – 320 с.
4. Пауэлл Т. Психотренинг по методу Хосе Сильвы / Таг Пауэлл, Джудит Пауэлл. – СПб : Питер Пресс, 1996. – 192 с. – (серия «сам себе психолог»).
5. Приходько В. М. Моніторинг якості освітньої діяльності загальноосвітнього навчального закладу : педагогічні основи й управлінський аспект : Монографія / Приходько Валентин Миколайович. – Запоріжжя, 2011. – 460 с.
6. Психотерапевтическая энциклопедия / под ред. Б.Д. Карварсарського. – 2-е доп. и перераб. изд. – Санкт-Петербург. – М. – Х. – Минск : Питер, 2001. – 944 с.
7. Сытин Г.Н. Животворящая сила. Помоги себе сам / Георгий Николаевич Сытин. – Запорожье, ИПК «Запоріжжя», 1993. – 288 с.

### REFERENCES

1. Grinder D. Struktura magii : per. s angl. / Dzhon Grinder, Richard Bjendler. – М. : Каас, 1995. – 520 p.
2. Druzhinina E. Pozitivnye namerenija (metod shestishagovogo refrejminga v izmenenii povedenija) / E. Druzhinina // Personal № 4/96. – P. 72-81.
3. Lurija A.R. Jazyk i soznanie / A. R. Lurija – М. : izd-vo Mosk. un-ta, 1979. – 320 p.
4. Paujell T. Psihotrening po metodu Hose Sil'vy / Tag Paujell, Dzhudit Paujell. – SPb : Piter Press, 1996. – 192 p. – (serija «sam sebe psiholog»).
5. Pryhod'ko V. M. Monitoryng jakosti osvithn'oi' dijial'nosti zagal'noosvitn'ogo navchal'nogo zakladu : pedagogichni osnovy j upravlins'kyj aspekt : Monografija / Pryhod'ko Valentyn Mykolajovyh. – Zaporizhzhja, 2011. – 460 p.
6. Psihoterapevticheskaja jenciklopedija / pod red. B.D. Karvarsars'kogo. – 2-e dop. i pererab. izd. – Sankt-Peterburg. – М. – Н. – Minsk : Piter, 2001. – 944 p.
7. Sytin G.N. Zhivotvorjashhaja sila. Pomogi sebe sam / Georgij Nikolaevich Sytin. – Zaporozh'e, IPK «Zaporizhzhja», 1993. – 288 p.