

Anna Budna, Zaprogramować neurolingwistycznie

(synteza 5. rozdziału książki *Psychopedagogiczne mity*)

Rozdział prezentuje główne założenia metody NLP. Zostają one poddane krytycznej weryfikacji, przez co można wysnuć wniosek, iż nie mają one naukowego (rzetelnego) potwierdzenia.

Neuro-Lingwistyczne Programowanie (NLP)

- Podstawowe założenia, współcześnie bardzo popularnej koncepcji w edukacji, opierają się na kilku aspektach odnoszących się do jej nazwy. „Neuro” wskazuje na działania związane z pracą układu nerwowego, a także naszą percepcją zmysłową. „Lingwistyczne” odnosi się do komunikacji za pomocą języka, natomiast „programowanie” wskazuje na nabyte przez nas wzorce postępowania i funkcjonowania.
- Poszukując źródeł tej koncepcji należy przywołać Johna Grindera i Richarda Bandlera, którzy tworząc jej założenia odwoływali się do terapii systemowej Virginii Satir, pracy twórcy terapii Gestalt, Frederica Perlsa, systemowej koncepcji komunikacji Gregory’ego Batesona oraz do hipnoterapii Milтона Ericksona. Za datę powstania NLP można uznać 1973 lub 1975.

Kierunek ruchu gałek ocznych

- Współcześnie naukowcy próbują podważyć tezę NLP mówiącą o korelacji ruchów gałek ocznych z sensorycznymi modalnościami. Koncepcja ta mówi o powiązaniu ruchu oczu z przetwarzaniem poszczególnych informacji w określonych częściach mózgu. Nie ma jednak wiarygodnego, naukowego potwierdzenia tych przypuszczeń.

(Nie) używaj słowa...

- Autor podaje, że w NLP zaleca się by w trakcie procesu dydaktycznego unikać słowa „nie”, które, wedle tej koncepcji, nie jest rejestrowane przez umysł ucznia. Jednocześnie podkreśla brak naukowego uzasadnienia tej tezy. Podaje szereg koncepcji, które mogłyby tłumaczyć pośrednio powyższe twierdzenie (teoria reaktancji, teoria efektu ironicznego kontroli umysłowej). Podsumowując krytykę tych założeń podaje, że umysł człowieka jest w rzeczywistości podatny na słowo „nie”.

Kotwiczenie a warunkowanie

- Osoby praktykujące NLP twierdzą że „należy „kotwiczyć” pozytywne stany emocjonalno-motywacyjne u uczniów związane ze szkołą i uczeniem się”. Według nich jednostka ludzka jest wyposażona w zasoby niezbędne do osiągnięcia sukcesu i wprowadzenia zmian, aby je wykorzystać trzeba najpierw je „zakotwiczyć”. Według autora rozdziału to założenie jest „naukową rodzynką w pseudonaukowym cieście”.
- Proces warunkowania jest nieuzasadniony, ponieważ:
 - trudno jest wzbudzić emocje podczas celowego przywoływania wspomnienia czy wyobrażeń,
 - świadomość zagrożenia, a także przywoływanie go w myślach, nie powoduje lęku,
 - przyczyną pojawienia się lęku mogą być mimowolnie powracające przykre wspomnienia,
 - badania pokazują, że kryteria warunkowania związane są z obecnością bodźca bezwarunkowego wywołującego określoną reakcję
 - badania empiryczne nie potwierdzają kotwiczenia jakichkolwiek stanów w dowolnym punkcie ciała.

Modelowanie w NLP

- Praktycy hołdujący NLP próbując unaukować tę metodę, definiują modelowanie jako formę warunkowania, uznając ją za rozwinięcie tradycyjnie rozumianego modelowania („uczenia się poprzez obserwację i naśladowanie”). Bandler dwojako rozumiał ten termin: jako znalezienie wzorca (modelu) w toku obserwacji oraz jako jego naśladowanie (nawiązanie do Bandury). Ta koncepcja była wielokrotnie rozwijana. Obecnie nie ma dowodów na skuteczność tej metody.
- Różnice pomiędzy rozumieniem modelowania u Bandury oraz w NLP:
 - Bandura: modelowanie wymaga obserwacji zachowań modelu, działań i ich skutków, a następnie własnego ich wypróbowania.
 - NLP: modelowanie polega przede wszystkim na korzystaniu z własnych doświadczeń (zasobów), dopiero później czerpaniu z zachowań innych.

Jak NLP się broni?

Autor neguje poszczególne argumenty broniące koncepcji. Opiera się na książce: *Kliniczna skuteczność NLP i NLPt. Analiza badań*, red. Lisa Wake, Richard M. Gray, Frank S. Bourke, przeł. Renata Sigrist, Poznań 2015.

- „Skoro tu działa, to i tam zadziała,
- „poważne autorytety naukowe”,
- „badasz, ale źle, bo nie rozumiesz”,
- „nie potrafisz badać. Lepiej zostaw to praktykom NLP”,
- „czytaj właściwe abstrakty”,
- „są różne interpretacje rzeczywistości”,
- „wszystkie (nasze) badania są dobre”,
- „ja mam rację, nawet jeśli jej nie mam”.

NLP w szkole:

- Powyższa koncepcja jest wciąż bardzo popularna w edukacji. Nadal powstają prace promujące jej użyteczność, ale podejmujące większy trud wskazania naukowych uwarunkowań tej metody. (np. *Neuroedukacja. Jak wykorzystać potencjał mózgu w procesie uczenia się?* pod red. Wiesława Sikorskiego).

Podsumowanie:

NLP nie jest praktyką, która ma jasne naukowe i wiarygodne wytłumaczenie. W oddziaływaniach edukacyjnych należy posługiwać się innymi metodami, bazującymi na rzetelnych wynikach badań. Autor rozdziału zachęca do refleksji nad skutecznością NLP.