

Beliceweb.it - Semplicemente gratis !!!

<http://www.beliceweb.it/sito/>

002 - Come funziona ?



La programmazione neuro linguistica ha un approccio di tipo pragmatico. Gli strumenti proposti dal modello hanno utilità finché funzionano. Quando non funzionano, si cercano soluzioni diverse e più efficaci rispetto a quel che si è già sperimentato. La PNL, in essenza, lavora su quel che c'è, per aprire nuove possibilità di comportamento più utili per il benessere delle persone. La PNL è un modello di lettura dell'esperienza. Ha poco a che fare con teorie totalizzanti, che pretendono di incasellare i comportamenti in schemi fissi di interpretazione e previsione. Chi pratica la PNL ha l'obiettivo di comprendere come le persone riescono a fare quel che fanno, con un'attenzione particolare per le abilità che ci interessa analizzare ed imparare. La ricerca della PNL si focalizza sulla "differenza che fa la differenza", ovvero sulle risorse che permettono di raggiungere ottimi risultati. Le risorse possono essere interne o esterne. Le risorse interne sono comportamenti, abilità o convinzioni che la persona già possiede e ha utilizzato con successo in altri contesti o momenti della propria vita. Quando c'è un problema, la risorsa che ha dato buoni risultati in passato, può essere recuperata e trasferita allo stato presente. Le risorse esterne si ottengono con il modellamento di altre persone che hanno già raggiunto l'obiettivo che ci sta a cuore (ad. esempio, imparare un nuovo sport, parlare in pubblico ecc.).