ՆԵՅՐՈԼԵԶՎԱԲԱՆԱԿԱՆ ԾՐԱԳՐԱՎՈՐՄԱՆ ԳԻՏԱԿԱՐԳԸ ՀԱՅԱՍՏԱՆՈՒՄ

Նաղդյան Ռ. Մ. (ՀՀ ԳԱԱ ԳՄԿ, Երևան, ՀՀ)

r.nagdyan@mail.ru

Հոդվածում տրված է Հայաստանում ՆԼԾ-ի զարգացման հակիրճ պատմությունը, մասնավորապես նշվում է, որ այն լայնորեն սկսել է կիրառվել հայրենական հոգեբանների կողմից: Աշխատանքում նաև ցույց է տրվում, որ ՆԼԾ-ն իբրև ինքնուրույն գիտական ոլորտ, դեռևս գտնվում է զարգացման գործընթացում: Ինչպես նաև հոդվածում մանրակրկիտ քննարկվում է դասախոսների մասնագիտական որակների վերաբերյալ պահանջները, որոնք անհրաժեշտ են համալսարանում ուսանողներին ՆԼԾ դասավանդելիս:

Հանգուցային բառեր՝ *նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորում, զարգացում, ուսուցում:*

Հայ հոգեբանները ՆԼԾ-ի գործնական ուղղվածության մասին առաջին անգամ տեղեկացել են ռուս թերապևտներից, ովքեր 90-ականներին ժամանել էին Հայաստան (Երևան, Սպիտակ, Գյումրի, Վանաձոր քաղաքներ) Սպիտակի ավերիչ երկրաշարժից տուժած բնակչությանը հոգեբանական օգնություն ցուցաբերելու նպատակով:

Երևանի գրեթե բոլոր բուհերում, ակադեմիական այլ առարկաների հետ հավասարապես սկսեցին ուսումնասիրել նաև ՆԼԾ, որի դասակարգման հիմքերը Ռուսաստանից ներդրվել են մեր կողմից:

Հետզհետե ավելացան ՆԼԾ-ի վերաբերյալ պատկերացում ունեցող ոչ միայն ամենատարբեր մասնագիտություններ ունեցող մարդկանց թիվը, այլ նաև նրանց, ովքեր տիրապետում են ՆԼԾ-ի տեխնիկաներին և կարող են դրանք օգտագործել հոգեթերապիայի, բիզնեսի և սպորտի ոլորտներում: Հետզհետե վերանում է այն կարծիքը, որ ՆԼԾ-ն կապ ունի կրոնական աղանդի հետ և աստիճանաբար ամրապնդվում է նրա հանդեպ վստահությունը և փարատվում են նրա միստիկական պատկերացումները: Հոգեբանական ծառայության շատ կենտրոններում անցկացվում են ՆԼԾ թրեյնինգներ: Սակայն, մյուս կողմից էլ պետք է նշել, որ մինչ օրս Հայաստանում ՆԼԾ կենտրոն չկա, չկա համապատասխան միություն և բացակայում են միջազգային կապերը: Շատ քիչ են նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորման վերաբերյալ հրատարակությունները: Բացի իմ երեք հոդվածներից, որոնք հրատարակվել են 2001 [1], 2002 [2] և 2005 [3] թթ., կարելի է նշել նաև Է. Ասրիյանի հետ համատեղ հոդվածը [6] և Վ. Պապոյանի հոդվածը [7]: Հարկ է նշել, որ Է. Ասրիյանի հետ համատեղ հոդվածը աչքի է ընկնում իր օրիգինալությամբ և

նորույթով: Դրանում [7] հիմնավորվում է լրիվ նոր, հոգեբանությունում նախադեպը չունեցող, խառնվածքի մեխանիզմների նկարագրման վերաբերյալ մոտեցում, որում հաշվի են առնվում ՆԼԾ հիմնադիրների կողմից բացահայտված, ներքին պատկերների վերաբերյալ պատկերացումների ասոցացված և դիսոցացված միջոցներով դրսևորումների յուրահատկությունները: Է. Ասրիյանի փորձարարական հետազոտությունը հաստատեց արված այն ենթադրությունը, որ մարդու խառնվածքի տիպը կարելի է որոշել նրա ներքին պատկերների կառուցվածքի յուրահատկություններից ելնելով:

Աստիճանաբար սկսեցին ավելանալ ՆԼԾ-ի մարզիչների թիվը: Նրանց ճնշող մեծամասնությունը եղել են իմ աշակերտները և վարել են իրենց սեմինարները այն նույն ծրագրով, որով իրենք էին սովորել: Այդ իսկ պատճառով անհրաժեշտություն առաջացավ գրել ՆԼԾ դասագիրք, որի պրակտիկ մասը համապատասխանում է սեմինարների բովանդակությանը: Այս տարի գիրքը հրատարակվեց [5]:

Մի քանի խոսք գրքի մասին: Ներկայումս աշխարհում հրատարակվել են ՆԼԾ-ի վերաբերյալ բազմաթիվ գրքեր: Ռուսաստանում, Եվրոպայում և Ամերիկայում հրատարակված աշխատանքներում տրվում են տեխնիկաների նկարագրությունները և դրանց շուրջ մեկնաբանությունները: Դրանց հետ համեմատած, սույն գիրքը պարունակում է մի շարք նորություններ, որոնք առավել ամբողջական պատկերացում են ստեղծում ՆԼԾ պրակտիկայի և տեսության վերաբերյալ: Այդ նորամուծությունները վերաբերում են ՆԼԾ-ի փիլիսոփայական հատվածին, ինչը կատարվում է հեղինակային մեկնաբանումների միջոցով: ՆԼԾ-ի ստեղծման և զարգացման պատմությունը, որը ներկայացվում է դրա ստեղծողների և մշակողների կենսագրությունների միջոցով, ինչպես նաև պրակտիկ մասը, որում ընդգրկված են սեմինար պարապմունքների տեքստերը և ցուցադրված տեխնիկաների գրառումները: Բացի այդ, գրքում ներառված են ՆԼԾ որոշ վարպետների հարցազրույցներ (Բենդլերի, Դիլթսի, Պլիգինի), որոնք ինքնին հետաքրքիր են և կարող են գրավել կարդացողի ուշադրությունը և, բացի այդ, դրանցում, մեր կարծիքով, ասես ներսից, ավելի ամբողջական բացահայտվում է ՆԼԾ էությունը:

Վերջում կբերենք որոշ նկատառումներ այն մասին, թե ինչպես, մեր կարծիքով, պետք է վարել ՆԼԾ թրեյնինգներ՝ ոչ միայն համապատասխան հոգեբանական կենտրոններում, այլև՝ բուհերում:

Անցած դարի 80-ականների սկզբից սկսած, մարդկային գործունեության շատ ոլորտներում նկատվում է նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորման (ՆԼԾ) տեխնիկաների ինտենսիվ տարածում և օգտագործում: Մարդկային գործունեության տարբեր ոլորտներում (հոգեթերապիայում, բժշկությունում, բիզնեսում, սպորտում, քաղաքականությունում, կրթությունում, մշակույթում և այլն) ՆԼԾ մեթոդների օգտագործման հնարավորությունների հարցը հասարակ հարցերից չէ և հաճախ առաջ է բերում զարմանք ու պահանջում գիտական

ըմբռնում: Մի կողմից ՆԼԾ-ի այս միջառարկայական կամ բազմաբևեռ ուղղությունը ցույց է տալիս հոգեկան երևույթների հիմնարար բնույթը, որն օգտագործվում է ՆԼԾ-ում իբրև ազդեցության կամ տրանսֆորմացիոն օբյեկտներ և, այդուհանդերձ, բարձրացնում է հիմնարար գիտական հարցեր, իսկ մյուս կողմից, այդ միջառարկայականությունը ծառայում է այն բանի բացատրմանը, թե ինչու է ներկա պահին ՆԼԾ-ն (իբրև պրակտիկ հոգեբանությունում արդյունավետ տեխնոլոգիաներից մեկը) վայելում նման պահանջ և ճանաչում:

Այսպիսով, առաջ է գալիս ուսանողներին ՆԼԾ սովորեցնելու և այն բուհերում, իբրև առարկա դասավանդելու առանձնահատկությունների նպատակահարմարության հարցը: ՆԼԾ տեխնիկաներ սովորեցնելու հարցն ունի այն նույն պատմությունը, ինչը ՆԼԾ-ն, քանի որ այն սկզբնականորեն առաջ է եկել մի մարդու հոգեթերապևտիկ վարպետությունը մոդելավորելու և այն այլ մարդկանց փոխանցելու, այսինքն՝ այդ մոդելը ուրիշներին սովորեցնելու համատեքստում: Խոսքը, առաջին հերթին, վերաբերում է Ֆ. Պերլզի, Վ. Սատիրի և Մ. Էրիքսոնի հոգեթերապևտիկ արվեստի մոդելավորմանը: Հետագայում, ԱՄՆ-ում և Եվրոպայում սկսեցին ձևավորվել ՆԼԾ ուսուցանող բազմաթիվ կենտրոններ: Այսպես, օրինակ, ԱՄՆ-ում անցած հարյուրամյակի վերջերին արդեն գործում էին ավելի քան 100, իսկ Գերմանիայում ավելի քան 70 այդպիսի կենտրոններ, որոնց մեջ կային միություններ, որոնք ունեին ՆԼԾ համալսարանի, ինստիտուտի կամ քոլեջի ստատուս:

Ռուսաստանում ևս մեծ նշանակություն է տրվում ՆԼԾ-ի ուսուցմանը, և ոչ միայն այդ երկրի երկու մայրաքաղաքներում, այլև մյուս քաղաքներում ևս: Այդ իսկ պատճառով, լիովին օրինաչափ է Ռուսաստանի կրթության ակադեմիայի վերաբերմունքը Ս.Վ. Կովալյովի «Ժամանակակից ՆԼԾ-ի ներածություն» գրքի վերաբերյալ, որը դեռևս 2002թ. ստացել էր այդ ակադեմիայի աջակցությունը, որպեսզի բուհերում այն օգտագործվի իբրև ուսումնամեթոդաբանական ձեռնարկ [8]:

Ներքոնշյալ նկատառումները հանդիսանում են ՆԼԾ արտասահմանյան գրականության յուրացման արդյունքները և ավելի քան քսան տարվա այն սովորեցնելու և դասախոսելու սեփական փորձը: Սակայն, անհրաժեշտ է նշել, որ այդ փորձի ձևավորման ժամանակ մեծ ազդեցություն է ունեցել հենց ՆԼԾ-ն:

ՆԼԾ-ն ունի մի շարք առանձնահատկություններ, որոնք համապատասխան պահանջներ են ներկայացնում ուսուցման կառուցվածքի, բովանդակության, ինչպես նաև ինքնին այն դասավանդողների նկատմամբ: Առաջին հերթին այն վերաբերում է ՆԼԾ-ի փիլիսոփայամեթոդաբանական հիմքերին, որը տարբերվում է մեզ ծանոթ մատերիալիստական աշխարհայացքից: Արդեն «աշխարհի մոդել» հասկացությունում, ինչը հանդիսանում է ՆԼԾ հիմնարար հասկացություններից մեկը, ներկայացնում է ՆԼԾ-ի վերաբերմունքը աշխարհի ճանաչելիության, հոգեկան արտացոլման համարժեքության և մարդու կողմից իրականության ընդունման աստիճանը [4]: ՆԼԾ ուսուցումը անհրաժեշտ է

սկսել հենց այդ հասկացությունից, քանի որ դրանում է ներառված ՆԼԾ-ի մեթոդաբանական հիմնական դրույթը՝ մարդը հակազդում է ոչ թե իրեն շրջապատող իրականությանը, այլ իր իսկ կողմից կառուցած իրականությանը, որն իրականում հանդիսանում է կոնցեպտուալ իրականություն, ինչը հիմնված է ներքին պատկերների կառուցվածքի և բովանդակության ռեֆլեքսիայի վրա:

Երկրորդ հերթին, ՆԼԾ-ն գործ ունի չգիտակցված հոգեբանական ֆենոմենների հետ, ինչպիսիք են, օրինակ, ներքին պատկերները կամ ռեֆլեքսիայի մակարդակները, ինչը ՆԼԾ սովորեցնելիս բերում է հատուկ իրավիճակի ստեղծման, այդպես է լինում, մասնավորապես, փակ աչքերի հետ աշխատելու ժամանակ: Հաճախ ՆԼԾ սովորող ուսանողները, անգամ փոքրագույն պատկերացում չունեն իրենց ներքին աշխարհի յուրահատկության վերաբերյալ, ինչպես նաև այն բանի վերաբերյալ, թե ինչ կերպ են փոխկապակցված ներքին պատկերների կառուցվածքները ապրումների և շրջապատող իրավիճակը ընկալելու հետ: Այդուհանդերձ, լսարանում ուսանողների հետ դասախոսի պրակտիկ աշխատանքը հանդիսանում է ուսանողների վրա ՆԼԾ տեխնիկաների ցուցադրումը, որն ուսուցման անհրաժեշտ տարր է: Միաժամանակ դա նշանակում է, որ ՆԼԾ ուսուցանելու գործընթացը, որը տեղի է ունենում ուսանողների իրական խնդիրների հետ աշխատելու համատեքստում, ներդաշնակորեն համակցված է նրանց անձնական աճի հետ՝ իբրև ինքնակարգավորման, ինքնաճանաչման, ինքնազարգացման և ինքնիրացման հետևանք: Սակայն պետք է հատուկ նշել, որ լսարաններում ՆԼԾ տեխնիկաների ցուցադրումը (երբ պահանջվում է փոփոխության անհապաղ արագ արդյունք), շատ բարդ և նուրբ աշխատանք է, որը դասախոսից պահանջում է բարձր պրոֆեսիոնալիզմ: Հակառակ դեպքում ուսանողների մոտ, որոնք շատ լավ զգում են այն բանը, թե իրենց մատուցում են իրական կամ կեղծ ՆԼԾ, կարող է ձևավորվել անբավարարվածության, հիասթափության, դժգոհության, անտարբերության զգացում՝ դրանով իսկ ուսանողների աչքերում վարկաբեկելով առարկան:

Երրորդ հերթին, ՆԼԾ-ում բացառապես մեծ նշանակություն է տրվում լեզվաբանական կառուցվածքներին: Ենթադրվում է, որ մարդը անգիտակցաբար հակազդում է բառերին (խոսքերին) տառացիորեն, քիչ մտահոգվելով այն մասին, թե ինչ նկատի ուներ խոսացողը: Այսպես, օրինակ, մարդը, ով սովոր է օգտագործել վիզուալ եզրույթներ, ցանկանալով իմանալ այլոց զգացումների մասին, կարող է հարցնել հետևյալ կերպ. «Ինչպես եք դուք պատկերացնում այս ապրումը»: Իսկ որպես պատասխան կարող է լսել, որ այդ ապրումը հանդիսանում է ինչ-որ գույնի կամ պատկերի տեսքով, ինչը հակասում է նրա սպասումներին:

ՆԼԾ-ի պրակտիկան ցույց է տալիս, որ հարցերի անորոշ ձևակերպումները, երբ հաշվի չեն առնվում տվյալ մարդու աշխարհի մոդելի առանձնահատկությունները, բերում են այն նույն ոչ պարզ հակազդումներին և, հետևաբար, ոչ

արդյունավետ փոփոխությունների: Կամ, պատասխանողի խոսքերում ընկալման մոդալականությունների նախատիպերի ըմբռնման անկարողությունը և մետամոդելների կատեգորիաները բերում են անհասկացվածության, թյուրըմբռնման և, ի վերջո, ռապորտի թուլացման, հետևաբար, փոփոխության գործընթացի ընդհատման և դադարեցման: Այդուհանդերձ, ՆԼԾ ուսուցանելու ամենակարևոր խնդիրներից մեկը հանդիսանում է ուսանողներին լսելու ունակություն սովորեցնելը և լսածը հասցնել մինչև ինքնաբերաբար լեզվաբանական վերլուծություն անելու ունակության: Դրա համար անհրաժեշտ է ոչ միայն ուշադիր լսել այն, թե ինչպես են ուսանողները արտահայտվում իրենց ինքնուրույն աշխատանքի ժամանակ (նպատակ ունենալով հետագայում շտկել նրանց ասածները), այլ նաև ՆԼԾ ի տեսանկյունից դասախոսի կողմից արդյունավետ հարցեր տալու վարպետությունը և լեզվաբանական վերլուծությունը:

Չորրորդ հերթին, նոր տեխնիկաներ մշակելու նպատակով, անհրաժեշտ է, որ ուսանողները իրենց «գործընկերների» հոգեբանական վիճակը փոխելու համար կազմակերպեն և անցկացնեն կարճաժամկետ սեանսներ, որի ընթացքում կաշխատեն իրական ժամանակի ռեժիմով՝ իրական խնդիրների հետ:

Դասախոսի համար դա ուսուցման ամենապատասխանատու փուլն է, քանի որ նրան պետք է հետևել զույգերում տեղի ունեցող ռապորտին, ցույց տալ սեանսի ժամանակ զույգերի մոտ վերբալ և ոչ վերբալ դրսևորումների առանձնահատկությունները, պատասխանել աշխատանքի ընթացքում առաջ եկած հարցերին, անհրաժեշտության դեպքում հուշել փակուղային իրավիճակներից դուրս գալու ելքերը, հետևել տեղի ունեցող փոփոխությունների էկոլոգիային: Այս ամենը հնարավոր չէ իրագործել չունենալով ՆԼԾ տեխնոլոգիաներ կիրառելու մեծ փորձ: Այդուհանդերձ, տարիների պրակտիկ փորձը, հավանաբար, հանդիսանում է պրոֆեսիոնալ ՆԼԾ դասավանդելու գլխավոր պահանջը:

Հինգերորդ հերթին, ուսանողների՝ «այցելուների» ներքին աշխատանքի բովանդակությունում, կառուցվածքում և դինամիկայում քիչ ընդհանուր օրինաչափություններ կան. յուրաքանչյուր մարդու ներքին աշխարհը իր սեփական բազմակողմ դրսևորումներում առանձնահատուկ և անկրկնելի է: Այս հանգամանքը անհրաժեշտություն է առաջացնում ուսանողների ինքնուրույն աշխատանքից հետո ընդհանուր քննարկումներ անցկացնել, որոնք, ըստ էության, իրենցից ներկայացնում են ինտրոսպեկտիվ հաշվետվություններ: Ուսուցման այս փուլը մենք անվանում ենք «փոխադարձ հարստացման» փուլ, երբ յուրաքանչյուր ուսանող կիսվում է ուրիշների հետ իր սեփական սուբյեկտիվ իրականությունում տեղի ունեցող գործընթացի վերաբերյալ ինֆորմացիայով:

«Փոխադարձ հարստացման» փուլը ունի նաև այլ կողմ: Այլ մարդու սուբյեկտիվ իրականության վերաբերյալ տեղեկությունը իսկապես յուրահատուկ է և անկրկնելի, այդ իսկ պատճառով դասախոսը, բացի տվյալ փուլում մեկնաբանությունների գործառույթների ուսուցումը իրականացնելուց, պետք է

գիտակցի, որ եկել է իր սեփական անձի աճի ժամանակը, ինչին անպայման նպաստում է իր իսկ ուսանողների ներքին աշխարհի յուրահատկությունների դրսևորումների հետ ծանոթանալը: Եվ դասախոսը չպետք է բաց թողի նոր փորձի կուտակման այդ պահը, որը նրան պետք կգա ուսանողների այլ խմբերի հետ աշխատելու ժամանակ:

Այս կերպ, վերոշարադրյալից հետևում է, որ համալսարաններում ՆԼԾ ուսուցանելը, որի նպատակն է հանդիսանում ՆԼԾ տեխնիկաների տիրապետման պրակտիկ հմտությունների ձևավորումը, դժվար և բազմակողմ գործընթաց է, ինչը ՆԼԾ դասավանդողից պահանջում է տեսական և պրակտիկ պատրաստվածություն:

Գրականություն

1. **Նաղդյան Ռ.Մ.** Նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորում. Ներածություն // Հոգեբանությունը և կյանքը, 3, 2001. էջ. 109-117.
2. **Նաղդյան Ռ.Մ.** Նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորման ներածություն (մետամոդել) // Հոգեբանությունը և կյանքը, 1, 2002. էջ 141-148.
3. **Նաղդյան Ռ.Մ.** Նեյրոլեզվաբանական ծրագրավորման ներածություն (ռապորտի հաստատում) // Հոգեբանությունը և կյանքը, 2-3, 2005. էջ 206-220.
4. **Нагдян Р.М.** Загадка психики: трансцендентальная психология и метафизика. Ер.: изд. дом Лусабац, 2017. – 424 с.
5. **Нагдян Р.М.** Нейро-лингвистическое программирование. Книга I. История. Философия. Практика. Ер.: изд. дом Лусабац, 2018 – 360 с.
6. **Нагдян Р.М., Асриян Э.А.** Психологическая НЛП-модель механизма темперамента // Հոգեբանությունը և կյանքը, 2-3, 2005. С. 221-226..
7. **Папоян В. Р.** Использование НЛП (нейро-лингвистического программирования) для улучшения здоровья, // Հոգեբանությունը և կյանքը, 2-3, 2005. С. 197-205..
8. **Ковалев С. В.** Введение в современное НЛП. М.: изд.«КСП+», 1999- 576 с.

THE DISCIPLINE OF NEURO-LINGUISTIC PROGRAMMING IN ARMENIA

Naghdyan R. M. (ISE Center of NAS RA, Yerevan, RA)

The article gives a brief history of development of the NLP in Armenia. It is particularly indicated not only that NLP is already widespread in Armenia, but also that it is still developing poorly as an independent field of knowledge. In addition, the article discusses in detail the requirements to the qualities of a teacher, necessary for university students to be trained in NLP practice.

Key words: *neuro-linguistic programming, Armenia, development, training.*

ДИСЦИПЛИНА НЕЙРОЛИНГВИСТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ В АРМЕНИИ

Нагдян Р. М. (МНО центр НАН РА, Ереван, РА)

В статье дана краткая история развития НЛП в Армении. В частности, указывается не только то, что НЛП уже широко распространено в Армении, но и то, что оно пока слабо развивается как самостоятельная область знания. Кроме того, в статье подробно обсуждаются требования к качествам преподавателя, необходимые для обучения студентов НЛП в вузе.

Ключевые слова: *нейролингвистическое программирование, Армения, развитие, обучение.*