

Podstawowe założenia epistemologiczne NLP

Założenia te są syntezą ogólnej semantyki (Alfred Korzybski), gramatyki transformatywnej (Noam Chomsky), teorii systemów (Gregory Bateson), cybernetyki (W. Ross Ashby), pragmatyzmu (William James), fenomenologii (Edmund Husserl) i logicznego pozytywizmu (Bertrand Russell i Alfred North Whitehead). Założenia nie podlegają dowodowi – należy je przyjąć jako prawdziwe. Są podstawą systemu zwanego NeuroLingwistycznym Programowaniem.

1. Mapa to nie terytorium.

Jako istoty ludzkie nigdy nie możemy poznać rzeczywistości. Możemy jedynie poznać naszą percepcję rzeczywistości. Doświadczamy i reagujemy na świat głównie poprzez nasze zmysłowe systemy reprezentacji. Jest to nasza „neurolingwistyczna” mapa rzeczywistości, która determinuje nasze zachowania oraz sposób nadawania tym zachowaniom znaczeń, a nie rzeczywistość jako taką. Generalnie to nie rzeczywistość nas ogranicza lub wzmacnia, ale nasza mapa rzeczywistości.

2. Życie i „umysł” są procesami systemowymi.

Proces jaki dzieje się wewnątrz istot ludzkich i pomiędzy ludźmi a ich środowiskiem jest systemowy. Nasze ciała, społeczeństwa, nasz wszechświat są złożonymi systemami i podsystemami, które wpływają na siebie nawzajem w sposób naturalny. Nie ma możliwości kompletnego wyizolowania jakiegokolwiek części systemu od reszty tego systemu. Takie systemy opierają się na pewnych samoorganizujących się zasadach i w naturalny sposób dążą do optymalnych stanów równowagi lub homeostazy.

3. Na pewnym poziomie wszystkie zachowania mają pozytywną intencję.

Oznacza to, że istnieje lub istniał odpowiedni kontekst, w którym to zachowanie jest właściwe z punktu widzenia osoby, która je przejawia. Ludzie dokonują najlepszych wyborów spośród wszystkich dostępnych w ramach ich aktualnej mapy rzeczywistości. Każde zachowanie niezależnie od tego jak złe, szalone, dziwne może się wydawać – jest najlepszym z możliwych wyborem danej osoby w tym momencie czasu.

4. Prawo koniecznej różnorodności.

W teorii systemów istnieje zasada nazywana prawem koniecznej różnorodności, która mówi o tym, że aby przystosować się i przetrwać – element systemu potrzebuje pewnej minimalnej dawki elastyczności. Ta dawka elastyczności musi być proporcjonalna do zmienności reszty systemu. Jedną z implikacji prawa koniecznej różnorodności jest to, że jeśli chcesz osiągnąć określony cel, to musisz zwiększyć ilość operacji, które prowadzą do celu, proporcjonalnie do stopnia w jakim zmienia się system. Istotne jest, aby wraz ze zmianami w systemie, zmieniać swoje działania zorientowane na cel, a nie tylko powtarzać stare działania nawet jeśli w przeszłości dawały one pożądaną rezultat. Ponieważ środowiska i konteksty, w których działamy zmieniają się, więc te same procedury nie zawsze będą dawały te same rezultaty. Jeśli chcesz osiągnąć swój cel musisz zmienić sposoby dotarcia do niego. Jeśli zawsze używasz tej samej procedury, za każdym razem uzyskasz inny wynik. A więc

im system bardziej złożony tym więcej wymaga elastyczności. Inną implikacją prawa koniecznej różnorodności jest to, że ta część systemu, która jest najbardziej elastyczna ma największy wpływ na cały system.