**Техники нейролингвистического программирования в преподавании русского языка**

Труфанова Юлиана Анатольевна,

преподаватель,

Государственное автономное профессиональное

образовательное учреждение Мурманской области

 «Мурманский медицинский колледж»

На сегодняшний день Федеральный Государственный Образовательный Стандарт нового поколения направлен на реализацию качественно новой личностно ориентированной развивающей модели образования. Личностно ориентированный подход призван обеспечить выполнение основных задач, среди которых развитие личности обучающегося, его творческих способностей, а также формирование желания и умения учиться. При использовании личностно ориентированных технологий используются методы и средства обучения и воспитания, основанные на психофизиологической диагностике индивидуальных особенностей обучающихся, что в корне перестраивает суть образования. В связи с этим хотелось бы обратить внимание на одно из современных направлений психологии – нейролингвистическое программирование (далее – НЛП).

НЛП возникло в начале 1970-х в Калифорнии в Университете Санта-Круз, где Джон Гриндер и Ричард Бэндлер изучали действия трех выдающихся психотерапевтов: Фрица Перлза, основателя гештальт-терапии, Вирджинии Сатир, семейного терапевта, и Милтона Эриксона, всемирно известного гипнотерапевта. НЛП вбирало в себя лучшие методы практической психологии и было весьма эклектично. Нейролингвистическое программирование – это поведенческая модель и набор определенных навыков и техник. Кроме того, это изучение субъективного опыта, «паттернов» (программ поведения), которые создают эффективное или неэффективное поведение. Рассмотрим составляющие данного термина.

Нейро – говорит об отношении к мышлению или чувственному восприятию, к процессам, протекающим в нервной системе и играющим важную роль в формировании человеческого поведения, а также к нейрологическим процессам в сфере восприятия (зрение, слух, тактильные ощущения, вкус и обоняние).

Лингвистический – отсылает нас к языковым моделям, играющим важную роль в достижении взаимопонимания между людьми, на чем и держатся все коммуникационные процессы.

Программирование – указывает на тот способ, при помощи которого мы организовываем наше мышление, включая чувства и убеждения, чтобы в конечном итоге достичь поставленных целей – подобно тому, как мы используем компьютер для решения каких-либо конкретных задач при помощи соответствующего программного обеспечения [1: 198].

НЛП имеет под собой четыре базиса: раппорт, т.е. установление доверительных отношений, сенсорная чувствительность, ориентация на результат, гибкость поведения.

НЛП успешно применяется в обучении разных возрастных групп. НЛП-техники позволяют корректировать возникающие на учебных занятиях трудности, так как индивидуальные стратегии построены на основе личностных особенностей каждого обучающегося. Одной из основных задач НЛП в обучении является персонализация подхода преподавателя к обучающимся.

Как известно, все люди имеют разные репрезентативные системы. По некоторым данным, у 40% людей преобладает визуальный канал, у 40% – аудиальный, у 20% – кинестетический. Исторически ведущей системой внутреннего опыта является кинестетическая система, впоследствии особое распространение получает визуальная система. Предполагается, что социальный опыт и знания не могут быть переданы непосредственно через ощущения. Успешность обучения, понимаемая в НЛП как объем запомненной информации, зависит от развития визуальной системы как ключевой и репрезентирующей у большинства людей. Это может быть объяснено тем, что физиологическая емкость зрительного канала на несколько порядков превосходит кинестетический, а яркие объемные образы позволяют получаемый объем информации эффективно организовывать во «внутренние карты» [4:126].

В связи с тем, что обучающиеся отличаются друг от друга по способам усвоения учебного материала, к каждому необходим индивидуальный подход, своя презентация материала, учитывающая ведущую репрезентативную систему. Визуалы, например, лучше воспринимают информацию в зрительных образах (текст в книгах, записи на доске, видеоматериалы, схемы), аудиалы лучше воспринимают тексты на слух, участвуют в дискуссиях, кинестетики лучше усваивают материал в ролевых играх, в работе у доски, через моторные навыки («память руки»). Определить ведущую репрезентативную систему человека можно с помощью ключей глазного доступа и речевых предикатов.

При организации обучения необходимо обращать внимание и на основные принципы полушарной модели. М. Гриндер в своей книге «Исправление школьного конвейера» говорит о том, что школа ориентирована на левополушарных учеников, чье мышление логично, линейно, тогда как правополушарные ученики в условиях школы испытывают стресс, в связи с особенностями своего мышления – интуитивного, хаотического, абстрактного [2:25].

Учитывая вышесказанное, можно сделать вывод, что основной задачей учителя является развитие всех сенсорных каналов обучающихся с учетом их полушарной модели. Для реализации многосенсорного обучения учителю необходимо развивать визуальную способность обучающихся. По словам М. Гриндера, *визуализация* – это «способность видеть слова глазами мозга» [2:36]. Левополушарные люди от природы более склонны к визуализации нежели правополушарные, которые способны видеть только конкретные объекты.

*Якорение* - еще один прием в НЛП. Учителя в своей практике постоянно используют якорение (приветствие учителя, организационный момент урока и т.д.). Однако проблема в том, что зачастую в школе устанавливают негативное якорение, что вызывает неприятные ассоциации с предметом, вплоть до «школьных фобий», и, следовательно, это вызывает блокирование способности к обучению. Якорение должно быть положительным.

Весьма продуктивным является использование на занятиях *метафор,* коротких притч, способных воздействовать на оба полушария и сознание ребенка, активизировать мышление, память. Метафору не нужно объяснять, каждый воспринимает рассказанное так, как это удобно и важно для него. Можно применять и различные *релаксационные упражнения*, помогающие активизировать психические процессы и способствующие снятию учебного стресса и расслаблению.

Важными условиями эффективности урока с позиции нейролингвистического программирования М.А. Павлова считает:

1. Начало урока с позитивного якоря. Если обучение ассоциируется с чем-то приятным – оно эффективно.

2. Мотивация на обучение. Создайте причину для учебы, связанную с семантикой самого ребенка.

3. Использование на уроке правополушарного и левополушарного подхода, укрупнение-разукрупнение информации (определите наименьший кусок, с которого можно начинать процесс обучения), операция сравнения (что общего и что различного), полимодальная речь (использование предикатов всех трех систем), ключи глазного доступа, учет разных репрезентативных систем. Информация, поданная по всем трем модальностям, воспринимается как реальная.

4. Использование состояния непонимания. Одни, когда начинают не понимать, злятся и теряют информацию, другие используют это состояние. Ошибка - тоже результат деятельности. Непонимание - дверь к пониманию. Найдите что-то, что было сделано хорошо.

5. Сравнивайте успехи ученика с его собственным прошлым состоянием, а не с успехами других. Реже говорите частицу НЕ.

6. Позитивное якорение.

7. Обмен стратегиями, использование эффективных стратегий.

8. Поддержание группового и индивидуального раппорта. [3:6].

Анализируя научные работы ведущих НЛП-практиков (А. А. Плигин, М. А. Павлова, В. П. Белянин и др.), использующих техники НЛП в обучении, можно прийти к выводу, что это достаточно современные и эффективные технологии, отвечающие ФГОС и личностно ориентированному подходу в образовании.

Рассмотрим применение приемов НЛП на занятиях по русскому языку в Мурманском Медицинском Колледже. В начале работы было проведено диагностическое исследование типов репрезентативных систем обучающихся. В эксперименте участвовало 22 человека - студенты 1 курса специальности «Сестринское дело» в возрасте от 15 до 17 лет. Первичное исследование проходило путем тестирования на выявления ведущей репрезентативной системы и дало следующие результаты: визуально-аудиальный канал чаще всего используют 3 человека (13,6 %), аудиальный канал – 9 человек (40,9 %), аудиально-кинестетический – 6 человек (27 %), визуально-кинестетический – 1 человек (4,5 %).

Можно сделать предварительный вывод, что доминирующим способом усвоения информации в группе является аудиальный канал. Это значит, что для большинства обучаемых эффективнее один раз услышать информацию, чем несколько раз ознакомиться с ней посредством чтения. Аудиалам проще усвоить информацию на лекции учителя, чем принимать участие в семинаре. Аудиалы любят говорить, их речь, как правило, размеренна, последовательна и логична. Качество выполняемой ими работы зависит от того, насколько доступно и полно была разъяснена задача, а шум может вызывать у аудиалов сильный дискомфорт и мешать их деятельности.

Согласно технологии НЛП в начале обучения следует создать положительную мотивацию для обучения и установить раппорт, т.е. доверительные отношения между преподавателем и обучающимися. Для решения этой задачи нами использовались упражнения из книги М А. Павловой «Интенсивный курс повышения грамотности на основе НЛП», например, условия хорошо сформулированной цели. Студентам предлагалось ответить на следующие вопросы:

1. Чего вы хотите от занятий по русскому языку? (Главное, чтобы цель была сформулирована в позитивном ключе, т.е. без участия частицы НЕ).

2. Как вы узнаете, что вы это уже имеете? (Умение грамотно писать).

3. Что мешает вам достичь этой цели сейчас? [3:5]

Также выполнялось упражнение на развитие внутренней визуализации и подкрепления положительной мотивации к обучению. Студентам было предложено представить картинку, в которой они испытывают удовольствие от того, что их хвалят за грамотно и красиво написанную работу. Необходимо рассмотреть выражение лица того, кто хвалит, себя на картинке, услышать чьи-то благодарные голоса, послушать свой внутренний диалог. Что чувствует тот человек? После необходимо «войти» в картинку и пережить это радостное состояние [3:12]. Большинство студентов с интересом и удовольствием выполняли эти упражнения.

Так как необходимо представлять информацию в трех модальностях, для занятий выбирались упражнения, которые отвечали этой задаче. Например, на занятиях по теме «Непроизносимые согласные» использовалась «игра в мяч». Замечено, что при игре в мяч закрепление материала происходит гораздо быстрее, так как, когда человеку бросают мяч, он впадает в состояние, подобное конфузионному трансу. Сознание контролирует движения. В этот момент бессознательное обучающегося занято решением вопроса – проверкой слова. Игра проводилась по следующим правилам: ведущий бросает мяч и называет слово с орфограммой, задача участника игры назвать проверочное слово и определить, есть ли в слове непроизносимая согласная.

Практика свидетельствует об эффективности данного упражнения. Входной словарный диктант показал, что большинство студентов испытывают трудности в данной теме. В качестве примера можно привести работу студентки Елены М. Данная работа содержала 10 ошибок и была оценена неудовлетворительно.

*Безкорысный, вирусный, возрастной, жалостный, бесловесный, живописный, искуссный, лестный, ненавистный, ненасный, небесный, поверхностный, поздний, тягостный, страстный, прелестный, прекрасный, редкосный, тяжеловесный, ужасный, хлеснуть, свистнуть, целосный, частный, яростный, вкусный, сверсник, ровестник.*

Однако в процессе обучения, используя приемы «игры в мяч» и стратегии орфографии, удалось улучшить результат (см. табл. ).

Таблица «Анализ выполнения словарных диктантов по теме

«Непроизносимые согласные»

|  |  |
| --- | --- |
| Месяц | Количество орфографических ошибок по теме в группе |
| 09 | 3-10 |
| 10 | 3-7 |
| 11 | 2-5 |

Упражнения рекомендуется комментировать вслух, чтобы каждый участник проговаривал примеры и проверочные слова или объяснял правило. Также рекомендуется выделять орфограммы графически, используя цветные ручки и изменение шрифта. Графическое обозначение правила помогает зрительному запоминанию правописания. Отдельно стоит сказать о способе ведения тетради. Учитывая ключи глазного доступа и зону памяти, было решено орфографические правила записывать с левой стороны тетради (зона визуальной памяти), а практические упражнения – с правой. Для левшей способ ведения тетради будет обратный.

После проверки работ ученикам предлагается выписать в конец тетради слова, в которых они сделали ошибки, графически объяснить правило и проработать слова по стратегии орфографии, предлагаемой М. А. Павловой.

 Стратегия орфографии

Поместите правильное написание слова напротив себя так, чтобы вы могли его видеть.

Закройте глаза и подумайте о чём-то приятном и расслабляющем. Когда это чувство окрепнет, откройте глаза и посмотрите на слово.

Поднимите глаза вверх влево и нарисуйте это правильное написание во внутреннем взоре (Что вы видите?)

Взгляните на воображаемый вами образ этого слова и запишите буквы, которые видите. Сверьтесь с правильным написанием.  Если вы ошиблись, вернитесь на одну ступень.

Посмотрите на воображаемый внутренний образ и напишите слово задом наперёд (справа налево). Проверьте написание. Если есть ошибки, вернитесь на три ступени. [3:71]

Подобные приемы вызывают неподдельный интерес обучающихся, особенно им нравится упражнения на развитие визуализации и памяти, такие как «Оживление», «Метод Цицерона» и др. Чтобы запомнить список из 20 слов, ученики должны нарисовать в воображении мультфильм, героями которого станут названные предметы или существа, или мысленно расставить предметы по комнате. Левополушарные визаулы и аудиалы очень быстро включаются в работу, а вот правополушарные кинестетики испытывают некоторые затруднения при визуализации, поэтому вводить подобного рода упражнения нужно постепенно, начиная с самых простых образов.

В завершении занятия давались релаксационные упражнения или метафоры. На первый взгляд метафоры не имеют прямого отношения к теме, однако они на ассоциативном уровне помогают преподавателю донести до обучающихся определенную мысль. Метафоры можно использовать как мощный элемент обучения или подкрепления положительной мотивации к обучению. Например, метафора «Все в твоих руках»:

«Эта история произошла давным-давно в старинном городе, в котором жил великий мудрец. Слава о его мудрости разнеслась далеко вокруг его родного города. Но был в городе человек, завидующий его славе. И вот решил он придумать такой вопрос, чтобы мудрец не смог на него ответить. И он пошел на луг, поймал бабочку, посадил ее между сомкнутых ладоней и подумал: «Спрошу-ка я у мудреца: скажи, о, мудрейший, какая бабочка у меня в руках – живая или мертвая? Если он скажет живая, я сомкну ладони, и бабочка умрет, а если он скажет мертвая, я раскрою ладони, и бабочка улетит. Вот тогда все поймут, кто из нас умнее». Так все и случилось. Завистник поймал бабочку, посадил ее между ладонями и отправился к мудрецу. И он спросил у того:

«Какая бабочка у меня в руках, о, мудрейший, – живая или мертвая?» И тогда мудрец, который действительно был очень умным человеком, сказал: «Все в твоих руках…» [3:10]

Необходимо отметить, что не стоит объяснять смысл метафоры, каждый обучающийся должен понять то, что важно именно для него в данный момент.

Итак, можно сказать, что, несмотря на небольшой срок проведения эксперимента (с 01.09.2018 г. по 20.11.2018), частичное использование техник НЛП действительно дает результаты. Новые техники вызывают интерес у обучающихся, при изучении дисциплины «Русский язык» возникают положительные эмоции, устанавливается раппорт, в группе создается приятная, доверительная атмосфера. По определенным орфографическим темам группа, участвующая в эксперименте, продемонстрировала положительные результаты.

**Список использованной литературы:**

1. Адлер Г. НЛП-техники эффективной работы. Используй свой мозг на 101% [Текст] / Г. Адлер . – СПб.: Питер, 2011, 198 с.

2. Гриндер М. Исправление школьного конвейера, или НЛП в педагогике: Практическое пособие к семинарам по НЛП [Текст] / М. Гриндер – М.: Независимая ассоциация психологов-практиков, 1995. – 25 с., 36 с.

3. Павлова М.А. Интенсивный курс повышения грамотности на основе НЛП: учебное пособие [Текст] /. – М.: Совершенство, 1997. – 23 с.

4. Путилина Е.А., Ускова Е.О. Применение теории нейролингвистического программирования в обучении иностранным языкам [Электронный ресурс] / Е.А. Путилина, Е.О. Ускова // Lingua mobilis. – №2 (48). – 2014. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/v/primenenie-teorii-neyrolingvisticheskogo-programmirovaniya-v-obuchenii-inostrannym-yazykam>. – 126 с.