

NLPとは ～概要と活用事例～

NLPとは神経言語プログラミング (Neuro-Linguistic-Programming) の略称で、1970年代に米国カリフォルニアで始まった言語学と心理学を組み合わせた実用的なコミュニケーション心理学のことです。

身近な例としては、クリントン元大統領、アンドレ・アガシ、アンソニー・ロビンズが有名です。

クリントン元大統領はNLPの手法を学び、自身の演説に活かすことで、多くの人々を魅了する演説を行っていました。

テニス・プレーヤーのアンドレ・アガシは、低迷期にアンソニー・ロビンズのNLPコーチングにより全米オープンチャンピオンにまで上り詰めました。

その他にも多くの著名人がNLPの手法を取り入れています。

NLPとは ~歴史1~

創始者である数学者のリチャード・バンドラーと言語学者のジョン・グリンダーが、当時アメリカで非常に優秀だった3人の心理療法家(ゲシュタルト療法のフリッツ・パールズ、家族療法のバージニア・サティア、催眠療法のミルトン・エリクソン)の治療を研究し、彼らのコミュニケーションの共通点を体系化したことが始まりです。

これを機に、コミュニケーションによって自分および他人の変化を作るスキルとして、そして、優秀な人はどのようにその結果を出しているのかを研究するスキル(=モデリングの技術)として普及していきました。

その後、NLPはその効果の高さと即効性で評判になり、瞬く間に多くのセラピストやカウンセラーに広がっていきました。現在、NLPはさらに多くの分野に広がり、医師・弁護士・経営者・ビジネスパーソン・スポーツ選手・教育関係者など、幅広く活用されています。

NLPとは ~歴史2~

アメリカでは、NLP関連の図書として1000万部を突破するような本も出ており、CD、DVDにいたっては3500万部を突破するようなものがあるほど普及しています。ドイツでは、国をあげて取り組んでいるマイスター(熟練工)育成プログラムなどにも取り入れられています。

NLP自体は古くから日本に入ってきてはいましたが、ようやくその本質が認められ、日本でも注目され始めたところです。

NECラーニング、NEC総研、ヴァリュー・クリエーション共催のNLPプラクティショナーコースでは、皆様にビジネスで(もちろん私生活でも)活用できるNLPをお届けいたします。
詳しくは弊社ホームページをご覧ください。