

NLPのいま(下)

株式会社オフィス プレスユー 代表取締役

田中千尋先生



1月号で、NLPが生まれた背景について、お伝えしました。1970年代初期、米カリフォルニア大学の言語学教授ジョン・グリンダーと同大学心理学科研究生リチャード・バンドラーの研究から生まれ、その背景には、天才的なコミュニケーションと呼ばれる3人の心理療法家たちの存在があり、彼らを分析した結果「言葉の使い方」「身体の使い方」「自分や世界の認識の仕方」などに共通性があり、それらを誰もが使いやすいようにモデル化し体系化したものが、NLP (Neuro-Linguistic Programming: 神経言語プログラミング) です。

日本でのNLPと今後の可能性

日本でNLPが知られ始めたのは、1990年あたりから。かつては、心理療法の専門家の中で注目されていたようですが、現在では、自己成長のためのスキルとして学ぶ方が多いです。日本での臨床心理の分野での応用はまだあまりなされておらず、ビジネス分野での応用が広がっています。現在、私もNLPの資格認定コースを開催していますが、参加される方の多くがビジネスパーソンです。「自分の能力を飛躍的に向上させたい」「効果的なコミュニケーションの方法を学びたい」など目的は様々ですが、より良い生き方を探求する自己成長のスキルとして捉える方が多いようです。主婦の方や大学生も学ばれていますし、将来講師として活動したいという目標を持ち受講される方も多くいらっしゃいます。自分を高めていくスキルとして、今後日本でもさらに注目されていく可能性を感じています。

私自身は、NLPの応用について、とても関心を持っています。長年アナウンサーとして活動してきた背景や、現在もアナウンサーや講師、セラピスト、コーチといったプロを養成していることから、教育分野への

応用を進展させていきたいと思っています。

2008年に共著出版した書籍「戦略的会話」は、日本で初めてNLPをブレゼンの分野に応用したものです。私は、本文の執筆とオバマ大統領のスピーチ分析を担当しました。当時、オバマ大統領が名スピーチで多くの人に影響を与えましたが、1対多に対して、どうして影響を与えることが出来たのか、どのようにして人の心を惹きつけたのかに興味を持ち、彼のスピーチの言語パターンを分析しました。私たちが日常になげなく使っている言語は、自分が考えている以上に人の心理構造に大きな影響を与えます。その言葉の構造を様々な観点から分析し、誰もが使えるブレゼンスキルとして体系化したのが本書の内容となっています。そのような言葉の使い方は、ブレゼンスキルのみならず、営業や交渉、コーチングやセラピーのスキルとしても有効です。

そのようなことから、今年10月には、海外に一月間程滞在し、イギリスで開催されていた「米国NLP協会資格認定コース・NLPマスタートレーナーコース」を受講してきました。このコースは、NLPトレーナーの上位コースで、いわばNLPトレーナーのトレーナーを養成するためのコースになります。この協会資格を持つているのは世界でもまだ2名しかおらず、アジアで資格を取得している人はまだいません。

このセミナーに参加して、日本では一般に公開されていない意識と無意識を構造化する高度なトレーニング技術など、多くのことを学びました。また海外の一流トレーナーの素晴らしい心の在り方に触れる貴重な機会ともなりました。私は、今回の渡英でNLPマスタートレーナー・アソシエイトの資格を取得することができ、今後、日本でさらにNLPを発展させていくことにやりがいを感じています。特に、日本人が苦手とし

ているブレゼンやコミュニケーションについて、大人だけでなく子供たちに伝えていくプログラム構築も考えています。人生を変えるメンタルトレーニングやファメーション、イメージトレーニングなどの技術を学ぶ人を増やすことを目的に、セミナーの開催やプロ養成などを通して、人生を豊かにデザインする方法をお伝えしていきたいです。

2回にわたって、NLPについてご紹介してきましたが、NLPの魅力は、私たち人間について解き明かしてくれると同時に、能力を磨く方法として使いやすいくところにあると思います。そんな「人間の可能性」に気づかせてくれる手段の一つとして、現在、私はNLPを活用しています。

人生を美しく豊かに生きるためのテクノロジーを多くの方に知っていただき、「人生を創るメカニズム」などについてもお伝えしていきたいと思っています。人がこの世に生まれてきて、この世を卒業するまでは僅か数十年。私自身、自分として生まれてきた魂を美しく輝かせるメカニズムをもっと学び、生まれてきたことを十分楽しんで一生を終えられればと思っています。



田中千尋

株式会社オフィス プレスユー 代表取締役
デジタルハリウッド大学 大学院 客員教授
一般社団法人NLPコーチング協会 専務理事



二階堂忠春(著)、田中千尋(著)
廣済堂出版 238頁(単行本)
定価1470円(税込)
ISBN 9784331513859

【著書紹介】
聞き手を熱狂させる! 戦略的会話
〜オバマに学ぶNLPプレゼンテーション〜