Автор: admin
13.06.2011 23:01 - Обновлено 30.10.2014 05:21

Какие мины могут взорвать первое впечатление о человеке? Фильтры...

Помня о том, что в первые 15 – 30 секунд общения формируется отношение к собеседнику и эффект ореола в результате может предстать нимбом над его головой или собственной, обратимся к другому взрывному каналу – фильтрам восприятия.

Это механизм мышления, прореживающий поступающую информацию. Спасая мозг от переизбыточной нагрузки (а ведь одновременно с получаемой извне возникает и внутренняя информация, например прогнозирование или даже фантазия), фильтры определенным образом пропускают одно, обобщают другое, отсекают третье и стирают четвертое. Именно они влияют на то, как индивид относится к миру: оптимистично или пессимистично.

Сторонники НЛП называют фильтрами восприятия «уникальные идеи, опыт, убеждения и язык, которые формируют нашу модель мира». Не разделяя целиком это мнение, хочу обратить внимание на скорость: если они успевают реализоваться максимум за полминуты знакомства! Да еще действуя по нескольким направлениям...

Физиологические фильтры

Человек воспринимает информацию в определенных пределах, ограниченных возможностями органов чувств:

1) визуальный (зрение), 380-680 миллимикрон;
2) аудиальный (слух), 20-20000 герц;
3) кинестетический (ощущение);
4) ольфакторный (запахи);
5) густаторный (вкус).

Впрочем, специалисты часто последние три объединяют в общее понятие – кинестетики, зато называют еще один канал, тоже фильтруемый, который называется дигитальным

(внемодальным) и строится на логике. А теперь добавьте к этому индивидуальные предпочтения в способах получения и обработки информации, в результате которых формируются ведущие каналы...

Фильтр-исключение

Это склонность выбирать то, что подтверждает предварительные представления. Если человек считает, что с ним поступили несправедливо, то исключает из рассмотрения собственное поведение и ограничивает возможности понимания ситуации.

Фильтр-искажение

Это тот «магический кристалл», который действует в отношении внешней и внутренней информации, влияя на воспоминания о прошлом и мечты о будущем, позволяя переживать события и испытывать чувства при взгляде на фотографию.

Фильтр-обобщение

Это механизм, который выстраивает в нашем мышлении события причинно-следственного характера в связную цепочку наподобие мозаики, и он тоже индивидуален. Простой пример, который приводит Е.В.Клюев: ребенок прикоснулся к горячей плите и обжегся. В результате вывод может быть разным:

– не прикасаться к горячей плите;
– не прикасаться к кухонным предметам;
– не заходить в кухню;
– не заходить в комнаты, где тепло и есть горячие предметы.

В зависимости от выбора варианта будет строиться дальнейшее поведение деточки.

Вот так действуют фильтры восприятия.

А закончить хочется словами Бьюдженталя: *«Каждый человек является архитектором собственной действительности. Он постоянно переделывает реальность, более или менее приспосабливая ее к своим нуждам».*

Или, как говорит Р.А.Уилсон о деятельности человеческого мозга, состоящего из двух частей, «думающего» и «доказывающего»: *«Чтобы ни думал думающий, доказывающий это докажет* ». Значит, и настройка фильтров зависит от потребностей человека, которого они обслуживают.

Автор - **Валентина Пономарева**

Источник