

## *Presupposti della PNL*

---

(tratto da Encyclopedia of Systemic NLP di R. Dilts & J. Delozier)

### ***La Mappa non è il territorio***

1. Le persone reagiscono e rispondono alle proprie percezioni della realtà.
2. Ogni persona ha la propria individuale mappa del mondo. Nessuna mappa del mondo individuale è più 'vera' o 'reale' di qualunque altra.
3. Il significato di una comunicazione a un'altra persona è dato dalla risposta che produce, a prescindere dall'intenzione di chi comunica.
4. Le mappe più 'sagge' o più 'compassionevoli' sono quelle che rendono disponibile il maggior numero, e la più vasta ampiezza di scelte, e non tanto quelle che hanno la pretesa di essere più 'reali' o 'accurate'.
5. Le persone hanno già (almeno in potenza) tutte le risorse di cui hanno bisogno per agire con efficacia.
6. Le persone compiono le scelte migliori a loro disposizione, date le possibilità e capacità che percepiscono come disponibili per sé in quel dato momento, a partire dal loro modello del mondo. Ogni comportamento, non importa quanto appaia malvagio, folle o bizzarro, è la scelta migliore che la persona può compiere in quell'istante – nel momento in cui le verrà offerta una scelta più appropriata, (all'interno del contesto del suo modello del mondo) la persona sarà più disposta a farla propria.

7. I cambiamenti nascono dal liberare le risorse appropriate, o dall'attivare quelle potenziali, in un particolare contesto, arricchendo la mappa del mondo della persona.

### ***La vita e la 'mente' sono processi sistemici***

1. I processi che hanno luogo all'interno di una persona e tra persone e ambiente sono di tipo sistemico. Tutti gli elementi interagiscono gli uni con gli altri, e si influenzano a vicenda.
2. Le persone non possono non influire le une sulle altre.
3. I sistemi sono 'auto-organizzanti' e naturalmente ricercano stati di equilibrio e stabilità.
4. Non esistono i fallimenti, ma soltanto feedback.
5. Ogni comportamento, esperienza o reazione può fungere da risorsa o da limite, a seconda di come si accorda col resto del sistema.
6. Non tutte le interazioni in un sistema sono allo stesso livello. E' utile separare il comportamento dal "sé" – separare l'intenzione positiva, la funzione, la convinzione, e quant'altro generi quel comportamento dal comportamento stesso e dalla persona che lo mette in atto.
7. A qualche livello, o in un dato momento, ogni comportamento ha un'intenzione positiva. E' più facile e più produttivo agire sulla base dell'intenzione soggiacente piuttosto che sull'espressione di un comportamento problematico.
8. Per adattarsi e sopravvivere con agio, ai sistemi è necessario un certo grado di flessibilità. Questo grado di flessibilità sarà in proporzione alla variazione presente nel resto del sistema. A mano a mano che il sistema diventa più complesso, è richiesta più flessibilità.
9. Se ciò che state facendo non ottiene la risposta desiderata, continuate a variare il vostro comportamento finché la risposta desiderata si palesa.