Автор: admin
29.09.2011 23:02 - Обновлено 01.11.2014 07:53

Тренинги личностного роста – что это?

Тренинги – популярное ныне явление. Многие считают их прорывом и «глотком цивилизации», однако… не все так просто. Я, к примеру, сама будучи психологом, ко многим тренингам отношусь сдержанно и с прохладцей.

Особенно к тем, где учат быть «богатым и счастливым» за пару сеансов, или к тем, где учат «влиять на людей» (так сказать, НЛП – в массы на скорую руку), а еще к «школам стерв» всевозможным, ну и т.д. Этот ряд можно долго продолжать. Увы, зачастую это откровенное шарлатанство и вытягивание дензнаков из наивных граждан…

Есть еще такая вещь, как тренинги по «совершенствованию собственной души», так сказать. С этим тем более надо быть поосторожнее, поскольку реальные проблемы они решают далеко не всегда, а вот комплексы плодят порой немалые. Потому что человек после тренинга возвращается обратно в РЕАЛЬНУЮ жизнь, и там работает далеко не все то, что на тренингах пропагандировали… Кстати, это еще не худший вариант, потому что есть тренинги, типа «синтоновских», на которых люди становятся особо продвинутыми. И, выпускаясь в жизнь со свежеприобретенными знаниями, выглядят как профессиональные автогонщики на городской трассе (по определению самого же автора тренингов – вот молодец, честно предупредил!) – и с теми же результатами: бесконечными столкновениями и даже катастрофами.

Другое дело – групповая психотерапия, тем более, если она проводится специалистами, которые одновременно занимаются и личным консультированием. Это часто практикуется: индивидуальные консультации как часть терапии, вторая часть коррекции – в группе. Но такие вещи не бывают массовыми, там не более 15 человек, как правило.

Увы, даже заполнение анкеты перед тренингом (что, по идее, просто необходимо, чтобы не допустить появления на тренинге людей, для которых подобное мероприятие может быть травматичным) не гарантирует, что на него придут именно те люди, на которых он рассчитан. И потом, не все посетители тренингов готовы относиться к происходящему без фанатизма, поэтому так много осечек – как в русской пословице «заставь дурака молиться – так он и лоб себе расшибет». Да и вообще, все, что проводится столь массово, изначально обречено иметь определенный процент проколов.

И еще надо четко осознавать, что на любом тренинге вам сначала организуют стресс, встряску, в результате чего мозг ваш станет восприимчивым и податливым, и «под шумок» в вашу голову вложат «новые знания». Это основа работы ВСЕХ подобных деятелей всех времен и народов – от африканских колдунов и шаманов северных народов, которые дикими плясками и битьем в бубны и вводили соплеменников в транс, и до современных организаторов подобных мероприятий, которые пользуются музыкальными и шумовыми эффектами, эффектом «влияния толпы», – схема одна.

Так что – дай Вам Бог, чтобы те, кто вкладывает в ваши головы пресловутые «новые знания», были людьми добропорядочными… Однако, как говорится, на Бога надейся, но и сам не плошай!

Автор - **Наталья Проценко**

Источник