

Kommunikation

Februar 2010

Gewaltfreie Kommunikation • NLP • Business

Seminar

Coaching • Mediation • Pädagogik • Gesundheit

Klartext mit GFK

Friedemann Schulz von Thun und Gerlinde R. Fritsch diskutieren



K&S ist das Magazin für Profis, die Menschen in Veränderungsprozessen begleiten.

Die Zeitschrift wendet sich an Berater, Coaches, Therapeuten, Manager und vermittelt Wissen zu modernen kommunikativen Methoden. K&S erscheint alle zwei Monate aktuell beim Junfermann Verlag, Paderborn. www.ks-magazin.de



Krise und Empathie

Was Manager bewegen können



Blick in die Seele

Zeichnen im Coaching



Der Kopf läuft mit

Saisonstart für Mental Marathon

Was zu uns passt

Von Gudrun Heinrichmeyer

Nicht alle Versuche, den Kanon zu erweitern, sind sinnvoll für die Entwicklung des NLP.

In letzter Zeit sieht es im Bereich des Neurolinguistischen Programmierens fast so aus, als gäbe es unterschiedliche Arten von NLP für unterschiedliche Anwendungsbereiche. NLP-Unterfraktionen entstehen, die sich von anderen NLP-Unterfraktionen abgrenzen. Diese benötigen natürlich eine Begründung für ihre Besonderheit und damit ihre Daseinsberechtigung. NLPler erweitern ihre Angebote um zusätzliche Methoden, damit sie etwas Besonderes bieten und eine Nische besetzen können. Manchmal lockt der Mammon und baut eine Zwickmühle auf, die nicht immer im Sinne der Methode NLP gelöst wird.

Zum Beispiel bei NLP-Therapeuten, die vom deutschen Krankenkassensystem leben und somit offiziell eine andere Psychotherapierichtung vertreten. Da NLP in Deutschland bisher nicht von der Krankenkasse als eigenständige Psychotherapieform finanziert wird, bemühen sich kassenzugelassene Psychotherapeuten mit NLP-Hintergrund – sicher in guter Absicht –, die von ihnen angewandten und von der Kasse bezahlten Methoden mit NLP-Elementen aufzupeppen. Gleichzeitig lockt das von der Krankenkasse genehmigte Stundenkontingent als sichere Geldquelle.

Dies allein wäre kein Problem für NLP, wenn diese Experten in ihrer Rolle als Verhaltenstherapeuten und Psychoanalytiker begeistert über NLP-Methoden berichten würden. Problematisch wird es meiner Meinung nach, wenn sie sich als NLP-Therapeuten bezeichnen und gleichzeitig, um ihre

Kassenzulassung behalten zu können, begründen wollen, warum es sinnvoll ist, NLP um Verhaltenstherapie und Psychoanalyse zu erweitern.

Zur Verdeutlichung ein Beispiel: Um der Krankenkasse zu genügen, stellen Psychotherapeuten zu Beginn der Therapie eine Diagnose (beruhend auf einem Krankheitsbild). Das ist der erste Widerspruch zu einer NLP-Vorannahme, wie sie der Deutsche Verband für Neurolinguistisches Programmieren (DVNLP) festgehalten hat: Menschen sind nicht neurotisch, verrückt oder gebrochen. Sie treffen stets die beste Wahl aus dem, was ihnen an Optionen zur Verfügung steht. Sie funktionieren in ihrem „Modell der Welt“. Folge davon kann eine ungünstige sich selbst erfüllende Prophezeiung sowohl für den Psychotherapeuten als auch für den Klienten sein, die sich in langen Behandlungszeiten äußert. Werden NLP-Formate auf der Basis eines mit NLP inkompatiblen Menschenbildes durchgeführt, so ist die Gefahr groß, dass aus NLP-Sicht fragwürdige Ergebnisse entstehen.

Erinnern wir uns: NLP basiert auf der Analyse der exzellenten Leistungen von drei Psychotherapiegründern, die auffallend schnell und effektiv gearbeitet haben. NLP ist also bereits eine Psychotherapieform und benötigt keine Erweiterung um Methoden, die die Urväter des NLP wohlweislich nicht



als Vorbild gewählt haben. Nicht alle zusätzlich zu NLP angewandten Methoden sind meiner Meinung nach NLP-kompatibel und nicht alle Nischen werden NLP künftig Anerkennung und Erfolg verschaffen. Wie immer geht es hier auch um die Konkurrenz zwischen langfristigem und kurzfristigem Effekt. Wenn kurzfristig der Gewinn lockt, geht schon mal der Blick für den langfristigen Schaden verloren. Manchmal scheint mir über all der Nischensuche (kurzfristiger Nutzen) der Bezug zum Gemeinsamen, nämlich den NLP-Basics und dem Streben nach deren kompetenter Umsetzung (langfristiger Nutzen), verloren zu gehen.

- Unter NLP-Basics verstehe ich u.a.:
- ❖ NLP als Analyseinstrument
 - ❖ Modeling exzellenter Leistungen
 - ❖ Arbeiten auf Prozessebene – nicht auf Inhaltsebene
 - ❖ **Schärfung der Wahrnehmung**
 - ❖ Nutzen der NLP-Beobachtungsmethoden
 - ❖ Ziel- und lösungsorientiertes Vorgehen
 - ❖ Arbeiten mit Ressourcen
 - ❖ Erkennen und Nutzen von Sprachmustern
 - ❖ Arbeiten mit Strategien und Submodalitäten

Über all dem stehen dabei für mich menschenfreundliche ethische Prinzipien, die jeder NLPler dadurch erfül-

len kann, dass er die Vorannahmen des NLP nicht nur lehrt, sondern selbst kongruent lebt und sein eigenes Verhalten daran messen lässt. Mir ist bewusst, dass das ein hohes Ziel ist – und vielleicht kann ich es nie vollständig erreichen. Aber NLP setzt schon auch Streben nach Perfektion voraus, denn was sollte ich als NLPlerin denn sonst modellieren?

Eine Integration weiterer effektiver Vorgehensweisen ins NLP kann nur dann gelingen, wenn NLP das übergeordnete Denkgerüst bildet. Durch NLP-Beobachtungsmethoden wird es möglich, von außen zu erkennen, welche Prozesse im Gehirn ablaufen. Und durch Modeling hervorragender Leistungen können optimale Vorgehensweisen erkannt und gelehrt werden. Die in Frage kommenden Methoden können dann in einem ersten Schritt mit NLP-Methoden analysiert und in einem zweiten Schritt als neue Formate ins NLP integriert werden. Dabei bleibt zu bedenken, dass die exzellenten Leistungen nicht von einer Methode an sich, sondern von besonders erfolgreich arbeitenden Vertretern der Methode erbracht werden. Diese Persönlichkeiten mit ihren speziellen Vorgehensweisen und Eigenarten sollten mit NLP-Methoden analysiert und gemodelt werden, um die Methode NLP voranzubringen.

Sind die Effekte meiner Beratungstätigkeit noch nicht so, wie ich es mir wünsche, so liegt das gewöhnlich nicht an der unzureichenden Methode NLP, sondern daran, dass meine eigene Wahrnehmung noch nicht fein genug ist oder ich mich selbst gerade im Problemzustand befinde. Vielleicht laufe ich

auch mit Scheuklappen durch die Welt, weil meine eigene Strategie zum betreffenden Thema noch nicht optimal ist. Es geht also in erster Linie darum, sich selbst zu vervollkommen, die eigene Wahrnehmung zu erweitern und die eigenen Strategien zu optimieren – Nebeneffekt ist schnelle und wirkungsvolle Beratung von Coachees, Klienten und Kunden. Das wiederum schafft gute Mundpropaganda und diese wiederum löst das Dilemma mit der Nische und dem Verdienst.

Eine wirkliche Erweiterung von NLP um mehr als neue Formate gibt es meiner Meinung nach nur dann, wenn bisher unbekannte äußere Zeichen für innere Prozesse beschrieben und gelehrt werden können.

Ich persönlich schätze sehr an NLP, dass es ein sehr feines Analyseinstrument ist. NLP ermöglicht mir mit Hilfe genau dieser Basics z.B. durch Sprachanalyse von Texten oder Videoanalysen nachzuprüfen, ob überall dort wo NLP draufsteht, auch NLP drin ist.

Der DVNLP als größter Methodenverband könnte z.B. im Sinne des Qualitätsmanagements die Aufgabe übernehmen, einen Konsens über die Basics herbeizuführen und danach über die Umsetzung der festgelegten Basics bei seinen Mitgliedern zu „wachen“. Wer diese Aufgabe übernimmt und wie sie konkret umgesetzt werden kann, bliebe zu diskutieren. Diese Form des Qualitätsmanagements macht kurzfristig nicht beliebter, garantiert jedoch langfristigen Erfolg, da sich an NLP interessierte Kunden auf die Qualitätsstandards der Verbandsmitglieder verlassen können.



Gudrun Heinrichmeyer, Diplom-Psychologin, Psychologische Psychotherapeutin, NLP-Lehrtrainerin, NLPt-Lehrtherapeutin, ProC-Lehrcoach. Mitbegründerin des Netzwerkes www.nlp-impulse.com.