

## **Das Neurolinguistische Programmieren - NLP**

Anfang der 80er Jahre wurde das Neurolinguistische Programmieren (NLP) in Deutschland eingeführt. Dieses neue, zielorientierte Kurzzeit-Konzept der Kommunikationspsychologie hat inzwischen viele Anwender und Befürworter gefunden: aus dem Coaching, der Lernpsychologie und der Psychotherapie - um nur einige Wirkungsfelder zu nennen - ist das NLP mit seinen vielfältigen Methoden für ressourcenvolle Veränderungsprozesse nicht mehr wegzudenken.

In vielen Berufen sind Menschen auf eine effektive Kommunikation mit ihren Gesprächspartnern angewiesen - seien dies Patienten, Schüler, Kunden oder Mitarbeiter. Da stellt sich oft heraus, dass die Welt in den Köpfen verschiedener Menschen ganz unterschiedlich funktionieren kann. Das Ergebnis: trotz guter Absicht denkt und redet man allzu oft aneinander vorbei.

Das Neurolinguistische Programmieren lehrt uns den Aufbau einer positiven Wellenlänge zwischen den verschiedenen Welten in den Köpfen. Es gilt als „Gebrauchsanweisung für das Gehirn“. In diesem Sinne bietet es ebenso effektive wie individuelle Werkzeuge für die zwischenmenschliche Kommunikation oder auch Sprachberührung. Verhalten und Befindlichkeit Ihres Gesprächspartner werden durch NLP für Sie verstehbar. Sie lernen, ganz individuell auf Ihr Gegenüber zu reagieren, so dass sich schnell eine Atmosphäre positiver Motivation und fruchtbarer Zusammenarbeit entwickeln kann.

NEURO - steht für die Tatsache, dass jedes menschliche Verhalten und jeder Körperzustand im Gehirn durch neuronale Verknüpfungen repräsentiert ist.

LINGUISTISCHES - bedeutet, dass wir über diese Verknüpfungen mit Hilfe unserer Sprache kommunizieren können.

PROGRAMMIEREN - bezeichnet den Vorgang, mit Hilfe der Sprache Gedanken zu starten, welche die Einbahnstraße automatischer und eingefahrener Kommunikationsmuster auflösen. Sie werden in kreative neue Wege verwandelt, so dass ein reicheres Verhalten und Befinden stattfinden kann.

Es gibt drei zusammenwirkende Wahrnehmungsbereiche, welche in der zwischenmenschlichen Kommunikation von Bedeutung sind:

das, was ein Mensch sagt und tut, also sein Verhalten,

das, was und wie ein Mensch denkt, also die innere Verarbeitung sinnlicher Erfahrungen in Bildern, innerem Dialog und Empfindungen,

und das, was ein Mensch glaubt, also seine inneren Werte, Glaubensmuster und seine

Identifikationen.

Beim NLP lernen Sie, sich auf diesen drei Wahrnehmungsebenen kreativ, selbstsicher und ressourcenvoll zu bewegen, wenn Sie professionell kommunizieren. So sprechen Sie immer die Gesamtpersönlichkeit Ihrer Gesprächspartner an. Erleben Sie, wie viel Spaß Kommunikation dann gerade auch mit Menschen macht, welche vielleicht eine ganz andere Art, einen anderen Denkstil oder ein anderes Temperament haben als Sie. Sie werden feststellen, dass Sie im wahrsten Sinn des Wortes „viel besser ankommen“.

Bis vor einigen Jahren galt NLP als noch nicht ausreichend wissenschaftlich fundiert. Das hat sich entscheidend geändert, es gibt mittlerweile viele Effektivitätsstudien. Die Europäische Gesellschaft für Psychotherapie (EAP) hat mit ihren strengen Auflagen an die Gütekriterien von Psychotherapie die Neurolinguistische Psychotherapie (NLPT) wegen der guten wissenschaftlichen Ergebnisse in ihre Liste der wissenschaftlich anerkannten und empfehlenswerten Psychotherapien aufgenommen.

Für die Einsicht in das umfangreiche Material verweisen wir auf das Buch von Peter Schütz u.a. NLPT. Theorie und Praxis der Neuro-Linguistischen Psychotherapie, Paderborn: Junfermann Verlag 2001.

Auch das Besser-Siegmund-Institut bietet die NLP-Ausbildung an. Seit 2007 gibt es die zertifizierte Coach-Ausbildung zum lizenzierten wingwave-Coach in Kombination mit der

NLP-Practitioner-Ausbildung (DVNLP). Diese kombinierte Ausbildung zum durch die European Coaching Association zertifizierten Coach ist eine curriculare Neuentwicklung des Besser-Siegmund-Instituts, die seit Januar 2007 in verantwortlicher Konzeption durch die NLP- und wingwave-Trainerin Bianca Kopetz durchgeführt wird. Diese Ausbildung führt zwei lang bewährte Coaching-Module zusammen, so dass Sie als Teilnehmer in einem Zeitraum von 12 Monaten eine fundierte Ausbildung in zwei modernen und effektiven Coaching-Methoden erhalten. Dieses Angebot wird inzwischen auch von anderen Ausbildungsinstituten angeboten.

Adressen von weiteren NLP-Trainern erhalten Sie beim DVNLP (Deutscher Verband für Neurolinguistisches Programmieren).

Quelle: <http://wingwave.punapau.dyndns.org>