

Neurolinguistisches Programmieren

oder auch

Neurolinguistische Prozessarbeit



Die Neurolinguistische Prozessarbeit ist ein lebendiges, wachsendes und komplexes System. Dieses basiert auf dem Modellieren von hervorragenden Strategien in allen Bereichen menschlicher Kommunikation.

Dabei rücken neben der zwischenmenschlichen Kommunikation ganz besonders die Aspekte und Prozesse der internalen Kommunikation eines Menschen in den Fokus der achtsamen Betrachtung. Diese internen Kommunikationsprozesse beinhalten u.a. solche Aspekte wie Wahrnehmungsprozesse, Denk- und Verhaltensmuster, Überzeugungen, Werte, das Selbstbild und das Weltbild eines Menschen. Und natürlich sind hier auch die Glaubenssysteme und Konzepte von tiefer Bedeutung, die sich ein Mensch über Gott, das Universum, die Existenz bzw. die Gesamtheit der Naturgesetze im Laufe seines Lebens

Die Beziehung der inneren Anteile (Persönlichkeitsanteile) des Kommunizierenden hat einen fundamentalen Einfluss auf die Beziehungsmöglichkeiten und -qualitäten im Kontakt zu allen Kommunikationspartnern. Hier kann man

geschaffen hat.

Für das gelingende Anwenden der NLP-Techniken und -Formate bilden diese inneren Einstellungen des Kommunizierenden die entscheidende Grundlage. Diese Einstellungen werden einen enormen Einfluss darauf haben, wie der NLP-Anwender mit Klienten, Patienten und Trainingsteilnehmern in Kontakt tritt. Da der weitaus überwiegende Anteil der Kommunikation ohnehin im unbewussten Bereich, sowohl beim Sender, wie auch beim Empfänger, abläuft, zeigt sich in der Interaktion auch, wie der Kommunizierende mit seinen eigenen unbewussten Anteilen in Verbindung lebt.

davon ausgehen, dass innere Konflikte nach außen projiziert werden, äußere Konflikte kreieren und andererseits innere Integrität auf jede äußere Beziehung ausstrahlt und verbindend wirkt.

Wesentliche Grundannahmen des NLP sind:

- 1. Geist und Körper sind Teile des gleichen kybernetischen Systems (Body/Mind) und beeinflussen sich permanent wechselseitig.**
 - Jede Trennung von geistigen, emotionalen und körperlichen Prozessen ist willkürlich und dient zur Vereinfachung sehr komplexer, systemischer Prozesse.
- 2. Menschen reagieren bzw. antworten auf ihre innere subjektive Abbildung der Wirklichkeit und nicht auf die sogenannte „äußere Realität“.**
 - Dem entspringt die Aussage: „Die Landkarte ist nicht das Gebiet“.
 - Wir erkennen im sogenannten Alltagsbewusstsein (genauer gesagt: der Alltagstrance) oft nicht, dass wir die Welt durch unsere erlernten Filtersysteme wahrnehmen und uns daraus Programme erschaffen, die wiederum Wahrnehmungsfilter kreieren.
- 3. Verhaltensflexibilität ist die Voraussetzung für angemessenes Beantworten der aktuellen Situation und damit eines gezielten und wirkungsvollen Einflusses auf das größere System (Führungskompetenz).**
 - Jeder sogenannte Widerstand eines Kommunikationsempfängers oder Systems ist als das Ergebnis seiner unbewussten Reaktion auf die Integrität und die Kommunikationsfähigkeiten des Senders zu verstehen.
- 4. Ein Mensch funktioniert immer perfekt und trifft stets die beste Wahl auf der Grundlage der für ihn verfügbaren Informationen.**
 - Es ist uns Menschen nicht möglich, Fehler zu machen. In jedem Augenblick unseres Lebens tun wir immer nur genau das, was uns auf dem Hintergrund unserer Informationen, unserer inneren Welt möglich ist.
 - Im Nachhinein kann sich aufgrund der wahrgenommenen Konsequenzen unseres Verhaltens durchaus herausstellen, dass diese Verhaltensweise unangemessen war. Wenn wir dann in der glücklichen Lage sind, aus den „Fehlern“ zu lernen, erweitern wir unser Repertoire.



5. **Jedem Verhalten liegt eine positive Absicht zugrunde, und es gibt Möglichkeiten dieses Verhalten in einem angemessenen Rahmen zu nutzen.**
- Wenn Menschen sich verhalten, erfüllen sie damit eine vom Gesamtorganismus als wertvoll und nützlich angesehene Funktion. Anders: Jedes Verhalten, auch Gefühle und sog. psychosomatische Reaktionen müssen verstanden werden als Ergebnis und Ausdruck eines inneren Impulses. Dieser Impuls entspringt einer positiven Absicht dieses Menschen.
 - Es ist hilfreich, bei problematisch erscheinenden Verhaltensweisen, die dahinter liegende positive Absicht zu erkunden. Von dieser guten Absicht ausgehend, lassen sich dann angemessenere Verhaltensmöglichkeiten finden, die meist viel effektiver und unmittelbarer diese Absicht erfüllen.
 - Gelegentlich erscheint ein Verhalten aber unangemessen, unpassend oder schädlich. Der Mensch leidet selbst oder seine Mitmenschen leiden darunter. Während also die Absicht hinter einem Verhalten als positiv anzusehen ist, kann es durchaus sein, dass die konkrete Umsetzung dieser Absicht zum Konflikt mit anderen Menschen oder zum Konflikt mit dem Bewusstsein dieses Menschen führt (er mag z.B. die Schmerzen seiner Migräne nicht).
 - Wenn ich bereit bin, das Verhalten eines Menschen als einen Lösungsversuch für ein dahinter liegendes Bedürfnis anzusehen, und nicht als das Problem selbst, kann ich mich und den anderen mit seinem Verhalten versöhnen. Dies bietet wiederum die Basis, auf der neue, angemessenere und effektivere Lösungswege für dieselbe Absicht gefunden werden können.
6. **Die Bedeutung meiner Kommunikation ist die Reaktion, die ich bekomme.**
- Effektive Kommunikation verläuft grundsätzlich empfängerorientiert.
 - Das Ergebnis von Kommunikation ist das Feedback, das ich bekomme.
 - oder: Ich ernte, was ich gesät habe.
 - d.h.: Wenn ich effektiv kommunizieren will, muss ich die gesamte Verantwortung für das Resultat des Kommunikationsprozesses übernehmen.
7. **Kann ein Mensch lernen, etwas Bestimmtes zu tun, können das grundsätzlich auch alle anderen Menschen lernen.**
- Wenn ich die dahinterliegenden Strukturen kenne, kann ich dieselben auch erlernen (Modeling), um genau so erfolgreich zu agieren.
8. **Menschen verfügen über alle Ressourcen, die sie brauchen, um eine von ihnen angestrebte Veränderung zu erreichen.**
- Wenn ein Mensch eine persönliche Veränderung anstrebt, hat er allein aufgrund dieses Wunsches schon ein (Vor-)Bewusstsein für die Lösung. Er entwickelt keinen Leidensdruck und keinen Veränderungswunsch, wenn nicht schon ein Teil in ihm „erkannt“ hat, worin die Lösung seines Problems liegen kann.
 - Es geht dann darum, Wege zu finden, seine Ressourcen so zu aktivieren, zu verknüpfen und zu organisieren, dass sie zur richtigen Zeit und im richtigen Kontext verfügbar werden.

Je tiefgreifender ein NLP-Anwender diese Grundannahmen oder Glaubenssätze verinnerlicht hat, desto wirkungsvoller können sich seine integren Potenziale entfalten, effektiv und nachhaltig mit den NLP-Werkzeugen zu agieren. Das Know How des NLP wird zum authentischen Teil seiner eigenen Persönlichkeit.

Diese Vorannahmen sind nicht als Wahrheiten oder Gesetze, sondern als mehr oder weniger nützliche Glaubenssätze in der systemischen Prozessarbeit mit Menschen zu verstehen.

*Bezweifle alles, was dir gesagt wurde!
Bezweifle auch das was ich dir sage!
Buddha*

