

Neuro-Linguistisches Programmieren im Vergleich zum Spirituell-Sozialen Prozess

Das **Neuro-Linguistische Programmieren** (kurz **NLP**) ist eine Sammlung von Kommunikationstechniken und Methoden zur Veränderung psychischer Abläufe im Menschen, die unter anderem Konzepte aus der Klientenzentrierten Therapie, der Gestalttherapie, der Hypnotherapie und den Kognitionswissenschaften sowie des Konstruktivismus aufgreift.

Die Bezeichnung „Neuro-Linguistisches Programmieren“ soll ausdrücken, dass Vorgänge im Gehirn (= *Neuro*) mit Hilfe der Sprache (= *linguistisch*) auf Basis systematischer Handlungsanweisungen änderbar sind (= *Programmieren*).

NLP wurde von Richard Bandler und John Grinder in den 1970er Jahren innerhalb des Human Potential Movements entwickelt. Sie definierten NLP als „das Studium über die Struktur subjektiver Erfahrung“. Ursprüngliches Ziel der NLP-Entwickler war es, die Wirkfaktoren erfolgreicher Therapie herauszufinden und an andere weitervermitteln zu können. Sie vermuteten, dass es sich bei den Wirkfaktoren vor allem um die kommunikativen Fähigkeiten und Verhaltensweisen der Therapeuten selbst handelt und nicht primär um die gewählte fachliche Ausrichtung.(1)

Der **Spirituell-Soziale Prozess** nützt die andauernden Begegnungen zwischen Menschen, den bestehenden sozialen Prozess und arbeitet von der Idee zum Ideal oder vom Gedanken zur Realisierung.

Dabei ahmt der Mensch, der Pädagoge oder der Therapeut das kosmische Wärme- und Lichtwirken der Sonne nach. Durch solide Gespräche und der Einbeziehung und Untersuchung der Verhältnisse, die sowohl die Position des anderen als auch die eigene Standposition betrifft, können die Willensverhältnisse und auch die Gefühle sehr harmonisch korrigiert werden. An die Stelle von Willenseingriffen oder emotionalen Übergriffen entstehen Möglichkeiten zur Willenserweiterung und emotionalen Ordnung.

Der **Gründer des Spirituell-Sozialen Prozesses ist Heinz Grill**, der als Geistforscher, Autor und Begründer des Neuen Yogawillens mit fachlich exakter Genauigkeit beschreibt, wie seine Erkenntnisse und Einsichten in die seelisch/geistigen Zusammenhänge des Menschen in jahrelanger Beschäftigung entstanden sind und die Inhalte auch in einem sozialen und fachlichen Werdeprozess bleiben.(2)

2 Grundannahmen bei NLP, der Begriff des Bewusstseins und die Verwendung von Führungskraft im Vergleich mit dem spirituell-sozialen Prozess nach Heinz Grill

- **NLP - Grundannahme: Die Landkarte ist nicht das Gebiet**

NLP Trainer: Keiner hat recht, man denkt nur, man hat recht. Jeder hat seine subjektive Version, was vorgefallen ist, was passiert ist oder wie wir zusammen arbeiten sollen – wir nehmen unterschiedlich wahr. Menschen filtern immer ihre Wahrnehmungen und bilden nicht eins zu eins ab, was passiert ist.(3)

M. Friedl: Die Ausgangslage in Begegnungen ist fast immer einseitig und subjektiv. Der Mensch ist in der Lage sich im Spirituell-Sozialen Prozesses zu schulen und diesen anzuwenden, einseitige Wahrnehmungen durch einen Inhaltsaufbau so mit der Außenwelt und sich selber abzustimmen, dass er **zu einem Gesamtinteresse und einer Gesamtentwicklung für alle Beteiligte beitragen** kann.

H. Grill: „**Der Kosmos ist immer gegenwärtig** und so sind auch seine Einflüsse ebenfalls in jedem Augenblick am menschlichen Leibe wirksam. Solange aber die Empfindungen nicht durchgestaltet sind, kann der Übende sich nicht wirklich als ein zugehöriger Teil zum Kosmos empfinden. Der Einzelne Mensch ist nämlich ohne die spezifische Seelenentwicklung wie ein globales Bündel von gedankenlosen Mechanismen und unbewussten oder halbbewussten Gefühlsreaktionen. Es fehlen ihm die wirklichen und wahren Rezeptoren, die astralen Organe, die notwendig wären, um die tieferen Empfindungen aus den globalen und viel zu unbewussten funktionierenden, komplexen Willensreaktionen herauszufiltern und sie damit im Bewusstsein zu ordnen und zu erleben.“ (4)

- **NLP – Grundannahme: Jeder Mensch hat alle Ressourcen in sich, die er braucht, um sein Problem zu lösen.**

Jeder ist selbst der beste Problemlöser für die Lernsituationen in seinem Leben. Diese Vorannahme des Coaches (Beraters/Trainers) erleichtert es dem hilfesuchenden, „sich selbst erforschenden“ Menschen erheblich, sowohl **den Glauben an seine eigenen Fähigkeiten und Stärken** als auch genau **diese benötigten Fähigkeiten und Fertigkeiten bei sich selbst** zu entdecken, **zu entwickeln** und **zu stärken**. NLP stärkt das Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten und zum eigenen Selbst.

NLP Trainer: Wer glaubt, jeder hat alles in sich, hilft anders, erzählt es noch einmal mit einem anderen Beispiel oder einer anderen Geschichte.(3)

M. Friedl: Wir können bei vielen unterschiedlichen Aspekten und Beispielen ansetzen, mit besten Bemühungen antreten, werden aber immer im bis jetzt „Gewordenen“ bleiben: Im Erlernten, Anerzogenem, in den Traumata, in Glaubensvorstellungen, in Mustern und in den Gewohnheiten. In einem ganzheitlichen Menschenbild gibt es noch eine andere Ressource, nämlich die des Geistes – Geist als die unendliche Gedankenebene, die jedem Menschen frei zur Verfügung steht, wenn er sie lernt und sich ihr zuwendet. Hier liegt der ´Schatz´ der Ideen. Des Menschen Verantwortungsgefühl ist der Maßstab, welche Inhalte er in seinem Leben zu Prioritäten erhebt. Wendet sich der Mensch einem sinnvollen Inhalt zu, wendet der Mensch eine Seelengesetzmäßigkeit an, dann erhebt sich der Mensch aus dem bisherigen ´Geschätzten´ und schafft durch seine ICH-Kraft ein „werdendes Potential“. Er bedient sich

einer neuen Ressource und **verwandelt den immer zur Verfügung stehenden Alltagsstoff in den Beziehungen und Begegnungen zu neuer Energie und Lebenskraft.**

H. Grill: „Hinter all jenen Gefühlen des Lebens ,hinter den Freuden und Leiden, hinter den Höhen und Tiefen von Erfolg und Misserfolg, hinter Ängsten und Hoffnungen, die sich durch den Körper und das körperliche Existenzsein bekunden, ruhen tiefere Wahrheitsempfindungen, die jenseits der polaren Gegensätze von angenehm und unangenehm sind. **Diese tieferen Empfindungen und wahren Identitätserlebnisse sollen in diesem neuen Yoga entwickelt werden,** denn die Seele besitzt durch ihre eigene begehrende Sehnsucht nach Wahrheit den Drang nach Erkenntnissen des ungeteilten und authentischen Wesenszusammenhanges.“ (4)

„Der Lernschritt, den nun der Mensch zu seiner inneren Herzerkaltung vollbringen soll, besteht darin, dass er den **Mut und die Führungskraft entwickelt, dem Leben mit wirklichen Gedanken und Inhalten zu begegnen.**“ (5)

- **Begriff des Selbstbewusstseins:**

NLP-Trainer: Selbstbewusstsein zum Beispiel ist nach dieser Annahme **das Resultat erinnerter Gefühlszustände und Glaubenssätze.** Leider ist es im Leben häufig so, dass es zwar viele Situationen gibt, in denen Du vor Selbstbewusstsein nur so strotzt. Dann allerdings wenn Du dieses Selbstbewusstsein wirklich bräuchtest, steht es Dir eben nicht zur Verfügung. Nimm zum Beispiel einen Abend mit sehr guten Freunden, an dem Du vehement Deine Meinung vertreten hast. Selbstbewusstsein überreichlich! Und nun denke daran, wie es war, als Du einen Menschen ansprechen wolltest, an dem Du wirklich Gefallen fandest... (3)

H. Grill: „Ein **wirkliches Selbstgefühl** kann ohne die Fähigkeit, richtige Vorstellungen mit logischem Charakter für das Leben zu schaffen, nicht entstehen. Je stärker die **Individualität in der Wahrung der Ordnung vom Denken zum Gefühl und zum Willen ausgeprägt** ist, desto tiefer vermag sich der Mensch in seiner wirklichen Standortposition des Lebens zugründen und er wird in wachsendem Maße befähigt, das kleinliche Ego mit seinen Ängsten zurückzulassen und den Gedanken im Sinne von natürlichen Vorstellungen, die der Realität entsprechen, in die Mitte zu führen.“ (5)

- **Verständnis von Führung und Führungskraft:**

(leading) bei NLP: In einer Kontaktsituation stellen Sie Rapport her, indem Sie das beobachtbare Verhalten des Anderen „pacen“, das heißt Sie passen sich dem Verhalten ihres Gegenübers an, nehmen sein Tempo, seinen Takt auf. Beim Pacing spiegeln Sie Ihr Gegenüber auf mehreren Ebenen: Körpersprache, Sprache, Atmung, Gesichtsausdruck, Mimik, Bewegungen, Sprechgeschwindigkeit. **Das Vertrauen wird durch anpassen aufgebaut,** in dem die Sitzhaltung an den anderen angepasst wird, nach einer Zeit ebenfalls Arme oder Beine verschränkt werden. Entscheidend für eine gelungene Kommunikation ist auch, dass es Ihnen beim Pacen gut geht und dass Ihr Verhalten authentisch ist. Sonst funktioniert es nicht. Pacing funktioniert auf einer tiefen Ebene unbewusst. Das Gegenüber reagiert positiv; in der Regel ohne zu merken, dass Sie auf seine verbalen und nonverbalen Signale eingehen und diese aufnehmen. Haben Sie durch nonverbales Pacing Übereinstimmung erreicht, sind Sie bereits auf dem besten Weg zu einer verbalen Übereinstimmung.

Es lohnt sich, wenn Sie sich die Zeit nehmen, Ihr Gegenüber so lange zu pacen, bis Sie einen hervorragenden Rapport hergestellt haben. Dann erst können Sie zum Leading übergehen und so **Ihr Gegenüber wirkungsvoll lenken**. In diesem Zustand ist es einfacher jemandem Vorschläge und **Ideen nahe zu bringen**, solange es in einem respektvollen Rahmen geschieht. Sie können keinen zu etwas zwingen, was er nicht will.

Entsteht dadurch ein Rapport und fühlt er sich in seinem So-Sein angenommen, können Sie durch langsame Veränderungen Ihrer verbalen und nonverbalen Signale kleine Richtungsänderungen initiieren (Leading). Sie holen den Anderen da ab, wo er steht und **nehmen ihn an die Hand, um dahin zu gehen, wo er selbst eigentlich hin will**. Leute dahin zu bringen, wo sie selbst nicht hin wollen ist nicht dauerhaft effektiv und damit nicht nachhaltig.

M. Friedl: Mit Führung und Führungskraft ist weniger ein Oberhaupt oder die Führungsetage in einem Betrieb gemeint, als vielmehr die Fähigkeit des Menschen, die eigene Führungskraft so aufzubauen, dass Spannungen verhindert werden und die Mitmenschen weder ausgegrenzt noch manipuliert werden, sondern eigenständig gewollte und frei wirkende Kräfte für gesunde Verhältnisse in der Lebens- und Berufswelt geschaffen werden.

H. Grill: „Der Gedanke befindet sich, wenn man ihn gemäß seiner sonnenhaften Dimension betrachtet, nicht im Menschen und in seinem subjektiven Inneren. Diese Unterscheidung, die sich auf Grund der Betrachtung des Gedankens und seiner geistigen Lokalität ergibt, ist für das therapeutische Gespräch wichtig. Ohne Beeinflussung oder Überredungskünste sollte es dem Therapeuten möglich sein, subjektivistisch gewordene Glaubensformen, esoterisch oder esoterisch-halbfertige Eingebungen in die Richtung der Realität zu rücken und die wesentlichen Elemente von spirituellen tatsächlichen Inhalten verbunden mit einem sozialen Erkräften mit Hilfe einer gedanklichen Klarheit und Vorstellungsbildung als Lernschritte zu schulen. Die richtige Vorstellungsbildung innerhalb der verschiedenen menschlichen sozialen Positionen führt das Ich zu einem gesunden Aufbau mit dem allgemeinen Leben.“ (5)

„So wie das Äußere des Kosmos mit dem Inneren der leiblichen Existenz immer zusammenwirkt, so wirken auch die Ströme der Umgebung über das Kreislaufleben bis zur Mitte mit dem Zentrum des Herzen zusammen. Das Ich greift nun diesen Prozess, der in der Regel im Unbewussten immer von statten geht, mit klaren und bewusst gewählten Gedanken und Vorstellungen auf.

Der Mensch achtete auf die Möglichkeiten des gegenseitigen Wahrnehmens und bemüht sich um die Erkräftung einer Vorstellung, die das Thema weiterführt und eine größere Freiheit für alle Beteiligte gewährt.“ (5)

Literaturhinweis.:

- (1) wikipedia
- (2) nach Heinz Grill
- (3) Mitschrift in einer NLP Veranstaltung

Heinz Grill

- (4) Seelendimension des Yoga
- (5) Wesensgeheimnis der Seele