

## **NLP im 21. Jahrhundert**

Wenn Menschen mir erzählen warum sie sich für NLP interessieren, sind deren Gründe so unterschiedlich wie wir Menschen selbst. Gleichzeitig haben aber auch alle Ansichten eine ähnliche Tendenz. Wie ein roter Faden der sich durch das zieht was uns heutzutage bewegt. Die NLP-Interessierten im 21 Jahrhundert legen immer mehr Wert auf wertschätzende Kommunikation und Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit.

### **Wie wir kommunizieren wollen**

Die meisten NLP-Interessierten suchen nach einer neuen Art der Kommunikation. Sie wollen ihr Gegenüber wirklich verstehen können. Sie wollen sicher gehen, dass auch ihr Gesprächspartner sie wirklich versteht. Sie haben erkannt, dass Kommunikation mehr ist, als sich mit Argumenten durchzusetzen.

Gleichzeitig wollen sie aber auch ihre Ansichten anbringen und sich kommunikativ von zu vielen Ansprüchen an die eigene Person abgrenzen. Jedoch ohne den Gesprächspartner dabei zu verletzen.

Den anderen abholen und für sich gewinnen zu können, ohne Kampf und ohne sich dabei selbst aufzugeben. Diese kunstvolle Form sich auszudrücken steht heute für viele im Vordergrund.

NLP beschäftigt sich mit dieser kunstvollen Form der Kommunikation. Denn die NLP-Begründer haben genau das bei den besten Therapeuten ihrer Zeit beobachtet. Diese benutzten eine bestimmte Art und Weise sich durch Körpersprache, Tonalität und in ihrer Wortwahl auszudrücken. Mit dieser Art schafften sie es in kürzester Zeit, das Vertrauen ihres Gegenübers zu gewinnen und gleichzeitig in ihrer eigenen Authentizität zu bleiben.

### **Wie wir arbeiten wollen**

Viele Menschen haben keine Lust mehr auf Karriere um jeden Preis. Sie wollen sich nicht mehr mit ausgefahrenen Ellenbogen nach oben kämpfen müssen. Stattdessen suchen sie nach beruflichen Herausforderungen die ihren Ansprüchen und Talenten entsprechen und in denen sie berufliche Erfüllung finden.

Gleichzeitig erwarten sie von ihren Vorgesetzten einen wertschätzenden Führungsstil. Sie wollen sich autoritäre Führung und permanenten Leistungsdruck nicht mehr aufbürden lassen. Insbesondere gute Fachkräfte erwarten Führungskräfte, die sie nicht drangsaliieren sondern motivieren und ihre Leistung anerkennen.

Dies stellt uns vor zweierlei Herausforderungen. Das Bild der Führungskräfte verändert sich. Wer heutzutage erfolgreich führen will muss ein guter Motivator, ein geschickter Controller und ein verständnisvoller Coach in einer Person sein. Coachingorientierte Führungsstile sind daher gefragter denn je.

Wer jedoch coachingorientiert führen will, braucht mehr als nur Führungstechniken. Denn die besten Führungswerkzeuge helfen nichts, wenn wir uns nicht in der mentalen Verfassung befinden um sie anzuwenden. Eine Führungskraft die das Gefühl hat permanent unter Druck zu stehen, kann nicht so auf ihre Mitarbeiter eingehen wie sie es gerne möchte. Dann gilt es zunächst die dafür notwendigen mentalen Ressourcen bei der Führungskraft selbst freizulegen, was wir mit verschiedenen NLP-Techniken erreichen können.

Eine weitere Herausforderung mit der sich viele NLP-Interessierte beschäftigen, ist herauszufinden was ihnen berufliche Erfüllung bringt. Sie überlegen, was sie wirklich machen wollen, anstatt nur auferlegte Pflichten zu erfüllen.

Zu Beginn einer Ausbildung hören wir oft von Teilnehmern: „Ich weiß genau was ich nicht will. Aber ich weiß nicht was ich will.“ Hier macht NLP eine große Unterscheidung zu anderen Arbeitsweisen mit beruflichen wie auch mit privaten Zielen. Ziele werden nicht nur rational logisch definiert, sondern auch psychologisch ergründet. Intuitive Motive werden herausgearbeitet und plötzlich tauchen die wahren Ziele auf, die vorher noch im Unbewussten geparkt waren.

### **Wie wir uns definieren wollen**

Wir bewegen uns in einer Leistungsgesellschaft. Doch findet auch hier inzwischen ein Wandel statt. Viele erkennen, dass der Mensch mehr ist als nur die Summe seiner Leistungen und dessen was er hierfür an finanziellen oder materiellen Gegenwerten bekommt. Unser Wertesystem wandelt sich vom rein materialistischen weg und hin zu anderen Werten. Die Fürsorge und Anerkennung für sich selbst, wie auch für andere

Menschen steht für viele immer öfter im Vordergrund. Es geht ihnen immer weniger darum, der oder die Beste zu sein oder andere besiegen zu müssen.

Diese grundsätzliche Einstellung prägt viele Menschen, die sich für NLP interessieren. Sie suchen nach Möglichkeiten aus dem gesellschaftlichen Druck auszusteigen und zu ihren wahren Werten zu finden. Hierbei rücken dann auch die Familie, der Partner und die persönliche Bindung zu Freunden immer mehr in den Vordergrund. Es ist wie ein Erkennen dessen, was wirklich wichtig im Leben ist, anstatt dessen was es vielleicht sein sollte.

Der Weg dahin führt über die grundehrliche Auseinandersetzung mit sich selbst. Um dies zu erreichen, ist es wichtig, nicht nur mit kognitiven Einsichten (präfrontaler Cortex) zu arbeiten, sondern sich auch mit seinen Emotionen (limbisches System) zu beschäftigen. Anstatt darüber nachzudenken wie wir sein sollten, müssen wir uns unseren Werten und Bedürfnissen zuwenden.

### **Wie wir leben wollen**

Der moderne Mensch will im Einklang mit sich und seiner Umwelt leben. Er möchte im Augenblick leben und zu innerer Ruhe finden. Es zeigt sich immer deutlicher, dass Menschen schlichtweg keine Lust mehr haben, sich in BurnOuts und Depressionen treiben zu lassen. Sie möchten nicht mehr nur den Ansprüchen anderer gerecht werden. Sie haben das Bedürfnis ihrer eigenen Intuition zu folgen und gehen hierfür auch das Risiko ein, mal unbequem für andere zu sein. Sie bewegen sich immer mehr weg vom angepassten „Everybody's Darling“ hinzu ihrer eigenen Authentizität.

Ich erlebe es häufig, dass Teilnehmer die ihre Ausbildung gerade starten, davon berichten, dass sie sich viele Gedanken darüber machen, was andere von ihnen denken.

Verhaltensmuster wie laufendes Smartphone checken, hohe Aktivität auf Facebook, Whats App und Co. oder häufiges über andere Personen sprechen, unterstreicht diese Annahme. Gleichzeitig zeigen sie uns den Wunsch auf, hiervon wieder unabhängiger zu werden und stattdessen sie selbst sein zu können.

Interessant ist, dass diese Problematik bei vielen dieser Teilnehmer im Laufe ihrer Ausbildung wie von selbst verschwindet. Sie nutzen die NLP-Techniken um ihre wahren Stärken zu erkennen und ihre Potentiale richtig zu nutzen. Im Laufe der Zeit werden sie so oft selbstsicherer und beginnen damit, ihr wahres Selbst zu entdecken. Das was sie oft

früher an anderen Menschen bewunderten, entwickeln sie nun mehr und mehr in sich. Sie werden authentisch und sind im Einklang mit sich selbst.

Ich schließe daraus, dass jeder NLP-Praktizierende seinen eigenen Weg geht und NLP auf seine ganz eigene und spezifische Weise nutzt.

### **Wie NLP gelehrt werden soll**

Gute NLP Trainer sind weder Gurus noch reine Motivatoren, nach dem Motto: „Yes, we can“ oder: „Du musst nur wollen, dann schaffst du es auch.“ So einfach ist es nämlich nicht und wer dies so vermittelt und versucht, damit eine Anhängerschaft um sich zu scharen, hat für mich den Wert des NLP verkannt.

Gute NLP-Trainer bieten ihren Kursteilnehmern das NLP-Wissen an und befähigen die Teilnehmer dieses Wissen anzuwenden. Sie zeigen auf, wie es geht und erklären warum es funktioniert. Sie erläutern wozu man es verwenden kann und wozu nicht. Sie schaffen ein Umfeld in dem die Teilnehmer ohne Scheu lernen und ausprobieren können. Dabei bleiben die Lehrenden immer offen und in dauerhafter Wertschätzung für die Lernenden. So dass jeder Teilnehmer sein NLP-Wissen und Können für genau das verwenden kann, was ihm in seinem Leben wichtig ist.

### **NLP wichtiger denn je**

Als NLP entstand wusste niemand warum es so gut funktioniert. Man erkannte nur, dass es funktioniert. Und so erschien es damals vielen wie Zauberei, manchen gar wie ein Märchen. Selbst die NLP-Begründer leiteten ihre Seminare gerne mit den Worten ein, dass sie nicht wüssten ob das was sie erzählen wahr sei.

Inzwischen hat die Hirnforschung gewaltige Fortschritte gemacht und die hocheffektiven NLP-Methoden lassen sich größtenteils neurowissenschaftlich erklären. Auch dass durch die NLP-Techniken in kurzer Zeit nachhaltige, hocheffektive Veränderungen an unseren psychologischen Prozessen erreicht werden. Und gerade weil NLP so effektiv ist, wird es im Coaching, der Therapie und der Persönlichkeitsentwicklung immer wichtiger.

**Eine genaue Prüfung vorab ist wichtig:**

Doch dies birgt auch Gefahren mit sich. Insbesondere da NLP ohne jegliche Zulassungsbeschränkung von jedem verwendet und gelehrt werden kann, wird es leider auch entsprechend missbraucht.

Inzwischen wurden zumindest bei den großen Verbänden, wie beispielsweise dem DVNLP (Deutscher Verband Neuro-Linguistisches Programmieren) und der ECA (European Coaching Association) Standards und Kriterien für die Lehrenden und die Lehrinhalte festgelegt. Insbesondere was die Qualifikationen betrifft, die Lehrtrainer und Lehrcoaches nachweisen müssen, um ihren Beruf ausüben zu dürfen. Es ist somit für jeden Einsteiger ratsam, sich vertrauensvoll an die Verbände zu wenden und sich dort über lizenzierte Coaches und Trainer zu informieren.

Doch längst nicht jeder, der von sich behauptet NLP lehren zu können, hat sich von den Verbänden lizensieren lassen und erfüllt diese Standards.

Daher möchte ich abschließend jedem NLP-Interessierten ans Herz legen, hier lieber zweimal zu prüfen, bevor eine Entscheidung getroffen wird, bei welchem Institut Sie Ihre Ausbildung absolvieren. Unabhängig davon wofür Sie NLP nutzen wollen. Fragen Sie nach und lernen Sie nur von Coaches und Trainern die sich ihrer Verantwortung bewusst und entsprechend zertifiziert sind.

Wenn Sie mehr über uns, unsere Qualifikationen und unsere Lehrmethoden wissen möchten, lade ich Sie auf unsere „Über Uns“ Seite ein. Oder rufen Sie uns einfach an und fragen Sie genau nach.

Wir freuen uns auf Sie.

Herzlichst

Ihr CTA-Team  
Tanja und Torsten.