

VON DER PARTITUR ZUR MUSIK

Über die Musikalität echter Begegnung.
Und die wahre Stärke des NLP.

VON FRANK GÖRMAR

„Unglaublich, wie tiefgehend wir miteinander gearbeitet haben! Dass so etwas möglich ist, nach nur fünf Tagen, hätte ich nie gedacht.“ Carolin aus unserer jüngsten Ausbildungsgruppe freut sich, nachdem sie gerade mit Mirjam aus einer zweistündigen „Change History“ im Klostergarten zurückgekommen ist. Beide haben rote Wangen und wirken tief berührt. Dabei mögen NLP-Formate oberflächlich wie Kochrezepte anmuten oder, schlimmer noch, wie mathematische Formeln! Die Einfachheit ihrer Form täuscht über die tiefen Tranceerlebnisse des Explorers¹ hinweg, desjenigen, der da auf Erkundungsreise in sein Ich geht. Die wenigen Prozessschritte etwa von „Change History“ haben das Potenzial, hochkomplexe innere Prozesse auszulösen, die heilsam wirken und befreiende Schritte zu sich selbst begünstigen.

Gustav Mahler fragte: „Was steht in der Partitur? Alles, nur das Wesentliche nicht!“² Ins NLP übersetzt sind unsere Formate die Partitur, die Prozessanweisung. Die sind an sich weder liebevoll noch kreativ oder empathisch. Dieser Umstand³ brachte dem NLP, zumindest bei jenen, die es nicht wirklich kennen, den Ruf ein, manipulativ und kühl zu sein. NLP-Formate bilden den Rahmen, den der Coach – erfahren und der Chancen des Augenblicks gewahr – füllen kann. Erst in der Lebendigkeit der Begegnung zwischen Coach und Coachee verbinden sich die Töne zur Musik. Komplexität entsteht im Inneren.

Was nutzt wissenschaftliche Fundierung

NLP ist nicht wissenschaftlich⁴? In Ordnung. Das muss kein Nachteil sein. Im Gegenteil. Diesem Umstand verdanken wir es, dass wir an einer sehr großen Breite an Themen arbeiten können. Die Basis des NLP ist konstruktivistisch. Wir gehen davon aus, dass jeder seine Landkarte der Welt konstruiert und dann auch nutzt, um sich in der Welt zurechtzufinden. Manchmal leiden wir an

der Art, wie wir unsere Welt erzeugen. Dann fokussieren wir unsere Aufmerksamkeit zuweilen auf jene Ausschnitte der Welt, deren Betrachtung uns in unserem Schlecht-Fühlen nur bestätigt. Akzeptieren wir also den Stand der Wissenschaft. Und lassen wir uns nicht davon abhalten, miteinander zu arbeiten und in Beziehung zu gehen. Wissenschaftlich fundiert hätten wir vor 300 Jahren noch nicht an der Psyche arbeiten können. Hegel soll einmal gesagt haben, er hätte keine Ahnung, wie die Verdauung wissenschaftlich erklärbar ist. Er würde einstweilen weiter verdauen. Wir können unsere NLP-Prozesse also auf innere Sachverhalte anwenden, die wir nicht notwendigerweise verstehen müssen. Wir wissen dennoch, was wir tun. Auch deshalb, weil wir den „physiologischen“ Zustand unseres Gegenüber genau im Blick haben und mit ihm empfinden, was er empfindet. Und nach der Intervention kann unser Gegenüber sehr leicht feststellen, ob es ihm besser geht und er eine neue Perspektive der Welt gewonnen hat. Gradmesser dafür ist die Tiefe der Begegnung. Mir wird das immer wieder in unseren Ausbildungen bewusst, etwa wenn Teilnehmer beschreiben, wie sie sich selbst erleben. Wenn sie erkennen, was mit ihnen ist und wohin sie wollen. Dann bekomme ich z. B. nach einem Kursblock E-Mails mit Sätzen wie diesen, den ein Teilnehmer schreibt, nachdem ihm klar wurde, dass er seine Haltung und sein Leben ändern möchte: „... die Energie dazu habe ich bekommen, ich weiß nicht genau aus welcher Richtung oder warum, aber ich bin froh, dass sie da ist!“

Meine Seele gehört mir!

Schon Fritz Perls plädierte dafür, dass Menschen die wunderbaren Werkzeuge kennenlernen sollten, die sonst bis

in die 60er-Jahre hinein nur in den psychotherapeutischen Praxen angewendet wurden. Und zwar nicht zur Vorbeugung. Ihm schwebten Menschen vor, „die die unsinnige Trennung zwischen dem Philosophen, dem Therapeuten und dem Pädagogen in ihrem Leben und in ihrer Arbeit überwinden.“ Die Gestalttherapie, die er entwickelt hatte, sei keine Technik, kein therapeutisches Schnellverfahren, sondern ein ernster Weg, sich selbst zu finden und zu wachsen. Und Wachstum sei ein Prozess, der Zeit braucht. (Aus einem Gespräch von Hilarion Petzold mit Fritz Perls 1969)⁵. Die Schlankeheit der NLP-Formate ermöglicht es Anfängern, schon nach wenigen Tagen mehr oder weniger tief gehende Prozesse bei anderen anzuleiten. Genau darin liegt eine wesentliche Stärke des NLP. Es ist gut, wenn Laien in die Lage versetzt werden, noch besser mit den Vorgängen in ihrer Seele beziehungsweise ihrem Seelenleben umgehen zu können. Analog zu einem berühmten Spruch emanzipierter Frauen in den 70er-Jahren könnten wir sagen: Meine Seele gehört mir! Es braucht die asymmetrische Beziehung Arzt – Patient oder auch Coach – Klient gar nicht, um eigene seelische Verstrickungen lösen beziehungsweise Persönlichkeitsentwicklung vorantreiben zu können. Und der Laie, der mithilfe einfacher NLP-Formate dem anderen hilft Veränderungsprozesse auszulösen und dessen Weg einfühlsam begleitet, verändert und befreit sich auch selbst.⁶

NLP für alle?

In den Zeiten des NLP-Booms konzentrierte sich die öffentliche Wahrnehmung auf Selbstoptimierung sowie manche manipulative Möglichkeiten des NLP. In den zurückliegenden Jah-

ren hat sich unsere Methode jedoch einen sehr guten Namen in der Coachingbranche machen können. Befördert u. a. durch die 40- bis 60-tägige Ausbildung zum Coach bzw. Master-Coach (alles zertifiziert durch den DVNLP), was vom Umfang deutlich über dem der meisten angebotenen Coaching-Ausbildungen liegt. Außerdem unterliegt sie einer starken Qualitätskontrolle. Leider hat diese Fokussierung dazu geführt, dass NLP derzeit fast ausschließlich als Coaching-Methode wahrgenommen wird. NLP für alle? Ja, denn die Arbeit mit NLP braucht keine weltanschaulichen Voraussetzungen. Wir müssen nicht besonders esoterisch oder wissenschaftlich denken, um erfolgreich mit NLP arbeiten zu können. Systemdenken hilft, stellt aber auch keine notwendige Bedingung dar. Notwendig hingegen sind neben der NLP-Partitur die Demut vor der Komplexität der Persönlichkeit meines Gegenübers und die Freude an der Musikalität echter Begegnung als Phänomen in der Tiefe oder weit oben, eben spirituell. Wie es euch gefällt. ◀◀



Zum Autor

Dr. Frank Görmar
Lehrtrainer und Lehrcoach (DVNLP), Biologe, Heilpraktiker. Explorers' Akademie für Kommunikation, Coaching und Führung.
explorers-akademie.de

1 In unseren NLP-Übungen nennen wir die Klienten bzw. Coaches „Explorer“.

2 Sergiu Celibidache (1912–1996, Dirigent) zitierte diesen Ausspruch Gustav Mahlers häufig. Das Zitat geht weiter: „Die Partitur ist ein Hilfsmittel, damit Sie zu einer Wirklichkeit kommen, die dann nur durch den Klang sich offenbaren kann. Die Partitur ist nur eine Gebrauchsanweisung, ein symbolisches Festhalten von Werten, die an sich gar nicht festzuhalten sind“. Gespräch mit Celibidache, Süddeutsche Zeitung vom 28./29.06.1980

3 sowie der Namensbestandteil „Programmieren“

4 Dies obwohl nach und nach wissenschaftliche Untersuchungen die Modelle des NLP bestätigen.

5 Frederick S. Perls: Grundlagen der Gestalt-Therapie. Einführung und Sitzungsprotokolle. 11., durchges. Aufl. Pfeiffer bei Klett-Cotta, 2002

6 Frank Dievernich: Bleib bei dir! In: Kommunikation & Seminar 5/2013, S. 48–50.