

NLP-Geist: Anfänger-Geist (Auszug aus dem Newsletter 01/09)

Liebe Leute,

solange das Jahr, das Jahrhundert und das Jahrtausend noch so jung sind (nur das Jahrzehnt ist schon ziemlich alt), hier ein paar Sätze zum Thema Anfänger-Geist. Den Spruch "NLP-Geist: Anfänger-Geist" habe ich von Shunryu Suzuki geliehen (der witzigerweise trotzdem als Zen-"Meister" gilt); er sagt:
"Im Geist des Anfängers gibt es viele Möglichkeiten, im Geist des Experten gibt es nur noch wenige Möglichkeiten. Deshalb ist der Anfänger-Geist der wahre Zen-Geist."

Manche Leute meinen, dass ein guter NLP'ler ein "Experte" ist, der die "richtige" Technik parat hat, sobald der Klient ein Problem beschrieben hat.
"Aha, Sie haben Angst? Na, dann machen wir doch gleich mal die Phobie-Technik!" (- was hieße, einfach das passende Werkzeug aus dem Werkzeugkasten zu nehmen, also aus den 30 oder 80 vorgestanzten Techniken diejenige zu wählen, die am besten passt.)
Wenn das funktioniert, hat der NLP'ler zwar eine Bestätigung seiner Vorgehensweise, aber nichts gelernt.

Dabei ist doch das ganze Gebiet "NLP" nicht durch Experten entstanden (nicht durch Psychologen), sondern durch "Imperten", die den alten Ansatz (mit einer gewissen Impertinenz) hinterfragt und einen neuen Ansatz in die Psychologie "importiert" haben.

Insofern ist Ungewissheit (oder Nicht-Wissen) der wahre Forschergeist. Der NLP-Geist ist nicht, Lösungen von der Stange abzurufen, sondern jede Situation ganz neu und unvoreingenommen zu betrachten, statt sie in eine alt-bekannte Schablone zu zwängen.
"Wusst ich's doch" ist längst kein so produktiver Gedanke wie "Hä?"
Neues entsteht durch Nicht-Wissen. Ungewissheit ist ein Zustand der Offenheit, des Staunens, der Neugier - kein panisches "Oh Gott, ich weiß es nicht!", sondern ein schöner, gelassener Schweb-Zustand!

Dass aber Ungewissheit oft mit negativen Gefühlen verbunden ist und Gewissheit so überschätzt wird, liegt vielleicht auch an unseren Schul-Erfahrungen (und am Jauch-Gucken), wo es hauptsächlich darum ging, DIE eine richtige Antwort auswendig zu wissen. Gewissheit fühlt sich viel sicherer und bequemer an, deshalb gibt es so viele Fundamentalisten, Dogmatiker und sonstige Experten, die "wissen", dass sie Recht haben und nie daran zweifeln. (Siehe die letzte Pressekonferenz von ... na egal.)
Diese Art von Gewissheit entsteht durch Ignorieren von anderen Möglichkeiten und anderen Sichtweisen, durch verengte Wahrnehmung. Sie ist das Gegenteil von NLP:
"Diese Landkarte ist die Wahrheit".

Natürlich geht es primär darum, dem Klienten oder Patienten zu helfen, und natürlich ist das "NLP-Raster" dabei als Orientierung sehr hilfreich (Was will der Klient? Welche Ressourcen könnte er einsetzen, um dieses Ziel zu erreichen? Welche Vorannahmen haben ihn bisher davon abgehalten?).

Aber das ist etwas anderes, als durch ein "Techniken-Raster" zu schauen.

Am hilfreichsten ist es, mit jedem Klienten etwas Neues zu entwickeln, und die bisherigen NLP-Techniken nur als Anwendungs-Beispiele zu sehen.

Das heißt: Fragen, wirklich zuhören, hinschauen, testen, warten bis sich "das Wesentliche" zeigt. (Wir reden hier natürlich nicht von Stunden, sondern z.B. von den ersten 20 Minuten - mit der Bereitschaft, die eigenen Theorien auch weiterhin zu testen und gegebenenfalls zu modifizieren.)

Dadurch kommt die Eleganz, mit der die wirklichen Veränderungen oft innerhalb von wenigen Minuten (oder wenigen Worten) geschehen, und eben nicht infolge eines Riesen-Prozesses von dreißig Schritten (quer durch die Kindheit in die Zukunft, mit ganz vielen Ressourcen-Ankern, acht Wahrnehmungspositionen und einer ganzen Schar von Mentoren).

Dittmar Kruse (Lehrcoach/Lehrtrainer DVNLP und NLP International)
Ausbildung – Psychotherapie - Coaching
www.KruseKurse.de, mail@KruseKurse.de