

NLP BERLIN-BRANDENBURG

THERAPIE. COACHING. AUSBILDUNG. SEMINARE. FORSCHUNG

WO STEHT DAS NLP HEUTE ?

VON
WOLFGANG WALKER

Knapp zwei Jahrzehnte stand das NLP im Zentrum beispielloser Umbrüche in der Psychotherapie. Doch was ist daraus geworden? Wo ist NLP heute noch innovativ?

Das ursprüngliche Projekt

In Fortführung der wegweisenden Arbeiten des „Mental Research Institutes“ (MRI) drängten Richard Bandler (*1950) und John Grinder (*1939) vor 40 Jahren danach, das Geheimnis erfolgreicher Therapie zu entschlüsseln. Beseelt von dieser Idee mieden sie die Glaubenskriege der Therapieschulen - hatte doch ihr Mentor, der Universalgelehrte Gregory Bateson (1904-1980), diese ohnehin auf eine Stufe mit mittelalterlichen Glaubenssystemen gestellt und als „Psycho-Theologien“ markiert.

Experimente mit Labortieren und Fragebögen hatten ebenfalls nur wenig zur angemessenen Beschreibung therapeutischer Arbeit beigetragen. Statistische Kenngrößen zur Wirksamkeit therapeutischer Verfahren besaßen keinerlei Praxisrelevanz. Und überhaupt - wie sollte man „Therapiemethoden“ untersuchen? Konnten per se nicht nur Therapeuten veränderungswirksam sein? Was also lag näher, als zu untersuchen, was Meister des Faches konkret tun?¹

Die pragmatisch orientierte Dechiffrierung menschlicher Kommunikation und Veränderung verlangte nach neuen Wegen. Im gesellschaftskritischen Umfeld der 70er Jahre und getragen von der erwachenden Lust am freien Experimentieren bereicherten Bandler und Grinder den Zeitgeist durch scharfe Beobachtungsgabe und analytisches Geschick. Dabei setzten sie auch die ursprüngliche Methode psychologischer Forschung - beobachtende Introspektion - erneut in ihre alten Rechte ein.

Die Selbstbeobachtung war von jeher das dominierende psychologische Forschungsinstrument. Den Vätern der akademischen Psychologie, Wilhelm Wundt (1832-1920) sowie seinen einflussreichen Schülern Edward Bradford Titchener (1867-1927) und William James (1842-1910) galt sie gar als konstituierendes Herzstück der Psychologie schlechthin. Im Zuge des Versuchs,

das Fach nach dem Zweiten Weltkrieg zu einer exakten Naturwissenschaft umzuformen, hatte der akademische Mainstream das subjektive Erleben jedoch weitgehend aus der Psychologie verbannt.

Banders und Grinders kongeniale Verschmelzung von teilnehmender Beobachtung und Introspektion knüpfte an die ursprünglichen Forschungstraditionen der Psychologie an. Ihre Analysen der Arbeit von Fritz Perls, Virginia Satir, Milton H. Erickson, Gregory Bateson und anderen veränderten das Denken über Psychotherapie ebenso wie das Selbstverständnis fortschrittlich gesinnter Therapeuten. Veränderungs-wirksame Kommunikation wurde zum lehr- und lernbaren Handwerk.

Die frühen Arbeiten Banders und Grinders fanden zunächst die ungeteilte Zustimmung sowohl Satirs als auch Batesons. Beide verfassten euphorische Vorworte zur ersten Veröffentlichung der NLP-Begründer.² Auch innerhalb der therapeutischen Szene hatte sich die Nachricht wie ein Lauffeuer verbreitet. Öffentliche NLP-Seminare, die seit 1976 angeboten wurden, waren ausgebucht.

Für eine Wiederbelebung der Psychologie war Banders und Grinders Ansatz enorm fruchtbar. Sie hatten eine neue Begrifflichkeit für die Beschreibung kommunikativer Prozesse und deren Wirkung auf das subjektive Erleben geschaffen. Ihre innovativen Modelle erlaubten es, systematisch veränderungswirksame Interventionen zu demonstrieren, die ein bis dato unbekanntes Niveau erreichten. Vorbei die Zeit des endlosen Analysierens, Spekulierens und Messens. Veränderung war machbar!

Ohne die Arbeiten der NLP-Begründer wäre der heutige Erfolg Ericksonianischer Hypnose, der Kurzzeittherapie Steve de Shazers, der Provokativen Therapie Frank Farrellys, Francine Shapiros EMDR und anderer interventionsorientierter Verfahren wohl kaum möglich gewesen.

So unbegrenzt erschien die Landschaft, die durch das NLP entschleiert wurde, dass seine Begründer selbst davor zu erschauern schienen. Im Vorwort zu dem



1978 erschienenen Buch "Neuro-Linguistic Programming: Volume I" schrieben sie:

„Als Untersuchung der Struktur der Subjektivität kann NLP seinen Platz unter anderen Studiengebieten einnehmen. Es hat eigene Methoden und eine eigene Zielrichtung. Es holt sich Informationen aus allen Bereichen, bietet aber etwas spezifisch Eigenes an. Die Evolution der Ideen, die Evolution bewusster und pragmatischer Fähigkeiten kann weitergehen. Wir fordern den Leser auf, weiterzugehen. ... Das Abenteuer steht denen offen, die die Bürde und Freude auf sich nehmen wollen, sich mit dieser erschreckenden Kraft des Neuen zu konfrontieren.“²

30 Jahre danach

Mehr als 30 Jahre nach dieser Einladung scheint es erlaubt, den Blick auf das zu richten, was aus dieser Vision wurde.

Die Bilanz ist ernüchternd: Sichtet man die „NLP“-Literatur der letzten 20 Jahre, so wird deutlich, wie sehr Bandler und Grinders einst genialisch anmutender Entwurf eines neuartigen Forschungsfeldes zur faden Suppe aus den stets selben, wiedergekäuten Zutaten degenerierte. Der Großteil der in die Hunderte gehenden deutschsprachigen Veröffentlichungen gibt – unbeirrt von der Tatsache, dass all dies bereits dutzendfach von berufenerer Seite beschrieben wurde – fast ausschließlich Varianten jahrzehntealten NLP-Basiswissens zum Besten.

In gängigen NLP-Curricula dominieren nach wie vor Modelle und Methoden, die bereits vor vielen Jahren publiziert worden sind. Die Hinwendung führender deutschsprachiger NLP-Protagonisten zur Aufstellungsarbeit, der Provokativen Therapie, der Kinesiologie oder Klopftechniken legt nahe, dass das ursprüngliche NLP-Projekt in eine Sackgasse geraten ist. Wirklich grundlegende Innovationen sind seit den 90er Jahren rar.

Gleichgültig gegenüber dem programmatischen Ansatz seiner Begründer mutierte das NLP unter der Feder einiger AutorInnen gar zu aufschneiderischen Super-Psycho-Power-Erfolgsprogrammen. Nach deren Lektüre – so die großspurigen Versprechungen im Buchtitel – baut der unbedarfte Leser minutenschnell seine Blockaden ab. Er erweckt den Giganten in sich und gibt das Rauchen auf, ist frei von Fettpolstern und Eifersucht und tritt in allen Lebenslagen selbstbewusst auf. Derart gestärkt überwindet er mit getuntem Ego im Handumdrehen seine Schüchternheit und setzt

erfolgreich die neu erlernten Muster der Verführung ein, um schnell und effektiv wildfremde Frauen ins Bett zu zerren. Um der Spur hinterlassener Verwüstungen zu entgehen, kreierte er sich dabei auf feine Art stets täglich neu. Bei alledem bleibt er natürlich cool und – selbst dann, wenn etwas schiefgeht – gut drauf.

Die Flut derartiger Erzeugnisse hat das NLP in der öffentlichen Wahrnehmung auf das Niveau markt-schreiberischer Ratgeberliteratur herabgewürdigt. Die Kurzsichtigkeit, mit der das NLP dadurch auch für den akademischen Diskurs disqualifiziert wurde, treibt einem Bewunderer der frühen Arbeiten Bandler und Grinders schlicht die Tränen in die Augen.

Die Ursachen dieser bedauerlichen Fehlentwicklung sind vielfältig. Im Kern jedoch – so die zentrale These dieses Beitrags – lässt sich diese auf eine durch Bandler und Grinder selbst vollzogene vorschnelle Aufgabe des ursprünglichen Forschungsprojekts zurückführen.

Hybris und Fall

Mit ihren frühen Arbeiten hatten Bandler und Grinder den Nerv der 70er Jahre getroffen: Dem Wühlen in seelischen Altlasten wurde eine Absage erteilt. Gefragt war die schnelle und zielbewusste Veränderung. Erstmals schien es möglich, unerwünschte Muster des Erlebens und Verhaltens mit einer bis dahin unbekanntem Einfachheit und Eleganz zu verändern. Psychotherapeutische Arbeit schien erstmals klaren Kriterien für Erfolge und Fehlschläge zugänglich. Sie wurde interventions- und ergebnisorientiert.

Doch nirgends wurde ein NLP-spezifisches diagnostisches Raster entwickelt. Auch entwicklungspsychologische Forschungen hatten sich die NLP-Begründer nicht nutzbar gemacht. Vorhandenes Wissen über Psychodynamik wurde ignoriert. Sie begnügten sich mit zeitgenössischen neurologischen Metaphern, die heute als überholt gelten können. Die Forderungen nach nachvollziehbarer Beweisführung und Überprüfung der Ergebnisse wurden abgewehrt.

Wo nur versucht wurde, die unkonventionellen Häretiker der „Unwissenschaftlichkeit“ zu überführen, war dies gerechtfertigt. Warum das Entdeckte nach physikalischem Vorbild messen und auf statistische Mittelwerte reduzieren? Standardisierte Kontrollgruppen und Fragebögen wurden weder der Vielfalt der Wirklichkeit gerecht noch ließen sich rückgekoppelte Kommunikationsprozesse in standardisierte Manuale pressen. Reichte es nicht, Probleme zum Verschwinden zu





bringen? Und war es nicht wichtiger, flexibel zu zeigen, auf welche Prinzipien es dabei ankam?

Doch rechtfertigte dies auch, die Elemente veränderungswirksamer Kommunikation als nur lose durch „nützliche Vorannahmen“ verknüpfte „Werkzeuge“ (tools) zu konzipieren? Wo war der rote Faden, der all dies durchzog? Die untersuchten Vorbilder besaßen ein Grundkonzept, das ihrer Arbeit Richtung gab. Zweifellos war deren Überbau nicht identisch. Doch alle hatten etwas gemeinsam – solides Wissen über psychodynamische Prozesse, eine Vorstellung von gesundem Leben, ein Störungsmodell und die feste Verwurzelung in humanistischen Werten. Bloße Wirkung um der Wirkung willen wäre ihnen zuwider gewesen.

Sicher, das Rätsel einfacher Phobien war gelöst. Mochte das therapeutische Establishment ob dieser Behauptung noch so sehr zetern – eine Reihe von Ängsten ließ sich tatsächlich in kürzester Zeit kurieren. Doch hatte dies wirklich etwas mit dem zu tun, was sich weltweit in psychiatrischen Kliniken abspielte? Hatte man auch verstanden, wie etwa Depressionen, regressive Phänomene und halluzinatorisches Erleben funktionieren? Es reicht nicht aus, zu zeigen, dass man damit auch spielerisch und humorvoll umgehen kann. Ein witziger Effekt ist nicht dasselbe wie Heilung!

Zweifellos gaben die NLP-Begründer auch für das psychiatrische Gebiet erhellende Kommentare von sich. Notdürftig als „metaphorische Kommunikation“ verbrämt wurde die Grenze zwischen demonstrierbaren Fakten und erdichteten Beispielen jedoch zunehmend verwischt. Insbesondere Bandler stilisierte sich immer mehr als omnipotenten Heiler, der eben mal lässig selbst schwerstes psychisches Leiden kuriert. Tragfähige Belege hierfür legte er niemals vor.

Bateson und Satir wandten sich von ihren einstigen Schützlingen ab. Bateson bezeichnete ihr Gebaren als „übel manipulativ“ (evilly manipulative)⁴. Satir sagte 1981 in einem Interview über Bandler:

„Er ließ das Herz aus, er ließ die Seele aus, und ich sah, dass er noch nicht weit genug entwickelt war, um nicht machtgerig zu werden, um sich nicht von der Macht korrumpieren zu lassen. Denn das, was ich tue, und besonders dann, wenn es so gemacht wird, wie er es tut, ist ein durchschlagendes Handwerkszeug für die Menschen. Doch wenn Menschen nichts wissen von Psychodynamik und nicht wissen, wie damit umzugehen ist, können sie schreckliche Dinge damit anrichten.“⁵

Berauscht vom eigenen Erfolg, hatten die NLP-Begründer die Chance vertan, ihr eigenes Projekt zu Ende zu führen. Stattdessen sollte es seit Anfang der 90er Jahre darum gehen, Spitzenleistungen aller Art zu modellieren. „Schneller, höher, weiter!“ war die Devise. Bandler und Grinder strebten nach dem Übermenschlichen.

Der weitere Gang der Ereignisse zeigt beredt, wie sehr der unglaubliche Erfolg des NLP zugleich den Stillstand des ursprünglichen Projekts einläutete. Wer ein Störungsmodell und ein tiefgehendes Verständnis psychodynamischer Prozesse annahm, sah sich rasch als „problemfixiert“ der Lächerlichkeit preisgegeben. Kritische Anfragen wurden mit flotten Sprüchen ausgerahmt, Fakten rundweg geleugnet.

Doch seelische Verletzungen verschwinden nicht dadurch, dass man sie umdeutet oder Bewältigungsstrategien durch das Hinzufügen von Ressourcen optimiert. Ohnehin erinnern manche NLP-Interventionen – so etwa das bloße Verschieben unangenehmer Bilder nach hinten – an von Analytikern beschriebene Abwehrvorgänge, die nachweislich schädlich auf das Wohlbefinden wirken.

Ungewollt traten die NLP-Begründer selbst hierfür die Beweisführung an. Konkurrenzdenken und Neid machten sich breit. Bandler und Grinder überwarfen sich und verkündeten zum Entsetzen ihrer Anhänger, nie wieder ein Wort miteinander zu wechseln. Alle Versuche Dritter, auf eine Versöhnung hinzuwirken, scheiterten. Grinder zog sich für Jahre aus dem NLP zurück. Bandler geriet auf Abwege. Frank Clancy und Heidi Yorkshires gut recherchierte und im Internet zugängliche Artikel „[The Bandler Method](#)“ legt ein erschütterndes Zeugnis davon ab, wie zerstörerisch sich das unzureichende Verständnis psychodynamischer Vorgänge in Bändlers eigenem Leben auswirkte.

Wo steht das NLP heute?

Weder Bandler noch Grinder ist es nach ihrem Bruch gelungen, erneut auf breiter Basis in dem von ihnen begründeten Forschungsfeld Fuß zu fassen.

Aus heutiger Sicht lässt sich konstatieren, dass sie sich ob ihrer Erfolge zu früh am Ziel geglaubt hatten. Sie verließen die therapeutische Forschung, bevor sie eine konsistente therapeutische Theorie und Praxis formuliert hatten. Selbst das neue Programm – das Modellieren von Spitzenleistungen – setzten sie niemals um. Bis heute liegen hierzu keine relevanten Publikationen vor.





Geblendet von rhetorischer Brillanz hatte auch die NLP-Szene Bedenkliches unkritisch aufgesogen. Weite Kreise der NLP-Rezipienten stellten das eigenständige Denken ein. Selbst grober Unfug gehört noch heute zum Standardrepertoire vieler NLP-Trainings.

Dennoch ist das ursprüngliche NLP-Projekt nicht vollständig zum Erliegen gekommen. Eine Reihe von NLPern der zweiten und dritten Generation hat die von Bandler und Grinder entzündete Fackel weitergetragen.

So widmeten sich Steve und Connirae Andreas weiterhin der Forschung auf therapeutischem Gebiet. Ihre Arbeiten zu Zeitrepräsentation, Selbstkonzepten, Scham, Vergebung, Trauer und anderen therapie-relevanten Themen verliehen dem NLP Tiefe und Seriosität.²

Robert Dilts bekamte Ende der 80er Jahre als erster öffentlich, mit den von Bandler und Grinder entwickelten Methoden an eine Grenze gestossen zu sein. Die Arbeit mit seiner krebskranken Mutter hatte ihn zur Erweiterung des Fokus auf einschränkende Überzeugungen, persönliche Werte, Identitätskonzepte und das Erleben von Sinn geführt.

Unglücklicherweise verstärkte sein populäres Modell der „Logischen Ebenen“ aber auch unabsichtlich die ich-bezogene Grundhaltung im NLP. Wo meine Umgebung, meine Verhaltensweisen, meine Fähigkeiten, meine Überzeugungen, meine Werte, meine Identität und mein Sinn dominieren, tritt der andere in den Hintergrund. Obwohl bei Dilts mitgedacht blieb das Soziale weitgehend ausgeblendet.

Die für Psychotherapeuten zentrale Domäne zwischenmenschlicher Beziehungen wurde erst Mitte der 90er Jahre von Lucas Derks erschlossen. Im Rahmen seines „Population Modeling“-Ansatzes – der vergleichenden, individuenübergreifenden Untersuchung mentaler Musterbildungsprozesse – untersuchte er, wie Menschen ihre Beziehungen repräsentieren. Auf der Basis klassischer NLP-Prinzipien entdeckte er unbewusste psychische Mechanismen, die das Beziehungserleben des Menschen konstituieren. Derks' Modell des „Sozialen Panoramas“ führte zu einer Reihe von Diagnostik- und Interventionsformen, die bislang unbekannt Möglichkeiten NLP-basierter Veränderungsarbeit erschlossen.²

Diese Forscher bilden heute den Kern des glaubwürdigen NLP. Ohne ihre Arbeit wäre das NLP als Forschungsprojekt tot.

Anmerkung:

Die Quellenangaben zu diesem Artikel finden sich in der Online-Fassung des betreffenden Artikels auf

www.nlp-berlin-brandenburg.de

oder

www.mentalspaceresearch.com

Über den Autor:



Wolfgang Walker (Dipl.-Psych./ NLP-Lehrtrainer, DVNLP/ Psychosystemischer Coach, DVNLP/ Social Panorama Consultant), geb. 1961, studierte Philosophie, Linguistik, Literatur, Religionswissenschaften und Psychologie in Freiburg/Brsg. und Berlin.

Walker ist Gründer und Ausbildungsleiter des Ausbildungs- und Forschungsinstituts „NLP Berlin- Brandenburg“.

Er arbeitet in freier Praxis als Heilpraktiker (Psychotherapie), Autor, Ausbilder und Trainer in Berlin. Darüber hinaus praktiziert, forscht und lehrt er seit 1998 auch im Rahmen der ambulanten Psychiatrie, der Kinder-, Jugend- und Familienhilfe sowie der Rehabilitation psychisch erkrankter Menschen.

Von 1998 – 2001 war er 2. Vorsitzender des „Deutschen Verbands für Neuro-Linguistisches Programmieren“, (DVNLP e. V.).

Zusammen mit dem niederländischen NLP-Forscher, Autor und Entdecker des „Sozialen Panoramas“, Lucas Derks sowie dem Leiter des „Zentrums für soziale und interkulturelle Kompetenz“ und Mitarbeiter am Institut für Volkswirtschaftslehre der Johannes Kepler Universität Linz, Prof. Dr. Walter Ötsch, bildet er das Forschungsnetzwerk „The International Laboratory for Mental Space Research“ (ILMSR).

Walker ist Autor des mittlerweile in 5. Auflage erschienenen NLP-Grundlagenwerks „Abenteuer Kommunikation – Bateson, Perls, Satir, Erickson und die Anfänge des Neurolinguistischen Programmierens (NLP)“ Klett-Cotta, Stuttgart 1996).





»Ich bin überzeugt, daß dieses Buch den Anhängern und Gegnern des NLP gute Dienste leisten kann, ihre Position zu überdenken und zu differenzieren. Zugleich kann es bei Menschen, die bisher kaum etwas von NLP gehört haben, das Interesse an einer weiteren Auseinandersetzung wecken. Ich wünsche den Lesern dieses Werkes so bereichernde Stunden, wie ich sie erfahren konnte, und dem Buch große Verbreitung, damit ein Klima entsteht, in dem die Diskussion um das NLP in einer angemesseneren Weise geführt werden kann, als dies bisher möglich war.« (Aus dem Vorwort von Prof. Dr. Jürgen Kriz, Institut für Psychologie an der Universität Osnabrück)

»Abenteuer Kommunikation liest sich größtenteils wie ein Roman ... Doch das Buch ist mehr als ein Roman. Es ist das Dokument über die Entdeckungsgeschichte des NLP ... Ich bewundere die außerordentliche Leistung von Wolfgang Walker, eine ernstzunehmende, wissenschaftlich-historische Rekonstruktion dieses Konzeptes vorzulegen und zugleich mit viel Empathie und Wärme die Atmosphäre dieser Zeit und dieses Geschehens einzufangen.« (Winfried Bachmann, Multimind NLP aktuell)

»This book is unique in the sense that it describes the history of NLP in an academic fashion. Issued by the renowned German publisher Klett-Cotta, it is the type of book a university student can show his professor to get permission to write a paper on NLP. It is the book that can save NLP's face when you put it on top of all the cheapish, screaming titles that promise health, wealth and success.« (Lucas Derks, NLP World)

