

# Griff in den Werkzeugkasten der Methoden: NLP ist dabei

Gespräch mit Prof. Jutta Heller vom NLP-Netzwerk Bayern: „Ein Mix aus unterschiedlichen psychologischen Richtungen“

Ob Coach, Supervisor oder Managementtrainer: Wer als Experte für Firmen oder Organisationen arbeitet, hat oft einen großen Werkzeugkasten an Methoden zur Verfügung. Eine davon heißt NLP. Am kommenden Wochenende hält das NLP-Netzwerk Bayern seinen Kongress in Stein ab. Wir sprachen mit dem Vorstandsmitglied Jutta Heller, Sozial- und Wirtschaftswissenschaftlerin, Professorin für Training und Coaching an der Hochschule Erding und freiberufliche Beraterin.

*Der Begriff Neuro-Linguistisches Programmieren klingt umständlich und abschreckend. Dient er der Sache, die dahinter steht?*

**Heller:** Jedenfalls ist es ein bestens eingeführter Name. NLP kam in den 1970er Jahren aus den USA. „Neuro“ bezieht sich darauf, dass der Mensch Informationen über seine Sinneskanäle aufnimmt und speichert. „Linguistisch“ betont die Rolle der Sprache innerhalb der Kommunikation. „Programmieren“ hat im Englischen eine umfassendere Bedeutung als im Deutschen. Bezogen auf Mensch und Psyche ist „programming“ positiv besetzt. Zum Beispiel ist jeder ein anderer Typ: Der eine ist visuell, die andere orientiert sich primär über das Gehörte, wieder andere über Gefühle und auch Gerüche. Je leichter ich erkenne, welchen Typ ich vor mir habe, desto besser verstehe ich mein Gegenüber.

*Und was hat das mit Programmierung zu tun?*

**Heller:** Jeder sammelt Erfahrungen. Daraus entstehen Verhaltensmuster, die für den einzelnen mal förderlich, mal hinderlich wirken. Und was uns

unbewusst behindert, sollten wir aus dem Weg räumen, um zu mehr Handlungsfreiheit zu gelangen. Das hat auch mit Selbstmanagement zu tun.

*Ein Beispiel?*

**Heller:** Unsere ersten Gedanken morgens können entscheidend dafür sein, wie wir uns den Tag lang fühlen: „Hoffentlich klingelt jetzt nicht der Wecker“ oder „Was haben die heute wieder gegen mich ausgeheckt in der Firma.“ Mit solchen Sätzen macht man sich selbst schlechte Laune, beeinflusst sein eigenes Handeln und seine Umwelt. Dagegen hilft, sich selbst zu fragen: „Was kann ich heute Schönes tun?“ Auch wenn Führungskräfte immer nur negativ über ihre Mitarbeiter denken, haben diese keine Chance. Coaching führt zu einem Perspektivenwechsel, so dass Führungskraft und Mitarbeiter erfolgreich sind.

*Wie können solche Strategien auf der Management-Ebene bei der Unternehmensführung helfen?*

**Heller:** Im Zentrum steht die Arbeit an den Zielen, eine mit allen Sinnen wahrnehmbare Visionsarbeit. Dazu ist es wichtig, eine klare Vorstellung vom Soll-Zustand zu bekommen: Wie ist es, wenn das Ziel erreicht ist? Wie



Vorstandsfrau Jutta Heller. Foto: Michael Matejka

sieht das Unternehmen in zehn Jahren aus? Wir formulieren nur Ziele, die wir selbst beeinflussen können; Markt-einflüsse etwa gehören nicht dazu.

*Was ist dran an den Vorwürfen, NLP werde zur Manipulation eingesetzt, etwa im Verkaufstraining?*

**Heller:** NLP bietet einen riesigen Werkzeugkasten. Doch es ist wie beim Messer: Es ist nützlich zum Brot-

schneiden und gefährlich als Waffe. Wer sich verantwortungsvoll aus der Tool-Kiste bedient, stiftet Positives. Viele Führungskräfte finden die Methoden hervorragend. Und ich kenne nur wenige Coaches oder Managementtrainer, die das Werkzeug nicht auch im Gepäck haben.

*Wie sind die Amerikaner eigentlich auf NLP gekommen?*

## Die Erfolgreichen beobachtet

**Heller:** Die Methode entwickelte sich damals aus einer neuartigen Fragestellung, die hieß: Was funktioniert bei den meisten Menschen erfolgreich? Dazu beobachteten zwei Wissenschaftler ganz einfach, was die erfolgreichsten Behandlungsmethoden ausmacht, vor allem die von Fritz Perls, Virginia Satir und Milton Erickson. NLP ist also ein Mix unterschiedlicher psychologischer Richtungen und in steter Weiterentwicklung.

*Seit wann gibt es das NLP-Netzwerk Bayern?*

**Heller:** Seit 2003 existiert unser gemeinnütziger Verein, ich bin von Anfang an im Vorstand. Inzwischen informieren wir ca. 500 Personen hauptsächlich in Franken über unsere regelmäßigen Veranstaltungen. Zu unserem Kongress am 7. März erwarten wir 100 bis 125 Teilnehmer. Es geht um Mitarbeiterführung bis hin zu Kommunikation im Alltag und in der Geschäftswelt. „Sicher in Führung gehen“ ist der Titel unserer Abendveranstaltung am 8. April speziell für Unternehmer und Führungskräfte sowie solche, die es werden wollen.

*Interview: ANGELA GIESE*

@ [www.nlp-netzwerk-bayern.de](http://www.nlp-netzwerk-bayern.de)