



Wirtschafts- und Organisationspsychologie (MA)

PROJEKTARBEIT

1. WOP MM 12W

Titel der Projektarbeit:

„Veränderung des subjektiven Erlebens nach Abschluß einer NLP-Ausbildung“

VerfasserIn:	Alexander Gleisberg-Almstetter
Matrikelnummer:	1264886
Lehrveranstaltung:	Projektarbeit
ReferentIn:	Prof. Dr. Wolfgang Winter

Ich versichere, daß

- ich die vorliegende Arbeit selbstständig verfaßt, andere als die angegebenen Quellen und Hilfsmittel nicht benutzt und mich auch sonst keiner unerlaubten Hilfe bedient habe.
- ich diese Arbeit bisher weder im In- noch im Ausland einer/m Beurteiler/in zur Begutachtung in irgendeiner Form als Prüfungsarbeit vorgelegt habe.
- diese Arbeit mit der von dem/der Gutachter/in beurteilten Arbeit übereinstimmt.

Datum

Unterschrift Studierende/r

I. Inhaltsverzeichnis

1. Einleitung	3
1.1. Fragestellung	3
1.2 Zielsetzung	4
1.3 Methodik	6
2. Was ist NLP – Neuro-Linguistisches Programmieren	6
2.1 Entdeckung von NLP	8
2.2 Wovon handelt NLP	9
2.3 Kritik an der Neuro-Linguistischen Programmierung (NLP)	12
2.4 Subjektives Erleben	14
2.5 Die Fragebogen-Methode	19
3. Ergebnisse der Befragung	22
4. Fazit/Ergebnis	37
II. Literaturliste	42
III. Anlagen	44

1. Einleitung

1.1 Fragestellung

In den letzten Jahren nahmen jährlich mehr als 10.000 Menschen an nach DVNLP (Deutscher Verband für Neuro-Linguistisches Programmieren e. V.) zertifizierten NLP-Ausbildungen teil. Diese Teilnehmer verteilen sich auf die Ausbildungsstufen Practitioner, Master, Advanced Master, Coach, Master Coach und Trainer. Der DVNLP ist einer der größten Methodenverbände Deutschlands und der größte NLP Verband in Europa.

Rechnet man noch die Teilnehmer anderer Verbände wie International NLP Trainers Association, International NLP Institutes und die der Society of NLP dazu, dann nehmen jährlich wahrscheinlich mehr als 13.000 Menschen in der Bundesrepublik Deutschland an einer NLP-Ausbildung teil.

Verlässliche Teilnehmerzahlen sind nur vom DVNLP errechenbar, da hier der Gesamtumsatz der Siegelverkäufe geteilt durch 26,00 € auf die Anzahl der Teilnehmer rechnen läßt.

Nachdem einige Trainer auch noch nach anderen Verbänden zusätzlich zertifizieren, und diese ihre Siegelverkäufe nicht offen legen, muß hier geschätzt werden. Unberücksichtigt bleiben muß auch, daß Teilnehmer evtl. in einem Jahr mehrere Ausbildungen durchlaufen.

NLP-Ausbildungen erfreuen sich offenbar einer großen Beliebtheit. Im Bereich der „Soft-Skills-Trainings“ sind diese Ausbildungen mit am Beliebtesten.

Die Anbieter der Ausbildung in dieser Methodik versprechen häufig eine Verbesserung des Kommunikationsverhaltens, privaten und beruflichen Erfolg sowie ein glücklicheres Leben. Es stellt sich deshalb die Frage, ob die Ausbildungen den Teilnehmern den versprochenen Nutzen bringen.

Spezifischer lauten die Fragestellungen:

Wie bewerten die Teilnehmer an NLP-Ausbildungen die Auswirkungen auf Ihr Leben?

Wie hat sich die Ausbildung auf das berufliche und private Leben der Teilnehmer ausgewirkt?

Welche Veränderungen sind eingetreten? Welche NLP-Formate werden genutzt?

1.2 Zielsetzung

Die Anbieter von NLP-Ausbildungen versprechen den Teilnehmern meistens eine verbesserte Kommunikation, beruflichen und privaten Erfolg sowie ein glücklicheres Leben. Nachfolgend einige Texte wie Anbieter über ihr Angebot schreiben.

Pandur schreibt auf seiner Homepage:

„Sie finden heraus, wie Sie Ihre Gefühle beeinflussen und verändern können, und lernen die effektivsten Werkzeuge, um damit Ihr Leben in eine neue Richtung zu lenken, Hindernisse und Blockaden aufzulösen und klare, große Ziele von Ihrer Zukunft zu entwickeln, damit Sie künftig noch erfolgreicher sind. Sie erfahren und lernen das komplette, Original-NLP auf dem neuesten Stand der Entwicklung. Sie können NLP anwenden, und lernen, Ihre Ziele zu erreichen. Finden Sie heraus, wie gut NLP funktioniert!

*Es gibt viele Gründe, **NLP zu lernen**. Einer davon ist öfters zu lachen und das Leben leichter zu nehmen. Und um die Sichtweisen zu verändern, bedarf es der richtigen Hilfsmittel. NLP ist weit mehr als nur ein Werkzeugkasten mit Techniken. NLP ist das, was Menschen machen, die erfolgreicher, zufriedener, glücklicher und beliebter sind.*

Sie können NLP beruflich oder privat einsetzen, um an Ihren Stärken zu arbeiten, oder einfach, um Ihre Lebensqualität zu steigern.“ (Pandur, 2013)

Haberzettl hat auf seiner Website geschrieben:

*„NLP – neurolinguistische Perspektiven –
bietet Instrumente und Wege,
die "Magie der Sprache" achtsam,
effizient und lösungsorientiert
im Sinne Ihrer Ziele
und Veränderungswünsche zu nutzen.*

Unser Angebot richtet sich an alle,

- die sich beruflich und privat weiter entwickeln wollen,*
- die im Leben etwas wirklich bewegen wollen,*
- die eigene Denk- und Handlungsgrenzen erkunden und erweitern wollen,*
- die Antworten und Lösungen auf und für die vielfältigen Fragen des Lebens finden wollen,*
- die fair und erfolgreiche Ziele und Träume verwirklichen wollen.“ (Haberzettl, 2013)*

Maria Schneider gibt folgendes auf Ihrer Seite an:

„NLP dient dazu, unsere inneren geistigen Prozesse, unsere Kommunikation und unser Verhalten so miteinander in Einklang zu bringen, dass wir ein persönlich und gesellschaftlich erfülltes Leben gestalten können. Es ermöglicht, uns selbst und andere intensiver wahrzunehmen sowie größere Wahlmöglichkeiten im Verhalten zu erlangen. Zugleich können wir unsere inneren Energiequellen – unsere Ressourcen – entdecken und nutzen.

NLP in der Praxis

NLP hält eine Sammlung von Werkzeugen bereit, um:

- *Ziele klar zu erkennen und zu erreichen*
- *sich effektiv zu motivieren*
- *Konfliktsituationen leichter zu meistern*
- *unbewusste Stärken bewußt nutzen zu lernen*
- *Abstand zu gewinnen, neue Sichtweisen zu entdecken*
- *optimale Kommunikation zu gestalten*
- *die eigenen Wertvorstellungen zu leben*
- *gesund und erfolgreich zu sein*

Mit erstaunlichem Erfolg wird NLP seit 1974 in Coaching, Kommunikation, Pädagogik, Therapie und Management ebenso wie für die persönliche Entfaltung und die Lebensgestaltung angewandt. Es ergänzt sich wechselseitig mit anderen Schulen des Lernens und Wachsens.“ (Schneider, 2013)

Diese Versprechen sind jedoch nicht objektiv meßbar. Außerdem ist die Frage „Wann bin ich erfolgreich?“ für jeden Menschen individuell anders zu treffend. Für den einen ist es Erfolg, wenn er im Jahr mehr als 50.000,00 € verdient und ein Haus mit großem Auto hat. Für die eine ist es vielleicht Erfolg, wenn sie sich als Malerin selbst verwirklicht.

Ziel der Arbeit ist es deshalb insbesondere diesen subjektiven Nutzen von NLP-Ausbildungen für die Teilnehmer zu belegen. D. h. es soll herausgefunden werden, ob sich die Ausbildungsteilnehmer beruflich und privat erfolgreicher fühlen als vor der Ausbildung, ob sie sich glücklicher fühlen und ob sie besser kommunizieren können. Läßt sich der Nutzen für Teilnehmer durch die Ergebnisse der Befragung belegen, so sollen die Ergebnisse dieser Arbeit im Marketing für NLP-Ausbildungen eingesetzt werden. Die Ergebnisse der Studie können auch zur Imageverbesserung des NLP beitragen, und dafür genutzt werden Personalentscheidern und Ausbildungsinteressierten den Wert einer NLP-Ausbildung über die Inhalte hinaus aufzuzeigen.

1.3 Methodik

Um Herauszufinden ob die von den Ausbildungsanbietern versprochen Effekte eingetreten sind, wurde eine Gruppe von 30 Absolventen (je 15 Frauen und Männer) von NLP-Ausbildungen mit Hilfe der Fragebogenmethodik befragt. Die Befragten sollten mindestens eine NLP-Practitioner-Ausbildung absolviert haben, und das Ausbildungsende des Practitioners sollte mindestens 6 Monate zurück liegen.

Die Befragten waren bei unterschiedlichen Instituten und Trainern in Ausbildung gewesen. Teilweise lag die Practitioner-Ausbildung über 15 Jahre zurück.

Zum besseren Verständnis wird nachfolgend zunächst das Neuro-Linguistische Programmieren (NLP) auch dargestellt.

2. Was ist Neuro-Linguistisches Programmieren?

Diese Frage läßt sich nicht mit ein oder zwei Sätzen beantworten. Alexa Mohl schreibt im „Der große Zauberlehrling“ nur das ganze Buch kann diese Frage beantworten. Weiter weist sie darauf hin, daß zwei Buchveröffentlichungen in der deutschen Übersetzung Titel erhalten haben, die eine Antwort auf die Frage ermöglichen. Nämlich „Strukturen subjektiver Erfahrung. Ihre Erforschung und Veränderung durch NLP.“ (Autoren: Robert Dilts, Richard Bandler u. John Grinder) und „Veränderung des subjektiven Erlebens. Fortgeschrittene Methoden des NLP“ (Autor: Richard Bandler). Die erste Antwort, die Frau Mohl auf die Frage „Was ist NLP?“, geben möchte, lautet: „NLP ist eine Disziplin, die die subjektive Erfahrung des menschlichen Lebensprozesses erforscht.“ (Mohl, 2006, S. 65)

NLP versteht sich als eine Methodik, unter deren zu Hilfenahme es erlernbar ist, sich eigener oder fremder Wahrnehmungs-, Ausdrucksweisen und automatischer Denk- und Verhaltensmuster bewußt zu werden und diese zu erweitern oder zu verändern. Langjährige Forschung über die Struktur subjektiver Erfahrung (und meint, wie Menschen die Welt wahrnehmen und darauf reagieren) liegt dem Begriff zugrunde, ebenso von Kommunikation (wie Menschen sich sprachlich ausdrücken und verständigen) und von Verhaltensmuster (wie Menschen Gelerntes speichern und automatisch wiederholen). Besondere Beachtung fanden dabei die Strategien erfolgreicher Menschen, die genau beschreiben und damit für jedermann zugänglich und lernbar gemacht wurden. Die Erkenntnisse und Inhalte der NLP tragen zur Verbesserung der zwischenmenschlichen Kommunikation bei. Daneben bieten sie eine

Vielzahl von Techniken zur Ziel- und Lösungsfindung bei Problemen. (Trageser, Münchhausen, 2000, S. I.3.1)

Ausgehend von Erkenntnissen der modernen Systemtheorie, Linguistik, Neurophysiologie und Psychologie beschreibt NLP – die wesentlichen Prozesse, wie Menschen

- ✚ ihre Umwelt und sich selbst wahrnehmen,
- ✚ diese Informationen verarbeiten,
- ✚ auf dieser Grundlage handeln,
- ✚ entsprechend miteinander kommunizieren,
- ✚ lernen und
- ✚ sich verändern.

Die Art und Weise wie Menschen bestimmte Situationen, sich selbst, andere Menschen, ihre Beziehungen, ihren Beruf und ihren Alltag erleben unterscheidet sich. Wie der Mensch sich selbst und seine Umwelt wahrnimmt, wie er denkt und fühlt und diese Gefühle bewertet, kann unterschiedlich sein. Ein und dieselbe Situation kann als angenehm und wohltuend, aber auch als schwierig und belastend erlebt werden.

NLP macht basierend auf Studien und Modellen zur menschlichen Wahrnehmung und Informationsverarbeitung bewußt, welche Faktoren menschliches Erleben steuern und wie Menschen diese Erfahrungen selbst erschaffen. Auf dieser Basis sind in den letzten 40 Jahren eine Vielzahl der Handlungsmodellen entstanden.

Innerhalb der Kognitions- und Verhaltenswissenschaften ist NLP die Disziplin, die sich explizit und in umfassender Weise dem Studium der menschlichen Subjektivität zugewandt hat. NLP eröffnet mit Hilfe der dabei gewonnenen Erkenntnisse – für Einzelpersonen sowie für Gruppen und Organisationen – effiziente und gleichzeitig flexible Zugänge zu ziel- und lösungsorientierten Veränderungen. Wie andere Wissenschaften entwickelt sich NLP dabei durch neuere Forschungen und Erkenntnisse laufend weiter.

NLP-Trainings sollen ein größeres Bewußtsein von den Prozessen vermitteln, die das eigene Erleben steuern. Darüber hinaus soll es einen erweiterten Gebrauch der fünf Sinne sowie die Fähigkeit, persönliche Ziele zu formulieren und diese unter Berücksichtigung diverser Einflüsse zu verwirklichen ermöglichen.

Das seit 1972 erarbeitete weltweit erarbeitete Wissen ermöglicht es Profi-Kommunikatoren – unabhängig von ihrer methodischen und inhaltlichen Ausrichtung – u. a.

- ✚ „das eigene Verständnis für zwischenmenschliche Kommunikationsprozesse zu verfeinern,
- ✚ sich noch leichter auf die individuelle „Realität“ des Gegenübers einzustellen,
- ✚ die eigene Flexibilität im Umgang mit Menschen unterschiedlichster Herkunft nachhaltig zu erweitern sowie
- ✚ sich den Herausforderungen einer im stetigen Wandel begriffenen Welt bewußt zu stellen.“ (Campbell, 2001, S. 4 f)

Diese erste Definition erklärt allerdings noch nicht den Namen NLP, weshalb hier eine weitere Definition herangezogen werden soll:

Neuro bezieht sich auf die Funktionen des Gehirns und des gesamten Nervensystems von dort werden unsere Gedanken, Handlungen und Gefühle gesteuert.

Linguistisch bedeutet, das wir über unsere Sprache innere Bilder oder Repräsentationen entstehen lassen und nach außen mitteilen können.

Programmieren bezeichnet die Möglichkeit eines Eingriffes in unsere Gedanken, Handlungen und Gefühle, um durch eine Veränderung zu den erwünschten Verhaltensweisen oder Gefühlen zu gelangen (Landsiedel, 2008, S. 128).

2.1 Entdeckung von NLP

NLP wurde in den 70er Jahren von dem Linguisten Prof. Dr. John Grinder und dem Mathematiker, Computerfachmann und Gestalttherapeuten Dr. Richard Bandler ins Leben gerufen. Sie entwickelten Modelle, die effektive Arbeitsweisen von „Zaubertherapeuten“ (Dr. med. Fritz Perls - Gestalttherapie, Virginia Satir – Familientherapie / Conjoint Family Therapy und Dr. med. Milton H. Erickson - Hypnotherapie), von Menschen mit außergewöhnlichen Fähigkeiten und mit Entdeckerfreude, von Spitzenmanagern und erfolgreichen Kommunikatoren/-innen analysierbar und transferierbar machen. Nach den ersten spektakulären Erfolgen in der Therapie kamen Bandler und Grinder sowie ihr Partner Robert Dilts schnell darauf, NLP-Methoden universell einsetzbar zu machen. Der Grund hierfür ist einfach: NLP ist als kybernetisches System nicht inhaltsgebunden, es befaßt sich mit der Steuerung von Prozessen. (Walker, 1996, S. 15 ff)

2.2 Wovon handelt NLP?

Das ist eine Frage der Perspektive

Wenn man sich anhand der zur Verfügung stehenden Literatur oder durch Gespräche mit Anwendern über NLP informiert, wird man eine Vielfalt unterschiedlicher Beschreibungen finden. Dieses breite Spektrum geht auf die enorme Spannweite des Ansatzes zurück. Im Folgenden wird NLP daher aus verschiedenen Perspektiven beleuchtet.

NLP handelt von Kommunikation

Einer der Grundsätze des NLP lautet, daß Menschen permanent kommunizieren. Zum einen natürlich durch Sprache, aber auch durch Mimik, Gesten und Tonalität. Was ist die Botschaft und wie drückt der Mensch diese aus? Ist das, was Menschen einander mitteilen wollen, auch das, was das Gegenüber dann tatsächlich versteht? Wenn nicht, wie erkennt man die entsprechenden Hinweise, und wie können man diese bei der Interaktion berücksichtigen? NLP bietet hier eine Vielzahl praktischer Werkzeuge für effiziente Kommunikation.

NLP handelt von Sprache

Der menschliche Sprachgebrauch beeinflusst das Denken und Handeln. Der Prozeß, durch den Menschen eine Erfahrung in Sprache übersetzen, setzt eine Verdichtung und Verzerrung des Erlebten voraus. Man ist gezwungen, die gemachten Wahrnehmungen der außersprachlichen Wirklichkeit mit Hilfe von Worten zu transferieren. Dabei gehen dem Gegenüber oft wertvolle Informationen verloren.

NLP bietet Fragetechniken und Methoden, die dabei helfen, die Kommunikation mit anderen und sich selbst so zu gestalten, wie man tatsächlich intendiert. NLP lehrt zu verstehen, wie der Gebrauch von Sprache durch persönliche Filter beeinflusst wird.

Wenn man jemanden darum bittet, NICHT an ein Känguru zu denken, dann diese Person wahrscheinlich erst recht an ein Känguru denken. Die Worte erreichen das Gegenteil des eigentlich Beabsichtigten. Oder man beachte die Wirkung, wenn man das Wort „aber“ gebraucht. Hierzu folgendes Beispiel: „Mir gefällt, wie Sie diese Arbeit ausgeführt haben, aber ...“ In Erwartung, daß nach „aber“ ein Problem folgt, wird der Zuhörer dazu neigen, alles zu vergessen, was dem „aber“ vorausging.

*„ALLES KOMMUNIZIERT. IMMER.
WIR KÖNNEN NICHT NICHT KOMMUNIZIEREN.
NLP BIETET FRAGETECHNIKEN;
MUSTER UND MODELLE.
WEGE ZUR BESSEREN KOMMUNIKATION.“*

Auch Werbefachleute, Medien, Politiker sowie Organisationen aller Art nutzen gezielt eine bestimmte Sprache, um ihre Botschaften zu vermitteln und im Unterbewußtsein ihrer Hörer zu verankern. Durch das im Rahmen des NLP vermittelte Wissen über die Wirkung von Sprache kann man ein tieferes Verständnis für die einströmenden Einflüsse entwickeln. Auf diese Weise dient NLP auch als eine Art Verbraucherschutz für den Geist.

NLP handelt vom Modellieren außergewöhnlicher Fähigkeiten

NLP-Prozesse und –strategien sind das Ergebnis von Forschungen, die untersuchten, wie genau Experten oder Persönlichkeiten mit außergewöhnlichen Begabungen und Fähigkeiten ihre Leistungen erreichen. NLP machte es erstmals möglich, anderen Menschen Fertigkeiten zu vermitteln, die einst als Genie, Talent oder Intuition bezeichnet wurden und für andere unerreichbar schienen.

Das Modellieren herausragender Fähigkeiten beruht auf genauen Beobachtungen des inneren Erlebens der hochbegabten Person. Auch unterstützende Überzeugungen, persönliche Wertesysteme und das eigene Selbstbild spielen hier eine bedeutende Rolle. Die Fähigkeit zum Modellieren ist der Schlüssel zur Kompetenz im NLP. Die Gabe, überdurchschnittliche Fertigkeiten in einzelne Bestandteile aufzuschlüsseln, bietet NLP-Anwendern neue Perspektiven und ermöglicht ein effizienteres Lernen.

So wurde etwa die „NLP-Rechtschreibstrategie“ anhand von Menschen modelliert, die von Natur aus die Rechtschreibung gut beherrschten. Seit die entsprechenden mentalen Prozesse eindeutig beschrieben und kodiert sind, lassen sie sich ohne weiteres Kindern und Erwachsenen beibringen, die bislang Schwierigkeiten mit der Rechtschreibung hatten. Um ein anderes Beispiel zu nennen: Hat jemand das Problem, morgens früh aufzustehen? Mit Hilfe der Werkzeuge des NLP kann man herausfinden, wie sich eine Person, die gerne aufsteht, dazu motiviert. Mittels entsprechender Interventionen sind Menschen darüber hinaus in der Lage, diese „Strategie“ auch für sich selbst zu nutzen. Aber das ist noch längst nicht alles. Das

Modellieren von Kompetenz ermöglicht eine Fülle effektiver Anwendungen in den unterschiedlichsten Bereichen wie Psychotherapie, Pädagogik, Wirtschaft, Gesundheit, Sport und persönlicher Entfaltung.

„EINE FRAGE DER PERSPEKTIVE:
SPRACHE – KOMMUNIKATION – SUBJEKTIVITÄT.
SENDER UND EMPFÄNGER.
BOTSCHAFTEN, DIE SO ANKOMMEN,
WIE SIE WIRKLICH GEMEINT SIND.“

NLP handelt von geistiger Leistungsfähigkeit

NLP beschreibt auf präzise Weise die Wahrnehmungen und geistigen Prozesse, wie Menschen ihre „persönliche Realität“ kreieren: Wie weiß man, was man weiß? Wie tun man, was man tut? Wie kommt es, daß man sich in bestimmten Augenblicken ängstlich und in anderen glücklich fühlt? Wie ist es möglich, daß Menschen etwas gefällt oder mißfällt? Wieso lernen manche eine Sache leicht und die anderen nur unter erschwerten Bedingungen oder gar nicht?

„NLP BIETET UNS EINE GEBRAUCHSANWEISUNG FÜR UNSER GEHIRN.
NLP-MODELLE MACHEN ERFAHRBAR, WIE WIR UNSERE ERFAHRUNG
„KODIEREN“, WENN WIR VERSTEHEN, AUF WELCHE WEISE UNSER GEHIRN
FUNKTIONIERT, IST ES LEICHTER, ETWAS ZU ÄNDERN, NEUES ZU LERNEN
UND EFFIZIENT ZU KOMMUNIZIEREN.“

NLP handelt vom Studium subjektiver Erfahrungen

Jeder Mensch hat seine eigene Weise, die Welt wahrzunehmen, auf sie zu reagieren und aus seiner Erfahrung zu lernen. NLP ist ein Werkzeug, das Anwender dahingehend unterstützt, sich der individuellen und (sub-)kulturellen Eigenarten von Menschen bewußt zu werden. NLP untersucht das Zusammenwirken unserer WahrnehmungsfILTER, Gedanken, Gefühle und Handlungen, um unsere ureigene subjektive Erfahrung zu erschaffen. Es hilft zu verstehen, wie ein Mensch sich in seiner Umwelt bewegt und wie er sich die Welt erklärt.

Gerade weil NLP davon ausgeht, daß man dies alles auf unterschiedliche Art und Weise tut, verzichtet es auf schematisierte Formeln. NLP ermöglicht es, die Einzigartigkeit einer Person

wahrzunehmen, diese zu respektieren und dadurch besser auf den Einzelnen einzugehen. Die Unterschiede von Menschen wert zu schätzen ist daher ein integraler Bestandteil des NLP. (Campbell, 2001, S. 6 ff)

2.3 Kritik an der Neuro-Linguistischen Programmierung (NLP)

Obwohl die Neuro-Linguistische Programmierung nun seit 1975 bekannt ist und in vielen Bereichen angewandt wird, steht die Methodik nach wie vor in der Kritik. Deshalb erscheint es zunächst geboten auf diese Kritik kurz und angemessen einzugehen.

Googelt man mit den Begriffen „NLP“ und „Kritik“ erhält man innerhalb von 2 Sekunden rund 178.000 Treffer. Bördlein kritisiert das seiner Ansicht nach „krasse“ Mißverhältnis zwischen Selbsteinschätzung durch NLP-Anwender und der theoretischen Fundierung der NLP. (Bördlein, 2005) Auch „Die Skeptiker“ verweisen auf eine mangelnde wissenschaftliche Untersuchung. Die Liste der Kritiker ließe sich noch weiter fortführen. (Die Skeptiker, GWUP e. V., 2013)

Alexa Mohl schreibt in der Einleitung zum „Zauberlehrling“, daß die akademische Forschung und Lehre hinsichtlich des NLP skeptisch geblieben ist, und führt dies im wesentlichen darauf zurück, daß es noch keine „Theorie“ des NLP gebe. (Mohl, 1993, S. 12)

Im Jahr 2001 hat die European Association of Psychotherapy (EAP, Homepage: <http://www.europsyche.org/>) die Neurolinguistische Psychotherapie (NLPT) als gleichwertige Methode zu den analytischen und systemischen Verfahren anerkannt. Grundlage hierfür war eine Studie der Universität Wien. Die EAP erteilt außerdem, nach geltendem EU-Recht, Psychotherapeuten die in Neurolinguistischer Psychotherapie ausgebildet sind, bei Erfüllung weiterer Voraussetzungen das European Certificate of Psychotherapy (ECP). In Österreich wurde die NLPT im Herbst des Jahres 2007 als mit den gesetzlichen Krankenkassen abrechnungsfähiges psychotherapeutisches Verfahren anerkannt. Daneben gibt es in Österreich die Möglichkeit das psychotherapeutische Propädeutikum auf NLP-Basis zu absolvieren, und postgraduale Studiengänge auf Masterniveau. Auch in anderen Ländern gibt es Studiengänge der Psychologie mit Vertiefung in NLP, so z. B. in Großbritannien, Nicaragua und Mexiko.

Hauptvorwurf an NLP ist die Behauptung, daß NLP unwissenschaftlich ist. Dazu der Diplom-Psychologe Stephan Landsiedel:

„Der Vorwurf, daß NLP unwissenschaftlich sei, kommt in der Regel von Personen, die ihrerseits Akademiker sind (und meistens auch selber im psychologischen, heilpraktischen oder Coaching-Bereich tätig sind). In der Tat richtet NLP sich an einen Personenkreis, der über Universitäten hinausreicht. Die Vorläufer und Begründer (Prof. Dr. John Grinder und Dr. Richard Bandler) waren und sind zwar meistens Wissenschaftler, das Konzept von NLP belief sich aber darauf, die effizientesten Kommunikations- und Behandlungsmethoden zu sammeln und allgemein zugänglich zu machen. Dieser eklektische Ansatz hatte zur Folge, daß in den NLP-Fundus auch solche Methoden aufgenommen wurden, die nicht zum Fundus von Psychologen und Psychotherapeuten gehören – will meinen, daß bestimmte Methoden von NLP unwissenschaftlich im Sinne von „nicht aus der Wissenschaft kommend“ sind.

Generell ist NLP allerdings nicht der Hokusfokus, zu dem seine Gegner es machen. Grundlage der NLP-Philosophie ist der Konstruktivismus, eine anerkannte sozialwissenschaftliche Denkschule, die von der Subjektivität jeder Wahrnehmung ausgeht. Ebenso wurden viele Methoden aus anderen humanistischen Therapieschulen nutzbar gemacht (z. B. Familientherapie, Gestalttherapie, u. a.).

Ein Grund für diese Reputation "NLP = unwissenschaftlich" liegt letztlich aber auch im Umgang bestimmter Anwendergruppen mit dem Gegenstand der Debatte. Nicht wenige NLP-Anbieter haben vorrangig ihren eigenen Gewinn im Auge anstatt das Training, andere verwässern Ausbildungsstandards oder verweigern sich ihnen vollkommen. Dazu kommt noch, daß von den Rändern aus Brücken von NLP zu anderen, parawissenschaftlich oder esoterisch orientierten Feldern geschlagen werden. Man kann also durchaus diese Überschneidungsbereiche zu NLP unwissenschaftlich nennen.

Auf der anderen Seite gibt es auch akademische Anerkennung, so gibt es beispielsweise eigene NLP-Studiengänge, die der Psychologie angegliedert sind; in Österreich ist die Neuro-Linguistische Psychotherapie (NLPT) als psychotherapeutische Methode offiziell anerkannt. Zusammenfassend kann man folgendes feststellen: NLP ist keine Wissenschaft, eher ein Unterbereich der Psychologie. Aber ebenso wenig, wie NLP eine eigene Wissenschaft darstellt, kann man sagen, daß NLP unwissenschaftlich ist.“ (Landsiedel, 2012)

Zu bemerken ist an dieser Stelle noch, daß es in Deutschland außer den vier tiefenpsychologisch orientierten Verfahren und der Verhaltenstherapie noch kein anderes Verfahren geschafft hat, eine Anerkennung zur Abrechnung mit den Krankenkassen zu erhalten. Die Anerkennung der Psychoanalyse im Abrechnungsverfahren mit den gesetzlichen Krankenkassen begründet lediglich auf den einen Satz „Es ist das Verfahren mit der längsten Erfahrung“. So wurden unter anderem Transaktionsanalyse, Gestalttherapie und systemische Therapie nicht anerkannt. Ablehnungsgründe waren: Die Verfahren seien nicht wissenschaftlich fundiert genug, oder erhebliche Mängel in den vorgelegten Studien. – Hier lohnt wieder ein Blick über die Grenze nach Österreich, dort sind alle diese Verfahren zur Abrechnung mit den Krankenkassen zugelassen.

NLP, Transaktionsanalyse, Gestaltberatung und systemische Beratung werden auch in Wirtschaftskontexten, Pädagogik, Supervision und Coaching angewandt. Außer am NLP wird jedoch an keiner der anderen Methoden derart massiv Kritik geübt. Sicherlich zu beanstanden ist eine Überbetonung des Pragmatismus im NLP, und daß es unterlassen wurde für einige Methoden innerhalb des NLP für eine hinreichende theoretische Fundierung zu sorgen. Daran wird jedoch gerade vielfach gearbeitet. An vielen Hoch- und Fachhochschulen werden NLP-Inhalte vermittelt oder sogar NLP-Ausbildungen (z. B. an der Donau-Uni in Krems, Steinbeis Hochschule in Berlin, FH f. angewandtes Management in Erding) durchgeführt.

2.4 Subjektives Erleben

2.4.1 Bedeutung gem. Duden

subjektiv (Wortart: Adjektiv) = dem Subjekt angehörend, in ihm begründet; persönlich; einseitig, partiisch, unsachlich

Subjektivität (Wortart: Substantiv, feminin) = die; - (persönliche Auffassung, Eigenart; Einseitigkeit) (Duden, 2006, S.982 f)

2.4.2 Bedeutung im Sinne subjektiver Krankheitstheorie

Da NLP seine Wurzeln in der Psychotherapie hat, ist eine Definition aus Sicht der Krankheitstheorie an dieser Stelle durchaus angebracht.

„Definition nach Filipp et al. (1987) „als individuelle Wissens- und Überzeugungssysteme aufgefaßt, in denen krankheitsbezogenen Vorstellungen, Assoziationen, Sinndeutungen, Ursachenzuschreibungen und Verlaufserwartungen, organisiert sind“. Sie entstehen durch die

Wahrnehmung einer Krankheit und helfen diese besser zu verarbeiten, es zu verstehen und als Teil des Lebens zu akzeptieren. Sie können den Krankheitsverlauf und die Therapie stark beeinflussen.

Subjektives Erleben

Aus subjektiver Sicht ist Krankheit eine Einschränkung von Wohlbefinden und Handlungsvermögen. Für jeden Menschen ist das subjektive Erleben von Krankheiten individuell. Man nimmt medizinische Hilfe (ärztliche Hilfe) meist erst dann in Anspruch, wenn man körperliche Empfindungen wahrnimmt (Körperwahrnehmung) und sie als Symptome interpretiert (Symptomwahrnehmung):

- Körperwahrnehmung (Interozeption) besteht aus
 - Propriozeption (Wahrnehmung der Körperhaltung und -bewegung),
 - Viszerozeption (Wahrnehmungen aus den inneren Organen) und
 - Nozizeption (Wahrnehmung von Schmerzen)
- Symptomwahrnehmung wird stark von kognitiven, emotionalen und motivationalen Variablen beeinflusst.

Subjektive Krankheitstheorien

Auch die Patienten selbst entwickeln Vorstellungen von ihrer Krankheit- diese Vorstellungen nennt man Subjektive Krankheitstheorien: subjektiv, weil es sich um persönliche Modelle handelt. Oft werden sie von Patienten auch nicht direkt ausgesprochen, sind also implizit und müssen vom Arzt erfragt werden. Auch sind sie von Emotionen sowie den Bedürfnissen in der jeweiligen Situation beeinflusst und können sich dementsprechend schnell ändern. Subjektive Krankheitstheorien spielen bei der Interpretation von Beschwerden auch eine wichtige Rolle: „Was bedeutet dieses Zeichen im Brustkorb?“ „Könnte es das Anzeichen eines Herzinfarkts sein?“ Sie betreffen folgende Bereiche:

Ursachen: „Woher kommt meine Erkrankung?“

Krankheitsbild: „Woran leide ich eigentlich?“

Verlauf: „Ist diese Krankheit akut oder chronisch?“

Behandlung: „Was wird mir am besten helfen?“

Auswirkungen: „Wird diese Krankheit bleibende Schäden hinterlassen?“

Wissenschaftliche Erfassung der subjektiven Krankheitstheorien

- Akteur-Beobachter-Ansatz: je nach Standpunkt schreibt man dem Verhalten eines Akteurs andere Ursachen zu ("fundamentaler Attributionsfehler"); die Ursachenzuschreibung kann man verbessern und ausgewogener gestalten, wenn man seinen Standpunkt wechseln und sich in den anderen hineinversetzen kann.
 - Akteur: "die situativen Umstände sind für mein Verhalten entscheidend"
 - Beobachter: "seine Persönlichkeit ist für sein Verhalten entscheidend"
- Attributionstheorie: man kann unterschiedliche Haltungen zum eigenen Erfolg oder Mißerfolg einnehmen.
 - Internal – external
 - Global – spezifisch
 - Stabil – variabel
 - Kontrollierbar – unkontrollierbar

Beispiel für externale, spezifische, variable Attribution: "Ich habe diese Prüfung ausnahmsweise (spezifisch) nicht bestanden, weil der Prüfer viel zu schwere Fragen gestellt hat (external); er wird sich aber bessern (variabel)."

Beispiel für internale, globale, stabile Attribution: "Ich habe diese Prüfung nicht bestanden, weil ich nie (stabil) irgendwelche (global) Prüfungen bestehe; ich bin einfach zu dumm dazu (internal)." Ein internaler Attributionsstil von Mißerfolg mündet eher in Resignation als in Veränderungsbereitschaft.

- Theorie der Selbstwirksamkeit: je höher die eigene Selbstwirksamkeitserwartung (= Erwartung, eine Situation mit Hilfe eigener Ressourcen bewältigen zu können) ist, desto wahrscheinlicher kann man ein bestimmtes Verhalten auch in widrigen Situationen ausführen.

Einflüsse auf die Arzt-Patient-Beziehung

Subjektive Krankheitstheorien sind wichtig für die medizinische Behandlungen und die Arzt-Patient-Beziehung:

- Sie beeinflussen die Mitarbeit bei der Behandlung, weil ein Patient nur dann den Empfehlungen des Arztes folgt, wenn sie auch aus seiner eigenen Sicht plausibel sind.
- Sie beeinflussen das emotionale Befinden: Krebskranke, die eine psychosomatische Krankheitstheorie haben und sich selbst eine Mitschuld an der Entstehung des Tumors zu schreiben, sind depressiver als diejenige, die das nicht tun.
- Sie sagen die berufliche Wiedereingliederung voraus. Die vom Patienten abgegebene prognostische Einschätzung, ob er nach Abschluß der Rehabilitation in der Lage sein

werden, seine Arbeit wieder aufzunehmen oder nicht, sagt die tatsächliche Wiederaufnahme der beruflichen Tätigkeit am besten vorher, und zwar unabhängig von der Krankheitsschwere.“ (Pflegerwiki, 2013 u. Rheinische-Friedrich-Wilhelms-Universität, 2013, S. 4 ff)

2.4.3 Subjektivität

Beobachtbares Verhalten und sämtliche Körperprozesse, die damit einhergehen, sind objektiv vorhanden und dadurch für jeden Beobachter in gleicher Weise feststellbar. Sie sind öffentlich, sie sind intersubjektiv verifizierbar. Dagegen ist das Erleben subjektiv und privat und ist nur der erlebenden Person unmittelbar zugänglich. Nur diese Person weiß, was sie im Moment empfindet, fühlt und denkt. Zum Erleben der Mitmenschen hat man keinen unmittelbaren Zugang, sowie zum eigenen Erleben. Noch nie hat ein Mensch das Erleben eines anderen Menschen von innen her erfahren. Man kann das Verhalten seiner Mitmenschen beobachten, jedoch nicht ihr Erleben. Das bedeutet nicht, daß das Erleben anderer Menschen anderen vollständig verschlossen bleibt. An der Mimik, an der Tonalität, der Sprechgeschwindigkeit, an der Physiologie und an anderen sichtbaren Reaktionen wie Zittern, Erröten, Blässe und Transpiration ist ablesbar, in welchem Gemütszustand sich andere Menschen befinden. Von diesen Beobachtungen des Ausdrucksverhaltens anderer macht man sich ein Bild davon, was andere Menschen im Moment empfinden und erleben. Häufig stellt man sich vor, wie man selbst in ähnlichen Situationen reagiert und versucht dies nach zu empfinden. Bis zu einem gewissen Grad ist es auch möglich sich in das Erleben anderer einzufühlen. Je besser das gelingt, desto genauer kann man Verhalten und Handeln vorhersagen.

Ansgar Beckermann weist auf die verschiedenen Bedeutungen des Ausdrucks „privat“ aufmerksam. Ein erster Sinn von „privat“ zeigt sich in Aussagen wie: „Mehrere Personen können dasselbe Auto besitzen, aber meine Schmerzen kann nur ich haben.“ Eine andere Person kann die gleichen Schmerzen haben wie eine Person, aber nicht deren Schmerzen. Ein verwandter, aber verschiedener Sinn von „privat“ wird deutlich in der Aussage: „Nur ich kann meine Schmerzen fühlen.“ Wieder ein anderer Sinn von „privat“ ergibt sich aus der Aussage: „Nur ich kann wissen, ob ich Schmerzen habe; andere können dies höchstens vermuten.“ Beckermann (1999) sieht einen engen Zusammenhang zwischen der Privatheit mentaler Zustände und ihrer Subjektivität. Der Ausdruck Subjektivität bezieht sich auf die Tatsache, daß es sich auf eine bestimmte Weise anfühlt, Erlebniszustände

zu haben. Freude fühlt sich anders an als Ärger, Wut und anders als Ekel, Verachtung wieder anders als Langeweile. Für jeden Menschen haben diese Zustände eine ganz spezifische Erlebnisqualität. Es fühlt sich auf eine charakteristische Weise an, auf eine blühende Wiese zu blicken, den beruhigenden Ton einer Panflöte zu hören oder den süßen Geschmack von Schokolade auf der Zunge zu spüren. Solche Zustände zu erleben, ist etwas anderes, als sie zu denken, zu beurteilen oder gar zu glauben, in ihnen zu sein.

Alle Menschen leben in ihrer ganz persönlichen Erlebniswelt. Vor allem der Psychotherapeut Carl Rogers hat darauf aufmerksam gemacht. Jedermann nimmt andere Menschen, Gegenstände und Ereignisse auf eine einzigartige Weise wahr, und gibt diesen nur von ihm selbst empfundene Bedeutungen. Die innere Erlebniswelt ist nur der Person selbst unmittelbar zugänglich. Nur die Person selbst kann sagen, was sie fühlt, was sie erlebt und wie sie es erlebt. Es gibt so viele Erlebniswelten, wie es Menschen gibt. Nach Carl Rogers (1976) ist das Erleben des Menschen der beste Ausgangspunkt zum Verstehen seines Verhaltens und Handelns. Wenn man sich in einen anderen Menschen einfühlt, und damit ist das Bemühen gemeint, die Welt mit den Augen des anderen zu sehen, so als wäre man der andere, ohne zu vergessen, daß man nicht der andere ist. Einfühlung bedeutet also nicht, sich mit dem anderen zu identifizieren und seine Gefühle nachzuerleben. Vielmehr besteht Einfühlung darin, die eigenen Werthaltungen beiseite zu legen, um ohne Vorurteil die Erlebniswelt des anderen betreten zu können. Wenn man Gegenstände im Raum oder Menschen und Autos auf der Straße beobachtet, dann stimmen diese Wahrnehmungen mit denen anderer Menschen in der Regel überein. Wenn man versucht zu verstehen, wie eine Person einen Gegenstand erlebt, ob er ihr gefällt, welchen Wert er für sie besitzt oder welche Gefühle er in ihr auslöst, dann sieht man, wie unterschiedlich menschliche Erlebniswelten sind. (Goller, 2009, S. 34 ff)

Im übrigen sei an dieser Stelle an das vorige Kapitel „2.2 Wovon handelt NLP“ Absatz 14 verwiesen, indem beschrieben wird, daß NLP vom Studium subjektiver Erfahrung handelt. Letztlich geht es darum, daß Menschen den gleichen Kontext verschieden wahrnehmen und interpretieren. D. h. ein Mensch, der einer geregelten Arbeit nachgeht, fühlt sich vielleicht nicht glücklich, obwohl er damit seinen Lebensunterhalt und den einen oder anderen Luxus finanzieren kann. Für einen Menschen der längere Zeit arbeitslos war, und der endlich wieder einen Job hat, kann es sein, daß dieser sich nun sehr glücklich fühlt. Es kann sogar sein, daß der erste Mensch sich unglücklich fühlt, weil z. B. die Tätigkeit der er nachgeht nicht sein Traumjob ist.

2.5 Die Fragebogenmethode

2.5.1 Probleme mit dem Fragebogen

Der Fragebogen war bisher Gegenstand hunderter einzelner empirischer Forschungsarbeiten gewesen. Dennoch ist es in der Vergangenheit nicht zu einer übersichtlichen und zusammenfassenden Darstellung der Methode gekommen. Das Erfassen von Persönlichkeitseigenschaften und sozialen Einstellungen mit Hilfe des Fragebogens wirft eine Vielzahl methodischer Probleme auf. Diese lassen sich gewöhnlich auf das Problem der Meßgenauigkeit und der Reliabilität sowie der Validität und Gültigkeit der Erhebungsinstrumente zurückführen. Darüber wird in Psychologie und Sozialwissenschaften seit Jahrzehnten diskutiert. Besonderes Gewicht bekommt die Thematik, weil es sich beim Fragebogen offensichtlich nicht um „objektive“ sondern „subjektive“ Meßverfahren zu handeln scheint. Praktisch fand jedoch nur in der Öffentlichkeit eine Abwertung des Fragebogens statt, nicht jedoch in der Forschungspraxis.

Wichtiger Grund für das Weiterarbeiten mit dem Fragebogen, die mit ihren resultierenden Fragebogen-Maßen, den Scores, eine nur grobe Abschätzung der Positionen der Probanden auf eindimensionalen Skalen erlauben, ist mit Sicherheit die Struktur der meisten psychologischen Experimente und empirischen Untersuchungen anzusehen. Üblich ist, sich auf die Erforschung der Zusammenhänge und Abhängigkeiten einer begrenzten Anzahl einzelner Merkmale oder Variablen zu konzentrieren. (Mummendey, 2008, S. 14 f)

2.5.2 Der Fragebogen – ein subjektives oder objektives Verfahren?

Sucht man nach Gründen für die hervorragende Stellung des Fragebogens kann man den Eindruck gewinnen, als schöpfe der Fragebogen einen Teil seiner Bedeutung und Faszination gerade aus seiner Zwischenstellung zwischen einem „subjektiven“ und „objektiven“ Verfahren:

- ✚ „Einerseits werden mit den Fragebogen-Items (Fragen oder Feststellungen, die zu beantworten sind) innere Zustände, Erlebnisweisen, Kognitionen erfragt, die sich nur schwer oder sonst gar nicht von außen beobachten lassen – neben den selbstverständlich ebenfalls erfragbaren, offen beobachtbaren Verhaltensweisen eines Menschen.

- ✚ Andererseits geschieht dies in einer standardisierten Form derart, daß die Frage oder Feststellung als stets in unveränderter Weise dargebotener Reiz aufzufassen ist, während die Antwort der Versuchsperson auf das Item des Fragebogens als Reaktion auf einen verbalen Stimulus angesehen werden kann, der sich allenfalls in seiner Komplexität von den meisten in der Psychophysik verwendeten Stimuli unterscheidet.“ (Mummendey, 2008, S. 16)

2.5.3 Plädoyer für den Fragebogen

Subjektive Meßverfahren sind von einer Vielzahl subjektiver Größen beeinflußbar und gerade deren Wert ist für die Erforschung menschlichen Verhaltens und Erlebens wertvoll. In der Untersuchung des Zusammenspiels dieser subjektiven Strategien, Taktiken oder unbeabsichtigten Antworttendenzen können Fragebögen zwar nicht das Niveau „objektiver Tests“ erreichen, es wird daher empfohlen sie nicht als Tests im herkömmlichen Sinne, also als standardisierbare, geeichte Instrumente wie in der Individualdiagnostik einzusetzen. Es ist jedoch gerade die enorme Sensibilität von Fragebogen-Resultaten sowohl den subjektiven als auch den situativen, den äußeren Einflüssen gegenüber, die den Fragebogen zu einem wertvollen Forschungsinstrument macht. Vergleicht man systematisch die Ergebnisse verschiedener Personengruppen, die unter unterschiedlichen inneren und äußeren Bedingungen Fragebogen beantworten, führt zu wertvollen Erkenntnissen in psychologischen Experimenten und Felduntersuchungen. Trotz einer Reihe methodischer Unzulänglichkeiten, die das Verfahren aufweist, wenn man verlangt möglichst objektiv und exakt zu messen, so besitzt das Verfahren anscheinend dennoch eine Reihe als verborgen erscheinender Qualitäten. Gerade eben auch, weil es nur mit dem Anspruch antritt ein „subjektives Verfahren“ zu sein. Außerdem ist der Fragebogen gerade zu universell einsetzbar. (Mummendey, 2008, S. 18 f)

2.5.4 Konstruktion des Fragebogens

Zunächst ist eine Entscheidung über die Form des Fragebogens zu treffen, d. h. über Art und Weise, sprachliches Material zur Beantwortung darzubieten. Im nächsten Schritt ist die Sammlung der Elemente des Fragebogens durchzuführen. Bei der Erstellung der Itemsammlung ist die Entscheidung zu treffen, was gemessen werden soll. Die 14 Regeln (s. Mummendey, 2008, S. 67) der Formulierung nach A. L. Edwards sollte eingehalten werden.

Ebenfalls zu beachten ist die Richtung der Fragen. Dann sollte die Reihenfolge der Items festgelegt werden. (Mummendey, 2008, S. 61 ff)

2.5.5 Offene oder geschlossene Fragen?

Grundsätzlich werden die Fragen in geschlossener Form gestellt, also mit vorgegebenen Antwortalternativen. In einigen Befragungssituationen können jedoch auch offene Fragen sinnvoll sein. (Mummendey, 2008, S. 74)

2.5.6 Art und Anzahl der Antwortmöglichkeiten

Grundsätzlich kann mit zwei Antwortmöglichkeiten auskommen (z. B. stimmt/stimmt nicht). Da jedoch viele Probanden es als angenehmer empfinden, mehr als zwei Antwortmöglichkeiten vorzufinden, macht es Sinn bei den Antworten Skalierungen anzubieten.

Zu beachten ist auch, ob eine gerade oder ungerade Anzahl von Antwortalternativen angeboten wird. Denn bei einer geraden Anzahl sind die Probanden gezwungen sich für eine Antwortrichtung (positiv/negativ) zu entscheiden. Beim Vorliegen einer mittleren Antwortalternative können sich die Befragten dagegen unentschieden äußern.

Da Skalierungen mit negativen und positiven Zahlen manchmal dazuführen, daß Probanden die im Minusbereich liegenden Zahlen als negativ zu werten, wird eine 7-stufige Skala mit positiven Zahlen verwendet. Dabei wurden die Antwortalternativen für 7-stufige Skalen berücksichtigt. Da viele Probanden es als angenehmer empfinden die Leserichtung bei „weniger“ bzw. „mehr“ einzuhalten, wurde dies im Antwortdesign berücksichtigt. (Mummendey, 2008, S. 75 ff)

3. Ergebnisse der Befragung

3.1 Probandengruppe und Wertung der Fragebögen

Es wurden 30 Personen (je 15 Frauen und Männer) die mindestens eine NLP-Practitioner-Ausbildung absolviert haben mit einem Fragebogen befragt. Bei allen Teilnehmern an der Studie lag die Practitioner-Ausbildung mindestens 6 Monate zurück.

Dieser zeitliche Abstand zum Ende der ersten NLP-Ausbildung wurde angelegt, um Anfangseuphorieeffekte auszuschalten.

Es wurden nur die Fragebögen ausgewertet, die vollständig ausgefüllt waren, und bei denen auf die Frage „Sind Sie bereit die Fragen ehrlich zu beantworten“ mit einem „Ja“ geantwortet wurde.

3.2 Statistische Daten der Probanden

3.2.1 Alter

Das Durchschnittsalter der Probanden lag bei 43,8 Jahren. Bei den weiblichen Probanden lag das Durchschnittsalter bei 43,47 Jahren und bei den männlichen Probanden bei 44,13 Jahren. Die jüngste Teilnehmerin ist 27 Jahre alt, die älteste Teilnehmerin 58 Jahre alt. Der jüngste Teilnehmer ist 38 Jahre alt, der älteste Teilnehmer ist 52 Jahre alt.

3.2.2 Beziehung oder Single

Insgesamt leben 26 der 30 Teilnehmer in einer Beziehung. 4 Probanden sind Single.

Verteilung der Probanden auf Single- oder Beziehungsstatus:

	In Partnerschaft	Single
Gesamt	26	4
Frauen	14	1
Männer	12	3

Diese Frage wurde eingebaut, um herauszufinden ob sich die Ergebnisse von Singles zu Probanden, die in Partnerschaft leben signifikant unterscheiden. Ein signifikanter Unterschied

zwischen Probanden die als Single leben gegenüber denen in Partnerschaft kann ausgeschlossen werden.

3.2.3 Schulbildung

Alle 30 Probanden haben einen Schulabschluß.

Verteilung der Schulabschlüsse auf die Probanden:

	Hauptschule/QA	Mittlere Reife	FOS/BOS	Abitur
Gesamt	1	10	2	17
Frauen	0	6	1	8
Männer	1	4	1	9

Legende:

QA = qualifizierter Abschluß

FOS / BOS = Fachoberschule / Berufsoberschule

Bezogen auf den Geburtsjahrgang 1985 haben 2010 rund 46 % der Absolventen ein Abitur oder FOS/BOS-Abschluß erreicht. 32 % haben einen mittleren Schulabschluß erreicht und 19 % einen Hauptschulabschluß. (Weishaupt, 2012) Damit lag das Bildungsniveau hinsichtlich des Schulabschlusses der Probanden, die eine NLP-Ausbildung abgeschlossen haben, über dem Durchschnitt.

3.2.3 Berufsabschluß

Eine Berufsausbildung haben 19 der 30 Probanden abgeschlossen.

Verteilung der Probanden mit Berufsabschluß:

	Berufsabschluß
Gesamt	19
Frauen	9
Männer	10

Alle Probanden haben einen Berufsabschluß oder einen Hochschulabschluß. Nach einer Studie des DGB haben in den letzten Jahren im Schnitt 15 % aller Schulabgänger keinen Abschluß erreicht. Damit liegt das Bildungsniveau der Probanden über dem Durchschnitt der Bevölkerung.

3.2.4 berufliche Weiterbildung (z. B. als Meister, staatl. gepr. Techniker o. Betriebswirt, Fachwirt, Fachkaufmann, Betriebswirt IHK, technischer Betriebswirt, Betriebswirt HWK)

Eine berufliche Weiterbildung haben 12 der 30 Probanden abgeschlossen.

Verteilung der Probanden mit Weiterbildungsabschluß:

	Weiterbildungsabschluß
Gesamt	12
Frauen	6
Männer	6

Im Bildungsbericht 2012 ist unberücksichtigt geblieben, wie viele Menschen an einer anerkannten beruflichen Weiterbildungsmaßnahme teilgenommen haben, bzw. wie viele Menschen im Schnitt der Bevölkerung eine solche öffentlich-rechtliche Weiterbildungsprüfung abgelegt haben. Es wird jedoch berichtet (Weishaupt, 2012, S. 143), daß insgesamt rund 48 % an einer Weiterbildung teilgenommen haben. Es ist jedoch bekannt (s. Berichterstattung der Süddeutschen Zeitung vom 24.11.2013), daß durch den Wegfall des Meisterzwanges in einigen Handwerksberufen die Meisterprüfungen rückläufig sind. Dagegen sind gerade im kaufmännischen Bereich die Vorbereitungslehrgänge auf den Abschluß als Fachwirt/Fachkaufmann bei den IHK's häufig vorzeitig ausgebucht. Auch die Technikerschulen verzeichnen Zuwachsraten. Es ist jedoch davon auszugehen, daß die wenigsten Berufstätigen eine Weiterbildungsprüfung zum Meister/Techniker/Fachwirt o. ä. ablegen werden. Damit ist die Quote der Probanden, die eine Weiterbildungsprüfung abgelegt haben sicherlich über dem Bundesdurchschnitt.

3.2.5 Studienabschluß

Ein Studium haben 15 der 30 Probanden mit mindestens dem Diplom oder Bachelor abgeschlossen.

Verteilung der Probanden mit Studienabschluß:

	Diplom	Bachelor	Master	Promotion
Gesamt	12	3	1	2
Frauen	5	2	0	1
Männer	7	1	1	1

Von den 15 Probanden mit Studienabschluß haben einige mehrere Abschlüsse, so daß bei der Zählung der Probanden mit Studienabschluß nur diejenigen mit einem ersten Abschluß als Bachelor oder Diplom gezählt wurden.

Die Habilitation oder Professur wurde weggelassen, da keiner der Probanden einen entsprechenden Abschluß aufgezählt hat.

In Deutschland haben im Schnitt 25 – 26 % der Menschen einen Studienabschluß erreicht (s. Artikel der Zeit, 2013). Bei den Probanden dieser Studie hat dagegen jeder Zweite einen Studienabschluß. Daraus folgt anscheinend, daß gerade für Hochqualifizierte eine Ausbildung im Bereich der sogenannten „Softskills“ besonders interessant ist.

3.2.6 Einkommen

Alle 30 Probanden erzielen ein eigenes Einkommen.

Verteilung des erzielten Einkommens:

	- 20.000 €	-30.000 €	-40.000 €	- 50.000 €	> 50.000€
Gesamt	3	1	6	4	16
Frauen	3	1	3	3	5
Männer	0	0	3	1	11

„Der durchschnittliche Brutto-Jahresarbeitslohn je Arbeitnehmer in Deutschland betrug im Jahr 2012 nach Angaben des Bundesministeriums der Finanzen rund 28.950 Euro. Der Gender Pay Gap, d. h. der Verdienstabstand zwischen Männern und Frauen, ausgedrückt in Prozent des durchschnittlichen Bruttostundenverdienstes der Männer, beträgt in Deutschland ca. 22%, d. h. der durchschnittliche Bruttostundenverdienst von Frauen ist um 22% niedriger als der von Männern.“ (Statista, 2013)

Nur 4 Ausbildungsteilnehmer lagen im Bereich eines Jahres-Bruttoeinkommens bis zu 30.000,00 €. Mehr als die Hälfte der Ausbildungsteilnehmer gab ein Einkommen > 50.000,00 € an. Daraus läßt sich der Schluß ziehen, daß die Ausbildungsteilnehmer und Interessenten für eine NLP-Ausbildung eher in einem Bereich deutlich über dem Durchschnittseinkommen liegen, und zu den sogenannten „Besserverdienern“ gehören.

3.2.7 NLP-Ausbildungsstufen und Anerkennungen

3.2.7.1 Ausbildungsstufen

Die Probanden haben alle eine erste NLP-Ausbildung als NLP-Practitioner abgeschlossen. Manche Probanden haben mehr als eine Ausbildung durchlaufen und höhere NLP-Ausbildungsabschlüsse erreicht.

Folgende Ausbildungsstufen gibt es: NLP-Practitioner, NLP-Master, Advanced-NLP-Master, Trainer, Coach/Master Coach, NLP-Berater und NLP-Therapeut. Da keiner der Probanden NLP-Therapeut ist, wurde diese Ausbildungsstufe nicht in der Übersicht aufgeführt.

Erreichte NLP-Ausbildungsabschlüsse der Probanden:

	Practitioner	Master	Ad.-Master	Trainer	Coach	Berater
Gesamt	30	24	5	17	10	1
Frauen	15	13	3	8	3	0
Männer	15	11	2	9	7	1

Von den 30 Probandinnen und Probanden haben 24 eine weitere NLP-Ausbildung abgeschlossen. Einige Teilnehmer mind. 17 haben mind. 3 Ausbildungen abgeschlossen

3.2.7.2 Anerkennungen durch NLP-Verband (DVNLP e. V.)

Von den befragten Probanden verfügen einige über eine Lehrberechtigung für unterschiedliche NLP-Level. Folgende Lehrberechtigungen gibt es: NLP-Lehrtrainer, Lehrcoach, NLP-Lehrtherapeut und NLP-Supervisor. Da keiner der Probanden über eine Ausbildungsberechtigung als NLP-Lehrtherapeut und NLP-Supervisor verfügt, wurden diese Lehrberechtigungen in der Übersicht nicht aufgeführt.

Lehrberechtigungen der Probanden:

	NLP-Lehrtrainer	Lehrcoach
Gesamt	13	3
Frauen	7	0
Männer	6	3

Von den befragten Probandinnen und Probanden haben 13 eine Lehrberechtigung für mindestens Practitionerausbildungen, und 3 auch für Master Coach-Ausbildungen.

3.3 Ergebnisse der Befragung

3.3.1 1. Frage: „Sind Sie bereit die Fragen ehrlich zu beantworten?“ – Ja ... Nein

In Anlehnung an das Freiburger Persönlichkeitsinventar (FPI) wurde diese Frage eingebaut, um die Bereitschaft zu erhöhen die Fragen ehrlich zu beantworten, und ein scherzhaftes Ausfüllen zu verhindern. Fragebögen von Probanden die auf diese Frage mit „Nein“ geantwortet hätten, wären nicht in die Bewertung miteinbezogen worden.

Es wurde kein Fragebogen abgegeben, der auf diese Frage eine verneinende Antwort hatte.

3.3.2 2. Frage: „Wie hoch schätzen Sie den Nutzen Ihrer NLP Ausbildung ein?“ – niedrig ... sehr hoch

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,30
Frauen	6,40
Männer	6,20

Die Teilnehmer schätzen den Nutzen der Ausbildung im Schnitt hoch ein. Wobei die Gruppe der Frauen im Mittelwert um 0,2 über den Männern liegt. Frauen schätzen den Nutzen der Ausbildung also geringfügig höher als die Männer ein.

3.2.3 3. Frage: „Wie bewerten Sie die Auswirkungen der Ausbildung auf Ihr Leben insgesamt?“ – schlecht ... gut

Ergebnisübersicht Mittelwert (M) :

Gesamt	6,37
Frauen	6,53
Männer	6,20

Die Auswirkungen der Ausbildung auf das eigene Leben wurde von den Teilnehmern im Schnitt hoch bewertet. Auch hier liegt der Mittelwert der Frauen etwas über dem der Männer.

3.2.4 4. Frage: „Hat sich die Ausbildung auf Ihr privates Leben ausgewirkt?“ – gar nicht ... viel.

Ergebnisübersicht Mittelwert (M) :

Gesamt	5,94
Frauen	6,40
Männer	5,47

Die Teilnehmer geben im Schnitt eine hohe Wirkung auf ihr privates Leben an. Die Gruppe der Frauen unterscheidet sich hier jedoch mit einer Abweichung zu den Männern um 0,93 Punkte deutlich von den Männern. D. h. Frauen schätzen die Auswirkung auf das private Leben signifikant höher ein als die befragten Männer.

3.2.5 5. Frage: „Zählen Sie max. 3 Auswirkungen auf:“

Nachfolgend werden die geschilderten Auswirken aufgezählt, auf Mehrfachnennungen wurde dabei verzichtet:

Objektivere Betrachtung, mehr Ausgeglichenheit, Verbesserung der eigenen Kommunikation, Partnerschaft, Konflikte in der Familie, für mich zu Sorgen, Abgrenzung, mehr Gelassenheit, noch mehr Toleranz, zur Einschätzung anderer, Hinderlich in der Partnerschaft, im Alltag förderlich, besseres Verstehen anderer, verbesserte Wahrnehmung, mehr Verständnis für andere Menschen, Selbstachtung, mehr Ruhe, Wissenserweiterung, Wohnortwechsel, Wechsel des Umfeldes, lebe bewußter, Umgang mit eigenen Kindern, persönliche Entwicklung, partnerschaftlichere Beziehung, Finanzen, Persönlichkeit, Erfolgreicher, Selbstbestimmter, Glücklicher, eigene Haltung, Umgang mit mir selbst, bin Trainer bei Landsiedel geworden, offener, flexibler, Scheidung, neuer Job, Umzug, positives Denken, Lösungsorientierung, Empathie entwickelt, Freunde verloren und andere dazu gewonnen, Altlasten loslassen, Denkblockaden weg, bin wesentlich offener, ADHS ist ruhiger, besser schlafen, keine Alpträume mehr, Gesundheit ist besser, ich kann Sachen leichter auf den Grund gehen, ich kann leichter verstehen was dahinter steckt; bin wesentlich weltoffener, motivierter und energiereicher; rege mich nicht mehr so auf, fühle mich glücklicher und

zufriedener, Wertschätzung zu anderen Menschen stark erhöht, Rapportfähigkeit, persönliches Wachstum, lebe mein Leben, habe nun geheiratet, Statemanagement, hohe Selbstmotivation, besseres allgemeines psychologisches Wissen.

Die befragten Frauen und Männer konnten eine Vielzahl von Auswirkungen aufzählen. Mehrere der Befragten haben mehr als 3 Auswirkungen aufgezählt. In die Aufzählung flossen jedoch nur die ersten drei ein. Die beschriebenen Auswirkungen sind nahezu alle positiv, selbst negativen Auswirkungen wie z. B. Scheidung wurde ein positiver Vermerk angefügt.

3.2.6 6. Frage: „Mein privates Leben hat sich seit dem ... verschlechtert - verbessert“

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	5,80
Frauen	5,87
Männer	5,73

Die Teilnehmer bewerten mit einem hohen Mittelwert eine Verbesserung ihres privaten Lebens. Männer und Frauen unterscheiden sich hier nur geringfügig.

3.2.7 7. Frage: „Mit meinem Privatleben bin ich jetzt zufriedener“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M) :

Gesamt	5,77
Frauen	6,00
Männer	5,53

Ebenfalls mit einem hohen Mittelwert wird eine höhere Zufriedenheit mit dem privaten Leben angegeben. Die Gruppe der Frauen gibt hier mit einem Unterschied von 0,47 wieder einen höheren Wert als die Männer an.

3.2.8 8. Frage: „Hat sich die Ausbildung auf Ihr berufliches Leben ausgewirkt?“ – wenig ...
viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,10
Frauen	6,33
Männer	5,87

Einen hohen Mittelwert hinsichtlich der Auswirkungen auf das berufliche Leben wird von den Probanden angegeben. Der Wert der Frauen ist mit einem Unterschied von 0,46 Punkten wieder höher als der Wert der Männer.

3.2.9 9. Frage: „Mein berufliches Leben hat sich ... verschlechtert - verbessert“

Ergebnisübersicht : Mittelwert (M)

Gesamt	6,00
Frauen	6,00
Männer	6,00

Die Probanden geben eine Verbesserung ihres beruflichen Lebens mit einem hohen Wert an. Hier gibt es zwischen Frauen und Männern keinen Unterschied.

3.2.10 10. Frage: „Zählen Sie max. 3 Auswirkungen auf“

Nachfolgend werden die geschilderten Auswirken aufgezählt, auf Mehrfachnennungen wurde dabei verzichtet:

Neuer Job, mehr Anerkennung, verbesserter Umgang mit Kollegen, Konfliktmanagement bei Mediatoren, NLP-Coaching ist Teil meiner Arbeit, Wertschätzung anderen gegenüber (Ich bin gut und Du bist gut), Kommunikation mit anderen verbessert, Anweisungen konkreter und verständlicher geben, im Gespräch mit anderen besser umgehen, weniger anecken, Kommunikation ist positiv, Erweiterung der Tätigkeitsfelder u. a. Coaching, bessere Stundensätze und Kunden, glücklicher und zufriedener im Job, mehr Perspektiven, nebenberufliche Selbständigkeit, Arbeitsplatzwechsel, selbständig gemacht, mehr Freude an der Arbeit, mehr Erfüllung im Tun, berufliche Chancen, mehr Kunden, mehr Zufriedenheit,

habe mich selbständig gemacht; tue mehr das, was ich gut kann; mehr Verdienst, Glücklicher, bin souveräner geworden, Schlagfertigkeit, Empathie, Gelassenheit, Verständnis, aktives Zuhören, Lösungsorientierung, Konflikte vermeiden, in Verhandlungen besser geworden, kann besser mit Leuten umgehen, Ziele sind klarer und fokussierter, wichtiges von unwichtigem trennen, keinen Bock mehr auf meinen alten Job, viele neue Möglichkeiten geschenkt bekommen, genieße die Wahlmöglichkeiten; kann Informationen leichter transportieren, so daß sie verstanden werden; Teilnehmer im Training bei der Stange halten, offener für Fragen, mehr Prozeß statt Inhalt, besseren Kundenservice, weniger Streß; mehr Freiheit, Spaß und Sinn; Beruf und Arbeitgeber gewechselt, planbarer Erfolg, Modeling, verbessertes Verständnis mich in neue Rollen und Aufgaben hineinzudenken.

Auch bei dieser freien Frage geben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer wieder eine Vielzahl an positiven Auswirkungen an. Hier wurden auch wieder von mehreren Probanden mehr als drei Auswirkungen aufgezählt, die jedoch nicht gewertet wurden.

3.2.11 11. Fragen: „Haben Sie sich beruflich verändert?“ – wenig ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	5,40
Frauen	5,47
Männer	5,33

Mit einem Mittelwert von 5,4 geben die Probanden eine berufliche Veränderung an. Der Unterschied zwischen Frauen und Männern fällt nur minimal ins Gewicht, und ist vernachlässigbar.

3.2.12 12. Fragen: „Mit meinem Berufsleben bin ich jetzt zufriedener?“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	5,70
Frauen	5,60
Männer	5,80

Die Probanden geben eine hohe Zufriedenheit an. Hier ist der Mittelwert der Männer mit 0,2 etwas höher als bei den befragten Frauen.

3.2.13 13. Frage: „Erhalten Sie jetzt mehr Geld als vor der Ausbildung?“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	3,77
Frauen	4,00
Männer	3,53

Hinsichtlich einer Erhöhung des Einkommens hat sich Ausbildung nur mittelmäßig ausgewirkt. Der Wert bei den Frauen liegt allerdings mit 0,47 Punkten doch deutlicher über den Männern.

3.2.14 14. Frage: „Wurden Sie nach der NLP-Ausbildung befördert?“

Selbständige Probanden haben die Frage nicht beantwortet.

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

	Ja	Nein
Gesamt	7	17
Frauen	4	9
Männer	3	8

Von den angestellten Probanden wurden im Schnitt nur rund 20 % befördert. Unterschiede zwischen Frauen und Männern sind in Anbetracht der niedrigen Zahl minimal.

3.2.15 15. Frage: „Hat sich Ihr Kommunikationsverhalten verbessert?“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,00
Frauen	5,93
Männer	6,07

Mit einem hohen Mittelwert geben die befragten Frauen und Männer eine Verbesserung ihres Kommunikationsverhaltens an. Der Unterschied zwischen Frauen und Männern ist mit 0,14 Punkten gering.

3.2.16 16. Frage: „Wo setzen Sie NLP hauptsächlich ein?“

Nachfolgend werden die geschilderten Einsatzsituationen aufgezählt, auf Mehrfachnennungen wurde dabei verzichtet:

Teilweise in familiären und beruflichen Konflikten, privat und beruflich, im sozialen Bereich, in der Kommunikation, im Lerncoaching, beim Zuhören, überall (Sport, Hobby, Beruf), unbewußte Kompetenz, überall, im Training, berufliche Beratung, immer, lebe es vielleicht schon ein Stückweit, in der Arbeit, bei Präsentationen, Mitarbeiterschulungen, Selbstentwicklung, Coaching, Therapie, Ausbildung; bewußt selten, bei allem was mit Einschätzung anderer Menschen zu tun hat.

Die befragten Probanden gaben eine Vielzahl von Einsatzmöglichkeiten für NLP in ihrem Leben an. Daraus läßt sich schließen, daß das Gelernte vielfach verinnerlicht wurde.

3.2.17 17. Frage: „Ich gestalte mein Leben mehr als vor der Ausbildung“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	5,90
Frauen	5,73
Männer	6,07

Mit einem hohen Mittelwert geben die Teilnehmer an, daß sie ihr Leben mehr als vor der Ausbildung gestalten. Dabei liegt die Gruppe der Männer mit 0,34 Punkten über den Frauen. Aus dieser Frage läßt sich schließen, daß die Ausbildungsteilnehmer ihr Leben mehr selbstbestimmt gestalten.

3.2.18 18. Frage: „Haben Sie Einfluß auf Ihre Befindlichkeit?“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,10
Frauen	6,27
Männer	5,93

Mit einem hohen Mittelwert bestätigen die Teilnehmer der Befragung, daß sie einen Einfluß auf ihre derzeitige Befindlichkeit haben. Das bedeutet, daß die Ausbildungsteilnehmer wohl in der Lage sind, die NLP-Fertigkeiten zum eigenen Statemanagement einzusetzen. Die Gruppe der befragten Frauen erreicht hier einen um 0,34 Punkte höheren Wert als die Männer.

3.2.19 19. Frage: „Insgesamt fühle ich mich nach der Ausbildung glücklicher als vorher“ – gar nicht ... viel

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,17
Frauen	6,40
Männer	5,93

Mit einem hohen Mittelwert geben die Probanden an, sich seit der Ausbildung glücklicher zu fühlen. Die Gruppe der Frauen erreicht hier einen um 0,47 Punkte höheren Wert als die Männer.

3.2.20 20. Frage: „Insgesamt bewerte ich die Auswirkungen der NLP-Ausbildung auf mein Leben ... schlecht – gut“

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,47
Frauen	6,60
Männer	6,33

Die Teilnehmer bewerten die Auswirkungen der NLP-Ausbildung auf ihr Leben insgesamt mit einem hohen Mittelwert. Die Gruppe der Frauen erreicht einen um 0,27 Punkte höheren Wert.

3.2.21 21. Frage: „Mit welcher Wahrscheinlichkeit würden Sie eine NLP-Ausbildung weiterempfehlen?“ – niedrig ... sehr gut

Ergebnisübersicht Mittelwert (M):

Gesamt	6,67
Frauen	6,60
Männer	6,73

Mit einem sehr hohen Mittelwert würden männliche und weibliche Probanden eine NLP-Ausbildung weiterempfehlen. Der Unterschied zwischen Frauen und Männern ist sehr gering.

3.2.22 22. Frage: Welche NLP-Formate/-Techniken setzen Sie ein?

Nachfolgend werden die angegebenen NLP-Formate und Techniken aufgezählt. Auf Mehrfachnennungen wurde verzichtet.

Disney-Strategie, Zielformulierung und Ziele-Timeline, Swish, Telearbeit, Dilt'sche Ebenen (auch Neuro-Logische Ebenen), Ankern, Feed-Back-Sandwich, Reframing, Six Step, Timeline, Zielrahmen, Core Transformation, Rapport, Pacing, Leading, Metaprogramme, Milton-Modell/Hypnose/ Trance, Wertearbeit, 1, 2, 3-Meta, Verhandlungsreframing, Metamodell, VAKOG, Phast Phobia Cure, Submodalitäten, Wahrnehmungspositionen, Kalibrieren, Core Outcome, Moment of Excellence, Circle of Excellence, Soziales Panorama Modell, New Behavior Generator, Grinder-Format, CP³, Präsentationstechniken.

Die Probanden geben eine Vielzahl von NLP-Formaten und Techniken an, die sie einsetzen. Das weist auf eine hohe Integration des Gelernten hin.

3.2.23 Stimmen Sie der Aussage zu: „Jeder ist seines Glückes Schmid“

	Ja	Nein
Gesamt	30	0
Frauen	15	0
Männer	15	0

Alle Probandinnen und Probanden stimmen der Aussage mit „Ja“. Daraus läßt sich folgern, daß die Teilnehmer der NLP-Ausbildung übereinstimmend der Ansicht sind, das Glück ein selbst erreichbarer Zustand ist, und nicht von äußeren Faktoren abhängt.

3.2.24 Stimmen Sie der Aussage zu: „Situationen muß man so nehmen wie sie kommen“

	Ja	Nein
Gesamt	18	12
Frauen	7	8
Männer	11	4

18 Probanden glauben, daß man auftretende Situationen des Lebens so nehmen muß, wie sie kommen. 12 sind der Ansicht, daß sie darauf Einfluß nehmen können, und diese verändern können. Die Anzahl der Frauen die glaubt, daß dem nicht so ist, ist mit 8 um 4 Personen höher als die der Männer.

3.2.25 Stimmen Sie der Aussage zu: „Man kann Beziehungen durch Kommunikation gestalten“

	Ja	Nein
Gesamt	30	0
Frauen	15	0
Männer	15	0

Alle Probanden sind der Ansicht, daß Beziehungen durch Kommunikation gestaltbar sind. D. h. daraus läßt sich folgern, daß die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einer NLP-Ausbildung der Auffassung sind, daß sie durch ihr Kommunikationsverhalten zum Gelingen einer

Beziehung einen Beitrag leisten können, und das Gelingen durchaus im Rahmen ihrer Einflußmöglichkeiten liegt.

3.2.26 Stimmen Sie der Aussage zu: „Die meisten Erfolge im Leben sind Glück“

	Ja	Nein
Gesamt	1	29
Frauen	1	14
Männer	0	15

29 der 30 befragten Probanden sind der Ansicht, daß Erfolg nichts mit Glück zu tun hat, sondern durch eigene Leistungen erreicht wird.

4. Fazit/Ergebnis

Als Richard Bandler und John Grinder 1975 „The Structure of Magic Vol. I“ und im Jahr darauf „The Structure of Magic Vol. II“ veröffentlichten rüttelten sie den Markt der psychologischen Modelle gehörig auf. Die ersten deutschen Übersetzungen erschienen 1981 und 1982. (Bandler, Richard, Grinder, John, 1981 und 1982) Neben großer Begeisterung lösten sie bis heute auch eine Menge Kritik aus. Im Vordergrund stand nun nicht mehr eine Theorie vom menschlichen Erleben in das Menschen gepreßt wurden, sondern eine Lösungsfokussierung und die vom Pragmatismus geleitete Idee mehr von dem zu tun was funktioniert. Bandler und Grinder haben untersucht, was herausragende Therapeuten von durchschnittlichen unterscheidet, indem sie die psychotherapeutischen „Magier“ der damaligen Zeit einer eingehenden Untersuchung unterzogen haben. Dabei gingen sie nicht mehr von irgendwelchen Theorien aus, sondern gingen von einem linguistischem Standpunkt aus an ihre Modelle heran. Insbesondere John Grinders Fähigkeiten als Linguist über die Modellbildung konnten hier erheblich zur Erhellung von grundlegenden sprachwissenschaftlichen Gemeinsamkeiten dieser therapeutischen Größen beitragen. Außerdem konnten sie das von Watzlawick postulierte metakommunikative Axiom „man kann nicht nicht kommunizieren“ bestätigen. Watzlawick beschreibt damit, daß auch dann, wenn sich zwei Personen nur wahrnehmen können, sie miteinander kommunizieren können. Damit wird besagt, daß Verhalten jeder Art bereits eine Form der Kommunikation darstellt. (Elger, 2009, S. 102; Watzlawick, et al, 1967, S. 58 ff.) Bereits 1967 hat Albert Mehrabian

die Wirkung non-verbaler Kommunikation bei Präsentatoren untersucht und veröffentlichte seine 55-38-7-%-Regel. Mehrabian stellte fest, daß bei Präsentationen vor Gruppen die Körpersprache 55 % der Wirkung ausmacht. 38 % der Wirkung wurden durch die Stimmodulation und andere Stimmcharakteristika erzielt. Nur 7 % waren auf den Inhalt zurück zu führen. (Mehrabian, 1967, S. 248 ff)

Bandler und Grinder haben erheblich dazu beigetragen, daß die Psychologie wieder mehr zu einer Erfahrungswissenschaft wird, und sind damit wieder mehr in die Fußstapfen Wilhelm Wundts getreten. Gerade die tiefenpsychologischen und humanistischen Denkschulen innerhalb der Psychotherapie und Psychologie haben erheblich zu einer Theoretisierung der Psychologie und Psychotherapie beigetragen. Im Vordergrund steht bei NLP allerdings nicht die Psychotherapie sondern das Modelling („Modeling of Excellence“, so John Ginder). (McClendon, Terrence, 2003, S. 42) Modelling ist die Kernkompetenz des NLP.

Schnell schaffte NLP den Sprung aus der Psychotherapie in andere Kontexte wie Pädagogik und Business usw. Dieser Trend hält seit vielen Jahren ungebrochen an, wenn man anhand der Siegelverkäufe des DVNLP auf die jährlichen Teilnehmerzahlen hochrechnet. Über 10.000 Teilnehmer allein an nach DVNLP zertifizierten Ausbildungen rechtfertigt auf jeden Fall, daß überprüft wird, ob die Werbeaussagen der Anbieter und der NLP-Literatur nachgeprüft wird, und die Versprechen eines glücklicheren, zufriedeneren und erfolgreicherer Lebens eingelöst werden. **„NLP eröffnet Zugänge zu außergewöhnlichen Fähigkeiten und Leistungen** „Alles, was ein Mensch kann, ist erlernbar“, so lautet eine der Vorannahmen des NLP. Die Vermittlung bzw. Aneignung von Strategien, wie Menschen mit besonderen Begabungen oder Fähigkeiten ihre Leistungen erreichen, nennen wir im NLP „Modellieren“. Die Fähigkeit zum Modellieren ist der Schlüssel zur Kompetenz. Sie ermöglicht effizienteres Lernen und läßt sich in unterschiedlichsten Bereichen anwenden: Psychotherapie, Pädagogik, Wirtschaft, Gesundheit, Sport oder in kreativen Prozessen.“ So schreibt der DVNLP auf seiner Homepage. (DVNLP e. V., 2013)

Eine der Faszinationen des NLP dürfte eben auch in der Betonung des Pragmatismus liegen. In der klassischen Psychologie und Psychotherapie wird Veränderung immer damit gleichgesetzt, daß sie erstens lang dauert und zweitens schwer ist. NLP verspricht hier Veränderung mit Leichtigkeit. Viele Standard-NLP-Formate können in ihrer Wirksamkeit heute durch die Neurowissenschaften bestätigt werden.

In 26 Fragen sollte nun mit einer qualifizierten Probandengruppe nachgewiesen werden, daß die von NLP-Anbietern abgegebenen Versprechen auch eingehalten werden. Überprüft werden sollte ob die Ausbildungsteilnehmer sich im privaten und beruflichen Kontext

wirklich zufriedener fühlen, ob sie sich glücklicher fühlen und glauben besser kommunizieren zu können. Darüber hinaus sollte überprüft werden, ob die Teilnehmer auf sie zu kommende Lebensereignisse eher „fatalistisch“ ertragen, oder ob sie tatsächlich annehmen, daß sie auf Lebensereignisse reagieren können, bzw. ob sie eher der Ansicht sind agieren zu können (dazu dienten die letzten 4 Fragen). Durch mehrere offene Fragen sollte außerdem herausgefunden werden, ob tatsächlich Auswirkungen konkret benannt werden können, und ob Ausbildungsinhalte angewendet werden und im Gedächtnis präsent sind. 30 verwertbare Fragebögen sind nach wissenschaftlicher Ansicht die Untergrenze für eine Studie mit Fragebogen. Es wurden zwar mehr Fragebögen ausgegeben, allerdings konnten nicht alle zurückgegebenen Fragebogen verwertet werden, da sie zum Teil unvollständig ausgefüllt worden waren.

Mandy Mitank, 2008 und Jan-Tjark Schimanski, 2011 haben bereits die Wirksamkeit von NLP-Trainings in ihren Diplomarbeiten evaluiert. Diese Studie sollte nun die versprochenen subjektiven Auswirkungen einer NLP-Ausbildung evaluieren.

Da für die Aussagekraft der Ergebnisse der Durchschnitt aller Werte am wichtigsten ist, wurde lediglich der Mittelwert ($M = \text{Durchschnitt aller Werte}$) berechnet.

Lediglich bei Frage 13 wird nur ein Wert knapp unter dem Mittelwert von 4 mit 3,77 errechnet. Achtmal wird ein Wert von ≥ 6 erreicht. Sechsmal wird ein > 5 erreicht. Im Vergleich der Gruppen Frauen vs. Männer bewerten Frauen insgesamt die Auswirkungen der NLP-Ausbildung – zum Teil zwar nur unwesentlich – höher als die Gruppe der Männer.

Es läßt sich festhalten, daß die Probanden den Nutzen der Ausbildung hoch einschätzen und die Ausbildung insgesamt gut bewerten. Die Teilnehmer beschreiben und bewerten die Auswirkungen der Ausbildung auf ihr Leben gut. Die Probanden geben sogar eine deutliche Verbesserung ihres Privatlebens an.

Auch auf das berufliche Leben hat sich die Ausbildung ausgewirkt. Hier wird eine deutliche Verbesserung nach der Ausbildung bewertet und beschrieben. Weiter geben die Probanden mit hohen Werten eine berufliche Veränderung und größere Zufriedenheit an, und das obwohl nur die wenigsten einen Zuwachs an Gehalt oder eine Beförderung erreicht haben.

Auch das Kommunikationsverhalten wird als wesentlich besser bepunktet. Ebenso werden Einsatzmöglichkeiten der NLP im eigenen Leben aufgezählt.

Es wird angegeben, daß man das eigene Leben mehr gestaltet als früher, daß es möglich ist die eigene Befindlichkeit zu beeinflussen, und daß man sich insgesamt glücklicher als früher fühlt.

Die guten Auswirkungen auf das eigene Leben wurden auch mit hohen Werten bestätigt. Eine NLP-Ausbildung würden praktisch alle Absolventen weiterempfehlen.

Es läßt sich abschließend feststellen, daß die Versprechen der Anbieter und die in der NLP-Literatur beschriebenen Auswirkungen auf das eigene Erleben durch eine NLP-Ausbildung eingehalten werden können. Die Ausbildungsteilnehmer fühlen sich beruflich und privat zufriedener und glücklicher. Die Werte sind zwar durchweg hoch, erreichen aber nicht die ganz hohen Werte die der Neuro-Linguistischen Programmierung häufig angedichtet werden. Auch benutzen viele Anbieter heute nicht mehr die Superlative in der Beschreibung der Auswirkungen, wie teilweise in den Anfangsjahren. Die meisten Anbieter verzichten heute auf einen „marktschreierischen“ Auftritt, der vielleicht auch oft zu einem schlechten Image des NLP beigetragen hat.

Bei einigen Teilnehmern lagen die Ausbildungen zwar schon einige Zeit zurück, dennoch wäre vielleicht eine Längsschnittstudie über einen längeren Zeitraum der gleichen Probanden noch interessant. Allerdings gab es bei der Auswertung der Fragebögen keinen signifikanten Unterschied zwischen Ausbildungsteilnehmern bei denen die Ausbildung länger zurück lag, im Vergleich zu denen die hier nur eine kurze Zeitspanne hatten.

Auf den Punkt gebracht, die Teilnehmer einer NLP-Ausbildung sind beruflich und privat zufriedener und glücklicher als vor der Ausbildung.

Darüber hinaus wird das erlernte Wissen praktisch umgesetzt. Die Umsetzung erlernten Wissens aktiviert das Belohnungszentrum im Gehirn und sorgt damit für eine gute Stimmung. Es stellt sich die Frage, ob Lernen überhaupt geeignet ist, das Belohnungssystem zu aktivieren. Prof. Elger meint dazu: „Gelerntes muß genutzt werden“. Im Tierversuch hat sich gezeigt, daß die Anwendung von Erlerntem zu einer Aktivierung des Belohnungssystems führt. Deshalb sollten Führungskräfte die Aktivierung des Belohnungssystems dadurch unterstützen, daß Mitarbeiter Erlerntes auch anwenden können, und vor allem auch dürfen. Allzu oft werden Mitarbeiter auf Fortbildungen geschickt, die Umsetzung des Gelernten wird ihnen dann jedoch verweigert, weil vorher die Abläufe verändert werden müßten. (Elger, 2009, S. 102.) Durch die Anwendung des Erlernten Wissens aktivieren also die Teilnehmer einer NLP-Ausbildung ihr Belohnungszentrum.

Die Ergebnisse der Studie lassen sich im Marketing für NLP-Ausbildungen einsetzen.



„ ... riesige, weiße von Mythen umwobene Flecken auf der Landkarte von kreativen Menschen sind die Vorboten ungeahnter Fähigkeiten ... „

Milton H. Erickson, MD (1901 – 1980)

II. Literaturliste

Bandler, Richard; Grinder, John (1981)

Metasprache und Psychotherapie, Junfermann, Paderborn, 9. Auflage.

Bandler, Richard; Grinder, John (1982)

Kommunikation und Veränderung, Junfermann, 7. Auflage.

Bördlein, Christoph (2005)

<http://www.boerdlein.gmxhome.de/nlpmemo.html> [21.11.2013].

Campbell, Lindagail (2001)

Die Denkweisen, DVNLP e. V., Berlin, 4. Auflage.

DGB (2013)

<http://www.dgb.de/themen/++co++32d1b8f0-f2ae-11e1-8b3b-00188b4dc422> [24.11.2013].

Duden (2006)

Dudenverlag, Mannheim, 24. Auflage.

DVNLP e. V.

<http://www.dvnlp.de/nlp-methode.html> [24.11.2013].

Elger, Christian, (2009)

Neuroleadership, Haufe, Freiburg.

Gesellschaft zur wissenschaftlichen Untersuchung der Parawissenschaften e. V. (Die Skeptiker)

<http://www.gwup.org/infos/themen-nach-gebiet/92-psychotechniken/65-neurolinguistisches-programmieren> [21.11.2013].

Goller, Hans (2009)

Erleben Erinnern Handeln, Kohlhammer, Stuttgart.

Haberzettl, Martin

<http://www.ausbildungen-nlp.com/> [21.11.2013].

Landsiedel, Stephan (2008).

Way up - den eigenen Traum leben, Landsiedel, Wiesentheid, 2. Auflage.

Landsiedel, Stephan (2012)

<http://www.landsiedel-seminare.de/nlp-seiten/ist-nlp-unwissenschaftlich.html> [04.04.2012].

McClendon, Terrence (2003)

The Wild Days, Junfermann, Paderborn.

Mehrabian, Albert (1967)

The Journal of Counselling Psychology 31, S. 248 – 252.

Mitank, Mandy (2008)
Evaluation von NLP-Ausbildungen, unveröffentlichte Diplomarbeit, Hochschule Harz, Wernigerode.

Mohl, Alexa (1993)
Der Zauberlehrling, Junfermann, Paderborn, 6. Auflage.

Mohl, Alexa (2006)
Der große Zauberlehrling, Junfermann, Paderborn.

Mummendey, Hans Dieter; Grau, Ina (2008)
Die Fragebogen-Methode, Hogrefe, Göttingen, 5. Auflage.

Pandur, Thomas
<http://www.nlperleben.de/nlp-seminare/nlp-practitioner?gclid=CMq33tOf9roCFasfwod91sAFA> [21.11.2013].

Pflegewiki
http://www.pflegewiki.de/wiki/Subjektive_Krankheitstheorien [23.11.2013].

Rheinische-Friedrich-Wilhelms-Universität (2013)
http://www.meb.uni-bonn.de/psychiatrie/medpsy/manuskripte/ss05_psychoonkologie_kurs_3b.pdf [23.11.2013].

Schimanski, Jan-Tjark (2011)
Evaluation von NLP-Trainings, Ernst Moritz Arndt Universität, Greifswald.

Schneider, Maria
<http://www.nlp-tempelhof.de/wasistnlp.html> [21.11.2013].

Statista – Das Statistik Portal (2013)
<http://de.statista.com/themen/293/durchschnittseinkommen/> [17.11.2013].

Süddeutsche (2013)
<http://www.sueddeutsche.de/bayern/handwerk-weniger-meisterpruefungen-1.1826023>
[24.11.2013].

Trageser, Waltraud; von Münchhausen, Marco (2000)
Die NLP-Kartei – Practitioner-Set, Junfermann, Paderborn.

Walker, Wolfgang (1996)
Abenteuer Kommunikation, Klett-Cotta, Stuttgart, 10. Auflage.

Watzlawick, Paul / Beavin, Janet H. / Jackson, Don D. (1967)
Menschliche Kommunikation, Huber, Bern, 12. Auflage.

Weishaupt, Horst et. al. (2012)
http://www.bildungsbericht.de/daten2012/bb_2012.pdf [24.11.2013].

Zeit (2013)
<http://www.zeit.de/studium/2012-09/bildungsbericht-oecd-deutschland> [24.11.2013].

III. Anlagen

1. Der Fragebogen

Fragebogen – NLP-Ausbildung

Statistische Daten

Alter: _____ Geschlecht: M / W In Beziehung: J / N

Schulbildung: Hauptschule
Mittlere Reife
FOS/BOS/Fachabitur
Abitur

Berufsausbildung: Ja / Nein

Weiterbildung (Meister/staatl. gepr. Techniker/Fachwirt/Fachkaufmann/Betriebswirt):

Ja / Nein

Studium (FH/Universität):

Diplom

Bachelor

Master

Promoviert

Habilitiert bzw. Prof (FH/Univ.)

Brutto-Jahreseinkommen:

Bis 20.000 €
Bis 30.000 €
Bis 40.000 €
Bis 50.000 €
Über 50.000 €

NLP-Abschlüsse:

Practitioner Master Advanced-Master

Trainer Master Coach

NLP-Berater NLP-Therapeut Ende der letzten Ausbildung: _____

NLP-Anerkennungen durch DVNLP(t):

NLP-Lehrtrainer

Lehrcoach

NLPt-Lehrtherapeut

NLPt-Supervisor

Fragen:

1. Sind Sie bereit die Fragen ehrlich zu beantworten? Ja / Nein

2. Wie hoch schätzen Sie den Nutzen Ihrer NLP Ausbildung ein?

Niedrig 1 2 3 4 5 6 7 sehr hoch

3. Wie bewerten Sie die Auswirkungen der Ausbildung auf Ihr Leben insgesamt?

schlecht 1 2 3 4 5 6 7 gut

4. Hat sich die Ausbildung auf Ihr privates Leben ausgewirkt?

Gar nicht 1 2 3 4 5 6 7 viel

5. Zählen Sie max. 3 Auswirkungen auf:

6. Mein privates Leben hat sich seit dem

Verschlechtert 1 2 3 4 5 6 7 verbessert

7. Mit meinem Privatleben bin ich jetzt zufriedener

Gar nicht 1 2 3 4 5 6 7 viel

8. Hat sich die Ausbildung auf Ihr berufliches Leben ausgewirkt?

Wenig 1 2 3 4 5 6 7 viel

9. Mein berufliches Leben hat sich

Verschlechtert 1 2 3 4 5 6 7 verbessert

10. Zählen Sie max. 3 Auswirkungen auf:

11. Haben Sie sich beruflich verändert?

Wenig 1 2 3 4 5 6 7 viel



Wirtschafts- und Organisationspsychologie (MA) BEURTEILUNGSBOGEN

1. WOP MM 12W

Titel der Projektarbeit:

„Veränderung des subjektiven Erlebens nach Abschluß einer NLP-Ausbildung“

VerfasserIn:	Alexander Gleisberg-Almstetter
Matrikelnummer:	1264886
Lehrveranstaltung:	Projektarbeit
ReferentIn:	Prof. Dr. Wolfgang Winter
Note:	

Beurteilungskriterien ^(Pflicht)	Max. Punkte	Erreichte Punkte
Inhaltliche Relevanz/Konkreter Bezug zur Themenstellung	20	
Berücksichtigung bzw. Anwendung relevanter Konzepte/ Methoden	20	
Problembewusstsein i. S. einer kritischen Betrachtung von Konzepten/Methoden	20	
Argumentation, Logik	20	
Berücksichtigung formaler Kriterien	20	
Gesamt	100	

Kommentar und Begründung der Beurteilung ^(Pflicht)

Notenschlüssel	
Punkte-anzahl	Note
90 - 100	Sehr gut (1)
78 - 89	Gut (2)
65 - 77	Befriedigend (3)
51 - 64	Genügend (4)
0 - 50	Nicht Genügend (5)

_____ Datum

_____ Unterschrift ReferentIn