

Buch-Rezensionen



**Der Geist des NLP
im Junfermann-Verlag,
(Euro 12,50)
und ist das Einstiegs-Buch
ins NLP.**

MultiMind: Klaus Rarrasch

Ein Buch für Einsteiger
Zu den nun schon recht zahlreich erschienenen Einführungen in das NLP hat sich ein neues handliches Buch von Karsten Ritschl gesellt. „Noch einmal dasselbe in anderem Farbton“, mag sich der fachlich Orientierte auf den ersten Blick hin sagen. Aber dieses Buch ist ein zweites Hin(ein)schauen aus mehrerlei Gründen durchaus wert. Erfreulicherweise gelingt es Ritschl, das Fachsprachliche des NLP – für die potentiell an NLP interessierten und neugierigen „Laien“ seit jeher ein Abschreckungsfaktor – in allgemein verständliche Formulierungen umzumünzen und so den Einblick und –stieg in die Welt des NLP zu erleichtern und schmackhaft zu machen. Wenn auch so mancher Leser sich wohl erst an das vom Autor in der Einleitung

angebotene „Du“ der Anrede gewöhnen muß, das potentiellen Skeptikern zunächst ein wenig zu anbiedernd daherkommen mag. Auf der anderen Seite erleichtert diese Form der Anrede den Einstieg in die praktische Selbsterfahrung, in das Ausprobieren neuer, für den „Neuling“ vielleicht ungewohnter Denkweisen. Auch die Sprachebenen, Alltags- und gehobene Alltagssprache, erleichtern dem Novizen den Zugang zu Materie wie auch „Geist des NLP“. Praktisch und anwenderfreundlich sind die inhaltliche Übersicht für die Folgekapitel am Ende des ersten Kapitels und, im Anhang, das kleine NLP-Lexikon wie auch das Stichwortverzeichnis.

Gut und originell geraten ist auch das Kapitel 6, „Heiße Tips für Einsteiger“, in dem neben Anwendungsbereichen des NLP und Ausbildungsmöglichkeiten auch dem „Allheilmittel“ NLP Kritisches gewidmet wird. Die danach in den Text eingebundenen kurzen Literaturhinweise mögen in ihrer Auswahl recht willkürlich sein – dafür ist dann das Literaturverzeichnis im Anhang durchaus ausreichend, erfüllen aber den im ganzen Buch spürbaren Zweck der „Nicht-Abschreckung“ und sanften Heranführung an die Kommunikationskunst des NLP. Ganz in diesem Sinne sind auch die Kapitelthemen gewählt, die sich der Zielerreichung, der Wahrnehmungsschulung, des Rapports und der positiven Selbststeuerung annehmen. Bei letztgenanntem Kapitel allein könnte im Sinne der praktischen Umsetzung der Prozeß der Arbeit mit Submodalitäten ein wenig mehr an Genauigkeit oder Bildhaftigkeit vertragen. Letztere wird ansonsten oft durch die lustig-originellen Cartoons von Aruna Palitzsch unterstützt. Im Ganzen gesehen wird jedoch der erwähnte kleine Mangel durch die attraktive, „volksnah“ verständliche

Leichtigkeit des Dargebotenen bei weitem überdeckt.

Dies ist wirklich ein Buch, das den auf das Neuro-linguistische Programmieren neugierigen Einsteiger mit den nötigen Informationen versorgt, um die zur Orientierung behilflichen ersten Meßpunkte auf der eigenen Landkarte einzutragen und eine Ahnung von dem, was NLP ist oder sein kann, zu erlangen. In diesem fürsorglichen Sinn ist dann auch der Titel „Der Geist des NLP“ zu verstehen.

Ein empfehlenswertes Buch.

TRAINING aktuell

„Neuro-linguistisches Programmieren zum Kennenlernen“ – dieser Untertitel ist Programm eines gelungenen NLP-Einsteigerbuches des Berliner Diplom-Psychologen Karsten Ritschl. Er ist NLP-Lehrtrainer und leitet seit 1991 das Weiterbildungsinstitut „Spectrum-Kommunikationstraining“.

„Der Geist des NLP“ schließt eine Lücke in der Literatur zum Neuro-linguistischen Programmieren. Es ist ein gleichzeitig fundiertes wie allgemein verständliches Einführungsbuch, das die Grundgedanken des NLP auch Nicht-Eingeweihten nahebringen kann – eine grundlegende NLP-Beschreibung ohne die vielen Insider-Wortschöpfungen, klar verständlich und pragmatisch. Denn Ritschl läßt - ganz unaufdringlich in den Text eingebunden – einfache Übungen einfließen, die dem Leser die Möglichkeit geben, verschiedene Methoden an sich selbst kennenzulernen und dabei persönliche Ziele, Strategien und Wege herauszuarbeiten – so wird NLP beim Lesen erlebbar.

Das, was den „Geist des NLP“ ausmacht, beschreibt der Autor anschaulich in den sechs Grundannahmen, die seiner Meinung nach die innere Haltung zu sich selbst und anderen gegenüber darstellen: Die Ressourcen liegen in jedem Menschen, und jeder hat bereits alles, was er braucht, in sich. „Die Landkarte ist nicht das Gebiet“ – die Welt und unser individuelles Modell von ihr sind nicht identisch. Der Mensch macht in jeder Situation das, was er am besten kann. Jedes Verhalten hat eine positive Absicht. Es gibt eine bewußte und eine unbewußte Ebene der

Kommunikation. Die Verantwortung für Kommunikation liegt bei jedem selbst. Nach der Vorstellung dieses zentralen Gerüstes widmen sich die folgenden Kapitel vor allem der persönlichen Zielfindung, dann der Wahrnehmung / Kommunikation, der guten sozialen Beziehung (Rapport) und der Herstellung einer positiven inneren Einstellung. Zum Abschluß erhält der Leser „heiße Tips“ dazu, wie er nach der Lektüre weitermachen kann – Praxistips, Anwendungsbeispiele, Ausbildungs- und Literaturhinweise.

Neuro-linguistisches Programmieren wird hier sehr konsequent als positive, zukunfts- und zielorientierte psychologische Methode dargestellt, die weniger nach Problem und Ursache als vielmehr nach Ziel und Weg fragt. Statt „Warum?“ steht das „Wie?“ im Vordergrund. Nach der knappen Klärung der Problemlage geht der Großteil der Energie auf Lösung, auf aktive Gestaltung, nicht ohne auch aus der Analyse negativer Situationen noch Erkenntnisse und Änderungsmotivation zu beziehen.

Fazit: Mit seiner lebendigen und pragmatischen Darstellungsweise gelingt es Ritschl, NLP erlebbar zu machen. Stimmige Aufmachung, übersichtliche Darstellung und die Dramaturgie des



Buches lassen es zu einer Einladung an den Leser werden, sich auf Fragen und Wege des NLP soweit einzulassen, wie er davon überzeugt ist – oder einfach Lust dazu hat. Praktische Beispiele und Geschichten aus der Erfahrung des Autors sowie eine Vielzahl von Cartoons unterstützen den Lesespaß.