

1 Neurolinguistisches Programmieren

1.1 Was ist NLP?

Wie bereits erwähnt steht NLP für Neurolinguistisches Programmieren. Die neuronalen Prozesse bei der Bildung und Verwendung von Sprache dienen im NLP der „Umprogrammierung“ bestehender unerwünschter Muster. Was bedeutet das? Das Wort „Verhaltensmuster“ ist sicher im Allgemeinen bekannt und beinhaltet bereits das Wort „Muster“, welches sich in einem bestimmten Verhalten zeigt. Unter Muster wird im NLP eine bestimmte Form der neuronalen Vernetzung verstanden. Wir könnten einfach die Frage stellen: „Was ist womit verknüpft?“

Wenn ein Klient beispielsweise heiser ist, wird dieses Phänomen der Heiserkeit wahrscheinlich mit einer bestimmten Körperkoordination (Haltung und Bewegung) sowie mit einer bestimmten Art, zu atmen und auch zu artikulieren, einhergehen. Diese bekannten logopädischen Phänomene werden als Musteranteile selbstverständlich neuronal gesteuert. Sie werden üblicherweise stimmtherapeutisch erfasst und es wird versucht, auf sie Einfluss zu nehmen. Jedoch ist eine heisere Stimme nicht nur mit diesen physischen Phänomenen verbunden. Der Klient kann, während er sich heiser zeigt, beispielsweise auch innere Dialoge mit sich selbst führen (z. B. könnte bei einem Lehrer folgendes inneres Selbstgespräch ablaufen: „Verdammt, jetzt werden die letzten zwei Unterrichtsstunden noch super anstrengend!“). Solche inneren Dialoge können die Heiserkeit sogar ursächlich auslösen oder zumindest verstärken. Die gerade angeführten Worte wird der Klient mit seiner inneren Stimme in einem bestimmten Tonfall und einer gewissen Lautstärke sagen. Auch wird er dabei gegebenenfalls innere Bilder produzieren (z. B. Fragezeichen über den Köpfen seiner Schüler), und er wird sogar Gerüche (z. B. schlechte Luft) oder auch einen bestimmten Geschmack wahrnehmen (z. B. einen fahlen Geschmack und eine Trockenheit im Mund). Auch wird das Ganze mit einem bestimmten Gefühl einhergehen (z. B. Sorge / Angst vor dem Versagen). All diese Musteranteile wirken zudem noch aufeinander zurück (Rekursivität).

Diese Vorgänge beruhen auf der Verarbeitung von Reizen auf allen Sinneskanälen: visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch und gustatorisch.



So wie wir die Welt mit unseren Sinnen wahrnehmen, entsteht in uns eine Idee von Realität.

Dies bringt die Landkartenmetapher von Alfred Korzybski zum Ausdruck (1995). Er spricht in seiner Theorie von der Unterscheidung zwischen der Landkarte und dem Territorium, die wir beide nicht miteinander verwechseln dürfen. Die Landkarte ist niemals das *Territorium* (die Landschaft) selbst, sondern bildet diese nur ab. Deshalb werden die Sinnesverarbeitungen, die dem Bewusstsein zugänglich sind, im NLP als Repräsentationssysteme bezeichnet. So ist unsere Wahrnehmung durch unsere Sinne immer „nur“ unsere persönliche Vorstellung (Repräsentation) von den tatsächlichen Reizen. Das bedeutet, dass wir unabhängig davon, ob wir Reize von außen oder Prozesse in unserem eigenen Körper verarbeiten, unser Erleben immer selbst kreieren. Alexa Mohl bringt diese Erkenntnis in ihrer Definition zum NLP auf den Punkt:

„NLP ist eine Disziplin, die die subjektive Erfahrung des menschlichen Lebensprozesses erforscht.“ (Mohl 2006, 65)

1.2 NLP und Sprachtherapie

Bei der logopädischen Arbeit kann NLP dementsprechend helfen, wertvolle Unterschiede, nicht nur physisch, wie in unserem oben genannten Beispiel gezeigt, sondern auch bezogen auf die anderen Repräsentationssysteme, zu erkennen und anzuregen. Praktisch gesehen wäre dann nicht „nur“ eine Haltungs-, und/oder Atmungs- oder Phonationsänderung sinnvoll, sondern beispielsweise auch, oder sogar ausschließlich, eine Änderung der inneren Bilder/Filme oder der inneren Dialoge mit sich selbst. So manches Mal könnte mit einer solchen Änderung die Therapie wesentlich verkürzt und der Transfer besser gesichert werden.



NLP kann für die logopädische Arbeit einen Zugang und eine Methodik bereitstellen, um zusätzlich zum Körpersystem (Atmung, Tonus, Phonation und Artikulation) die kognitiven und emotionalen Verarbeitungssysteme in die Therapie mit einzubeziehen.

NLP bietet Ihnen als Therapeut auch einen Blickwechsel an. Bisheriges Verhalten Ihres Klienten wird nicht, wenn es beklagt wird, grundsätzlich als destruktiv verstanden. Es findet vielmehr eine Differenzierung zwischen Absicht und Wirkung statt. Dieser Blick ermöglicht eine Steigerung der Wertschätzung nicht nur dem Klienten gegenüber. Er bietet auch die Möglichkeit der Einladung, sodass der Klient sich selbst besser annehmen lernt. Wir wollen dies am Beispiel eines stotternden Klienten zeigen:



Wenn typische Begleitsymptome, wie z.B. Vermeidungsverhaltensstrategien, welche sich etwa durch Mitbewegungen zeigen, als Lösungsversuche mit positiver Absicht, jedoch mit ungünstiger Wirkung, beschrieben werden, dann bietet dies dem Klienten die Möglichkeit, sich selbst beim Auftreten dieser Begleitsymptome nicht immer wieder aufs Neue abzuwerten. Denn die Abwertungstendenz bewirkt gerade, dass sein Selbstwertgefühl und sein Glaube an eigene Kompetenzen ständig verringert werden. Der Klient könnte dann geneigt sein, zu denken, dass alles, was er im Umgang mit seiner sogenannten Störung unternimmt, falsch und unsinnig ist. Wenn es Kompetenzen geben kann, die ihm helfen können, dann müssen diese im Außen, also beim Therapeuten liegen. Diese Abwertungstendenz erhöht also zudem die Abhängigkeit vom Therapeuten. Der Glaube, dass er aus eigener Kraft eine Verbesserung seiner sprachlichen Fähigkeiten bewirken kann, sinkt entsprechend und behindert schon in der frühen Phase der Therapie den Transferprozess.

Ein weiterer wichtiger Grundsatz im NLP ist zudem, dass jeder Mensch über alle Kräfte verfügt, die er zur Lösung seines Problems braucht. An dieser Stelle müssen wir selbstverständlich zwischen neurologischen, organischen und funktionellen Störungen unterscheiden. Bei neurologischen Erkrankungen kann es durchaus sinnvoll sein, wenn Hilfen von außen (z. B. externe Hilfsmittel oder die Unterstützung durch Angehörige) genutzt werden. Jedoch würde unseres Erachtens auch hier eine tatsächliche Ressourcenorientierung in Bezug auf den Klienten einige bisher sicher unentdeckte Möglichkeiten bieten. Ressourcenorientierung wird zwar auch in der logopädischen Welt verlangt, Konzepte jedoch, wie Ressourcen herausgefiltert und dann auch für einen Veränderungsprozess aktiviert werden können, sucht man vergebens. NLP stellt hierzu ein leicht anwendbares Konzept zur Verfügung. Bei organischen Störungen oder bei einem neurologischen Befund haben unsere Klienten das Gefühl, dass sie sich in einer eingeschränkten Situation (Restriktion) befinden. Hier liegt einzig im Umgang mit dieser Restriktion die

Chance der Besserung. Diese sollte so gut wie möglich durch den Einsatz eigener Beiträge und Ressourcen erfolgen. Beispielsweise bei sekundär organischen Stimmstörungen kann der Therapeut im Grunde genommen sowieso nur den funktionellen Umgang behandeln. Hier sei die Therapie der Rekurrensparese genannt. Dabei arbeitet der Therapeut über konservative Methoden ausschließlich an der Verbesserung der Kompensation und nicht an der Reinnervation des geschädigten Nerven. Und bei reinen funktionellen Störungen ist der Therapeut sowieso darauf angewiesen, dass der Klient durch seine eigene Kraft sein Verhalten ändert.

NLP bietet ein Instrumentarium, um Ressourcen zu aktivieren.



NLP, als die Disziplin, die die subjektive Erfahrung erforscht, kann dementsprechend auch in sprachtherapeutischen Kontexten auf äußerst nützliche Weise dazu beitragen,

- a) sich besser in Klienten einzufühlen,
- b) die Struktur der Muster von Problemen, aber auch von individuellen Lösungen zu verstehen,
- c) und Ihre Übungsangebote so mit einer spezifischen Gesprächsführung zu verknüpfen, dass Interventionen entstehen, die leicht im Alltag anzuwenden sind und den Transfer sichern.