

NLP, ein Lifestyle

Neurolinguistisches Programmieren – fokussiert auf Lösungen und Ressourcen

In praxisbezogenen NLP-Ausbildungs-Seminaren zeigt sich immer deutlicher, dass NLP, das Neurolinguistische Programmieren, mehr ist als eine effiziente Kommunikationstechnik in allen Lebensbereichen.

● VON H. K. J. FRITSCHKE, VERMITTELT NLP AM BZB IN BUCHS

Das vom NLP aus der systemischen Hypnotherapie übernommenen Wertschätzungs- und Utilisations-Prinzip formt eine grundlegende Lebenshaltung, die auf Lösungen und Ressourcen fokussiert, sich nicht aus einem Mangel erlebt. Was da ist, ist da und wird zielführend im jeweiligen Kontext zum gemeinsamen Nutzen verwendet.

Unbewusste Filter

Die Erkenntnis, dass unser Bewusstsein, durch unbewusste Filter gestaltet, sich nur einen kleinen Ausschnitt möglicher Realitäten erschaffen kann, bewirkt die Einsicht, dass die klassischen Ursachen und Wirkungsketten ein wenig taugliches Instrument von Lebensgestaltung und Steuerung darstellen.

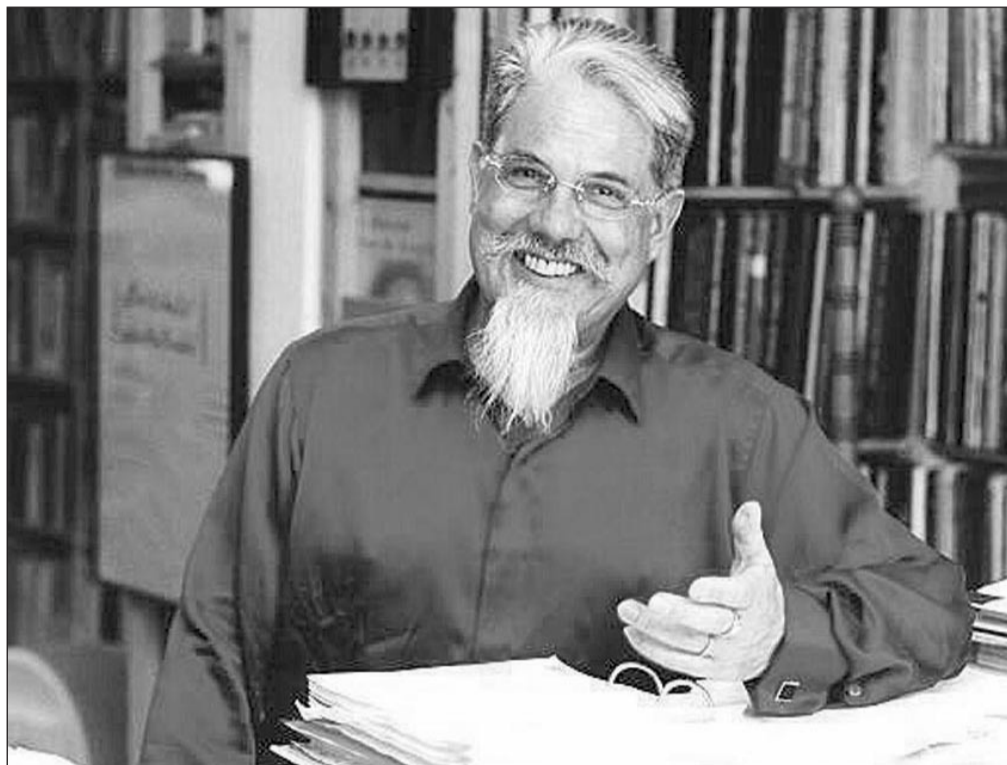
Die Ursache ist immer schon Wirkung, die Wirkungen Ursachen. Diese Grundhaltung aus dem NLP und der systemischen Hypnotherapie nach Milton Erickson – eine der wichtigsten «Modellfiguren» des NLP –, ist es, was einen Lifestyle ausmacht, der aggressionsfrei mit Widersprüchen kooperiert und, statt des entweder oder, sich eher am Sowohl-als-auch orientiert. Diese Grundhaltung des NLP ist Basis dessen, was in erweiterter praktischer Anwendung unter dem Begriff «systemisch» (systemische Therapie oder systemisches Coaching) verstanden wird.

Systemisch oder systematisch

Eine der Ursachen herrschender Begriffsverwirrung liegt möglicherweise darin, dass sich beide Ausdrücke vom griechischen «Systema» ableiten und sich lediglich durch ihre philosophische Betrachtungsweise unterscheiden.

Der ursprüngliche Begriff bedeutet «etwas Zusammengesetztes» und beinhaltet weder Wertung noch Deutung. In der weiteren Begriffsentwicklung entstand die klassische Auffassung eines sinnvoll in sich gegliederten Ganzen, eines Lehrgebäudes zum Beispiel. Ein Plan oder Ordnung wird subsumiert, ohne Angabe, wer das ordnende Subjekt sein sollte oder könnte. Der aus dieser Auffassung abgeleitete Begriff «systemisch, systematisieren» bedeutet daher «nach einem Ordnungsprinzip aufbauen, gliedern».

Auch hier wird eine – lineare – Fortschreitung und Ordnung unterstellt; ja, der Begriff wird immer deut-



Unüberblickbare Möglichkeiten: NLP-Dozent H. K. J. Fritsche.

Bild: pd.

licher verstanden, als eine logische Ordnung der Dinge, etwas das nach allgemeinen Prinzipien und Merkmalen geordnet und daher leicht durchschaubar und überblickbar sei. So definierte dann Grimm: «System als ein sinnvoll gegliedertes Ganzes, dessen einzelne Teile in einem zweckmässigen Zusammenhang stehen».

Der moderne, resp. postmoderne Begriff des Systemischen hingegen verzichtet auf einen inhärenten Ordnungsstifter, sondern bezeichnet damit eine Reihe von Objekten mit ihren Beziehungen zwischen deren Merkmalen. Die daraus sich entwickelte Systemtheorie untersucht diese Wechselwirkung und versteht das System als kommunikatives Geflecht und als Konstrukt des Beobachters und wechselwirkender Kommunikation seinerseits. «Systemisch» unterscheidet sich also von «systematisch» gerade dadurch, dass keine überblickbare Ordnung unterstellt wird, sondern auf

unüberblickbare Möglichkeiten von Wechselwirkungen verwiesen wird.

Das systemische Vorgehen, systemische Therapie oder Coaching (von Therapie in der Grundbedeutung: Dienst, Verehrung, Hochschätzung, Aufmerksamkeit), bedeutet daher immer auch das Verständnis darüber, dass solche Begleitung auch die Verstrickung des Begleiters in das Begleitete mitbegreift und seine Aktionen daher nicht mehr als autoritärer Eingriff oder Ratschlag verstanden werden kann. Der systemische Coach oder Begleiter kann allenfalls an Aufmerksamkeitsfokussierung und reflektivem Beobachten mitwirken, um mit dem System, in seiner Wechselwirkung innen und der Umwelt aussen, auf bereits vorhandene – möglicherweise gerade ausgeblendeten – Möglichkeiten hypothetisch zu verweisen. Die Reflektion der eigenen Vorannahmen solcher Mitgestaltung wird zum erweiterten Teil eines Bewusstseinsprozesses, der stets die Realitäten, welche er betrachtet, schon geschaffen hat.

Business-Coaching

Der Zusatz «dynamisch» verweist hier nochmals deutlich auf die permanente Ausgestaltung und Veränderung jeglicher Prozesse und auf die Mög-

Es gibt eine andere Ausdrucksart: Wer aggressionsfrei mit Widersprüchen kooperiert und, statt des entweder oder, sich eher am Sowohl-als-auch orientiert, erfährt, das NLP Lifestyle ist.

Bild: W&O

LESERFRAGEN

Was bringt die 1. BVG-Revision?

Mit der Januar-Lohnabrechnung habe ich den aktuellen Leistungsavis meiner Pensionskasse von meinem Arbeitgeber erhalten. Welche wesentlichen Änderungen bringt das revidierte Bundesgesetz über die berufliche Vorsorge (BVG) welches auf den 1. Januar 2005 in Kraft getreten ist?

● VON HANSJAKOB BOHL, VERSICHERUNGSPROFESSOR, RVT FINANZ AG, OBERRIET

Die Eintrittsschwelle für die obligatorische berufliche Vorsorge beträgt neu Fr. 19 350. Bei Arbeitnehmenden deren Jahreseinkommen zwischen CHF 19 350 und Fr. 25 800 liegt, wird der Mindestbetrag von Fr. 3225 versichert. Der Koordinationsabzug von heute Fr. 25 320 wird neu auf Fr. 22 575 gesenkt. Der maximal versicherte BVG-Lohn erhöht sich dadurch von Fr. 50 640 auf Fr. 54 825. Die jährliche Altersrente wird in Prozent des Altersguthabens (Umwandlungssatz) – welches der Versicherte bis zum Erreichen des Rentenalters erwerben wird – berechnet. Für Personen, welche im laufenden Jahr das ordentliche Pensumsalter erreichen, wird ein Umwandlungssatz im obligatorischen Bereich von 7.15% angewendet. Dieser Satz wird innert zehn Jahren stufenweise auf 6.8% gesenkt und damit der steigenden Lebenserwartung der Bevölkerung angepasst. Die Vorsorgeeinrichtungen haben neu den Grundsatz der Transparenz zu beachten, wodurch sichergestellt werden soll, dass ihre Versicherten künftig umfassend über Erträge, Risikoverlauf, Verwaltungskosten und Reserven informiert werden. Das BVG definiert, für welche Personen die Reglemente beim Tod eines Versicherten Leistungen vorsehen können. Neu wird der überlebenden Konkubinatspartner in der Begünstigungsordnung aufgeführt. Unter der Voraussetzung, dass er vom Versicherten in erheblichem Masse unterstützt wurde und mit ihm in den letzten fünf Jahren bis zu seinem Tod eine Lebensgemeinschaft geführt hat oder für den Unterhalt eines bzw. mehrerer gemeinsamer Kinder aufkommen muss, wird eine Rente ausgerichtet. Im Zuge der Angleichung der Bedingungen für Frauen und Männer wird das Rentenalter der Frauen auf 64 Jahre erhöht. Infolge der Erhöhung des Rentenalters der Frauen wird bei den Altersgutschriften die Staffellung der Männer übernommen. Weiter können Versicherte verlangen, dass ein Viertel des Altersguthabens als Kapitalabfindung ausbezahlt wird, wobei Vorsorgeeinrichtungen weiterhin die volle Kapitaloption freiwillig anbieten können. Neben der bereits bestehenden Witwenrente sieht das neue Gesetz auch eine Witwerrente vor. Bei den Invalidenleistungen werden, analog der IV, Viertels-, halbe, Dreiviertels- und ganze Renten ausgerichtet. Für alle Versicherten erhöht sich, durch die Senkung des Koordinationsabzuges, der versicherte Lohn. In der Folge erhöht sich bis zum Rentenalter auch das projizierte Altersguthaben. Trotz der Senkung des Umwandlungssatzes sollen dadurch die Altersrenten möglichst stabil bleiben. Durch die tiefere Eintrittsschwelle verbessert sich auch die Situation von Personen mit kleineren und mittleren Einkommen in der Altersvorsorge. Infolge der Änderungen und dem teilweisen Leistungsausbau in der zweiten Säule empfiehlt es sich also, die eigene Finanz- und Vorsorgeplanung zu überprüfen.