

# NLP

Was ist NLP?

· **Neuro:**

Die sinnliche Wahrnehmung. Wir erfahren die Welt durch unsere fünf Sinne. Durch den neurologischen Prozess von Sehen, Hören, Riechen, Schmecken und Berühren.

· **Linguistisch:** Das Sprachmuster, die Sprachstruktur, deren wir uns bedienen, sie beeinflussen das Denken und die Wahrnehmung.

· **Programmieren:**

Sequenzen äußerer Wahrnehmungs- und Verhaltensabläufe. Es bezieht sich auf die Wege, die wir wählen können, um unsere Gedanken und Handlungen so zu organisieren, dass sie Ergebnisse erzielen.

Kleine Entstehungsgeschichte des NLP

NLP wurde in den Siebzigerjahren an der Universität von Santa Cruz, Kalifornien/USA, vom Informatiker Richard Bandler und dem Sprachwissenschaftler John Grinder begründet. Bis heute erfolgt eine kontinuierliche Weiterentwicklung. NLP ist die angewandte Summe von Erkenntnissen aus Psychologie, Sprach-, Verhaltens- und Gehirnforschung. Es macht erfolgreiche Kommunikation sowie zielorientiertes Denken und Handeln für die persönliche Weiterentwicklung lehr- und lernbar. Die Wissenschaftler beschäftigen sich mit der Frage, was erfolgreiche Menschen von weniger erfolgreichen unterscheidet und wie dieser Unterschied methodisch beschreibbar und anwendbar ist.

**Coaching**

auf der Basis des Neurolinguistischen Programmierens (NLP)\* ist eine lösungsorientierte Kurzzeitintervention, die auf der Hilfe zur Selbsthilfe basiert.

Die

lösungsorientierten Kurzzeitmethoden setzen voraus, dass ein Schüler/ Student psychisch gesund ist und das Coaching nur für einen bestimmten Problembereich in Anspruch nimmt.

\*NLP:

- Neuro = die sinnliche Wahrnehmung (visuell, auditiv, kinästhetisch, olfaktorisch und gustatorisch)

- Linguistisch = das sprachliche Interpretationsmuster

- Programmieren  
= Sequenzen äußerer Denk-, Wahrnehmungs- und Verhaltensabläufe. Das

Programmieren bezieht sich auf die Wege, die wir wählen können, um unsere Gedanken und Handlungen so zu organisieren, dass sie Ergebnisse erzielen.