

Sorting Styles

Meta Programme, Meta Position, Wahrnehmung, Ebenen, Bänder, Grinder – dies ist nur einiges was mir zu „Sorting Styles“ einfällt. Doch weiter - Meta Spiegel, Assoziation, Dissoziation, Zeit - Schiene, oder auch Time Line, Persönlichkeitsmodelle und Sigmund Freud. Einer der bekannten Schüler von Sigmund Freud war neben Adler, C.G. Jung. Bereits 1923 beschrieb C.G. Jung in seinem Buch „Psychologische Typen“ Persönlichkeiten und Verhaltensweisen und ordnete sie seinen „Typen“ zu.

Später beschäftigte sich Isabel Briggs Myers weiter mit den Elementen einer Persönlichkeit. Im Geschäftsleben findet dies innerhalb des Personalwesens bis heute unter „Myers-Briggs-Type-Indicator“ großen Anklang.

Alles dies sind Modelle auf die wir auch in der Psychologie nun mal angewiesen sind. Das Persönlichkeitsmodell des NLP stimmt interessanter Weise mit dem Persönlichkeitsprofilssystem von Isabel Briggs Myers überein. Diese Systeme bieten Hilfe an um innere Prozesse und das daraus resultierende äußere Verhalten einer Persönlichkeit besser zu verstehen. Innere Prozesse resultieren auf individuellen inneren Zuständen.

Innere Zustände geben innerhalb den Gefühlen Antwort auf die Frage „**Warum**“ und auf die Frage des „Was“.

Warum tun wir etwas? - und - Was tun wir?

Innere Prozesse zeigen im Wesentlichen unsere Verarbeitungsstrategien auf und geben Antwort auf die Frage „**Wie**“ und auf die Frage des „Was“.

Wie tun wir etwas? -und - was tun wir?

Äußeres Verhalten zeigt uns das „**Was**“ auf.

Das „**Was**“ aus dem Zusammenwirken von *inneren Zuständen* und *inneren Prozessen*.

Innerhalb der NLP sprechen wir von Meta - Programmen, also „Sorting Styles“. Die Sorting Styles sind spezifische Wahrnehmungsfiler eines Individuums. Innere, unbewusste Muster eines Menschen. Leslie Cameron-Bandler postuliert mehr als 60 personenspezifische Muster, die sie bei der Außen - Innen Interaktion des Einzelnen beobachtet hat. Diese Filter modulieren die Informationen, denen wir gestatten, in unser Inneres zu gelangen. Selbst sind diese Filter durchaus einer dauernden Veränderung durch innere oder äußere Einflüsse unterworfen. Diese Veränderlichkeit nutzt das NLP innerhalb der Wahrnehmung und seiner inneren Verarbeitung. Eine andere Verhaltensweise des Einzelnen ist das Ergebnis.

Meta - Programme, unsere sogenannten unbewussten Verarbeitungsfiler, sind inhaltsfreie Filter. Der Inhalt unserer Erfahrungen wird von ihnen gefiltert. Sie selbst sind prozessoral zu beschreiben. Sorting Styles fungieren als Verzerrungs- und Auslöschfilter. Sie geben den Verallgemeinerungen des Menschen etwas dazu oder nehmen etwas weg. Die Meta - Programme des Einzelnen richten sich nach den unterschiedlichen Kontexten in denen wir uns befinden. Im therapeutischen oder auch Trainingsbereich ist das Kennen der Meta - Programme des Einzelnen enorm hilfreich um dem Menschen zu helfen Informationen von außen anders zu filtern. Eine andere Verhaltensweise ist dadurch eröffnet.

“Steine“ sind nützlich, das Stolpern ist überflüssig“.

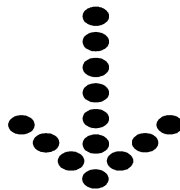
Wir dürfen nicht vergessen, dass es sich auch bei der Arbeit mit den Sorting Styles lediglich um Modelle handelt. Das NLP- Veränderungsmodell beinhaltet jedoch auch das Arbeiten mit der „Zeit“.

Die „Zeit“ ein theoretisches Gerüst unseres Außen - Bewusstseins.

NLP -Kommunikationsmodell

Interne Situation----- Zustand ----- Physiologie

schaftt

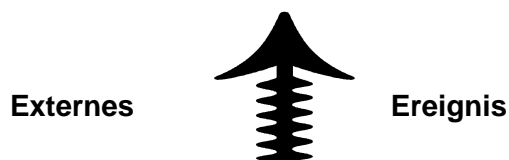


Verhalten

.....- Entscheidungen -
.....

- *Meta -Proprogramme* - „*Filter*“ - Überzeugungen -

.....-Werte.-.....-Erinnerungen -



Der Faktor „Zeit“ ist jedoch wesentlich, ob wir eine Veränderung gestatten oder nicht. So kennen wir doch alle z.B. „was wäre wenn“, was wäre wenn nicht“.

Jahrzehntelang hat man versucht den Erinnerungsspeicher dem Gehirn zuzuordnen. Es ist nicht gelungen. So kann man heute nicht mehr umhin die Erinnerungen jeder einzelnen Zelle des Körpers zu zusprechen. Die Meta - Programme filtern je nach Erinnerung unsere Wahrnehmung.

Beispiel: Bei einsetzender Flut: „Das Meer kommt rein“ - „das Meer kommt raus“.

Nochmals: die Meta - Programm - Filter arbeiten - da selbst inhaltsfrei - ohne Rücksicht auf Kontexte.

Aus der Erfahrung meiner therapeutischen Arbeit erlauben Sie mir an dieser Stelle noch einige Bemerkungen. Das NLP- Kommunikationsmodell ist mir seit Jahrzehnten enorm hilfreich in der Kommunikation mit meinen Patienten, ob nun körperliche Symptome das Anliegen des Patienten sind, oder auch in meiner psychotherapeutischen Arbeit.

Die Interaktion zwischen Meta - Modell und Milton - Modell ist die Voraussetzung, besonders in der hypnotherapeutischen Arbeit. Hypnotherapie beansprucht dadurch nicht grundsätzlich eine Formal Hypnose. Das NLP erlaubt einen tiefen Zugang zu unterbewussten, individuellen Mustern.

Ich möchte jedoch nochmals auf den Modell Charakter hinweisen. Modelle sind Erfassungssysteme die uns hilfreich sein können. Modelle sollten jedoch nicht zu einem theoretischen starren „Etwas“ werden. Dies ist auch ein Anliegen des NLP. Daher ist der Name „Neurolinguistisches Programmieren“ sicherlich für unser heutiges Verständnis etwas unglücklich gewählt und bedarf immer wieder der Erklärung. Das NLP baut keine Schubladen, das NLP schließt keine Schubladen, das NLP öffnet Schubladen und bringt den Inhalt in eine individuelle Kommunikation. Eine individuelle Kommunikation ermöglicht dem Menschen Kontext bezogen freier zu ordnen. Es macht ihn unabhängiger. Unabhängiger von seinem vergangenen Erleben bei Gewährleistung seiner Erfahrung.

Das NLP ist deswegen, genauso wie die therapeutische Hypnose, ein wesentlicher Bestandteil im Ausbildungskontext des Lehrinstituts des Zentrums der interaktiven Medizin.

HP Susan Fischer