

Die klinische Wirksamkeit des Neurolinguistischen Programmierens



Franz-Josef Hücker

NLP und Wissenschaft, geht das? Ein 13-köpfiges internationales Forscherteam belegt: Es geht. Und zwar direkt und indirekt.

Ein originäres Anliegen der wissenschaftlichen Forschung ist es, uns die Dinge etwas verständlicher zu machen. Sodass wir beispielsweise nicht länger glauben, die Kalorien seien kleine fiese Monster, die nachts in unseren Schränken die Kleider enger nähen. Dabei geht es oftmals um Fragen, die im Blick auf das NLP keineswegs leicht zu beantworten sind. Das habe manchen durchaus ernsthaft interessierten Forscher vor dem Versuch zurückschrecken lassen, in die abenteuerliche Sichtung, Prüfung und Bergung möglicher Schätze allzuviel Zeit zu investieren, stellte Jürgen Kriz bereits in seinem Vorwort zu einer frühen NLP Studie fest und verwies auf den unstrukturierten theoretischen Wildwuchs der publizierten Grundlagen.

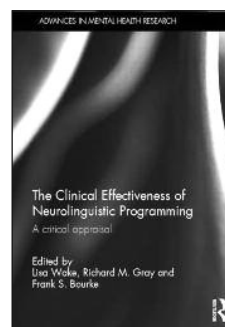
Dieses teils vorhandene, teils behauptete Durcheinander birgt zahlreiche Fallgruben, die verständlich machen, warum die wissenschaftliche Forschung es mit dem NLP nicht leicht hat und umgekehrt. Dazu zählen die als experimentell deklarierten Axiome. Das Fundament, auf dem diese Methode errichtet wurde. Weiterhin die kaum schlüssig zu beantwortende Frage, was ist das Ergebnis von Beobachtung, was ist frei erfunden? Existieren seriöse klinische Wirksamkeitsnachweise oder werden diese lediglich behauptet?

In dieser nunmehr bereits rund vier Jahrzehnte andauernden desolaten Situation hat ein internationales Forscherteam die klinischen Studien zur Wirksamkeit der NLP Methode gesichtet, bewertet und die Ergebnisse als Meta-Studie publiziert. Eine Herkules Aufgabe. Allein die NLP Forschungsdatenbank auf nlp.de umfasst weit über 300 wissenschaftliche Studien, ohne Anspruch auf Vollständigkeit. Es sind Arbeiten, die belegen, inwieweit es den Forschern gelungen ist, die klinische Wirksamkeit des NLP zu bestätigen.

Zudem hatte das Forscherteam eine weitere Nuss zu knacken: Wie sind Einzelnachweise zu bewerten? Im Vorwort wird von einer Phobie Behand-

lung mit NLP berichtet. Als Kind war die jetzt erwachsene Frau in ein Bienenest gefallen. Danach war klar: «Wo eine Biene ist, da bin ich nicht!» Mit den entsprechenden Konsequenzen für ihre Lebensqualität. Nun führt sie ein in dieser Hinsicht uneingeschränktes Leben. Das wurde ein Jahr nach der Behandlung bestätigt. Beides komplett dokumentiert mit einer Videokamera. Worauf sollen die Menschen also vertrauen? Auf ihre eigene Wahrnehmung oder auf klinische Studien und Statistiken? Ein Spagat, den das Autorenteam weder ausklammern konnte noch ausgeklammert hat.

Insgesamt betrachtet ist dieses Buch ein Plädoyer für Wirksamkeitsstudien zum NLP bei psychischen Erkrankungen, bei Posttraumatischen Belastungsstörungen, Phobien, Süchten, Angststörungen, leichten Depressionen etc. Sehr gut belegt mit klinischen Anwendungen und Fallstudien. Sowohl direkt als auch indirekt aus angrenzenden Disziplinen. Eine Pflichtlektüre für Praktiker und Forscher, die darüber hinaus Psychotherapeuten und andere psycho-soziale Helfer anregen kann und sollte, das NLP zu erörtern und in ihrem Arbeitsfeld zu nutzen.



Lisa Wake, Richard M. Gray, Frank S. Bourke (Hrsg.):
The Clinical Effectiveness of Neurolinguistic Programming. A critical appraisal (Advances in Mental Health Research). London and New York: Routledge, 2013

Zum Autor:

Dr. Franz-Josef Hücker lebt und arbeitet als Wirtschaftspädagoge, Psychotherapeut und Journalist in Berlin und ist Autor des Longsellers «Metaphern, die Zauberkraft des NLP».