



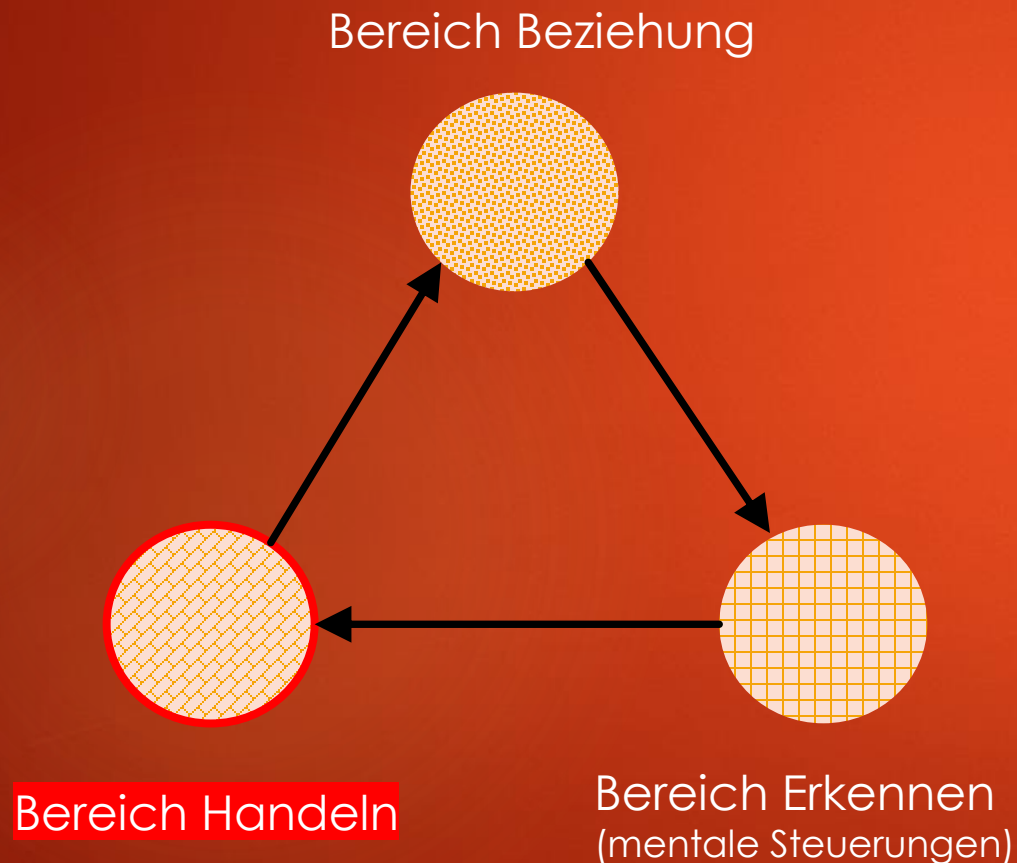
Integrierte Lösungsorientierte Psychotherapie

NACH DIETMAR FRIEDMANN

Vortrag von Christian Döring, NLP Practitioner, Köln, 27.10.2017

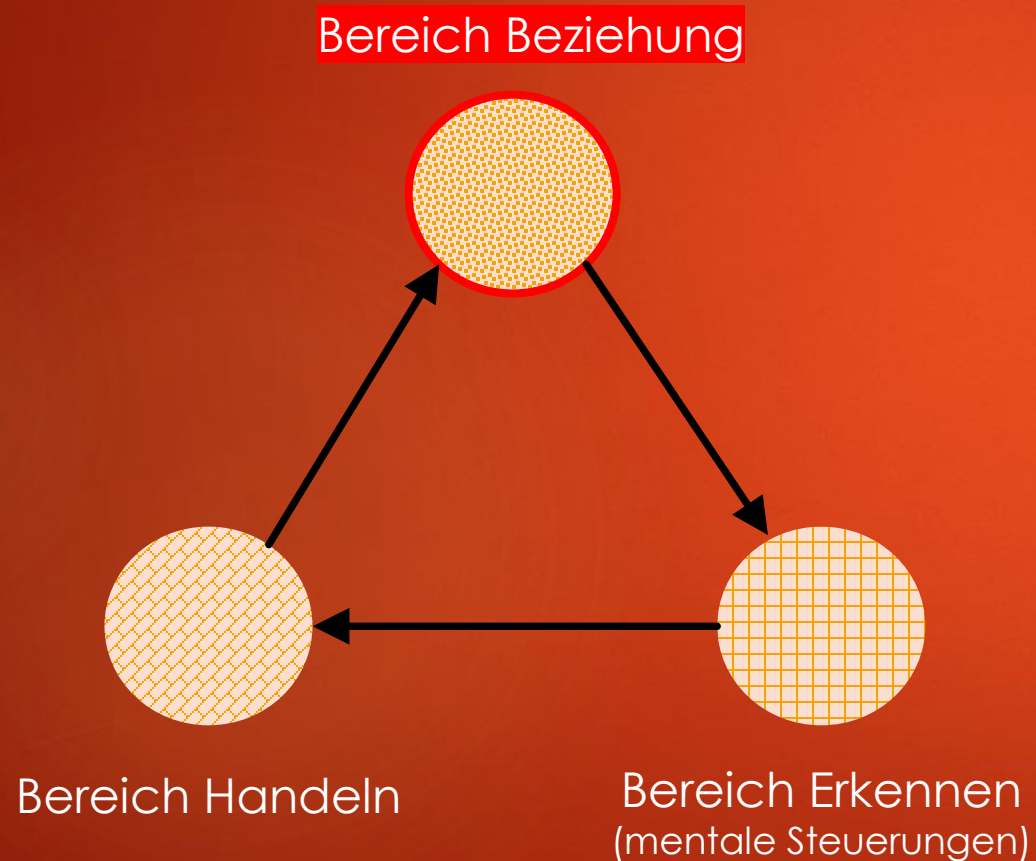
- ▶ Die drei eigengesetzlichen Lebensbereiche
 - ▶ Grundausstattungen: Beziehungs-Ich, Handlungs-Ich, Erkenntnis-Ich
 - ▶ Integration von Therapieverfahren für passgenaues, pragmatisches Vorgehen
- ▶ Die Prozessorientierte Persönlichkeitstypologie
 - ▶ Persönlichkeits-, Entwicklungs- und Zielbereiche drei Persönlichkeitstypen
 - ▶ Ressourcen, Einschränkungende und erlaubende Glaubenssätze
 - ▶ [Bonus:] Dating Tipps
- ▶ Transfer und persönliche Erfahrungen
- ▶ Konsequenzen für die Arbeit als Coach

Die drei eigengesetzlichen Lebensbereiche



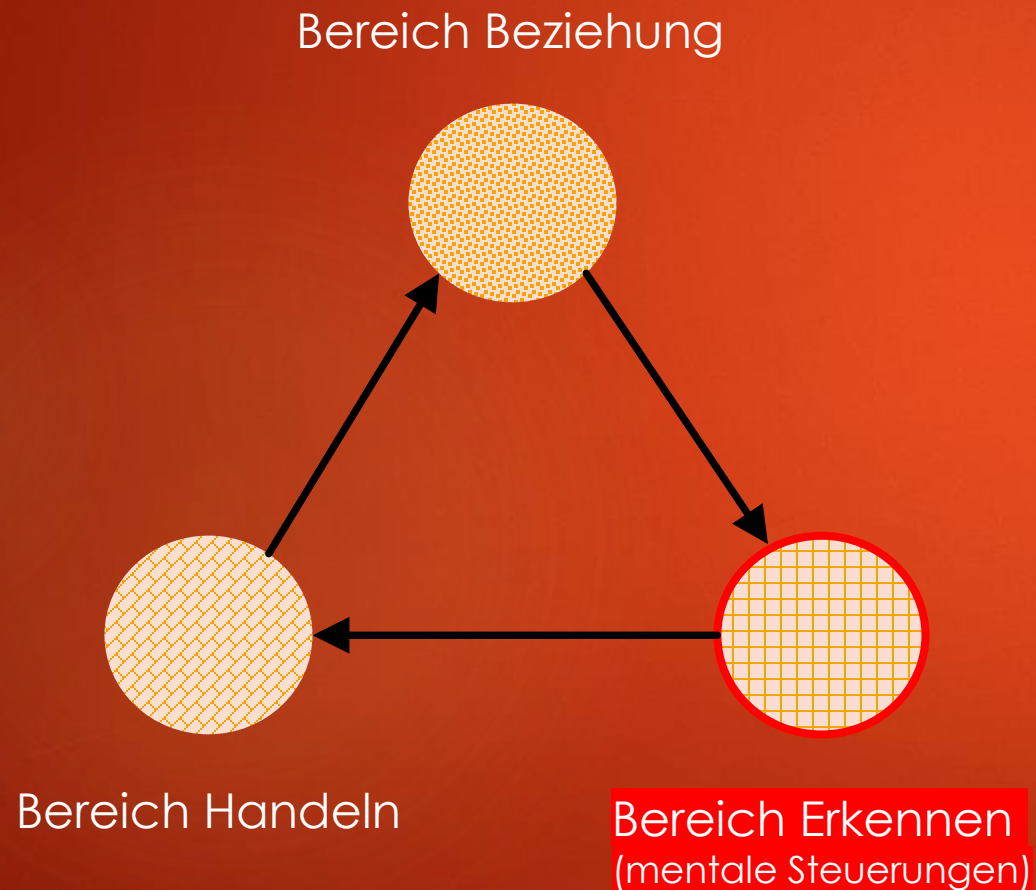
- ▶ Bereich: Handeln
 - ▶ Erreichen konkreter Ziele
 - ▶ Eingesetzte Fähigkeiten: handw. Können, Wollen, Erfahrung / Fachwissen, Sorgfalt, Fleiß
 - ▶ Planmäßiges Vorgehen, Arbeitsorganisation
- ▶ Personaler Bezug: „Wir“
- ▶ Zeitbezug: jetzt und für die Zukunft
- ▶ Atmosphärisch: Betriebsamkeit
- ▶ Kausalität: Ursache - Wirkung

Die drei eigengesetzlichen Lebensbereiche



- ▶ Bereich: Beziehung
 - ▶ Ziel: Beziehungserleben selbst (sich gut anfühlen / liebevolle Nähe)
 - ▶ Kompetenzen: emotionale Fähigkeiten (emot. Intelligenz),
 - ▶ Beziehung findet statt, wird gefühlt, ggf. intensiviert (Kontakt herstellen, Nähe, Zeit verbringen)
 - ▶ Anteilnahme, Zuneigung
- ▶ Personaler Bezug: „Du“
- ▶ Zeitbezug: jetzt
- ▶ Emotionale Hingabe, inniges Verweilen
- ▶ systemisch-energetische Kausalität (nur beobachtbar, aber nicht, erkenntlich, was innen geschieht)

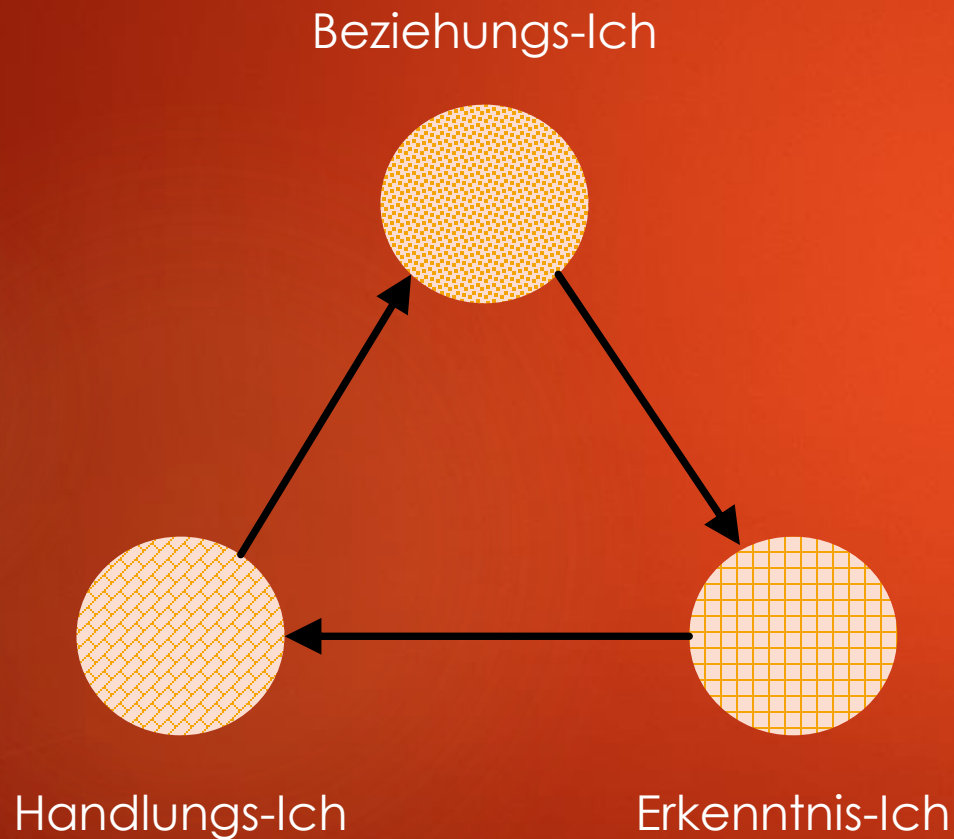
Die drei eigengesetzlichen Lebensbereiche



- ▶ Bereich: Erkennen
 - ▶ Ziel: etwas ist wahr
 - ▶ Kompetenzen: Einsatz des Geistes mit lebensgestalterischer Wirkung
 - ▶ Gedanken, (Grund)-Einstellungen, Erwartungen, Identität wirken
- ▶ Bezug: Ich (das Selbst)
- ▶ Zeitbezug: Vergangenheit
- ▶ Entspannt und aufmerksam fragend
- ▶ Kausalität: persönliches Wachstum und Entfaltung, ‚Werde der, der Du bist‘.

Die drei Grundausstattungen

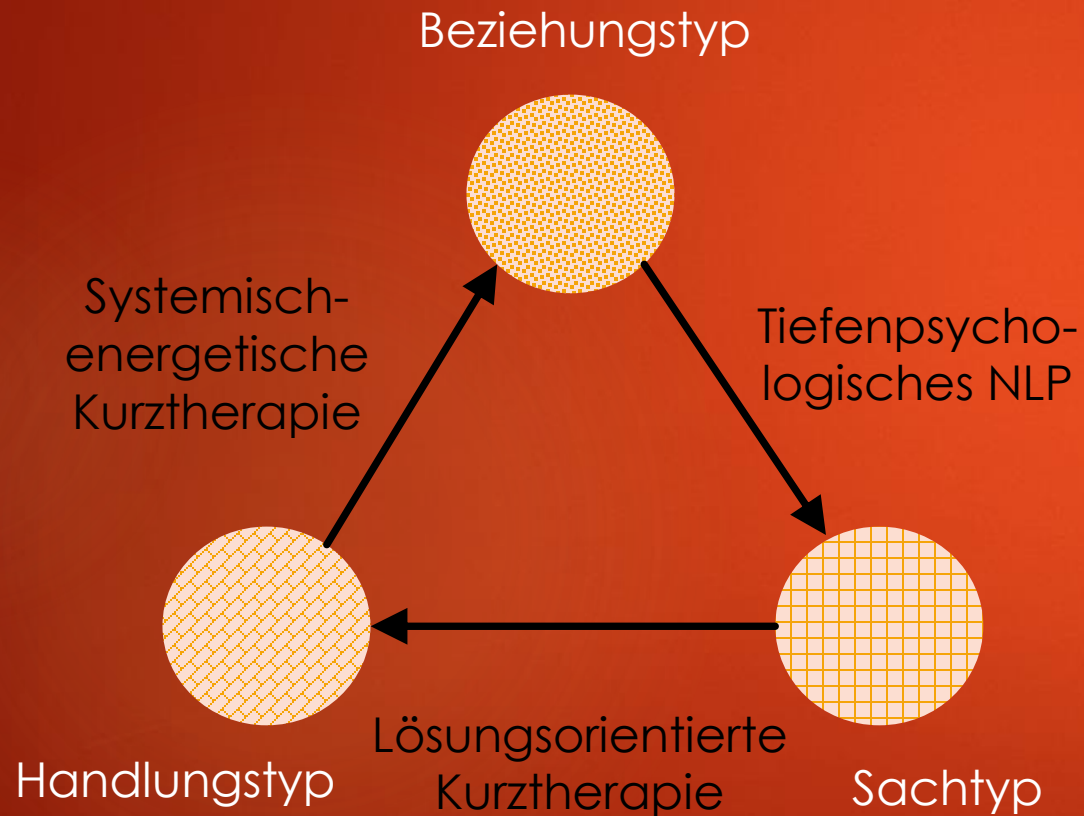
6



- ▶ Lebenspraktisches Modell der psychischen Organe, die es uns ermöglichen mit der Lebenswirklichkeit zurecht zukommen
- ▶ Richten sich passend ein je nach gegebenen Bedingungen und Aufgabenstellungen
- ▶ Bausteine der Persönlichkeitstypen je nach Entwicklungsstation und gleichzeitig Adressaten für eine passgenaue Therapie
 - ▶ Annahme: psychische Organe sind unterschiedlich gut ausgebildet

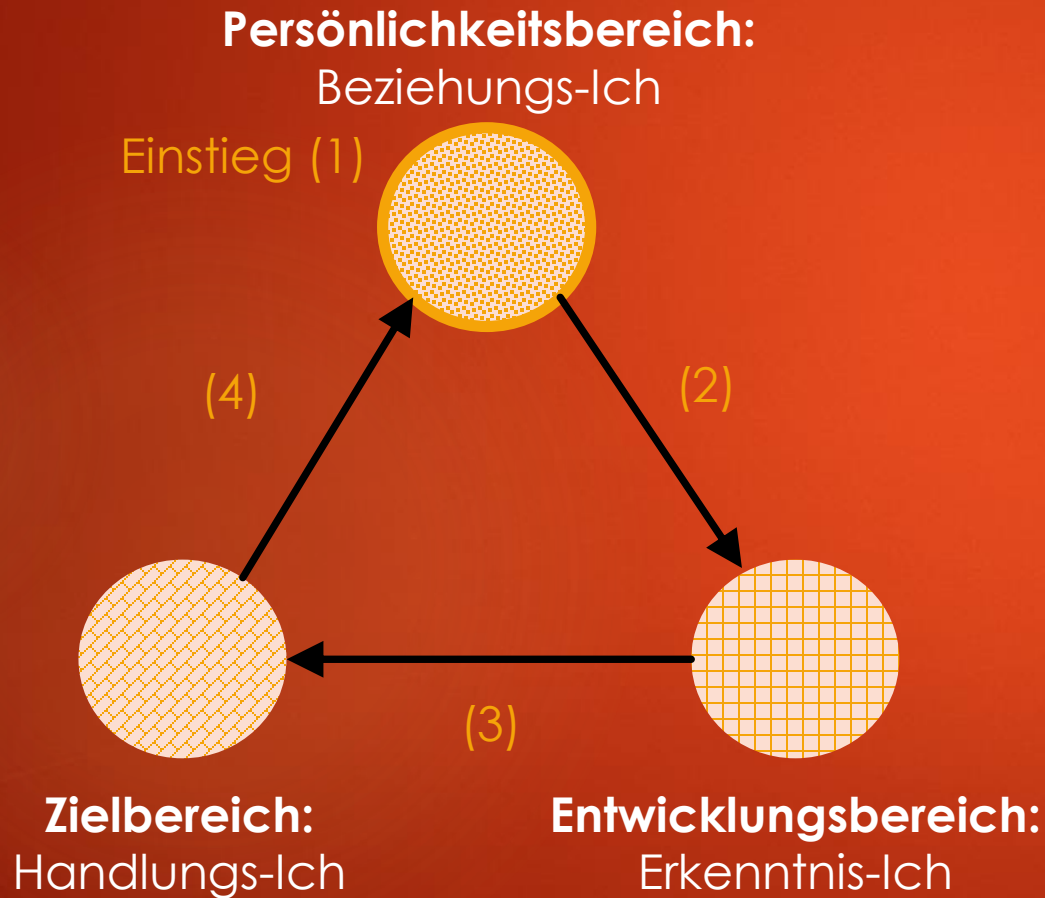
ILP – Prozessorientierte Persönlichkeitstypologie und Psychotherapie

7



- ▶ Startpunkt der Therapie ist der **Persönlichkeitsbereich**:
 - ▶ Heimatbereich: natürliche und selbstverständliche Kompetenzen
 - ▶ aber auch: die ‚unheimliche‘ Stätte früherer Störungen
- ▶ 2. Station ist der **Entwicklungsbereich**:
 - ▶ Hier entstehen die wichtigsten Veränderungen: Schlüsselfähigkeiten finden, die es für weitere *Entwicklung* und *Reife* zu entwickeln gilt.
- ▶ 3. Im **Zielbereich** fällt die Entscheidung, ob man ein fremd- oder *selbstbestimmtes Leben* führen will

Der Beziehungstyp



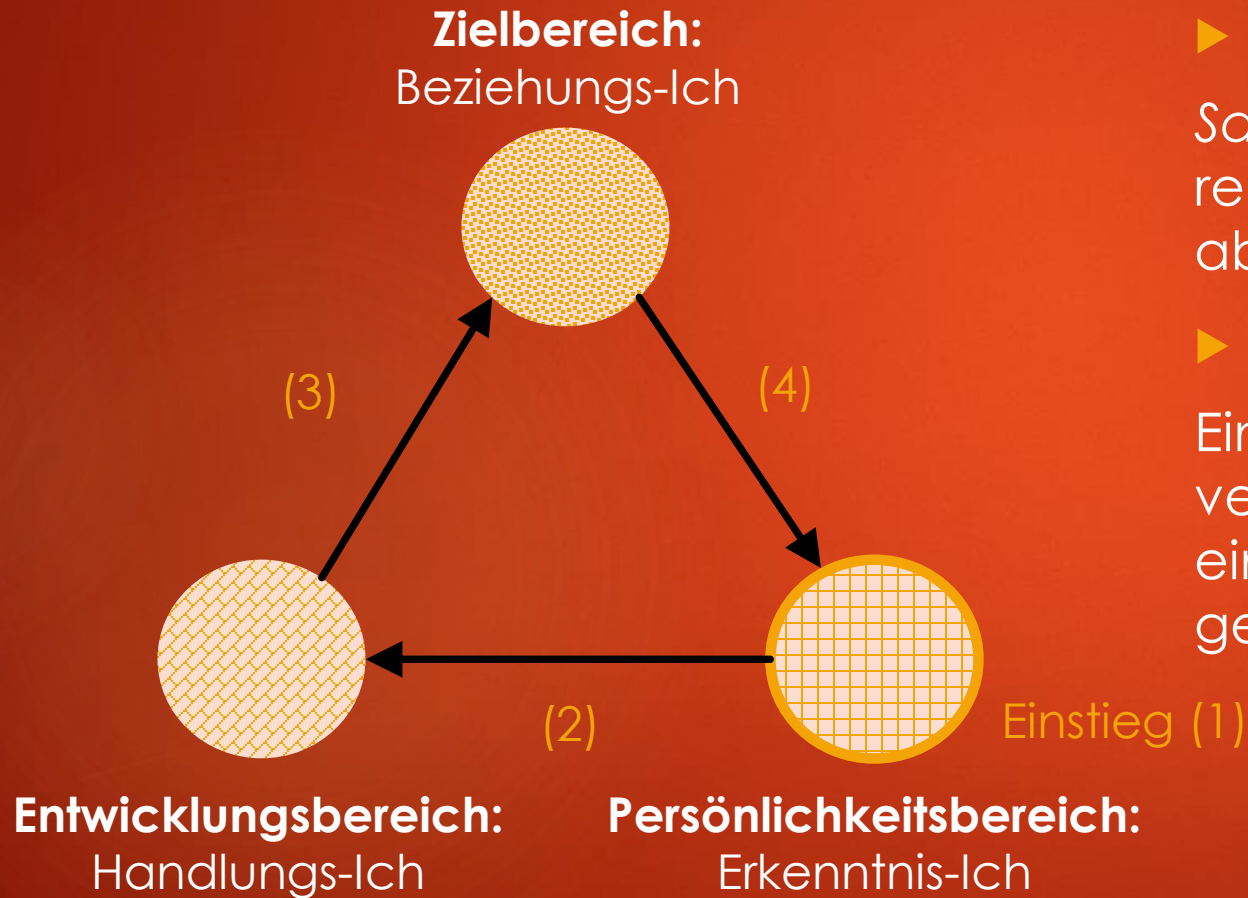
► Mangel:

Beziehungstyp, der misstrauisch und wenig liebevoll ist, nicht richtig nachdenkt und sich im Handeln übernimmt, weil er es allen recht machen will und weil er besser sein will als andere – oder weil er etwas Besonderes sein will.

► Im positiven Sinne:

Ein vertrauensvoller und liebevoller *Beziehungstyp*, der klar denkt, in seiner Mitte ist und sein Leben nach *seinen* Bedürfnissen gestaltet.

Der Sachtyp



► **Mangel:**

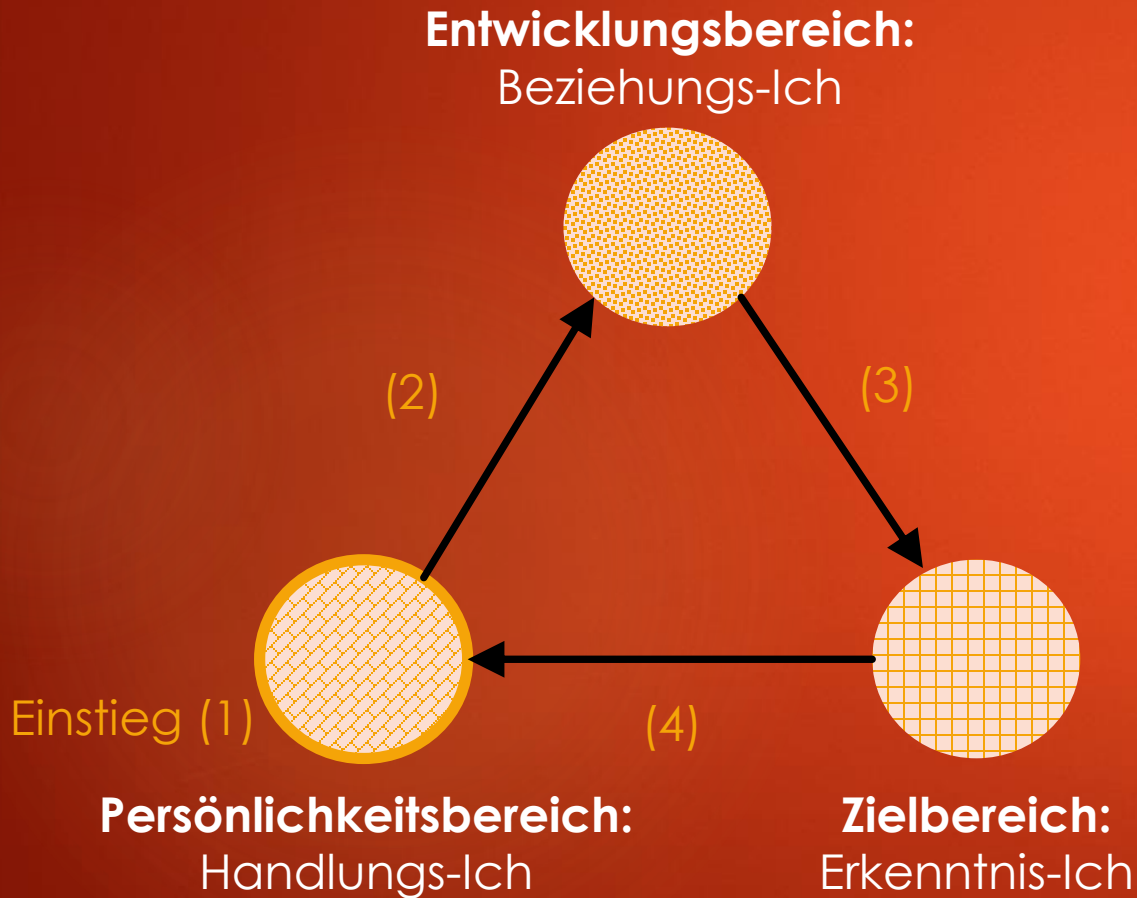
Sachtyp, der wenig Selbstbewusstsein hat, relativ unfähig ist im Praktischen und sich abhängig macht in Beziehungen.

► **Im positiven Sinne:**

Ein selbstbewusster Sachtyp, der verantwortlich und tüchtig handelt und aus einer autonomen Haltung Beziehungen gestaltet und erlebt.

Der Handlungstyp

10



► Mangel:

Handlungstyp, zwanghaft handelt wenig Gefühle zulässt und recht starr ist im Denken.

► Im positiven Sinne:

Ein kreativer Handlungstyp, der sich auf Gefühle und den Fluss des Lebens einlässt und beweglich und menschlich ist im Denken.

Alle wechseln zwischen Mangel und Fülle.

Psychographisches Landkarten- Wissen

11

Ready for more 😊 ?

Glaubenssätze typspezifisch

12

- ▶ Glaubenssätze und Einstellungen (beliefs):
 - ▶ Sind die Leitideen, die wir für wahr halten und als Grundlage unseres (alltäglichen) Tuns benutzen. Sie können Berechtigungen als auch Einschränkungen beinhalten.

“A belief is not an idea held by the mind, it is an idea that holds the mind.”

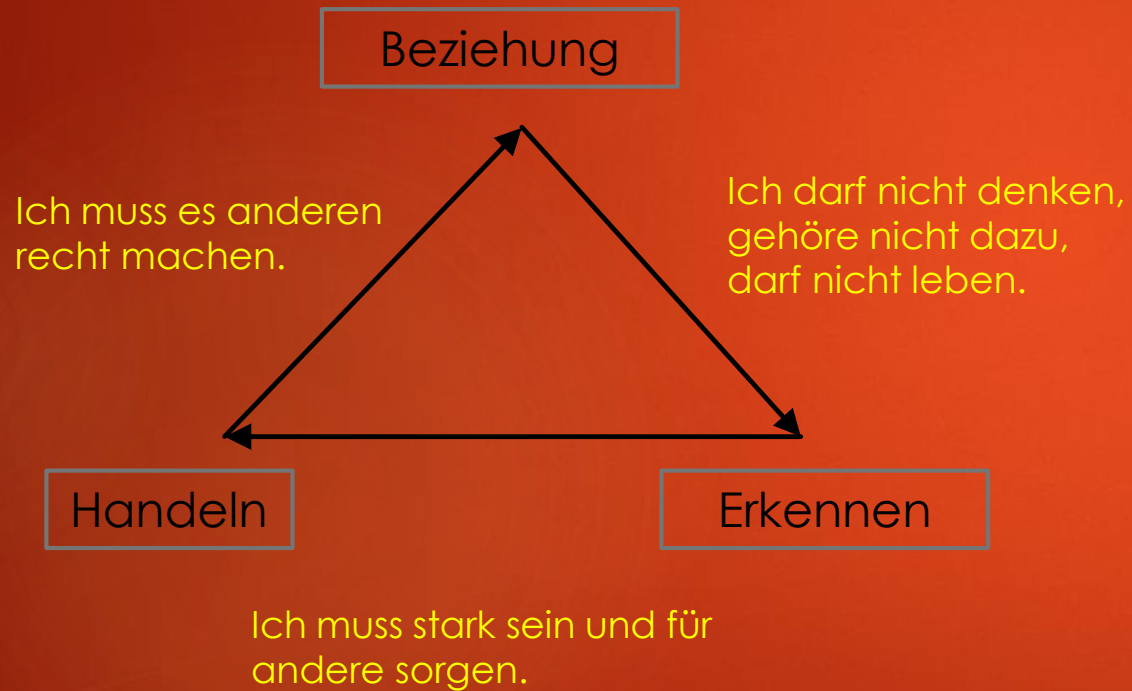
— Elly Roselle

- ▶ Betreffen auch: Identität, Erwartungshaltungen (über die Welt) und Beziehungen
- ▶ In der ILP wird den Klienten eine Auswahl typspezifischer Glaubenssätze präsentiert, welche sie gefühlsmäßig überprüfen, ob sie hilfreich sein können.

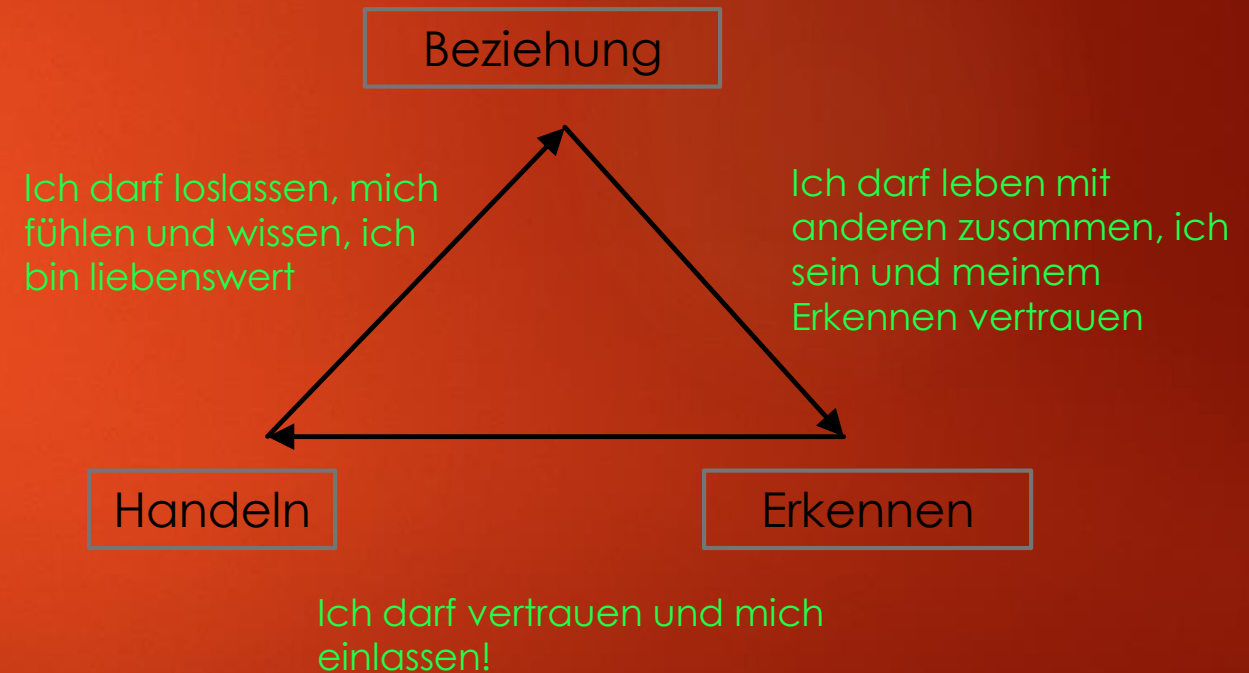
Glaubenssätze des Beziehungstyps

13

Einschränkend



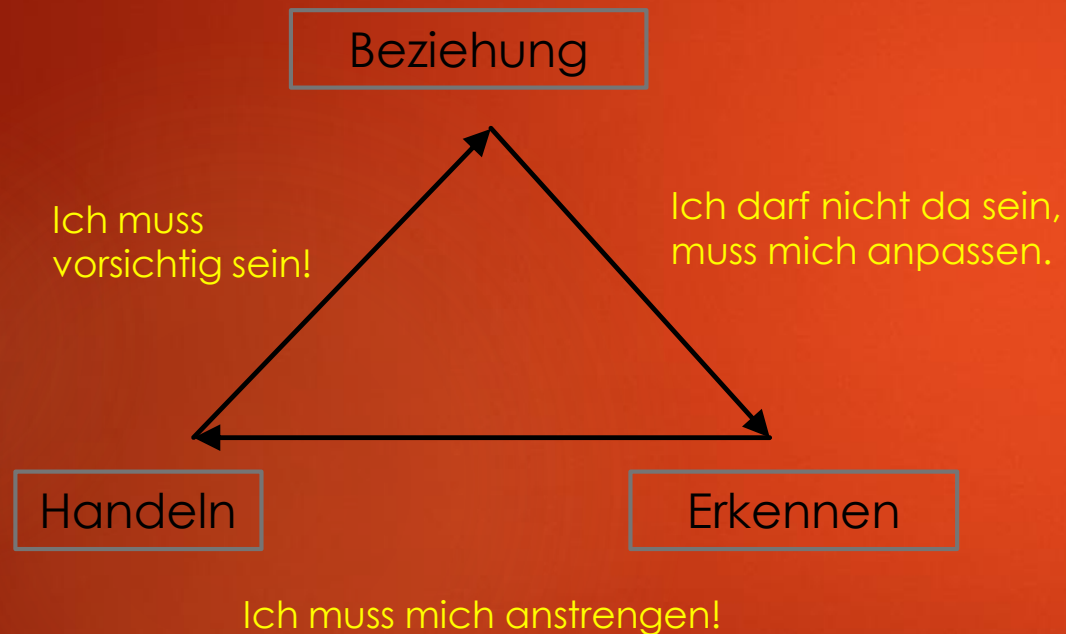
Erlaubend



Glaubenssätze des Sachtyps

14

Einschränkend



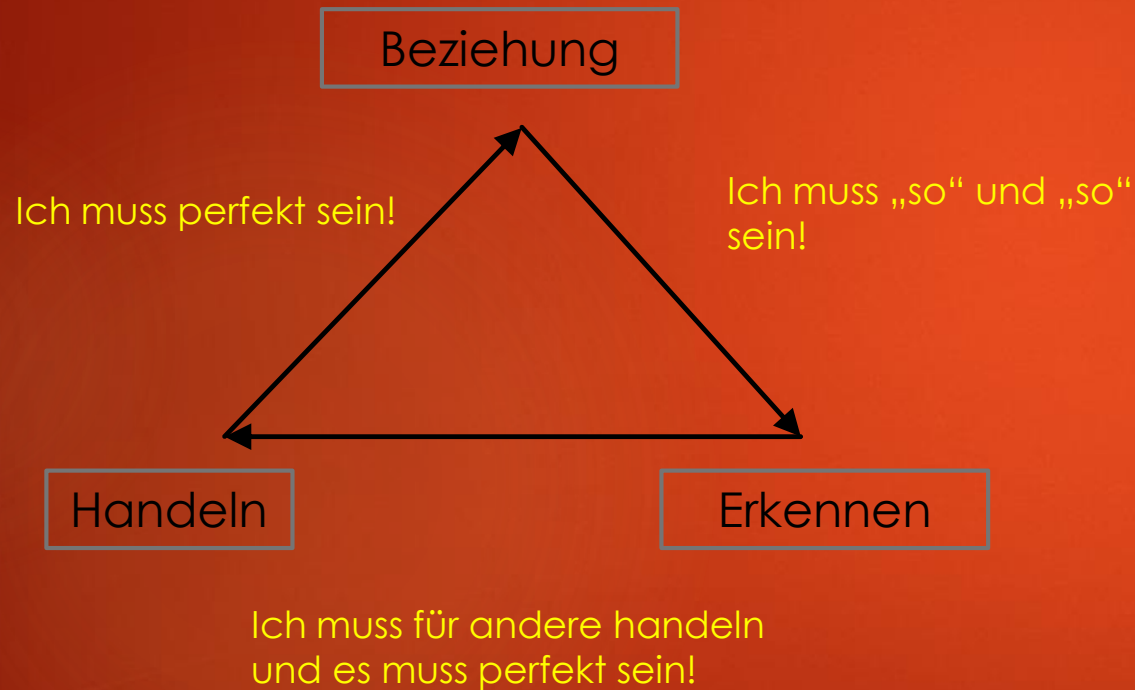
Erlaubend



Glaubenssätze des Handlungstyps

15

Einschränkend

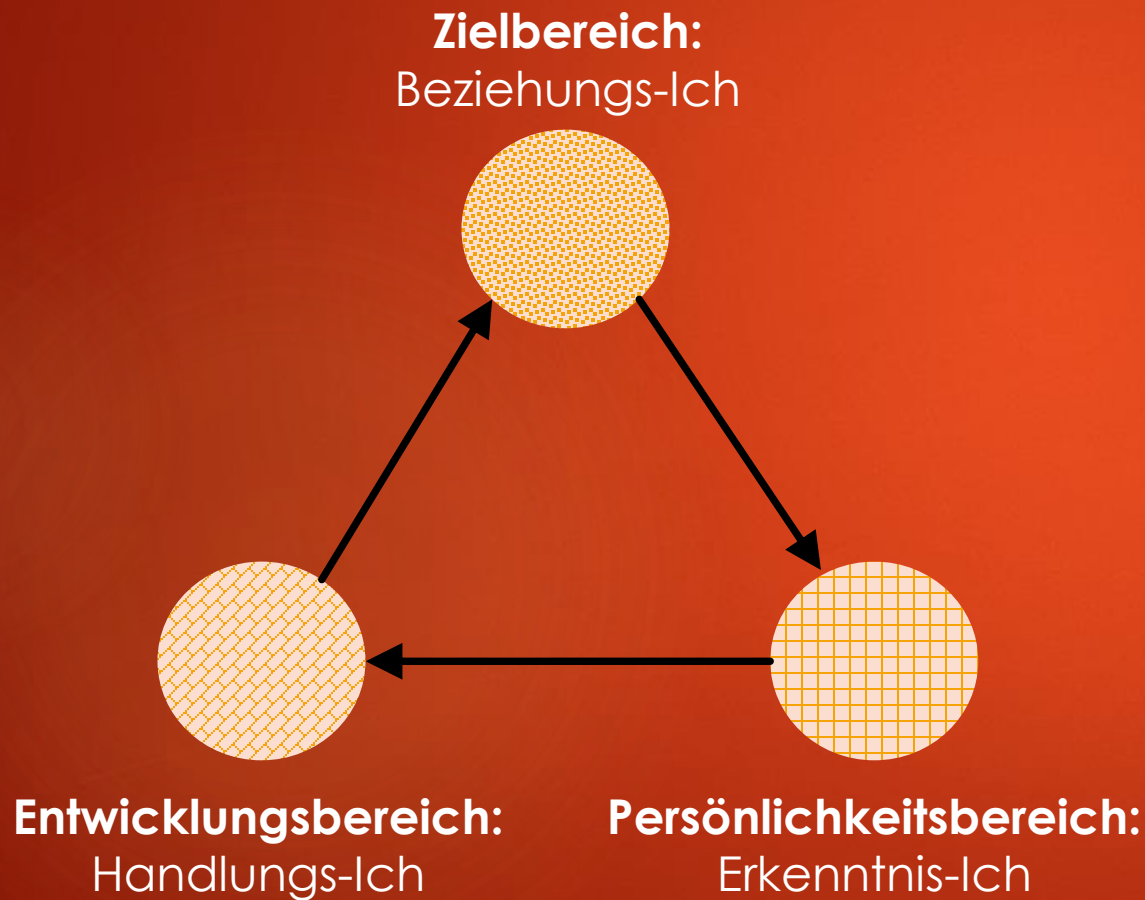


Erlaubend



Transfer und persönliche Erfahrungen

16



- ▶ Erkennen, Beziehung, Handeln in den bisherigen NLP Pract.-Formaten
- ▶ Aussöhnung im Persönlichkeitsbereich:
 - ▶ *Selbstzweifelfreiheit* gefunden in MoE (Piece of Cake)
- ▶ Vergangenheitsbezug in der energetischen Arbeit mit inneren Anteilen
 - ▶ Energie-Umwandlung; Fühlen als Basis neuen Erkennens
 - ▶ „Annehmender Bewusster“
- ▶ Emotionale Anteile in den Ziele-Coachings

Konsequenzen fürs Coaching

17

- ▶ Therapeuten machen oft keine Ausnahme zur Regel: „Menschen schließen von sich auf andere“ – was ihnen geholfen hat, hilft auch dem Coachee (ist falsch) – besser: jedem auf seine Weise gerecht werden
- ▶ Umgang mit Nicht-Wissen (De Shazer) vs. Vorannahmen, wie: Anwenden des Psychographischen Landkarten-Wissens (ILP ist offen und passgenau und auch durchorganisiert)
- ▶ Repertoire verbreitern, doch über Probleme Sprechen
- ▶ Bewusstsein über die Interaktionen der Typen
 - ▶ Typgleichheit: Coach darf nicht überholen und Zielpositionen energetisch besetzen
 - ▶ Schwierige Pacing-Konstellationen: wenn Coach in seinen Zielbereich gehen muss

Viel Spaß mit ILP!

18

Danke!

- ▶ 1. Taschenbuch mit Selbsttest

Denken. Fühlen. Handeln.: Mit psychographischer Menschenkenntnis besser arbeiten und leben

von [Dietmar Friedmann](#), [Klaus Fritz](#); (233 Seiten); Verlag: Springer Gabler; Auflage: 6 (18. Dezember 2014)

ISBN-10: 3658076658, ISBN-13: 978-3658076658

- ▶ 2. Maßgebliches Fachbuch

ILP - Integrierte Lösungsorientierte Psychologie: Psychotherapie und Coaching

von [Dietmar Friedmann](#), (207 Seiten) Verlag: WBG ; Auflage: 3 (1. Juli 2013)

ISBN-10: 3534262786, ISBN-13: 978-3534262786