

DIE ZEIT IST REIF

Erstmals gibt es eine NLP-Ausbildung, die auf die spezifischen Belange von Frauen zugeschnitten ist.

VON ISABEL IHM

Samstagmorgen zehn Uhr in einem Trainingsraum mitten in Wiesbaden: Zwölf Frauen sitzen in einer Runde mit zwei Trainerinnen und zwei Assistentinnen. Als musikalischer Anker läuft der Song von Christina Stürmer: „*Woran willst du dich erinnern? Und dann schaust du zurück, zurück, auf das, was wirklich bleibt ...*“. Einige Frauen summen mit, andere wippen den Takt, lauschen, ganz mit sich verbunden. Anschließend bitten wir jede um ein Stimmungsbild zum Start in den Tag. Es ist das vorletzte Modul der ersten NLP-Practitioner-Ausbildung für Frauen. Jede schildert, was sie beschäftigt. Die Atmosphäre ist zugewandt, offen, empathisch und humorvoll. Alle sind ganz dabei, konzentriert und doch entspannt. Hier entstehen Ideen, neue Lebensentwürfe, zukünftige Entwicklungsschritte, hier ist Zeit für private und berufliche Themen.

Pippi Langstrumpf prägt als Kontrast zur stereotypen Mädchenfigur seit mehreren Generationen das Frauenbild. Und noch immer möchten es Frauen gerne mehr als bisher leben: frech, wild, frei. Selbstbestimmt dem Herzen folgen und den eigenen Weg gehen, unabhängig von der Meinung anderer. Uns Frauen stehen heute alle Türen offen. Oft trauen wir uns nicht hindurchzugehen – Konventionen, Erziehung oder persönliche Glaubenssätze hindern uns. Wo ist das mutige Mädchen in uns, das den eigenen Fähigkeiten vertraut und sich die Welt macht, wie sie ihr gefällt? Lösungsorientierte Methoden des NLP helfen Frauen, ihr persönliches Pippi-Langstrumpf-Potenzial zu

entfalten, verborgene Wünsche aufzuspüren und kraftvoll ihre Energie für ihre privaten und beruflichen Ziele zu mobilisieren.

Umfragen belegen: Frauen wollen sich weiterbilden und Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer Persönlichkeit kennenlernen. Sie sind neugierig auf das, was sie in ihrem Leben noch erreichen können. Dafür wünschen sie sich Ausbildungs- und Weiterbildungsangebote nur für Frauen. Frei von Gender-Klischees und Schubladendenken wollen sie mit ihrem Auftreten, mit ihren verschiedenen Rollen und ihrem Kommunikationsstil experimentieren, um ihren eigenen Stil zu finden und zu festigen. Die Frau von heute will nicht der bessere Mann sein. Sie sucht nach Wegen, authentisch, weiblich und selbstbewusst ihr Leben zu gestalten, im Privaten wie im Beruflichen.

Die Zeit ist reif: Seit Oktober 2016 läuft die erste NLP-Ausbildung für Frauen. Zusätzlich zu den Lehrinhalten gemäß Curriculum des DVNLP ist sie um zwei Schwerpunktthemen ergänzt: den Business-Fokus und den Frauen-Fokus. Da geht es konkret um Fragen wie: Wer bin ich als Frau? Welche Glaubenssätze habe ich über das Frausein? Welche Prägung habe ich als Frau erfahren? Wie kann ich mich als Frau mit Karriereanspruch unter männlichen Kollegen behaupten?

Der Business-Fokus ist auf die Anwendung des NLP in der beruflichen Praxis zugeschnitten. Unsere Teilnehmerinnen erhöhen ihre Kommunikationsfähigkeiten im Beruf und entwickeln ihre eigene Karriere sinn- und zielorientiert weiter.

Einige der Teilnehmerinnen haben sich ausdrücklich deshalb angemeldet,

weil sie in vertrauensvoller und konstruktiver Atmosphäre unter Frauen lernen und Feedback bekommen wollen. Sie wollen keinen Kuschelkurs, sondern andere Frauen als Spiegel für sich selbst erfahren, um dadurch neue Verhaltensweisen kennenzulernen und auszuprobieren. „Die Vermittlung der Inhalte durch zwei Trainerinnen, beide mit ihrem ganz individuellen Hintergrund, ist einfach sehr inspirierend“, sagt Nina, eine der Teilnehmerinnen.



Als NLP-Lehrtrainerin, Business-Coach und -Trainerin sowie langjährig erfahrene Führungskraft im Bereich Marketing und Kommunikation engagiere ich mich mit meinem Unternehmen „ihmotion“ für die Persönlichkeitsentwicklung von Frauen, insbesondere für Frauen in Führung. Wer Zugang zu seinem authentischen Selbst entwickelt und versteht Verantwortung für sich zu übernehmen, kann in herausragender Weise auch führen, sei es in der Familie oder im Beruf. Katrin Klauer bringt als Co-Trainerin neben ihrem sozialwissenschaftlichen Hintergrund Erfahrung als Geschäftsführerin ▶

Frauen wollen sich weiterbilden und Möglichkeiten zur Entwicklung ihrer Persönlichkeit kennenlernen.

einer Organisation zur Wirtschaftsförderung und Existenzgründungsberatung von Frauen mit. Und sie kennt die häufigsten Muster, mit denen Frauen sich selbst an ihrer Entfaltung hindern.

Es ist Samstagabend, der Seminartag geht zu Ende. Feedbackrunde nach der letzten Übung zum Six-Step-Reframing. Lisa eröffnet die Runde: „Ich bin ganz erstaunt, dass ich nach

drei Tagen Input immer noch voller Energie bin. Ich nehme viele Impulse und Denkanstöße mit und freue mich sehr darauf, meine Ideen ab morgen aktiv umzusetzen!“ Wenn ich als Trainerin solch ein Feedback höre, weiß ich, dass unser Ausbildungskonzept aufgeht. Es berührt mich zu erleben, wie die Teilnehmerinnen über den Ausbildungszeitraum aufblühen. Und ich stelle mir vor, wie

diese Frauen zu Vorbildern für andere Frauen werden. ◀◀



Zur Autorin

Isabel Ihm

Inhaberin von ihmotion,
Coach und Trainerin für die
Persönlichkeitsentwicklung
von Frauen.

www.ihmotion.de