

Jamen, det virker bare

KD 5/10-20

Kursister bliver overbevist om, at terapiformen NLP er god, fordi den tilsyneladende skaber hurtige forandringer

AF ANNE KORSHOLM

Bente græder. Selvom vi er i et køligt kursuslokale med næsten 30 mennesker, så triller tårene. Bente skal nemlig til at bryde bånd til en forælder, som længe har gjort hendes liv svært.

Forsamlingen er kursister, som er i gang med at tage den laveste grad inden for Neuro-lingvistisk Programmering eller NLP. Som omtalt i Kristeligt Dagblad i går er NLP er et populært og tilsyneladende lynhurtigt terapeutisk værktøj, som bliver kritiseret for også at være meget overfladisk.

Kursisterne har været sammen tre gange før, hvor de blandt andet har lært om kommunikation og forskellige menneskers forskellige måder at opfatte verden på. Men dette fjerde modul handler specielt om NLP-terapi, og Bentes binding skal vise, hvordan man med NLP-værktøjer kan bryde en afhængighed.

Bente bliver bedt om at beskrive båndene til sine forældre, og hun forklarer, hvordan hun forestiller sig, at der går bånd fra forskellige steder i hendes krop til forælderen.

Hun forklarer både, hvordan farven, tykkelsen og konsistensen af båndene er, før hun vælger, at de skal skæres over med et sværd. Hun løfter det imaginære sværd over hovedet og ned foran kroppen.

Kursisterne tager noter og følger med i papirerne. Læreren følger en ret præcis opskrift, som de bagefter skal øve på hinanden. Og båndene behøver ikke at være til en person. De kunne lige så godt være til cigaretter eller slikskålen.

Inden for NLP-systemet bliver man først practitioner. Det koster 18.500 kroner og varer 22 og en halv kursusdag. Derefter følger mastergraden, som man kan udvide med et særligt businessmodul.

Vil man videre i NLP-verdenen, kan man herefter vælge forskellige overbygninger, som er specialiserede i erhvervsliv, undervisning eller terapi.

Store forandringer

Forskellige arbejdspladser har betalt for, at deres medarbejdere efteruddanner sig på dette kursus i NLP-huset i

Valby, og flere kursister beskriver over for Kristeligt Dagblad, at de begyndte med en del skepsis, som nu er forduftet.

- Det virker. Øvelserne er utrolig simple. De virker måske lidt småflippede, men de virker. Det er nok for mig, jeg behøver ikke anden forklaring, siger Louise Sponholtz, som har et lederjob i et forsikringselskab.

Produktchef Anne Marie Holm er med på holdet som assistent.

Hun vil gerne være NLP-træner, og det kræver, at hun først har assisteret ved undervisningen på de lavere grader.

Allerede nu er hun dog begyndt at tage folk i terapi, når de selv henvender sig for at få hjælp.

- Jeg er meget ydmyg over for, at man som terapeut kan skabe store forandringer med NLP-værktøjer uden at vide hvad der er galt. Værktøjerne virker simpelt hen, for de bygger på, at klienten selv ved, hvad løsningen er. Derfor behøver man heller ikke at blotte sig så meget i NLP-terapi, siger hun.

NLP er en flugt

Kritikere siger præcist det modsatte. At det ikke virker, men at NLP-skolerne tjener en masse penge på at give overfladiske koncept-løsninger på individuelle problemer.

Kursisterne på NLP-husets practitioner-hold har et hæfte med manualer til de

NLP i Kristeligt Dagblad

Torsdag skrev Kristeligt Dagblad, at terapiformen NLP bliver kritiseret for at være overfladisk behandling af mennesker, ofte udført af dårligt uddannede terapeuter.

forskellige øvelser. I det er der spørgsmål til klienten og helt konkrete anvisninger på, hvordan klienten fysisk skal gå to skridt frem eller tilbage under seancen.

- Mange tror jo, at NLP er en genvej, men for mennesker der ønsker en holdbar

og mere dybtgående udvikling, er det en omvej. Og hvis man mener, at det at opbygge et selvforherligende glansbillede af sig selv, er skadeligt, ja, så er NLP skadeligt. Jeg bryder mig heller ikke om, at levende mennesker kø-

res igennem en process, som er lige så fast som en opskrift, siger Ole Vadum Dahl fra Silkeborg.

Ole Vadum Dahl var tidligere NLP's uofficielle ambassadør i Danmark, men i dag kritiserer han terapiformen.

Den franskfødte psykoanalytiker Cyril Malka sagde i går i Kristeligt Dagblad, at NLP-værktøjerne byder på symptombehandling.

- Folk lærer at flygte fra smerten og ubehaget. De lærer ikke at tackle det, understreger han.

Et nyt fremtidsjæg

Bente er ikke helt færdig med at gøre sig fri af sin afhængighed af forældrene.

Nu skal hun forestille sig selv, sådan som hun bliver i fremtiden. Og det nye fremtidsjæg skal i stedet have alle de bånd, som forældrene før havde. Samme farve, tykkelser og konsistens af bånd skal mentalt fæstnes de samme steder på fremtidsjeget.

NLP-kurser og priser

NLP-uddannelserne bliver ofte betalt af kursisternes arbejdsgivere. På et af de førende uddannelsessteder NLP-huset, er kurserne enten bygget op af en række moduler eller de er komprimeret til ét længerevarende kursus, hvor deltagerne bor sammen i for eksempel to uger.

Practitioner-uddannelsen koster mellem 17.800 kroner for et intensivt tildages forløb og 18.500 kroner for kursister der tager uddannelsen som en række moduler.

Vil man supplere med et business-modul koster det 3500 kroner. Lederpractitioner, som er målrettet ledere i erhvervslivet, varer i

alt 12 dage og koster 34.900 kroner inklusive hotelophold.

Derefter følger masteruddannelsen, som koster omkring 17.000 kroner. Efter mastergraden kan man blive udviklingskonsulent for 22.500 kroner. Det tager fem moduler på hver fire dage. Man kan også blive NLP-træner. Det tager fire moduler på fire dage og koster 18.000 kroner.

Vil man være psykoterapeut og eventuelt medlem af Dansk Psykoterapeut Forening kræves to års uddannelse efter mastergraden.

Kilde: NLP-Nyt

Bente har allerede været gennem det trin i øvelserne, hvor hun har skabt sig et fremtidsjæg, som indeholder alt det, hun ønskede sig fra forælderen og alt det, hun selv er.

- Mærk, hvor rart det er at være forbundet til en, som du altid kan regne med. Dit fremtidsjæg ved, hvad du går igennem. Hun kan guide dig med respekt, siger læreren Hege Knutzen.

Bente skal forestille sig fremtiden. Og mens hun stadig græder lidt, går hun et skridt frem og prøver at mærke, hvordan det bliver.

- Jeg er mere fri, siger hun og smiler.

Bente går et skridt længere ind i fremtiden og fortæller, at der har hun fået et bedre forhold til sin familie derhjemme.

Mangler dybde

Kristeligt Dagblad har talt med flere tidligere NLP-klienter, som ikke fik noget ud af at komme hos en NLP-terapeut. De fleste kritiserer, at NLP aldrig gik i dybden med deres problemer.

Robert Hoffgaard Hansen har været narkoman og var med i et to-årigt EU-støttet projekt, som skulle hjælpe ham tilbage i samfundet. I det forløb mødte han forskellige behandlere - også en NLP-terapeut.

- Hun fik verden til at se så let ud. Hun havde logiske forklaringer og enkle værktøjer, der kunne løse vores problemer, mente hun. Men min verden er ikke let. Og alle meninger er ikke bare okay, forklarer Robert Hoffgaard Hansen.

- Hvis jeg ikke havde mødt en anden behandler, som gik i dybden og gav modspil og sagde, at nogle ting gør ondt, så havde jeg måske ikke fået selvtillid nok til at holde mig fri af stoffer, siger Robert Hoffgaard Hansen i dag - to år efter projektet sluttede.

I NLP-huset holder kursisterne pause. Bente sidder stille og sunder sig efter øvelsen, og lærer Gitte Hylby siger til Kristeligt Dagblad, at selvom NLP er kendt for lynhurtige resultater, har Bente nok brug for endnu en session.

- Der er flere lag i det her, og næste gang skulle man nok gå ind og se på, hvorfor hun er så ked af det. I NLP mener vi, at mennesker kan hele sig selv. Vi har allesammen indbygget et program, som kan helbrede sår - også i sindet.

- Med NLP-værktøjerne skaber vi rammen, og så ved sindet selv, hvor det skal hen. Det er derfor det virker, siger Gitte Hylby.