

1 Vorwort von Dr. Lucas A.C. Derks

Brigitte und Ekkehart Padberg verstehen gut, dass Fortschritt in einem Bereich wie Coaching noch immer über Bücher verläuft. Mit dem Buch *Structure of Magic* haben Bandler und Grinder 1976 das Neuro-Linguistische-Programmieren (NLP) begründet. Ohne dieses Buch gäbe es die heutige hohe Ebene im Coaching nicht. Aber zu solchen Entwicklungen gibt es auch eine Vorgeschichte, wie die von Eugene Gentlin (1967) und dem von ihm entwickelten *Focusing*. Als Student der Sozialpsychologie bin ich 1977 auf das hier oben erwähnte "Proto-NLP-Buch" gestoßen. Für mich stellte *The Structure of Magic* eine Art von Science-Fiction der Psychologie dar; und das war genau, was ich wollte. Mir war klar, dass das Verständnis der Psyche damals eine wenig zusammenhängende Mischung von gerade erst entstehenden Einsichten war. Gleichzeitig führte diese große theoretische Unsicherheit, welche Psychotherapie die richtige sei, zu isolierten Schulen und Richtungen. Im Ergebnis führte dies zu konservativen und oft polarisierende Einstellungen.

Für mich, mit meinem Forschungsbedarf, war die Arbeit mit der Hypnotherapie von Milton Erickson und die NLP-Formate eine endlose Serie psychologischer Experimente. Ende der 90er Jahren war das Soziale Panorama Model das erste konkrete Resultat. Die Schlussfolgerungen aus meiner "experimentellen" Arbeit mit unterschiedlichen Klienten mit ganz verschiedenen Anliegen, die ich mit einer begrenzten Anzahl an Methoden behandelte, waren aber eindeutig: Menschen bauen eine Landschaft um sich herum, in welcher sie relevante Personen an bestimmten Orten repräsentieren und fixieren. Wo genau dieser Ort ist und wo jemand gespeichert ist, bestimmt die sozial-emotionale Qualität der Beziehung. Aus diesen Erkenntnissen wuchs auch die Einsicht, dass diese Bilder meist unbewusst, und wahrscheinlich in

der Hintergrundkognition der rechten Gehirnhälfte abgelegt sind. Daher braucht es die besonderen methodischen und technische Fähigkeiten des Coaches, um diese im Coaching bewusst und nutzbar zu machen. Aber wenn diese Bedingungen erfüllt sind, entsteht ein außerordentlich kraftvolles Instrument für die Verbesserung von jeder Art von sozialen Beziehungen und gleichzeitig führt es zu einer erheblichen Stärkung des Selbstbewusstseins.

15 Jahre später entstand eine ganze Serie weiterer Einsichten aus dieser Arbeit. Damit war die Psychologie der Mentalen Raums geboren. Zusammenfassend enthält diese folgende Kern-Erkenntnis: Alle Erfahrung findet in einem Imaginativen Raum rundum und innerhalb der Person statt. Diese genaue Verortung von Gedanken, Gefühlen, Emotionen und Wahrnehmungen, ist das zentrale Merkmal für alle psychischen Prozesse. Das "Wo" ist in der Psychologie des Mentalen Raumes wichtiger als das "Was". Schaut man auch in anderen Therapieformen, gab es schon lange die praktische Anwendung dieser Prinzipien. In zahlreichen Arten von Therapie benutzt man schon Jahrhunderten den Raum, weil er Wunder bewirkte. Es gab aber keine zusammenhängende Psychologie, die dies klar formulierte. Grund dafür war, dass den meisten praktizierenden Coaches und Therapeuten dies als einfach und selbstverständlich erschien, während für die psychologischen Wissenschaftler dies für irrelevant hielten. Ursächlich hierfür war die Fixierung darauf, vor allem die die Aktivitäten im Gehirn zu messen und zu vermessen. Noch heute ist das führende Paradigma der Neurowissenschaften, das man die Gedanken im Gehirn in Form von wunderschönen farbige High-Tech-Bilder sichtbar machen kann. Dank dieses Paradigmas bekommen die Neurowissenschaftler viel Geld für Forschung. Dies ist verständlich, da der Raum innerhalb des Schädels die Kriterien erfüllt, das hier etwas physisches gemessen werden kann. Der Raum

rundum einen Menschen scheint subjektive, nicht greifbar, nicht messbar und nicht quantifizierbar zu sein. Hinzu kommt, dass Menschen ihre eigenen Gehirne nicht erleben können, aber alles rund um sich herum. Deshalb dauerte es lange, bevor es zu der entscheidenden Schlussfolgerung kam, dass der Raum das primäre Organisationsmedium für alle psychische Phänomene ist.

Vor allem wenn wir diese Sichtweise direkt und konsequent in der Coachingspraxis anwenden, entsteht eine einfach feststellbare Zunahme an Effektivität des Coachings. Brigitte und Ekkehart Padberg haben diese Erfahrung schon vor einige Jahren gemacht. Begeisterung braucht man, um ein Buch fertig zu schreiben, vor allem ein so lesenswertes Buch wie dieses. Es wird ihnen den Weg zu den technischen und praktischen Vorgängen zeige, die den mentalen Raum zur zentralen Arbeitsgrundlage für die Psyche machen. Es öffnet die Augen für ein verborgene und oft übersehene Welt, wo wir vieles mit einfachen Schritten in Bewegung bringen können. Eine verborgene Welt, die schon immer da war. Diese Erkenntnis verlangt auch, dass ich den Lesern jetzt eine gut gemeinte Warnung mitgebe: Dieses Buch zeigt den Weg zu einem Coaching auf der Grundlage der Psychologie des mentalen Raumes und die Erfahrung zeigt, dass es für diejenigen die diesem Weg folgen, keinen Weg zurück gibt.

Lucas Derks

Nijmegen 2023 Niederlande