



Cyber Café 20.9.2021

Die Pippi Langstrumpf Strategie (Teil 1)

Cyber-Topic

mit Ueli R. Frischknecht zum Thema «Die Pippi Langstrumpf Strategie - Lügen, Wahrheit & Beliefs» (Teil 1) - Was ist Wahrheit? - Kann man Beliefs ändern? - Lügen: Darf man das? Gibt es das? - Die Perspektiven und Gedankenmodelle des NLP bieten Ansätze zum Verständnis und allfälliger Intervention, für sich selber und mit Anderen. Gerne möchte ich mit den Teilnehmenden einige Aspekte dieser gerade in der heutigen Zeit so wichtigen Themen beleuchten, diskutieren, öffnen. Dabei wird es nicht um Antworten sondern eher theoretisches Verständnis und um sinnvolle Fragestellungen gehen.

Porträt

Ueli R. Frischknecht



eidg. dipl. Erwachsenenbildner HF; NLP-Lehrtrainer NLPA, DVNLP, IANLP und International NLP, USA; Supervisor/Coach/Organisationsberater bso; Master in Advances Studies in Beratungswissenschaften PHSG; Member NLP Leadership Summit.

«Mit Schalk, analytischem Vorgehen und kreativer Neugierde auf individuelle Lösungen helfe ich den Seminarteilnehmer*innen, ihre Visionen und Werte, privat wie am Arbeitsplatz, besser zu verwirklichen. NLP - das Modell für Business mit Herz und Verstand.»

Seit 2000 ehrenamtlich als Secretary General der IANLP tätig (www.ia-nlp.org). Trainerportrait auf NLPedia (<https://nlpportal.org/nlpedia/wiki/>)

NLP Akademie Schweiz uf@nlp.ch / www.nlp.ch

'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

"Ich mache mir
die Welt,
wie sie mir gefällt!"

*Darf man
das ?*

Wahrheit ?

Lüge ?

*Gibt es
das ?*

Belief ?



'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Die Pippi Langstrumpf Strategie

„Ich mache mir die Welt, wie sie mir gefällt!“

- *Lügen: Darf man das? Gibt es das?*
- *Was ist Wahrheit?*
- *Kann man Beliefs ändern?*

Die Perspektiven und Gedankenmodelle des NLP bieten Ansätze zum Verständnis und allfälliger Intervention, für sich selber und mit Anderen.

Dabei geht es nicht so sehr um Antworten sondern eher theoretisches Verständnis und um sinnvolle Fragestellungen.

'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Teil 1

Lügen

- *Lügt wer lügt?*
- *Modelle zu Lügen und Wahrheit.*
- *Wann ist es eine Lüge?*
- *Ist es sinnvoll Lügen zu entlarven?*
- *Fragen, das wichtigste Werkzeug des Coach*
- *Ohne Rapport geht nichts*

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Lügt wer lügt?

Forschungen belegen, dass wir viele Male am Tag lügen. Und Lügen selbstverständlich zum sozialen Zusammenhalt beitragen.

Man denke nur an **Komplimente**, Flirten, Schutzbehauptungen ("Die Chefin ist grad ausser Haus."), Entschuldigungen, Notlügen und vieles mehr.

Diese höchst natürlichen Varianten des Sozialverhaltens meinen die meisten Menschen denn auch gar nicht, wenn sie von Lügen reden. (Stiegnitz 1991)

Somit lautet die Frage vielleicht eher:

"Wann ist es eine Lüge?" bzw. **"Wer entscheidet, ob es eine Lüge ist?"**

Ich!



Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Modelle zu Lügen und Wahrheit

Viele unterschiedliche Ansätze und Modelle

Simulation – Lügen - Täuschung

Schwarze und Weisse Lügen

6 Arten der Lüge

Die weisse, die graue, die schwarze und die rote Lüge

youtube: *30 Arten von Lügen, die wirklich jeder kennt.*

Einig ist sich die Wissenschaft darin, dass Lügen ein natürliches und häufiges (!) Verhalten ist. Menschen nutzen unterschiedliche Arten von **Falschheit**.

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Uneinig ist man sich, welche Lügen akzeptierbar sind und welche nicht.

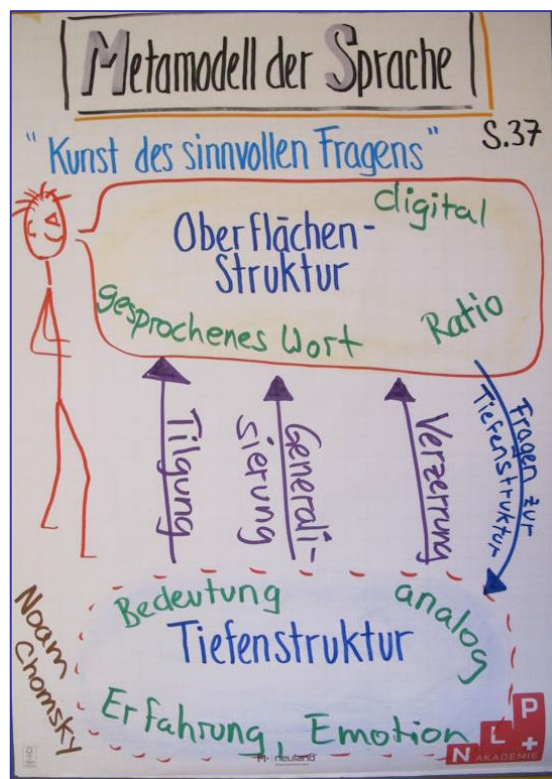
„In welchen Situationen manche das Lügen okay finden

- | | |
|---------------------------------|---------------|
| •Um einem Freund zu helfen | f 51%; m 59% |
| •Um ein Kompliment zu machen | f 28%; m 44% |
| •Um eine Beziehung zu retten | f 28%; m 41% |
| •Um weniger Steuern zu zahlen | f 12%; m 26% |
| •Um die Karriere zu fördern | f 12%; m 25% |
| •Um sich vor Strafe zu schützen | f 7%; m 22% |
| •Gar nicht, lügen ist nie okay | f 22%; m 14%“ |

(Schmidt, 2021)

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

„NLP Zugang“ zu Lügen und Wahrheit



Noam Chomsky (*1928) definierte die ‚Transformationsgrammatik‘ auf deren Basis John Grinder (*1939) das ‚MetaModell der Sprache‘ entwickelte.

Sprache tilgt.

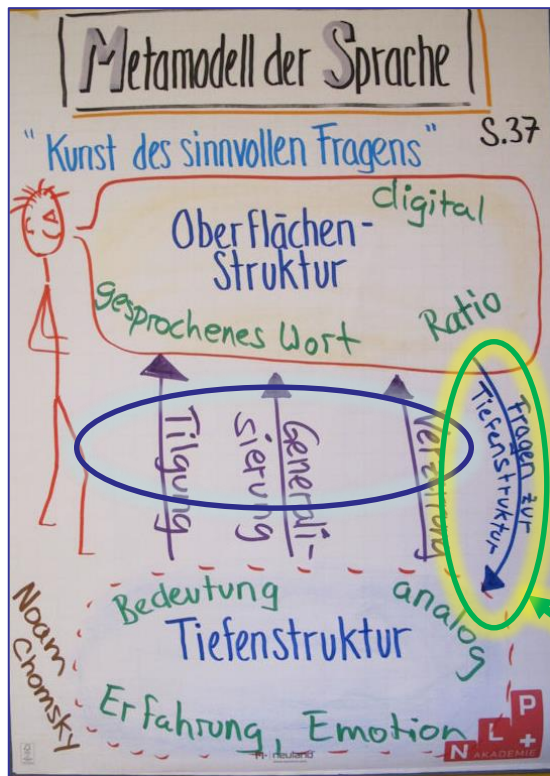
Oft finden diese Tilgungen unbewusst statt

„Heute ist ein schöner Tag“.

Oft auch politisch-bewusst.

Noam Chomsky protestierte 1964 gegen den von ihm als „Angriff auf Südvietnam“ bezeichneten Vietnamkrieg und kritisierte, dass dieser in den USA „Krieg in Vietnam“ genannt wurde.

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle



Merke:

Die Transformationsgrammatik und das Meta-Modell der Sprache behaupten, dass die Komplexität der Wahrheit weder mit den menschlichen Sinnen erfasst, noch in Worte gefasst werden kann.



← Sprachen können auch nach der Menge an **Tilgungen** unterschieden werden.

← Zur Auflösung dieser Tilgungen (Lügen ?) werden offene W-Fragen empfohlen und beschrieben.

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle



Wann ist es eine Lüge?

Beiträge der Teilnehmenden:

Belegbare Fakten leugnen

Absichtliche Täuschung eines Anderen zum eigenen Vorteil

Absichtlich wichtige Informationen zurückhalten

Gegenfrage: was ist die Wahrheit?

Diskrepanz zwischen eigenen Gedanken und was ich äussere

Eine Frage der Perspektive

Wenn ich mir selber etwas vormache, und es eigentlich besser wüsste.

auch eine Frage von Bildung, Erkenntnis, Erfahrung

Wenn es nicht der Wahrheit entspricht

ist nicht alles eine Lüge?

Bewusste Unwahrheiten äussern

zum eigenen Vorteil manipulieren als Absicht

Wenn etwas unterschiedlich interpretiert werden kann

wenn objektiv überprüfbare Dinge zum Nachteil, des anderen falsch dargestellt werden (Uhrzeit, Gelddinge...)

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle



Zum Thema Lüge und Wahrheit

Von Sabine Bühler eingebracht: Zitat von Max Frisch (1911 – 1991)

**„Wenn die Ehrlichkeit darin bestünde, einfach alles zu sagen, es wäre sehr leicht ehrlich zu sein, aber wertlos, nicht lebbar, alles zerstörend, Tugend auf Kosten der anderen. Wo aber beginnt die Lüge? Ich würde sagen, wo wir vor geben in diesem Sinne ehrlich zu sein – kein Geheimnis zu haben.
Ehrlich sein; einsam sein“** (Frisch, 1985)

Von Sabine Reimann eingebracht: Zitat von Dr. Eckart von Hirschhausen

„Wissenschaft ist immer nur der aktuelle Stand des Irrtums.“ (Hirschhausen, 2012)

Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Ist es sinnvoll Lügen zu entlarven?

Was ist das Ziel?
Was ist der Kontext?

In der zwischenmenschlichen Kommunikation lasse ich mich von folgender Prämisse leiten:

"Wenn jemand lügt, dann verspricht er/sie sich von der Lüge einen gewissen Vorteil."

Eine solche Prämisse der **„positiven Absicht“** ist natürlich nicht wahr. Jedoch öffnet sie **5 hilfreiche Denkfenster:**

- (1) **Selbstschutz:** Das Unvermögen die Wahrheit auszusprechen liegt innerhalb des Menschen. Jeder Mensch hat ein Eigenimage. So, wie er/sie sich (gerne) sieht und/oder über sich selbst denkt.

Von Allan Watts (1915 - 1973) habe ich mal das passende Zitat gelesen

*"It is you who defines
the I you think of
when you say I"*



Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

5 hilfreiche Denkfenster zur **positiven Absicht** von Lügen

- (1) **Selbstschutz:** Das Unvermögen die Wahrheit auszusprechen liegt innerhalb des Menschen.
- (2) **Schutz Beziehungspersonen:** Der Mensch denkt/meint/vermutet, die **nächsten Menschen** könnten nicht mit der Wahrheit umgehen.
- (3) **Schutz des Systems:** Der Mensch denkt/meint/vermutet, das **grössere System** könne nicht mit der Wahrheit umgehen.
- (4) **Nachteil-Vermeidung:** Der Mensch denkt/meint/vermutet aus der Wahrheit könnte ihm/ihr ein wesentlicher **Nachteil** entstehen.
- (5) **Vorteil-Erlangung:** Der Mensch denkt/vermutet, dass die Lüge ihm/ihr einen sonst nicht oder kaum erreichbaren **Vorteil** verschaffen könnte.



Lügen? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Fragen, das wichtigste Werkzeug des Coach

- Was würde geschehen, wenn du's ansprechen würdest?
- Was sind Vorteile, was Nachteile, welche aus der Lüge entstehen?
- Was wäre die umgehende Wirkung auf dich? Andere? System?
- Was wäre die längerfristige Wirkung innerlich / äusserlich? Wir würdest du in 10 Jahren darüber denken?
- Selbstverständlich ist es wichtig und richtig, dass du zu deiner eigenen Wahrnehmung stehst. Dennoch lass uns mal überlegen, was die Implikationen wären, wenn die Situation so gewesen wäre, wie die anderen behaupten?
- Was ist der Vorteil davon, wenn die Wahrheit nie ans Licht kommt? (Kriterienhierarchie!)
- ...und viele mehr...



Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle



Rapport ist die Basis jeder guten Zusammenarbeit.

Das Wort „Lüge“ ist eine **Nominalisierung** und bei vielen Menschen sehr negativ konnotiert.

Vorschlag Sammle Alternativen, welche leichter akzeptiert werden:

Beiträge der Teilnehmenden:



Lügen ? 'Lügen, Wahrheit & Beliefs' – Gedanken und Modelle

Praxistipp:

Ich bin daran interessiert, eine Atmosphäre zu gestalten, welche der Person erlaubt wenigstens gegenüber sich selbst und gegenüber mir als begleitender Person (Supervision, Coaching, Management, Familie) möglichst offen und ehrlich zu sein.

Wenn ich also denke, das Gegenüber würde 'lügen', nehme ich dies zuerst mal als Feedback für mich und als Aufgabe, wie ich die Beziehung (Rapport) der Person **mit sich selber** und **mit mir** so verbessern könnte, dass mehr Offenheit und Vertrauen möglich wird.

Eine Anklage

„Du lügst!“

ist oft wenig dienlich. Diese

würde die Selbstakzeptanz bzw. den Rapport tendenziell weiter schwächen.

Deshalb konzentriere ich meine Arbeit auf das Bewusstmachen der ‚**Positiven Absicht**‘ und den sich daraus ergebenden Interventionsoptionen.

‘Lügen, Wahrheit & Beliefs’ – Gedanken und Modelle

Hinweise / Erläuterungen

- Das Modell der **Transformationsgrammatik** wurde von Avram Noam Chomsky entwickelt. Noam Chomsky ist Professor für Linguistik am Massachusetts Institute of Technology (MIT). Mehr Infos: <https://nlpportal.org/nlpedia/wiki/Transformationsgrammatik>
- Das **Metamodell der Sprache** hat seinen Ursprung bei Alfred Korzybski und Noam Chomsky. Korzybski (1879-1950) hatte schon 1938 ein Sprachmodell entwickelt, das er **Neuro Linguistic Training** nannte. [...] John Grinder legte mit seiner Dissertation zum Thema *Deletions*, die er auf der Basis von Chomskys Werken schrieb, den Grund für die Entwicklung des Metamodells der Sprache. Bandler und Grinder suchten nach Möglichkeiten, mit dem transformationsgrammatikalischen Modell von Chomsky auf der Basis von John Grinders Dissertation Sprachmuster herauszufinden, die für den Erfolg bedeutender Therapeuten verantwortlich waren. Das angewendete Procedere beschreibt Richard Bandler dann in seiner Dissertation [1]: *The Structure of Magic*. Das Metamodell war die erste NLP-Werkzeug-Grundlage, die Bandler und Grinder Mitte der 70er Jahre entwickelten. Mehr Infos: <https://nlpportal.org/nlpedia/wiki/Metamodell>
[1] Hinweis: Es kann sein, dass R. Bandler eine Dissertation geschrieben hat. Jedoch konnte er den von ihm in Anspruch genommenen Dokortitel nie nachweisen.
- Allan Watts, gegen 100 Publikationen in deutscher Sprache. z.B. Zen Zen : die Weisheit des Nichtstuns, Verlag Herder, 2020
- Frisch 1985; Max Frisch, Tagebuch 1946 – 1949, Suhrkamp Verlag (1985)
- Hirschhausen 2012: Dr. Eckart von Hirschhausen, Im Herzen bin und bleibe ich Arzt, spektrum.de <https://www.spektrum.de/alias/psychologie-hirnforschung/im-herzen-bin-und-bleibe-ich-arzt/1139977>, download am 20.9.21
- Elizabeth F. Loftus; **The Formation of False Memories**; <https://journals.healio.com/doi/10.3928/0048-5713-19951201-07>
- Schmidt 2021; Daniela Schmidt und Thomas Jähn; <https://www.mdr.de/wissen/luegenerkennung-die-luege-steht-uns-nicht-ins-gesicht-geschrieben-100.html>, download am 15.9.2021
- Stiegnitz 1991: Peter Stiegnitz; **Lügen lohnt sich**. Lüge – Wahrheit – Wirklichkeit. Eine sozialanalytische Studie. Haag + Herchen, Frankfurt/M. (1991)
- Shaw 2016; Dr. Julia Shaw; **Das trügerische Gedächtnis**: Wie unser Gehirn Erinnerungen fälscht; Carl Hanser Verlag (2016)
- Kann man mit **NLP Gedanken lesen**? Metasmile Blog, Ueli R. Frischknecht, https://www.nlp.ch/metasmile_online/details/kann-man-mit-nlp-gedanken-lesen