

MASTER THESIS

AUSWIRKUNGEN AUF DIE AKTUELLE BEFINDLICHKEIT DER ANGEWANDTEN INTERVENTION NEW BEHAVIOR GENERATOR AUS DEM NEUROLINGUISTISCHEN PROGRAMMIEREN IM VERGLEICH ZU EINEM SMALLTALK

EINE EXPERIMENTELLE STUDIE



UNIVERSIDAD CENTRAL DE NICARAGUA UCN

INTERNATIONAL SCHOOL OF PSYCHOLOGY

FACULTY OF PSYCHOLOGY – DEPARTMENT OF HEALTH & PSYCHOTHERAPY

MANAGUA, REPUBLIC OF NICARAGUA, CENTRAL AMERICA - UCN BRANCH CAMPUS BERLIN

EINGEREICHT VON:

STEPHANIE KONKOL

GEB. 17.10.1978 IN BERLIN

MATRIKELNUMMER P49M5G18

ERSTGUTACHTER:

PROF./UCN, DR./UCN KARL NIELSEN

ZWEITGUTACHTERIN:

PROF./UCN, DR./UCN NANDANA NIELSEN

TAG DER EINREICHUNG:

30.08.2013

ZUSAMMENFASSUNG

In einer experimentellen Studie wurden die Auswirkungen der angewandten Intervention *New Behavior Generator* aus der Methodik des Neurolinguistischen Programmierens (NLP) auf die aktuelle Befindlichkeit (Steyer et al. 1997) untersucht. Um den Gesprächsmoment an sich als Ursache für die Veränderung der aktuellen Befindlichkeit extrahieren zu können, wurden in einem Vergleich die Auswirkungen von einem geführten Smalltalk auf die aktuelle Befindlichkeit erforscht und hierfür eine Kontrollgruppe etabliert. Dadurch sollten sich die Gruppen lediglich in der Ausprägung der Variablen *Gesprächsintervention* unterscheiden. 119 Probanden wurden via Randomisierung in die beiden Gruppen verteilt, wo sie mit Anwendern des NLP den *New Behavior Generator* durchliefen oder einen Smalltalk führten. Die Prä- und Postwerte der aktuellen Befindlichkeit wurden mit dem *Mehrdimensionalen Befindlichkeitsfragebogen - MDBF* (Steyer et al. 1997) erhoben. Im Ergebnis eines Experteninterviews mit dem (Mit-)Entwickler des MDBF, Prof. Dr. Rolf Steyer, wurde der eingesetzte Fragebogen für die Untersuchung von einer 5- auf eine 6-stufige Antwortskala mit Antwortkategorienbeschriftung erweitert, um evtl. Deckeneffekte möglichst zu verringern und eine Differenzierung bei bisher extremen Antworten auf der Skala zu ermöglichen. Es zeigte sich in diesem Setting in beiden Gruppen eine Verbesserung der aktuellen Befindlichkeit. Die Steigerung der aktuellen Befindlichkeit vom Zeitpunkt vor der Intervention zum Zeitpunkt danach stellt sich nach der angewandten NLP-Intervention *New Behavior Generator* als höchst signifikant ($p \leq .001$) und nach dem geführten Smalltalk als sehr signifikant ($p = .004$) heraus. Es ließ sich in diesem Setting daher aufzeigen, dass zunächst beide Interventionen geeignet sind, die aktuelle Befindlichkeit zu verbessern. Im Vergleich der Interventionen beider Gruppen zeigte sich, dass die angewandte NLP-Intervention *New Behavior Generator* dem geführten Smalltalk in Bezug auf den Effekt auf die aktuelle Befindlichkeit überlegen ist ($p = .001$). Allerdings wurden in der deskriptiven Darstellung trotz erfolgter Randomisierung Unterschiede in den Einstiegsbefindlichkeiten der beiden Gruppen deutlich, welche auf die niedrigen Vortest-Befindlichkeitsmittelwerte der weiblichen Probanden in der Kontrollgruppe zurückzuführen waren. Diese Gruppenunterschiede hinsichtlich der Vortest-Befindlichkeit stellten sich als signifikant heraus ($p = .039$). Jedoch zeigte sich auch nach einer kovarianzanalytischen Auswertung mit Konstanthaltung der Variable *Vortest-Befindlichkeit*, dass die angewandte Intervention *New Behavior Generator* weiterhin einen stärkeren Effekt auf die aktuelle Befindlichkeit aufweist als der Smalltalk ($p = .005$). Die zentrale Schlussfolgerung dieser Arbeit ist daher, dass die angewandte Intervention *New Behavior Generator* eine signifikante befindlichkeitssteigernde Wirkung beinhaltet und diese über den Effekt, den ein Gesprächsmoment an sich auf die Befindlichkeit hat, noch deutlich hinaus geht. Weitere mögliche Einflussfaktoren wurden betrachtet, die Ergebnisse der Untersuchung diskutiert und mögliche Schlussfolgerungen aufgezeigt.