

*Jochen Sommer*

# **NLP for Business**

*Mit NLP zum  
beruflichen Spitzenerfolg*

**GABAL**

# Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	<b>7</b>
<b>Einführung: NLP-Grundlagen</b> . . . . .	<b>8</b>
Lösungsorientierung . . . . .	9
Prozessorientierung . . . . .	10
Voraussetzungen . . . . .	11
Anwendung im beruflichen Bereich . . . . .	12
Vorannahmen des NLP . . . . .	16
Beziehung zwischen Coach und Klient: das Format. . . .	19
<b>1. Ziele</b> . . . . .	<b>22</b>
Ziele erkennen . . . . .	22
Zielarbeit im NLP. . . . .	25
<b>2. Sprache</b> . . . . .	<b>37</b>
Metamodell der Sprache . . . . .	37
Informationssammlung . . . . .	40
Auflösen von Glaubenssätzen . . . . .	41
Glaubwürdigkeits- und Zugänglichkeitsmuster . . . . .	44
<b>3. Repräsentationssysteme</b> . . . . .	<b>47</b>
Grundlagen . . . . .	47
VAKOG-Wörterbücher . . . . .	56
Augenzugangshinweise . . . . .	59
<b>4. Kongruenz</b> . . . . .	<b>62</b>
Kongruenz auf der Verhaltensebene . . . . .	62
Inkongruenz auf der Identitätsebene:	
die Satir-Kategorien . . . . .	62
Kongruente Kommunikation . . . . .	66

<b>5. Rapport</b> . . . . .	68
Wie entsteht Vertrauen? . . . . .	68
Pacing zum Aufbau von Rapport . . . . .	69
Leading auf Basis von Rapport . . . . .	72
<b>6. Anker</b> . . . . .	74
Positive und negative Anker . . . . .	75
Anker installieren . . . . .	77
Vorgehensweise beim Ankern . . . . .	78
<b>7. Submodalitäten</b> . . . . .	82
Formen von Submodalitäten . . . . .	82
Wirkung von Submodalitäten . . . . .	85
<b>8. Reframing</b> . . . . .	90
Bedeutungsgebung . . . . .	91
Einwandbehandlung . . . . .	94
<b>9. Meta-Programme</b> . . . . .	98
<b>10. Strategien</b> . . . . .	110
Die Elizitation von Strategien . . . . .	111
Die Installation von Strategien . . . . .	118
Die Anwendung von Strategien . . . . .	122
<b>11. NLP-Techniken in Vorträgen und Präsentationen</b> . . . . .	124
Der Warum-Quadrant . . . . .	125
Der Was-Quadrant . . . . .	131
Der Wie-Quadrant . . . . .	132
Der Wozu-Quadrant . . . . .	133
Der Umgang mit Störungen und Kritik . . . . .	135
<b>Schlusswort</b> . . . . .	140
<b>Literaturverzeichnis</b> . . . . .	141
<b>Stichwortverzeichnis</b> . . . . .	143