

Jochen Sommer

NLP **for Business**

*Mit NLP zum
beruflichen Spitzenerfolg*

GABAL

Inhalt

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

Inhalt

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