

Inhalt

Danksagung	9
Vorwort	11
Einführung: Eine neue Generation des NLP	13
NLP – Hintergrund und Überblick	13
Die Evolution des NLP	15
Wodurch wird etwas zu einem Teil des NLP?	17
Was bedeutet: Eine „neue Generation“ des NLP?	21
Was bedeutet „erste und zweite Generation“ des NLP?	23
Was ist das Besondere an der „dritten NLP-Generation“?	24
Was bedeutet „dritte Generation des NLP“ in praktischer Hinsicht?	26
Die Struktur des Buches.....	30
1. Der kognitive Geist	33
1.1 Einführung: Der kognitive Geist	35
1.2 Das Gehirn	37
1.3 Sprache	42
1.4 Fünf entscheidende Entwicklungen im NLP seit dem Erscheinen von Strukturen subjektiver Erfahrung	46
1.5 Zeiterleben	47
1.6 Wahrnehmungspositionen	61
1.7 Ebenen der Veränderung und Interaktion	69
1.8 Das Modell der neuro-logischen Ebenen im NLP	84
1.9 Das S.C.O.R.E.-Modell	113
1.10 Metaprogramm-Muster.....	120
1.11 Die einheitliche Feldtheorie des NLP: Ein Überblick über 30 Jahre NLP-Entwicklung	131
2. Der somatische Geist	157
2.1 Einführung: Der somatische Geist	159
2.2 Gefühlte Wahrnehmung (felt sense): Die subjektive Erfahrung unseres somatischen Geistes	161
2.3 Neurogastroenterologie und das Gehirn im Bauch	163
2.4 Neurokardiologie und das Gehirn im Herzen.....	167

2.5	Der Atem	175
2.6	Die Wirbelsäule	181
2.7	Die Füße.....	187
2.8	Der Homunkulus auf dem Kortex – der Körper im Gehirn.....	191
2.9	Biofeedback.....	198
2.10	Somatische Syntax.....	207
2.11	Das Format Dancing S.C.O.R.E.	225
2.12	Die 5Rhythmen® von Gabrielle Roth.....	229
3.	Der Feld-Geist	239
3.1	Einführung: Der Feld-Geist.....	240
3.2	Feld, Spiritualität (spirit) und Sinn (purpose).....	249
3.3	Neurophysiologische Mechanismen des Feld-Geists.....	252
3.4	Den Feld-Geist erkunden	258
3.5	Ein generatives Feld erzeugen.....	268
3.6	Generatives Zusammenwirken (generative collaboration)	273
3.7	Auf den „größeren Geist“ zugreifen	283
4.	Das NLP der nächsten Generation anwenden.....	287
4.1	Einführung: Das NLP der nächsten Generation anwenden	288
4.2	Der Adaptsionszyklus.....	292
4.3	Wahlmöglichkeiten (choice)	296
4.4	Gewahrsein: Die Grundlage für Wahlmöglichkeiten.....	298
4.5	Coaching mit dem NLP der nächsten Generation	302
4.6	Coaching und das „Inner Game“	306
4.7	Üben, in der Zone zu sein: COACHing versus CRASHing.....	311
4.8	Einen COACHing-Container™ entwickeln.....	316
4.9	Die Energie von Archetypen dem COACHing-Container hinzufügen.....	320
4.10	Schwierige Gefühle halten und aushalten	325
4.11	Überzeugungsbarrieren und Überzeugungsbrücken	329
4.12	Mit Archetypen des Übergangs arbeiten	333
Schluss und Ausblick: Ego und Seele.....	337	
Nachwort	341	
Literatur.....	343	
Index	346	
Über die Autorinnen und den Autor	351	