

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 Adaptionszyklus.....	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