

Inhalt

Warum Ihnen dieses Buch hilft	9
1 Die neun Faktoren der Beeinflussung	13
Selbstvertrauen	13
Mut und Durchhaltevermögen	17
Empathie	19
Nähe und Bindung	21
Eigeninteresse	23
Das Unerwartete tun	24
Flexibilität	25
Humor	26
Glaubwürdigkeit	28
2 Techniken, um Menschen zu gewinnen	31
Lächeln	31
Sympathie und Ähnlichkeit	32
Mitmenschen verstehen	33
Komplimente	37
Die Barnum-Technik	40
Die Rowland-Techniken	41
3 Beeinflussungstechniken	45
Anziehungstechnik	45
Aufmerksamkeit erzeugen	47
Bedürfnisse befriedigen	49
Reziprozitätstechnik	52
Commitment- und Konsistenztechnik	55
Konformitätstechnik	59
Autoritätstechnik	60
Knappheitsprinzip	62
Gefärbte Wahlmöglichkeiten	63
Ankerpunkte setzen	64

Stereotype Wiederholung	66
Kontrasttechnik	67
Bildertechnik	69
Gefühle ansprechen	73
Selbstdarstellung	78
Kontakt halten	81
Timing	82
Kombination von Techniken	85
Beispiel: Beeinflussungsprozess	90
4 Beeinflussen mit der Macht der Sprache	93
Sprache und Realitätserkenntnis	93
Sprache und Information	96
Mit Sprache neue Sichtweisen vermitteln	100
Metaphern	104
Schlagworte und Sprichwörter	108
Geschichten	109
Spin	111
Mehr erreichen mit weniger Worten	112
Das „Wie“ ist wichtiger als das „Was“	114
Positive Sprache	116
Zauberworte	117
Tabuworte	120
Ideen vermitteln	122
5 Mit Körpersprache beeinflussen	125
Die Sprache der Kleidung	125
Der Sprechstil	126
Genaueres Beobachten und Gedankenlesen	128
Positive Signale	130
Täuschung und Lüge	132
6 Erfolgreich überzeugen	137
Den Partner abholen, wo er steht	137
Wertvorstellungen und Bedürfnisse klären	139
Gedankengänge des Gesprächspartners rekonstruieren	141
Mit Fragen überzeugen	144

Implikationsfragen: Instrument der Könner	146
Überzeugung mit Argumenten ist leicht	148
Was, wenn der Partner Nein sagt?	149
Widerstände auflösen	150
7 Manipulation abwehren	153
Manipulation ist etwas Alltägliches	153
Desinformationen	155
Vorsicht vor Selbstfallen	157
Falsche Argumente	160
Mentaler Betrug	163
Lügen	170
Falsche Garantien	175
Nicht zum Opfer der Schwammigkeit werden	176
Die Strohmann-Taktik	177
Falsche Analogien	178
Sprachmanipulation	179
Bildmanipulation	181
Manipulation durch Normen, Regeln, Konventionen	181
Gerüchtetechnik	183
Gefühlsmanipulation	184
Kognitive Dissonanz	186
Konsequenzmanipulation	187
Trendstrategie	188
Relativitätsstrategie	190
Taktik des Nichtwissens und Nichtverstehens	191
So schützen Sie sich vor Manipulation	196
8 Wie sich Menschen selbst manipulieren	199
Illusionen	199
Selbsterfüllende Prophezeiungen	200
Subliminal-Botschaften	201
Das Gedächtnis manipuliert sich selbst	202
Aus der Selbsttäuschung befreien und autonom werden	203
Literaturhinweise	206
Studien	207