

INHALT

Einleitung: Wir alle sind programmiert	9
Ist das Manipulation?	23
Filter über Filter – so funktioniert Ihr Betriebssystem	26
Wie ist dieses Buch aufgebaut?	43
Programm 1: Reaktiv vs. Proaktiv	45
Das Programm auf den Punkt gebracht	47
So erkennen Sie das Programm	51
Praxistipps	55
Zusammenfassung: Reaktiv vs. Proaktiv	59
Fünf Spielregeln im Umgang mit Programmen	63
Programm 2: Detail vs. Global	73
Das Programm auf den Punkt gebracht	76
So erkennen Sie das Programm	81
Praxistipps	84
Zusammenfassung: Detail vs. Global	86
Programm 3: Internal vs. External	89
Das Programm auf den Punkt gebracht	92
So erkennen Sie das Programm	97
Praxistipps	103
Zusammenfassung: Internal vs. External	108
Programm 4: Weg von vs. Hin zu	111
Das Programm auf den Punkt gebracht	115
So erkennen Sie das Programm	120
Praxistipps	125
Zusammenfassung: Weg von vs. Hin zu	133
Programm 5: Prozedural vs. Optional	137
Das Programm auf den Punkt gebracht	142

So erkennen Sie das Programm	146
Praxistipps	149
Zusammenfassung: Prozedural vs. Optional	152
Programm 6: Gleichheit vs. Fortschritt vs. Unterschiedlichkeit	155
Das Programm auf den Punkt gebracht	158
So erkennen Sie das Programm	162
Praxistipps	164
Zusammenfassung: Gleichheit vs. Fortschritt vs. Unterschiedlichkeit	169
Programm 7: Unabhängig vs. Beteiligt vs. Kooperativ	173
Das Programm auf den Punkt gebracht	176
So erkennen Sie das Programm	181
Zusammenfassung: Unabhängig vs. Beteiligt vs. Kooperativ	184
Programm 8: Personenbezug vs. Objektbezug	187
Das Programm auf den Punkt gebracht	191
So erkennen Sie das Programm	196
Zusammenfassung: Personenbezug vs. Objektbezug	201
Programm 9: Emotional vs. Flexibel vs. Kognitiv	205
Das Programm auf den Punkt gebracht	209
So erkennen Sie das Programm	213
Praxistipps	216
Zusammenfassung: Emotional vs. Flexibel vs. Kognitiv	219
Programm 10: Sehen vs. Hören vs. Lesen vs. Tun	223
Das Programm auf den Punkt gebracht	226
So erkennen Sie das Programm	233
Zusammenfassung: Sehen vs. Hören vs. Lesen vs. Tun	235
Besondere Kombinationen	239
Weg von + Reaktiv	240
Detail + Prozedural	241
Unterschiedlichkeit + Optional + Hin zu	242
Global + Internal + Proaktiv + Optional	243
Emotional + Personenbezug + Prozedural + Detail	244

Idealtypische Kombinationen	247
Verkauf	248
Führung	251
Selbstständigkeit	254
Lehrtätigkeit	257
Metaprogramme sprachlich bespielen	261
Fazit	266
Über die Autoren	268
Literatur	270