

Genie Z. Laborde

KOMPETENZ UND INTEGRITÄT

DIE
KOMMUNIKATIONSKUNST
DES
NLP

Aus dem Amerikanischen von Isolde Kirchner

Junfermann Verlag • Paderborn
1991

LA

Inhalt

Vorwort	xiii
1 Kommunikation: eine erlernte Fertigkeit	1
Ein Set von Fertigkeiten	4
Fortgeschrittene Fertigkeiten in Kommunikation und Selbsterkenntnis	17
2 Drei Blitzfertigkeiten	19
Veränderung innerer Zustände	21
Überprüfen Sie Ihren Zustand	22
Blitzfertigkeit 1: Wie negative Tonbänder zu kontrollieren Sind	23
Überprüfen Sie Ihr Energieniveau	26
Blitzfertigkeit 2: Wie Kommunikation zu „mischen“ ist, um die Energie zu steigern . . .	28
Pauls „Mischung“	32
Blitzfertigkeit 3: Wie Sie Ihre Reaktion in einem kritischen Moment schnell verbessern können	36
3 Die Zielkombination	39
Der Dovetailing-Kreis	40
Wenn Sie die Zielkombination vergessen . . .	43
Antworten auf Fragen	47
Die Zielkombination führt zu einem Geschäftsabschluß	54
4 Negative Kommunikationsmuster	57
Überlegenheit	59

Unterlegenheit	60
Tadeln	62
Klagen	64
Schuld	68
Entschuldigen	71
Muster-Unterbrechung: eine wirkungsvolle Intervention	76
5 Kommunikation mit Hilfe von Metaphern	81
Einfache Metaphern	83
Standpunkt-Metaphern	84
Komplexe Metaphern	85
Schaffung einer komplexen Metapher	85
Gegenwärtiger Zustand	86
Erwünschter Zustand	86
6 Kongruent kommunizieren	95
Unsere zwei Gehirnhälften	99
Teilpersönlichkeiten beeinflussen das Verhalten	101
Identifikation und Introjektion	104
Kongruenz: die Integration von Teilen	109
7 Ein neuer Rahmen	117
Reframing	121
Rogers Reframe	125
Die Absicht hinter der Krankheit	128

8 Erkenntnisse über das Lernen:	
Eine Feier für das Gehirn	133
Kurzzeitgedächtnis	136
Langzeitgedächtnis	137
Stimulus-Response (Gewohnheitslernen)	139
Kognitives Gedächtnislernen (Stimulus-Response plus Assoziationen)	140
Verhaltenspsychologie versus kognitive Psychologie	144
Eine neue Theorie über Verhaltensänderungen	145
September-Einschreibung!	154
Engramme	156
Bewußtwerdung von Mustern	158
9 Der Ressource-Zustand	163
Das Gehirn als Leuchtanzeige	164
Schlüsselhinweis: ein geplanter Stimulus	166
Ressource-Zustand: eine geplante Reaktion	166
Rückschau auf Stimulus-Response-Muster	167
Aufbau eines Ressource-Zustandes	167
Sehen, hören, fühlen Sie das Erlebnis	168
Ein Kreis in Aktion	172
Ein Blumen-Kreis	176
Generalisieren Sie die Reaktion	182
10 Das Stapeln von Ressource-Zuständen	185
Stapeln Sie Ihre Ressourcen	186
Exzellenz kann zur Gewohnheit werden	189

Ein Wort für Skeptiker	189
Wenn Sie eine Niete ziehen	192
Neue Richtungen	195
11 Switching Marquees	203
Veränderung einer Reaktion	204
Dem Gehirn eine Wahl bieten	212
Change History.	217
12 Verlernen von Furcht	223
Verlernen einer Angstreaktion	226
Ängste auslöschen (erase fears).	227
Ein Wort für die Berater	233
Paul und die Bären	236
Nahe beim Wasser.	238
Schlußbemerkung	241
Nachwort	245
Anhang: Eine Parts Party.	249
Anmerkungen	255
Glossar.	257
Bibliographie.	263
Sachwortregister	273