

Inhalt

1. Einführung	7
1.1 Was ist das Persönlichkeits-Panorama?	7
1.2 Anwendung in der Praxis	10
1.2.1 Der Türöffner	11
1.2.2 Der Katalysator	11
1.2.3 Die Bilanz	11
1.3 Coaching	12
2. Die Grundlagen	15
2.1 NLP: ein lösungsorientiertes Modell zur Veränderung	17
2.2 Ein psychologisches Modell der Persönlichkeit	26
2.3 Neue Blickwinkel: die Wahrnehmungspositionen	39
2.4 Probleme als Chance zum Umdenken	42
2.4.1 Das Prinzip der positiven Absicht	42
2.4.2 Verschiedene Anteile der Persönlichkeit	45
2.4.3 Kreativität als Ressource	47
2.4.4 Neue Lösungswege für die gute Absicht	47
3. Das Persönlichkeits-Panorama: die Methode	49
3.1 Arbeitsrahmen schaffen – Einführung für den Klienten	50
3.1.1 Zeitlichen Rahmen setzen	51
3.2 Information sammeln	52
3.3 Sortieren: das persönliche Panorama entwickeln	55
3.3.1 Schlüsselworte den Ebenen zuordnen	55
3.3.2 Räumliches Sortieren	56
3.3.3 Inhaltliches Sortieren	56
3.4 Inhaltliches Bearbeiten	60
3.4.1 Inneren Abstand gewinnen: Dissoziation	61
3.4.2 Probleme als Lernchance: Reframing	65

6 • Persönlichkeits-Panorama

3.4.3	Zwei Seelen wohnen ...: Werte-Konflikte und ihre Lösung	72
3.4.4	Unterstützung durch innere Mentoren	77
4.	Das Persönlichkeits-Panorama: die Praxis	81
4.1	Das Persönlichkeits-Panorama als Katalysator	83
	<i>Praxisbeispiel 1: Visionen klären (Martin)</i>	83
4.2	Das Persönlichkeits-Panorama als Türöffner zu Beginn einer Beratung	96
	<i>Praxisbeispiel 2: Berufliches Coaching (Christian)</i>	96
	<i>Praxisbeispiel 3: Alte Rollen verlassen – neue Rollen entwickeln (Hans)</i>	106
4.3	Das Persönlichkeits-Panorama als Bilanz einer längeren Beratungsphase	125
	<i>Praxisbeispiel 4: Erfolge stabilisieren (Heike)</i>	125
5.	Schlussgedanken: das Persönlichkeits-Panorama und NLP	143
6.	Anhang	147
6.1	Persönlichkeits-Panorama – Übersicht	147
6.2	Positiver Zielrahmen – Übersicht	148
6.3	Aufbau eines Dissoziations-Ankers	149
6.4	Das klassische Six-Step-Reframing – Zusammenfassung	150
6.5	Konflikt-Integration nach Robert Dilts – Übersicht	151
6.6	Innere Mentoren nutzen – Übersicht	152
	Literatur	153
	Personen- und Stichwortregister	154