

Inhalt

Vorwort an den deutschen Leser, <i>Thies Stahl</i>	9
Zum Geleit, <i>Richard Bandler</i>	11
Vorwort	13
1 Vorbemerkungen	21
Einleitung	21
Die Struktur des Erlebens	24
Bedürfnisse, die erfüllt werden sollten	27
Strategischer Überblick	29
2 Informationen gewinnen und Rapport herstellen	33
Repräsentationssysteme	33
Zugangshinweise (Accessing Cues)	38
Leitsysteme	44
Anwendung in der Therapie	46
Wenn sich das Leitsystem nicht mit dem Repräsentations- system deckt	51
Neurolinguistisches Programmieren — interne Strategien ...	55
Wie man Repräsentationssysteme und Zugangshinweise nutzt, um Rapport herzustellen	62
Angleichen (Matching)	62
Übersetzen (Translating)	64
Wie man einen dysfunktionalen Kontext identifiziert	68
Reiz-Reaktion (Stimulus-Response)	71
Gegenwärtiger und erwünschter Zustand	81
3 Techniken für die Entwicklung vom gegenwärtigen Zustand in den erwünschten Zustand	87
Überlappen (Overlapping)	87
Ankern (Anchoring)	94
Ankern bei Paaren	99
Veränderung der persönlichen Geschichte durch Ankern	102
Visuell-kinästhetische Disassoziation	109
Assoziation	117
Welche Möglichkeiten gibt es außer Berührungen?	117

Umdeuten (Reframing)	119
Trennung von Intention und Verhalten	121
Kontextuelles Umdeuten	124
Anwendung der Prinzipien	124
Kommunikation mit einem Symptom	130
Therapeutische Metaphern	134
4 Brückenschlagen in die Zukunft (Futurepacing)	145
5 Schlußbemerkungen	149
Anhang I: Das Meta-Modell	153
Anhang II: Therapietranskript	167
Literatur	179