

# Stichwortverzeichnis

## A

Alltagstrance 225  
Ambiguität 228  
Änderung  
durch Submodalitäten  
142  
Angst 48  
Anker  
Gefühlszustände  
durchleben 127  
im Alltag 126  
Repertoire 124  
setzen 120  
Zustände verändern  
128  
Ankertechnik 120  
Assoziieren 133  
Auditiv 86  
Augenbewegungsmuster  
94–95  
Ausgeglichenheit 161  
Auslösersituation 186

## B

Bandler, Richard 74  
Begrenzende Überzeugung 143  
Bestätigungsfrage 229  
Bewusstes 47  
Definition 48  
Beziehung  
steuern 262

## C

Chunking 245  
lateral 245, 256

## D

Demotivator 52  
Dilts, Robert 147  
Dissoziieren 133  
Doppelbindung  
(Double Bind) 229

## E

Edison, Thomas Alva 37  
Eingebetteter Befehl 229

## Emotion

negative erkennen  
190

## Erfahrung

entschärfen 142

## Erfolg

durch Coaching 266  
Strategien 182  
Vier-Punkte-Formel  
67

## Erfolgsnachweis

65

## Erfolgsstrategie

42

## Ergebnis-Rahmen

62

## Erickson, Milton H.

227

## Erinnerung

82

Aufbau 186

kontrollieren 57

Muster 186

## Erweitertes Zitat

230

## Evidenz

68

## eye accessing cues

94

## F

## Fabel

251

## Fähigkeit

40

neue erwerben 178

## Feedback

37

## Fehlen des Referenzin-

dex 230

## Filter

34, 86

## Frage

richtige stellen 149

## G

## Gedankenlesen

219, 230, 236

## Generalisierung

78, 210, 214

## Geschichte

251

## Geschichtenerzählen

252

## Gestalt

186, 201

## Gestik

105

## Glaubenssatz

40, 81

einschränkender 142,

190

logische Ebenen 149,

157

## Gleichgewicht

161

Grinder, John 74

Grundannahmen 34

## H

## Haltung

105

Hypnose 246–247

## I

## Identität

40, 200

Indirekte Handlungsaufforderung 230

Integrität 29

## J

## Job

bekommen 268

Jung, Carl 152

## K

## Kalibrieren

122

## Karriereplanung

269

## Kernwert

168

## Kommunikation

38

effektive 84

mit Übersetzer 93

## Kommunikationsmodell

31, 74

## Kommunikationsprozess

76

## Kommunikationsrad

103

## Kompetenz

62

## Komplexe Äquivalenz

231

## Konflikt

auf logischer Ebene

200

Hierarchie 199

## Kongruenz

149

## Körperverständ

41

Korzybski, Alfred 34

## L

## Landkarte

36

Definition 34

einer anderen

Person 36

Leaden 107  
Lebensrad 69  
Lernphase 268  
Levenstein, Aaron 78  
Linguistik 28  
Logische Ebene 147–148  
Fähigkeiten 149, 155  
Glaubenssätze und  
Werte 149, 157  
Identität 150, 159  
Konflikte 200  
Mission 160  
praktische Anwen-  
dungen 151  
Schritt für Schritt 150  
Übung 165  
Umwelt 149, 153  
und Sprache 165  
Verhalten 149, 153  
Vision 160  
Ziel 150

**M**

Matching 104  
Meditation 50  
Mesmer, Franz Anton  
246  
Meta-Mirror 263  
Meta-Modell 209, 262  
anwenden 221  
Informationen sam-  
meln 210  
Muster 212  
versus Milton-Modell  
226  
Warnungen 222  
Metapher 251  
direkte und indirek-  
te 258  
im NLP 256  
mächtige 256  
neue Lösungen fin-  
den 257  
Metaprogramm 79  
Milton-Modell 226–227  
Doppelbindungen 243  
Eingebettete Befehle  
242  
Generalisierung 227  
Sprachmuster 227  
Tilgung 227  
vage Sprache 244  
Vergewisserungsfrage  
242  
Verzerrung 227

Mismatching 105, 110  
Mittel-Wert 168  
Mittel-zum-Zweck-  
Wert 52  
Modalität 86, 132  
Modaloperator 216, 231  
Modellierungsphase 53  
Moral 51  
Motivator 52

**N**

Nachrichten-Quiz-  
Fertigkeitentrainer 93  
Neuro 28  
Neurologische Ebene  
200  
NLP  
Definition 27  
Praxisfahrplan 261  
Vorteile von 261  
NLP-Strategieme-  
dell 173  
Nominalisierung 219,  
232

**O**

Ökologie 66

**P**

Pacen 107, 232, 240  
Penfield-Studie 50  
Positive Absicht 40  
Prädikat 88  
Prägungsphase 53  
Präsupposition 233  
Problem-Rahmen 61  
Programmierung 28

**R**

Rapport 30, 91, 97,  
108  
aufbauen 103  
erkennen 99  
Grundtechniken 101  
unterbrechen 110–111  
verbessern 102  
warum? 98

Realität  
filtern 86  
Referenzindex  
Fehlen des 230  
Reframing 203  
Reiz-Reaktions-Modell  
172

Repräsentationssys-  
tem 87  
primäres oder  
leitendes 141  
Rep-System 173  
Ressource 65, 151, 168

**S**

Säulen des NLP 29  
Rapport 30  
Sensorische Wahr-  
nehmung 30  
Verhaltensflexibili-  
tät 30  
Zielgerichtetes Den-  
ken 30  
Scheitern 37  
Schubkarrentest 218  
Schuldzuweisung 60  
SEE 186, 201  
Sekundärgegewinn 40, 66  
Selbstsabotage 203  
Sequencing States 127  
Significant Emotional  
Event 186, 201  
Sinne 141  
Sorge 193  
Sozialisierungsphase 53  
Spiegeln 104  
Sprache  
gekonnt vage 225  
Tiefenstruktur 209  
und logische Ebenen  
165  
vage 244  
visuelle, auditorische  
oder kinästhetische  
102  
Strategie  
ändern 181  
Augenbewegung 175  
Evolution der 171  
für Liebe und Erfolg  
182  
Menschen beeinflus-  
sen 182  
verändern 180  
verinnerlichen 178  
Submodalität 131–132  
Änderungen üben 139  
assoziiieren 133  
auditive 135  
Erinnerungen definie-  
ren 134  
dissoziieren 133

Grundlagen 132  
kinästhetische 136  
kontrastive Analyse 132  
kritische 140  
Treiber-Submodalitäten 142  
visuelle 135

**T**

Teambildung, Übung 165  
Tilgung 76, 210, 213  
Time Line Therapy 53  
Time Line (Zeitlinie) 186  
TOTE-Modell 172–173  
Trance 226, 247–248  
Milton-Modell 226  
Transformationsgrammatik 212  
Traumtagebuch 69  
Trost 193

**U**

Übereinstimmung 149  
Überzeugung 143  
Umwelt 40, 201  
Unbewusstes 48  
Definition 48  
Erinnerungen 50  
Und versus aber 112  
Unerwünschtes Verhalten ändern 155

Universalquantifikator 233  
Unspezifisches Verb 233  
Unterbewusstsein 50  
Ursache 234  
Urteil 84  
einschränkendes 84  
Utilisation 234, 241

**V**

VAK 86  
VAK-Prädikat 91  
VAK-System 96  
Veränderung 147  
dauerhafte erreichen 151  
logische Ebenen 148  
richtiger Hebel 152  
Verbindung  
Publikum 268  
Vergebung 193  
Vergleichende Tilgung 234  
Verhalten 40, 201  
Verhaltensflexibilität 30  
Verhandlungs-Reframing 203–204  
Verlorener Sprecher (lost performative) 235  
Verlorener Sprecher (Lost Performative) 235

Verstoß gegen selektionale Restriktionen 235  
Verzerrung 77, 210, 218

**W**

Wahlmöglichkeit 42  
Wahrnehmungsposition 113  
Weiterentwicklung 261  
Wert 40, 52, 80  
ändern 55  
Entstehung 53  
logische Ebenen 149  
und Glaubensatz 200  
Win-win-Lösung 263  
Wirkung 234  
Wohl formulierte Ziel 67

**Z**

Zeit  
managen 266  
Zeitlinie  
ändern 187  
austauschen 189  
Ziel  
Kontext 65  
wohlgeformtes 63  
Zielformulierung 64  
Zugangshinweis 95  
Zustand  
unterbrechen 115

