

Robert B. Dilts
Tim Hallbom & Suzi Smith

Identität, Glaubenssysteme und Gesundheit

Höhere Ebenen der NLP-Veränderungsarbeit

Aus dem Amerikanischen von Gabriele Dolke



Junfermann Verlag • Paderborn
1991

Inhalt

Danksagung	9
Vorwort der deutschen Übersetzerin	11
Einleitung	17
Kapitell	19
Glaubenssätze: Ihre Identifikation und Veränderung	19
Ein Modell für Veränderung mit NLP.	21
Weitere Elemente, die Veränderung beeinflussen.	25
Arten von Glaubenssätzen.	37
Fallen bei der Identifizierung von Glaubenssätzen	40
Identifizieren von Glaubenssätzen.	43
Die Struktur von Glaubenssätzen und von der Realität	45
Kapiteln	47
Realitäts-Strategien.	47
Demonstration: Realitäts-Strategien.	48
Übung: Realitäts-Strategien.	55
Fragen.	58
Kapitel III	65
Glaubensstrategien.	65
Demonstration: Glaubensstrategien.	66
Übung: Identifizieren von Glaubensstrategien.	76
Kapitel IV.	79
Re-Imprinting	79
Wie Prägungen (imprints) auftreten und was sie sind	80
Modellbildung und die Übernahme der Perspektive des anderen.	83
Identifikation und Arbeit mit Prägungen.	85
Demonstration: Re-Imprinting.	90
Fragen.	108
Zusammenfassung: Der Re-Imprinting-Prozeß.	115

Kapitel V.	119
Inkongruenz und konfligierende Glaubenssätze.	119
Ursachen von Inkongruenz	120
Identifizieren von Konflikten.	123
Arbeiten mit konfligierenden Glaubenssätzen.	125
Demonstration: Glaubenskonflikte.	127
Fragen.	141
Zusammenfassung: Das Konflikt-Integrations-Modell	144
 Kapitel VI	 147
Kriterien.	147
Demonstration Kriterien im Konflikt	150
Zusammenfassung: Kriterienhierarchie.	170
 Kapitel VII	 173
Mehr über NLP und Gesundheit.	173
Formel für Verhaltensänderung.	176
Metapher.	178
Fragen.	183
 Kapitel VIII	 195
Allergien	195
Schnelle Allergie-Demonstration.	196
Fragen.	203
Zusammenfassung: Schneller Allergie-Prozeß.	205
Zusammenfassung: Drei Anker Allergie-Prozeß.	207
Vordergrund/Hintergrund.	207
Demonstration: Vordergrund/Hintergrund.	208
Zusammenfassung: Vordergrund/Hintergrund-Prozeß	212
Zusammenfassung: „Mapping across“-Submodalitäten- Prozeß.	213
Epilog	214
Übung.	214
 Glossar.	 219
Literatur.	223