Mindmap

NLP: Was neurolinguistisches Programmieren ist und was es kann

Woher NLP kommt

- NLP entstand in den 1970er-Jahren an der University of...
- Der Name fasst den Grundgedanken zusammen: Wie wir denken...

Die bekanntesten Techniken

- Rapport: Verbindung zum Gegenüber herstellen
- Kalibrieren: feine Signale wie Mimik und Stimme...
- Reframing: dieselbe Situation aus einem anderen Rahmen...
- Ankern: einen emotionalen Zustand mit einer Geste...

Was die Wissenschaft sagt

- Das ist der Teil, den viele Kurse verschweigen
- Die Idee bevorzugter Repräsentationssysteme gehört zu den am...

NLP

Was sich verantwortungsvoll nutzen lässt

- Rapport und Kalibrieren
- Reframing: erinnert an kognitive Neubewertung
- Das Metamodell: ist ein guter Fragenkatalog

Wie man einen NLP-Kurs bewertet

- Seien Sie skeptisch bei Heilversprechen
- Bevorzugen Sie Angebote, die Forschung zitieren und die...
- Achten Sie darauf, dass es um Kommunikation und...
- Fragen der psychischen Gesundheit gehören in die Hände...

Häufige Fragen

1. Ist NLP wissenschaftlich?
2. Wofür ist NLP im Beruf nützlich?
3. Kann NLP eine Therapie ersetzen?

Zum Merken

Was neurolinguistisches Programmieren ist, woher es kommt, die bekanntesten Techniken und was die Forschung über seine Wirksamkeit zeigt.

Autor: **Vagner Soares**
vagnersoares.com.br