

Inhalt

Danksagungen.....	13
Vorwort.....	15
1. Einführung und Hintergrund.....	31
1.1 Ebenen der Veränderung	31
1.2 Überzeugungen	34
1.3 Überzeugungen und das Nervensystem	34
1.4 Die Kraft von Überzeugungen	36
1.5 Überzeugungen und subjektive Erfahrung.....	37
1.6 Einschränkende Überzeugungen	39
1.7 Realität ohne (eigene) Erfahrungsgrundlage	41
1.8 Gedankenviren	43
1.9 Die Struktur von Überzeugungen	44
1.10 <i>Sleight of Mouth</i> anwenden.....	48
2. Prinzipien des <i>Sleight of Mouth</i>	49
2.1 Energie folgt der Aufmerksamkeit	49
2.2 Worte lenken die Aufmerksamkeit – das Paradox der Verneinung.....	50
2.3 Sprache rahmt unsere Erfahrung und rahmt sie auch neu.....	51
2.4 Ergebnisrahmen versus Problemrahmen	51
2.5 Die Kraft des Ergebnisrahmens	53
2.6 Holons und Holarchien	54
2.7 Veränderungsebenen durch Sprache ausdrücken	55
2.8 Negative Identitätsurteile filtern	57
2.9 Ego und Seele ins Gleichgewicht bringen	58
2.10 Resonanz.....	59
2.11 Resonanz und Überzeugungskunst	60
2.12 Rapport	61
2.13 Pacing und Leading	61
2.14 Zweite Position.....	63
2.15 Zusammenfassung.....	64
3. <i>Sleight-of-Mouth</i>-Fertigkeiten.....	65
3.1 Überzeugungskunst	66
3.2 CRASH-Zustand versus COACH-Zustand	66
3.3 Von CRASH zu COACH gelangen	68

3.4	Emotionale Intelligenz entwickeln	68
3.5	Eine Meta-Position einnehmen.....	70
3.6	Multiple Intelligenzen einbeziehen.....	72
3.7	Zusammenfassung: Grundlegende Schritte, um eine einschränkende Überzeugung mit <i>Sleight of Mouth</i> zu transformieren.....	74
4.	Absicht	77
4.1	Einschränkende Überzeugungen unterstellen häufig eine negative Absicht	79
4.2	„Hin-zu“-Intention versus „Weg-von“-Intention	81
4.3	Das Prinzip der positiven Intention	83
4.4	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Absicht</i> anwenden.....	84
4.5	Absichten drehen: Aus „weg von“ wird „hin zu“	86
4.6	Das Muster geschickt einsetzen	87
4.7	Ein Beispiel für die Anwendung des <i>Sleight-of-Mouth</i> -Musters <i>Absicht</i> ...	89
4.8	Betrachtungen zum Muster <i>Absicht</i>	91
5.	Umdefinieren	93
5.1	Ein-Wort-Reframing.....	95
5.2	Richtiges Benennen.....	97
5.3	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Umdefinieren</i> anwenden.....	98
5.4	Kreative Anwendungen des <i>Sleight-of-Mouth</i> -Musters <i>Umdefinieren</i>	103
5.5	Umdefinieren als Denkweise und innere Einstellung	105
6.	Konsequenz	107
6.1	Die innere Einstellung, um Konsequenzen zu identifizieren	109
6.2	Konsequenzketten	110
6.3	Konsequenzketten evaluieren.....	111
6.4	Sich positive Konsequenzen zunutze machen.....	112
6.5	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Konsequenz</i> anwenden	114
6.6	Verschiedene Ebenen von Konsequenzen untersuchen.....	117
6.7	Betrachtungen zum Muster <i>Konsequenz</i>	119
7.	Ein anderes Ergebnis	121
7.1	Der Zusammenhang zwischen Ergebnissen und Intentionen	122
7.2	Strategien, um andere relevante Ergebnisse zu entdecken.....	124
7.3	Wechsel vom Problemrahmen zum Ergebnisrahmen	125
7.4	Meta-Ergebnisse	126
7.5	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Ein anderes Ergebnis</i> anwenden	127
7.6	Betrachtungen zum Muster <i>Ein anderes Ergebnis</i>	130

8.	Herunterchunken	133
8.1	Beispiele für die Anwendung von <i>Herunterchunken</i>	135
8.2	George Washington und der Kirschbaum – eine Nacherzählung.....	136
8.3	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Herunterchunken</i> anwenden	139
8.4	Betrachtungen zum Muster <i>Herunterchunken</i>	146
9.	Heraufchunken	149
9.1	Die Gefahr der Übergeneralisierung.....	152
9.2	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Heraufchunken</i> anwenden	153
9.3	Kreativer Gebrauch des <i>Sleight-of-Mouth</i> -Musters <i>Heraufchunken</i>	160
9.4	Betrachtungen zum Muster <i>Heraufchunken</i>	161
10.	Analogie	163
10.1	Laterales Chunken und „abduktives“ Denken.....	165
10.2	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Analogie</i> anwenden	170
10.3	Beispiele für das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Analogie</i>	170
10.4	Die kreative Anwendung von <i>Analogie</i>	176
11.	Gegenbeispiel	179
11.1	Einer Generalisierung durch Gegenbeispiele Nuancen und Flexibilität verleihen	181
11.2	Die Gültigkeit einer Generalisierung mit Gegenbeispielen infrage stellen	182
11.3	Gegenbeispiele identifizieren, um Ressourcen zu erschließen	184
11.4	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Gegenbeispiel</i> anwenden mithilfe von Fragen	184
11.5	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Gegenbeispiel</i> anwenden mithilfe von Aussagen	187
11.6	Betrachtungen zum Muster <i>Gegenbeispiel</i>	191
12.	Kriterienhierarchie	193
12.1	Dynamiken und Dilemmata von Kriterienhierarchien	195
12.2	Eine Kriterienhierarchie schafft einen verlässlichen Weg zum Handeln ..	198
12.3	Das <i>Sleight-of-Mouth</i> -Muster <i>Kriterienhierarchie</i> anwenden.....	200
12.4	Ein kreatives Beispiel für die Anwendung des <i>Sleight-of-Mouth</i> -Musters <i>Kriterienhierarchie</i>	206
12.5	Betrachtungen zum Muster <i>Kriterienhierarchie</i>	208

13.	Anwendung auf sich selbst	209
13.1	Die Gültigkeit einer Generalisierung testen mit dem <i>Sleight-of-Mouth-Muster Anwendung auf sich selbst</i>	212
13.2	Das <i>Sleight-of-Mouth-Muster Anwendung auf sich selbst</i> anwenden	215
13.3	Betrachtungen zur Anwendung auf sich selbst.....	220
13.4	Eine Überzeugung dafür nutzen, dass sie sich selbst ändert.....	222
13.5	Betrachtungen zum Muster <i>Anwendung auf sich selbst</i>	223
14.	Verändern der Rahmengröße	225
14.1	Die Beziehung zwischen dem Verändern der Rahmengröße und Chunking	228
14.2	Rahmen erzeugen durch das Festlegen von Bezugspunkten.....	229
14.3	Das Verändern der Rahmengröße ändert den Kontext der Wahrnehmung.....	229
14.4	Das <i>Sleight-of-Mouth-Muster Verändern der Rahmengröße</i> anwenden ...	230
14.5	Ein kreatives Beispiel für die Anwendung des <i>Sleight-of-Mouth-Musters Verändern der Rahmengröße</i>	235
15.	Modell der Welt.....	239
15.1	Das <i>Sleight-of-Mouth-Muster Modell der Welt</i> anwenden	242
15.2	Ein kreatives Beispiel für die Anwendung des <i>Sleight-of-Mouth-Musters Modell der Welt</i>	247
15.3	Betrachtungen zum Muster <i>Modell der Welt</i>	247
16.	Realitätsstrategie	249
16.1	Realitätsstrategien und Bestätigungsfehler	251
16.2	Das <i>Sleight-of-Mouth-Muster Realitätsstrategie</i> anwenden.....	253
16.3	Eine kreative Anwendung von Realitätsstrategie	260
16.4	Betrachtungen zum Muster <i>Realitätsstrategie</i>	261
17.	Meta-Rahmen	263
17.1	Der Unterschied zwischen <i>Meta-Rahmen, Anwendung auf sich selbst</i> und <i>Verändern der Rahmengröße</i>	266
17.2	Ein Meta-Rahmen entscheidet, wie eine bestimmte Erfahrung wahrgenommen, interpretiert und bewertet wird	267
17.3	Das <i>Sleight-of-Mouth-Muster Meta-Rahmen</i> anwenden	268
17.4	Ein kreatives Beispiel für das Setzen eines Meta-Rahmens	273
17.5	Betrachtungen zum Muster <i>Meta-Rahmen</i>	274

18. Strategien für die Anwendung von <i>Sleight of Mouth</i>	275
18.1 Bedeutungsketten	276
18.2 Kausalketten	277
18.3 Vergleiche	281
18.4 Pólya-Muster	282
18.5 Pólyas Muster plausibler Schlussfolgerungen	283
18.6 Mit Pólya-Mustern Zweifel wecken	286
18.7 Arbeitsblatt Pólya-Muster	288
19. Beispiele für die Anwendung von <i>Sleight of Mouth</i>	291
19.1 <i>Sleight of Mouth</i> und die „sokratische Methode“ – Überzeugungen und Annahmen analysieren	292
19.2 Betrachtungen zu Sokrates' Dialog mit Polemarchos und zur sokratischen Methode	300
19.3 Sokrates' <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie anwenden	304
19.4 Mithilfe von <i>Sleight of Mouth</i> „Gedankenviren“ transformieren	309
19.5 Abraham Lincolns Anwendung von <i>Sleight of Mouth</i> , um die Pro-Sklaverei-Theologie zu entkräften	310
19.6 Betrachtungen zu Lincolns <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie	313
19.7 William Shakespeares Mark Anton – die Wahrnehmung der Realität umkehren mithilfe von <i>Sleight of Mouth</i>	316
19.8 Betrachtungen zu Antonius' <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie	326
19.9 Zusammenfassung von Antonius' <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie	329
19.10 Mit Antonius' <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie die Wahrnehmung der Realität umkehren	331
19.11 William Shakespeares Heinrich V. – die Macht des „Outframing“ mit <i>Sleight of Mouth</i> , um leidenschaftliche Motivation zu entfachen	337
19.12 Betrachtungen zu Heinrichs St.-Crispians-Rede	342
19.13 Dwight Eisenhowers D-Day-Ansprache an seine Truppen am 6. Juni 1944 – eine tiefere Verbindung vorbereitend rahmen, um Vertrauen zu schaffen	346
19.14 Betrachtungen zu Eisenhowers D-Day-Ansprache	350
19.15 Gandhi über passiven Widerstand und die „Seelenkraft“ – Verbindung über die individuelle Identität hinaus	354
19.16 Betrachtungen zu Gandhis <i>Sleight-of-Mouth</i> -Strategie	361
19.17 <i>Sleight of Mouth</i> und <i>Strategies of Genius</i>	365
19.18 Einige zentrale Strategien für die Anwendung von <i>Sleight of Mouth</i> – Überblick und Beispiele	370

20.	Schlussbetrachtung	375
20.1	Gedankenviren aufspüren	376
20.2	Genie-Strategien begünstigen eine nützliche Haltung zur ökologischen Anwendung von <i>Sleight of Mouth</i>	380
20.3	Oprah Winfrey: <i>Sleight of Mouth</i> und die Kraft der Bestimmung.....	382
20.4	Überblick über Oprah Winfreys Verwendung von <i>Sleight of Mouth</i>	389
20.5	Abschließende Betrachtungen	390
	Nachwort.....	393
	Kurz-Biografien wichtiger <i>Sleight-of-Mouth</i> -Vorbilder	395
	Literatur und Quellen.....	399
	Über den Autor	401