

Inhalt

Danksagungen	7
Vorwort von Tad James	9
Einleitung von Dr. Wyatt Woodsmall	11
Teil I: Auf geht's	17
Einleitung	18
1. „Zeit“ – ein begrifflicher semantischer Zustand	26
Teil II: Time-Line-Formate und -Prozesse	37
2. Time-Lines	38
3. Time-Line-Prozesse für den therapeutischen Umgang mit negativen Emotionen	50
4. Wie Sie mittels angenehmer Erinnerungen die „Zeit“ auf den neuesten Stand bringen	65
5. Alte negative Emotionen auf der Time-Line bearbeiten	77
6. Die Problemfeuerwehr	97
Teil III: Abenteuerreisen in der „Zeit“	113
7. Ausflüge in die „Zeit“zonen	114
8. Eine glänzende Zukunft	126
9. Ein „gutes Leben“	138
10. „Zeit“ binden nach Art der allgemeinen Semantik	153
Teil IV: „Zeit“ und die logischen Ebenen	167
11. Die logischen Ebenen der „Zeit“	168
12. Die „Zeit“ neu formulieren	182
13. Time-Line-Muster für Fortgeschrittene	191
14. Time-Lining mittels der Sprache	203
15. Mind-Backtracking	219

Anhang: „Ist“ gibt es nicht	229
Glossar der NLP-Begriffe	232
Literatur	238
Personenregister	241