

Das Geheimnis von VAKOG...

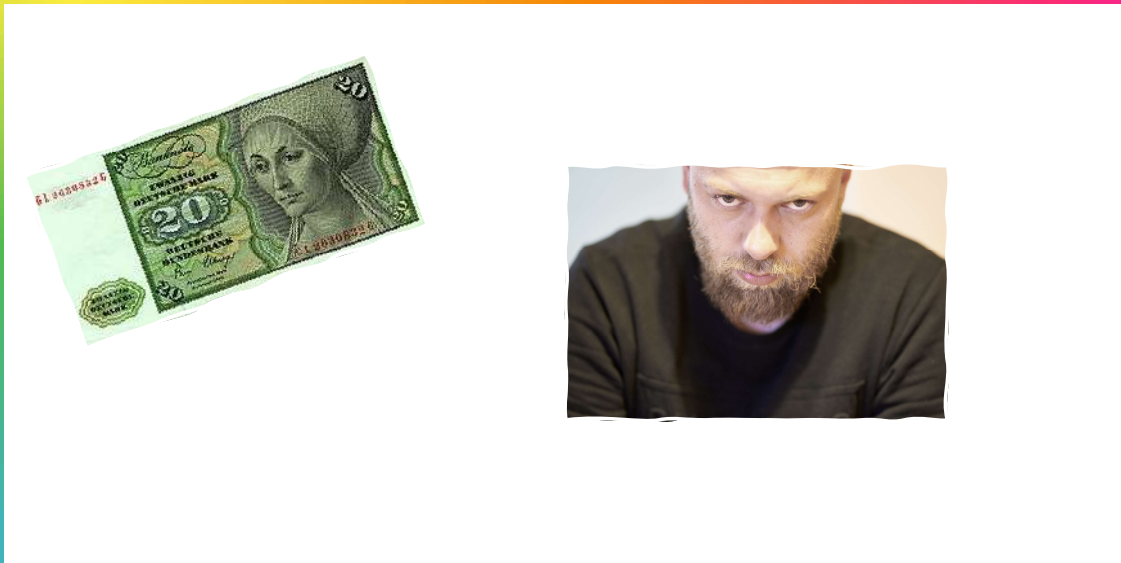
... oder die Kunst, deine
Beziehungsfähigkeit zu
stärken



Erinnere dich an einen wunderschönen Tag
in deinem Leben, an einen wunderbaren
Moment ...

ganz egal was, du kannst alles wählen.

Nimm etwas, an was du dich sehr gern
erinnerst...



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training



Wo lag das
Missverständnis?

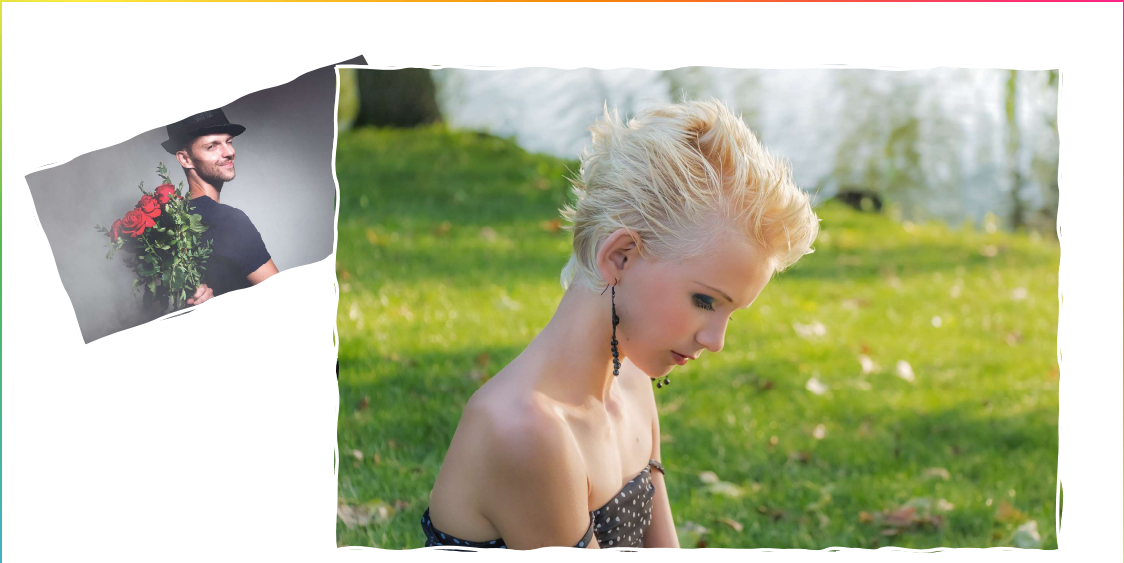
NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Was ist passiert?

Er hat ihr **gezeigt**, dass sie ihm viel bedeutet.
Sie wollte es **hören**.

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Sprichst du schon VAKOG?

Die Sprache der Sinne



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training



Visuell

Auditiv

Kinästhetisch

Olfaktorisch

Gustatorisch

Sehen

Hören

Fühlen

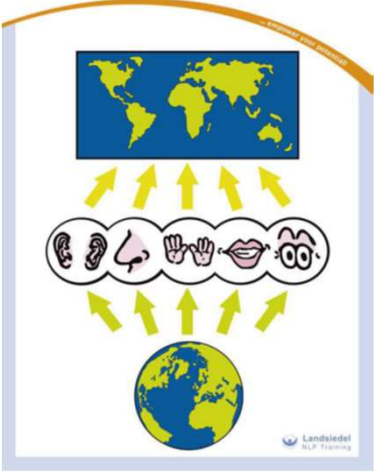
Riechen

Schmecken

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Modell der Welt

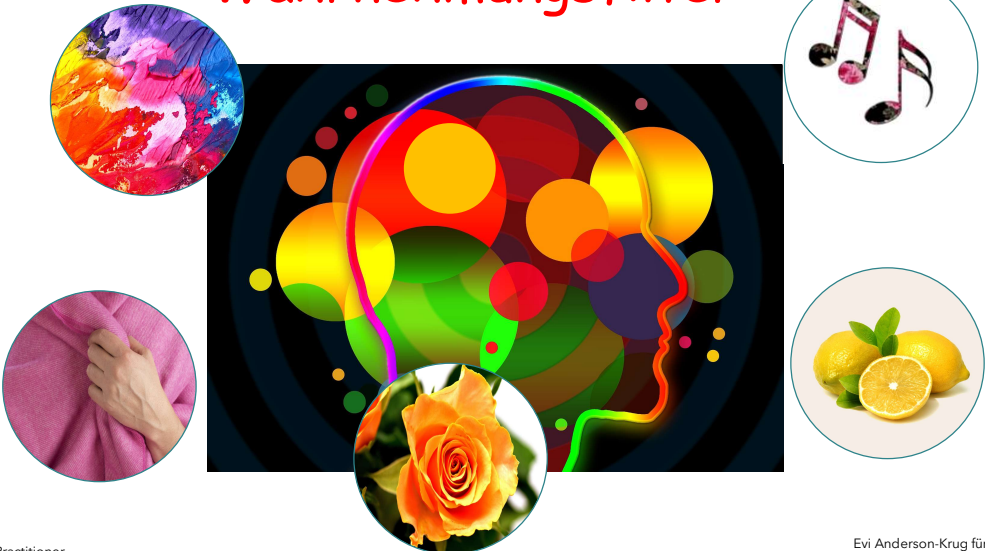


NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training



WahrnehmungsfILTER



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

VAKOG = unsere Repräsentationssysteme

- Wir repräsentieren die Informationen, die wir empfangen und filtern, in unserem Gehirn.
- Wir codieren sie um - in erinnerte Bilder, Geräusche, sinnliche Gefühle, Gerüche und Geschmack.
- Jeder von uns hat seine individuelle Art, Informationen aufzunehmen und zu speichern.

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Wie finde ich heraus,

- wie das mein Gegenüber sieht?
- wie mein Gesprächspartner tickt?
- in welchem Sinneskanal meine Freundin unterwegs ist?
- ob meine Vorschläge meinen Kollegen schmecken?
- oder ob sie die Ideen vielleicht anrühlich finden?

Merkmale

- Sprachliche Zugangshinweise, Prozessverben
- Körpersprache
- Stimme
- Augenzugangshinweise

Der visuelle Typ



- nimmt Umgebung primär visuell wahr
- denkt viel in Bildern
- spricht häufig sehr schnell
- legt Wert auf äußere Attraktivität
- hat eher eine flache und schnelle Atmung
- blickt oft nach oben

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Der auditive Typ



- reagiert sensibel auf Geräusche
- denkt in Worten
- kann gut zuhören (auch sich selbst)
- achtet auf Betonung
- spricht ruhig und langsam
- blickt sein Gegenüber oft nicht an

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Der kinästhetische Typ



- will anpacken und etwas tun
- atmet tief im Bauch
- hat eine intensive Körpersprache
- hat einen festen Händedruck und herzliche Umarmung
- spricht langsam / oft mit tiefer Stimme
- blickt häufig nach unten

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Bitte beachte:

Auch, wenn wir hier von visueller, auditiver, kinästhetischer TYP sprechen:

- Es ist keine Schublade oder Charakterzuschreibung für einen Menschen.
- Es beschreibt viel mehr, in welchem Sinneskanal oder Repräsentationssystem jemand im Moment gerade besonders aktiv wahrnimmt oder Informationen verarbeitet.

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Visuelle Ausdrücke:



Sehen schauen blicken beobachten glotzen
 beäugen scheinen sichtbar scheinbar
 Klarheit gewinnen schwarz-weiß sehen
 undurchsichtige Persönlichkeit
 Klärung verlangen unübersehbar
 verklärt blicken dunkle Gestalten Einblick gewähren
 eine strahlende Schönheit sein
 eine glänzende Zukunft haben Scheinargument
 farbige Schilderung Ausstrahlung haben

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Auditive Ausdrücke:



das klingt gut - laut und leise - taube Nuss
 - poltern - klapprig - heiser - röchelnd -
 Donnerwetter - das ist der Knackpunkt - der
 tickt wohl nicht richtig - rauschendes Fest -
 lass mich in Ruhe - ich hab die Engel singen
 hören - er ist mir hörig - schrill ...



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Kinästhetische Ausdrücke:



packen wir's an - legen wir los - wir holen die
Kuh vom Eis - mir rutscht das Herz in die Hose
- eisig - es fällt mir leicht -
die Verantwortung lastet auf mir -
wo drückt der Schuh? - da lacht das Herz -
sich hineinstürzen - das fühlt sich gut an ...

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Olfaktorische Ausdrücke:



das stinkt mir - anrücklich -
immer der Nase nach - einen guten Riecher
haben - muffelig - Schnupperangebot -
reinziehen - naseweis sein - steck deine Nase
nicht überall rein - ich kann ihn einfach nicht
riechen.

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Gustatorische Ausdrücke:



guten Geschmack haben - saftig -
sabbern - probieren - auf der Zunge zergehen
lassen - das schmeckt ihm nicht - dicke Lippe
riskieren - zum Fressen gern haben -
vollmundig - köstlich - vernaschen ...

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Sie und er ... ein
typischer Dialog...



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Sprachmuster und Prozessverben erkennen

- Erstell dir auf einem Blatt Papier eine kleine Tabelle.
- Hör deinem Gegenüber aufmerksam zu und notiere dir, welche Begriffe er verwendet.
- Tauscht euch aus.
- 3er-Gruppen

Visuell	III
Auditiv	###
Kinästhetisch	III
Olfaktorisch	III
Gustatorisch	
unspezifisch	

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Wie und wo wende ich das an?

- Partnerschaft
- Schule / Lernen
- Kommunikation mit Kunden etc.



NLP-Practitioner

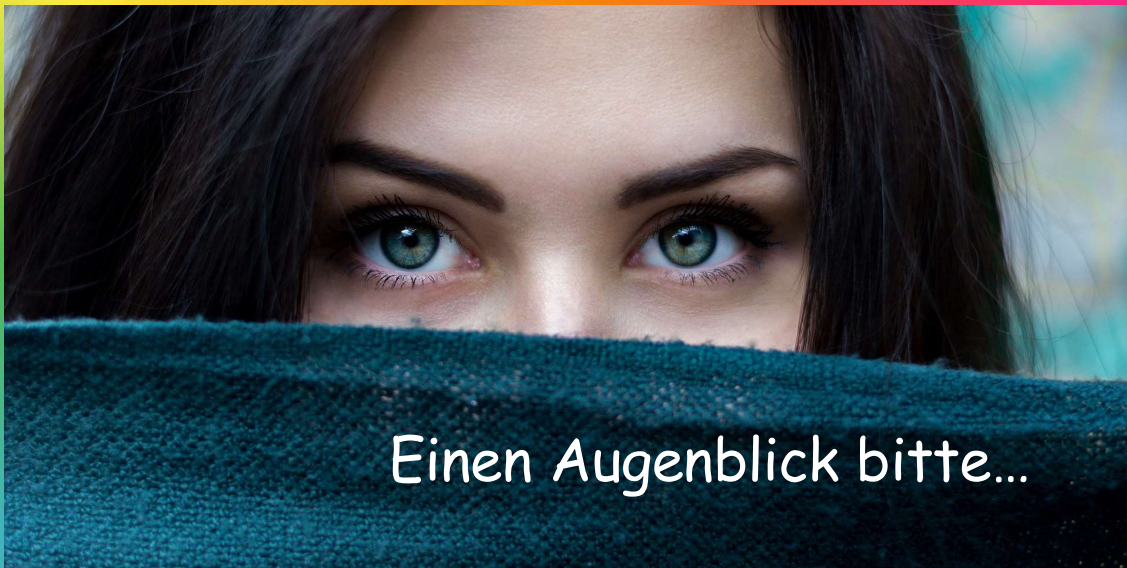
Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

In andere Sprachmuster übersetzen

- Verstehen Sie, was ich sage?
V
K
- Ich kann mir ein klares Bild davon machen, was du meinst
A
K
- Das klingt sehr vielversprechend
V
K
- Da komme ich richtig auf den Geschmack
A
V
- Ich weiß nicht, ob dir das schon klar ist?
A
K

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

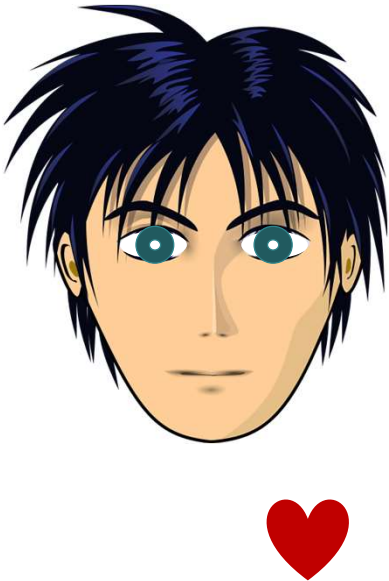


Einen Augenblick bitte...

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Die Blickrichtung zeigt, welcher Kanal gerade besonders aktiv ist.



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Visuell konstruiert
 V^k

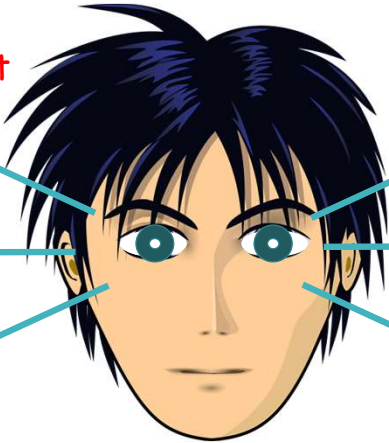
Visuell erinnert
 V^e

Auditiv konstruiert
 A^k

Auditiv erinnert
 A^e

Kinästhetisch

Auditiv Innerer Dialog
 A^{in}



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Augenzugangshinweise

**visuell
konstruiert**



visuell erinnert



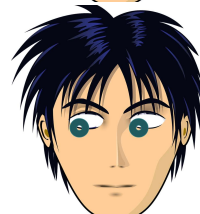
**auditiv
konstruiert**



auditiv erinnert



kinästhetisch



**auditiv
innerer Dialog**



NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training

Wir unterscheiden

Primäres Repräsentationssystem

- = der bevorzugte Kanal, mit dem du deine Informationen aufnimmst
- „visueller Typ“, „auditiver Typ“ etc.
- erkennbar u.a. an den Sprachmustern

Leadsystem (Leitsystem)

- unser Erinnerungssystem: Hier hole ich mir wieder Erinnerungen aus dem Langzeitgedächtnis her.
- erkennbar an den Augenbewegungsmustern.

Referenz-System

- unser internes Prüfsystem, ob etwas für uns richtig ist.
- Woran merkst du, ob eine Entscheidung die richtige war?

NLP-Practitioner

Evi Anderson-Krug für
Landsiedel NLP-Training