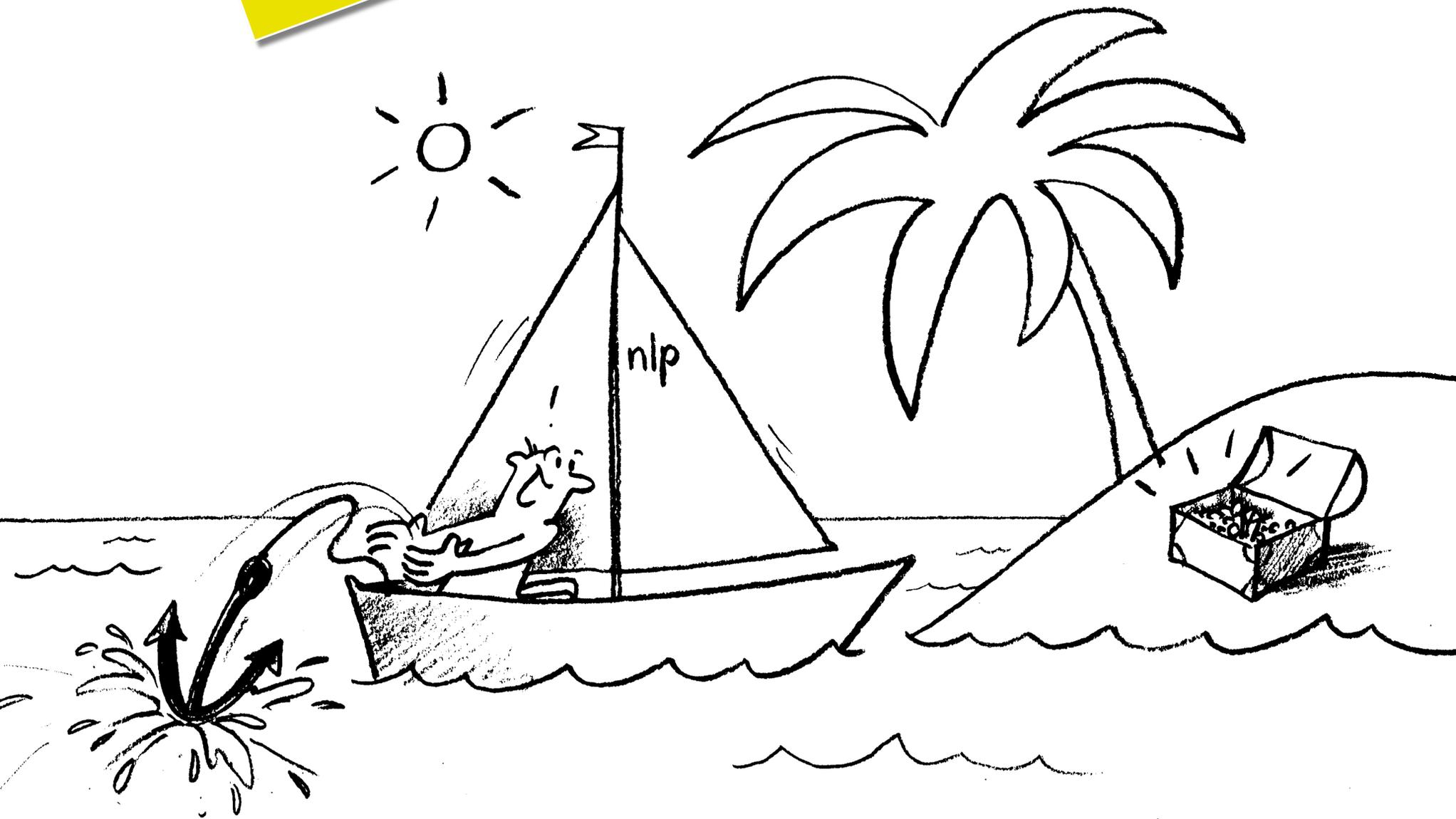




Ankern



„Man darf das Schiff nicht an einen einzigen Anker und das Leben nicht an eine einzige Hoffnung binden.“ Epiktet

Stellen Sie sich vor: Sie fahren mit einem schnittigen Segelschiff auf's offene Meer. Die sanfte Brise lässt das Boot durch's Wasser schiessen. Sie sind auf der Suche nach Ihrem Traumstrand, den Sie sich mit allen Ihren Sinnen vorgestellt haben. Da entdecken Sie ihn – nur zwei Seemeilen backbord voraus. Sie steuern das Schiff Richtung Strand. Und – genau; Sie werfen den Anker, damit das Schiff am Platz bleibt.

So funktioniert Ankern auch im NLP. Wir wollen damit die Ressource am Platz halten und nutzen. Allerdings haben wir auch andere, unbewusste Anker. Positive wie negative. Manche lohnen sich zu aktivieren, andere sollten wir mit Vorteil löschen. NLP hilft, sich dieser Anker bewusst zu werden und sie gezielt einzusetzen.