

Pattern Modelling für (Vorname): von (Coach)

Aufgabe: Findet ein Thema für ein Gespräch von ca. 20 Minuten und identifiziere so viele Muster der PartnerIn wie möglich. Notiere umseitig sofort, was du dabei gelernt hast. Lege dieses Blatt in deinen Folder und trage es in deiner Checkliste ein.

Thema: **Datum:**

Körpersprache (Embodiment): Embodiment und Sprechen (Stimmmodulation, Tempo, Intervalle etc.), Gesten, Kopfhaltung, Atem, Tempo der Bewegungen, Augen, Schultern, Wirbelsäule, Beine, Füsse.....

Sprachmuster: **Milton-Modell: Tilgungen:** Nominalisierungen, unbestimmte Verben, unbestimmtes Subjekt, unbestimmter Inhaltsbezug, Vergleiche, Bewertungen, fehlender Bezug. **Generalisierungen:** Verallgemeinerungen, Möglichkeit, Notwendigkeit. **Verzerrungen:** Ursache - Wirkung, Verlorene Zitate, Glaubenssätze, Gedanken lesen, Vorannahmen.

sprachliche Metaphern: (Ich fühle mich aufgestellt. Er benimmt sich wie ein junger Hund. Sie ist fleissig wie eine Biene. Er ist ein Bulle von Mann.) Metaphern für Anker: Symbole, vergleichbar mit literarischer Figur, wie Elemente aus der Natur oder dem Tierreich. Deutungsmetaphern des Coach: mein Kunde ist wie eine Ameise ohne Haufen. Das Gespräch verlief wie ein Stausee, dessen Damm nach einiger Zeit sich öffnete.

Sorting Gate: Werte, Kriterien, Motivation: Neugier, Komfort, Sicherheit, Wissen, Zugehörigkeit, Freundschaft, Reichtum, Spass, Vertrauen, Gerechtigkeit, (notiere dir noch einen Bezug ... auf, ... über, ... zu, ... mit, ... von)

Beliefs: Glaubenssätze, Überzeugungen, Motto, Proverbs, Deutungsmuster, Ursache – Wirkung:

Interesse: **(Richtung der Aufmerksamkeit)** Dinge, Aktivitäten, Orte, Nähe zu ..., Informationen, Personen, Zeit: Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft, in time, through time, wie oft, wie lange,

Filter: Wahrnehmungsfiler: vakog

Beziehungsfiler: für sich selber (selfsorting), für andere, für „wir“, Loop

Denkweise: Regulatoren: generell, Überblick / spezifisch, Detail; ähnlich (match)/ verschieden mismatch); hin zu, zielorientiert / weg von, Problem vermeidend; external, nach aussen / internal, nach innen; passiv / aktiv; assoziiert / dissoziiert; entweder-oder/ sowohl als auch; systematisch / spontan, resultateorientiert / beziehungsorientiert. Notiere jeweils den Zusammenhang.

Verarbeitung und Planung: Strategien: Handlungs-Abläufe, Sequenzen einer Denkstrategie, Reihenfolge von Denken und Handeln, Bausteine vor und nach einem Vergleich (ist/soll). Was + wie tut/denkt Gegenüber und in welchem Sinnessystem? Was/wie zuerst und was/wie als nächstes? Mit welcher "Original"-Strategie vergleichbar (Disney, Feldenkrais, Mozart, Einstein, Kästner)? vakog

⇒ **R.T.C. umseitig notieren:** Lernaufgabe, Lernerfolg, Lernprozess, neue Lernaufgabe

R.T.C.

Recursive Training Cycle für Pattern Modelling Training

1) fokussierte Lernaufgabe bei diesem PM:

2) Lernerfolg (ist es mir gelungen?):

3) Reflexion meines Lernprozesses:

4) nächste Lernaufgabe(n):

bisherige:

neue: