

## Stereo-Trance Modelling

Gruppe zu 3, pro TeilnehmerIn ca. 20 Minuten

Setting:		
Coach I übernimmt die Energie und Atmosphäre eines Kindes.	KundIn setzt/legt sich in die Mitte	Coach II versetzt sich in das von der KundIn gewünschte Modell
Vorgehen:		
1.		
Coach I versetzt sich selber in eine Zeit um 4 - 6 Jahre, automatisches spielerisches Lernen dank Neugierde, Risiko, ausprobieren; eine Zeit des Spielens, Geniessens und Entdeckens	KundIn designet anhand von einem bekannten oder unbekanntem Modell, von sich selber oder jemand anderem das Trainermodell. Aktivitäten, Verhaltensweisen, Strategien, Fähigkeiten, Überzeugungen, Glaubenssysteme, Werte und Metaphern.	Coach II schreibt alle Worte auf und unterstützt mit gezielten Fragen. vako, SM, Metaphern
2.		
Tranceinduktion zur körperlichen Entspannung stereo ca. 5 Min.	Entspannen und geniessen	Tranceinduktion zur mentalen Entspannung stereo ca. 5 Min.
3.		
Trancereise in die Zeit des Spielens, 4 - 6 Jahre, Wiese, Berge etc. ca. 7 - 8 Min		Trancereise mit den oben elicierten Wörtern zum gewünschten Modell ca. 7 - 8 Min.
4.		
Rückorientierung Wecken	Wach werden	Rückorientierung Wecken