

Erklär mir was

VON A NACH B



Frau Sonnenberg

Vorstellung

WER - WARUM - WUNSCH

Warum

Will ich etwas erklären?

IST DAS
COOL

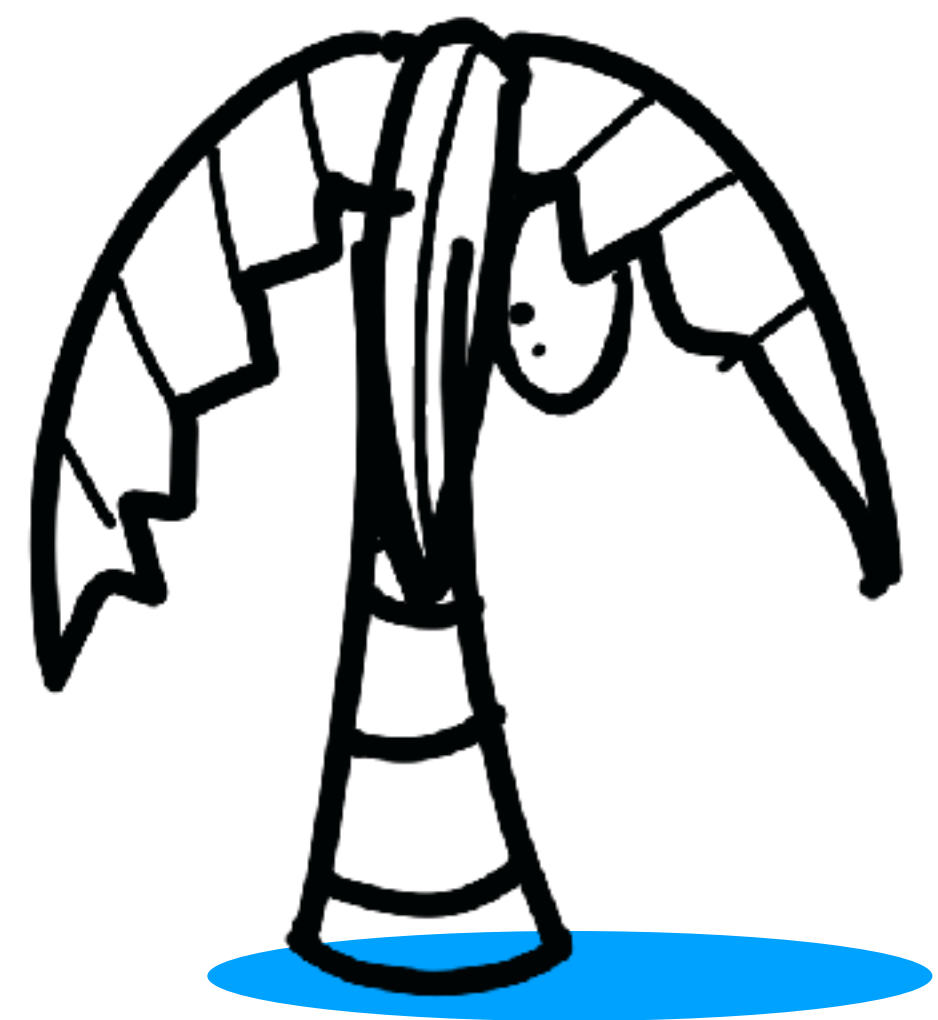




Inselmodell

nach Birkenbihl

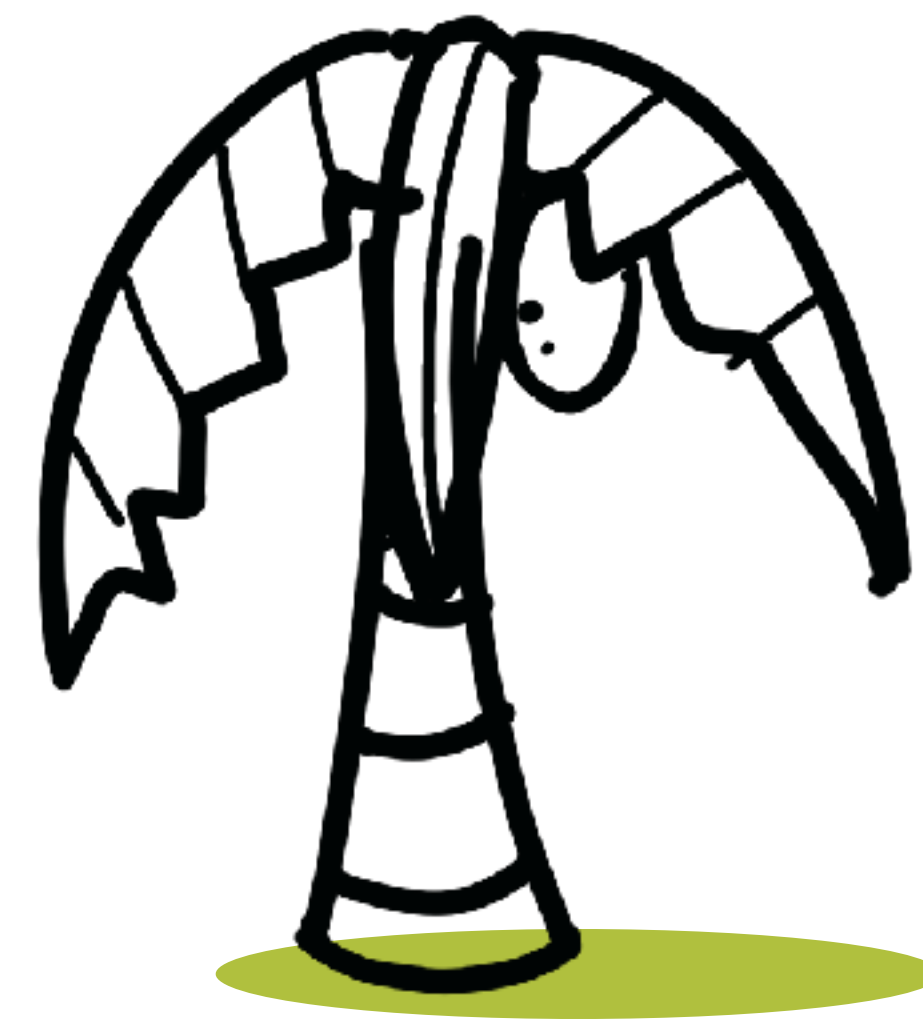




Insel

Was ist deine Insel

Und wer ist auf der anderen?



LÄUFT

HM!...

ABER DAS
KÖNNTE
BESSER
SEIN...



IST DAS
COOL



WUT ÄRGER



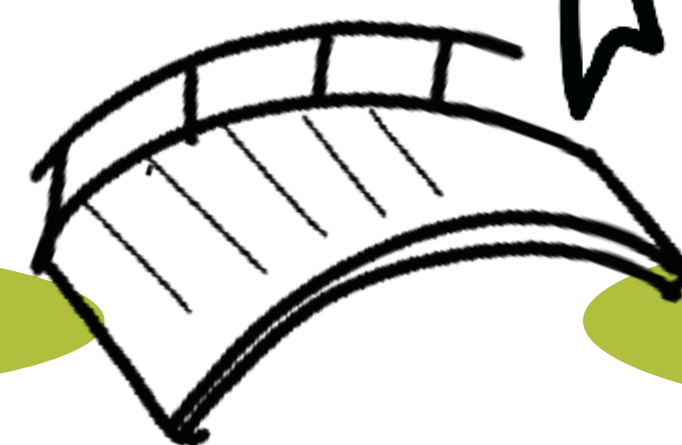
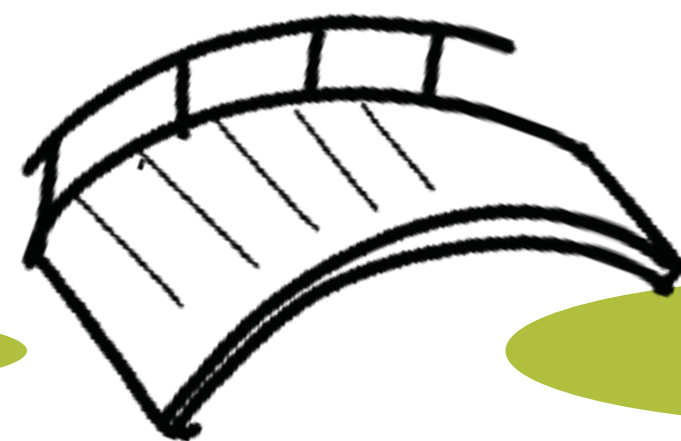
NEUGIER



Weg

Wie bist du dorthin gekommen?

LÄUFT



IST DAS
COOL

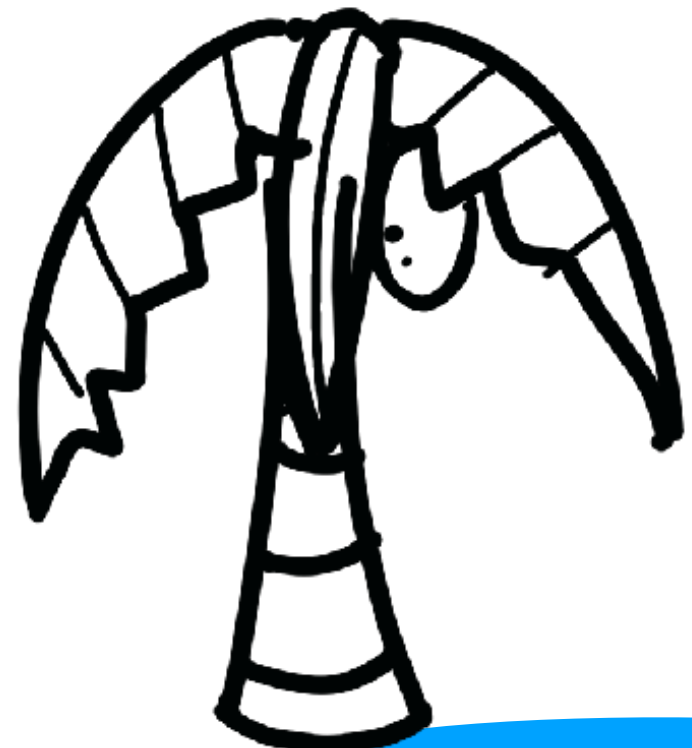
LÄUFT



LÄUFT



IST DAS
COOL
HIER!



LÄUFT

DIE
Lösung
GIBT ES HIER



KOMM
RÜBER!



ALTER HUT



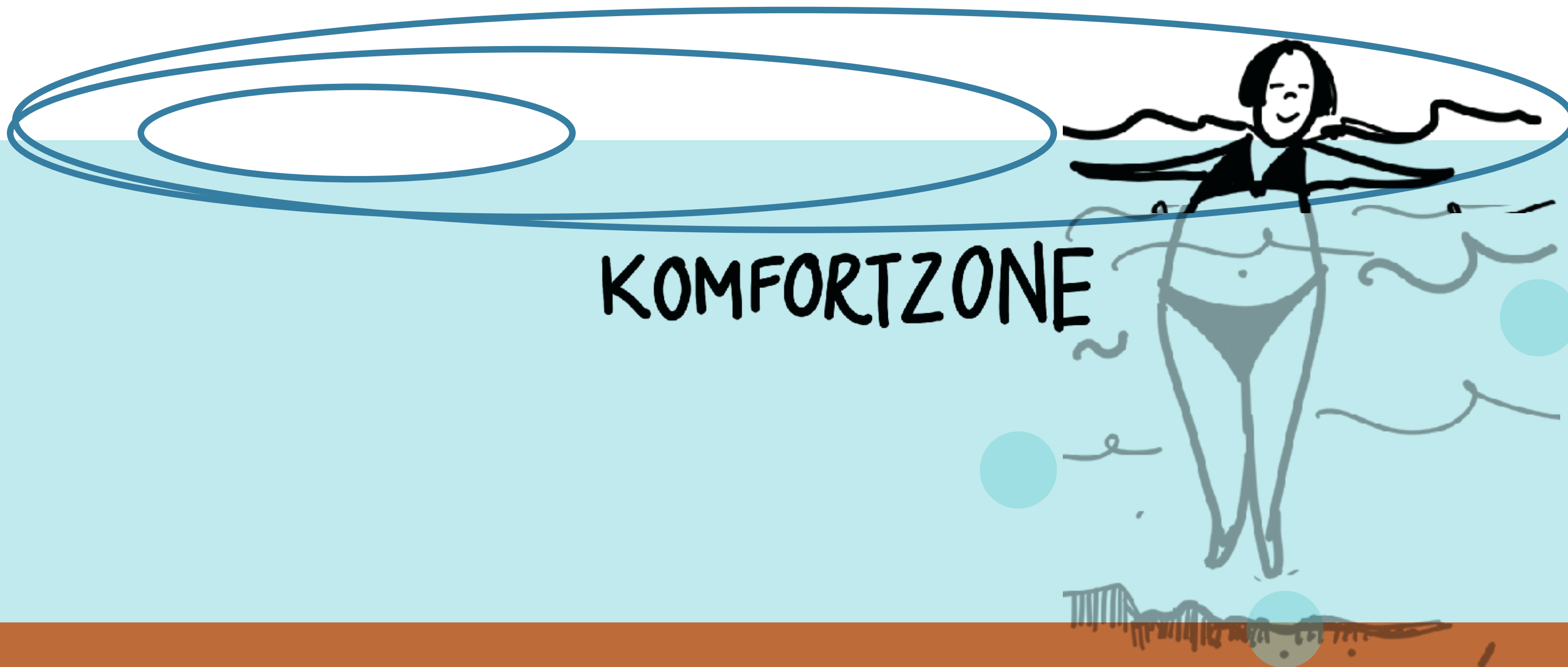
ALTER HUT



KOMFORTZONE

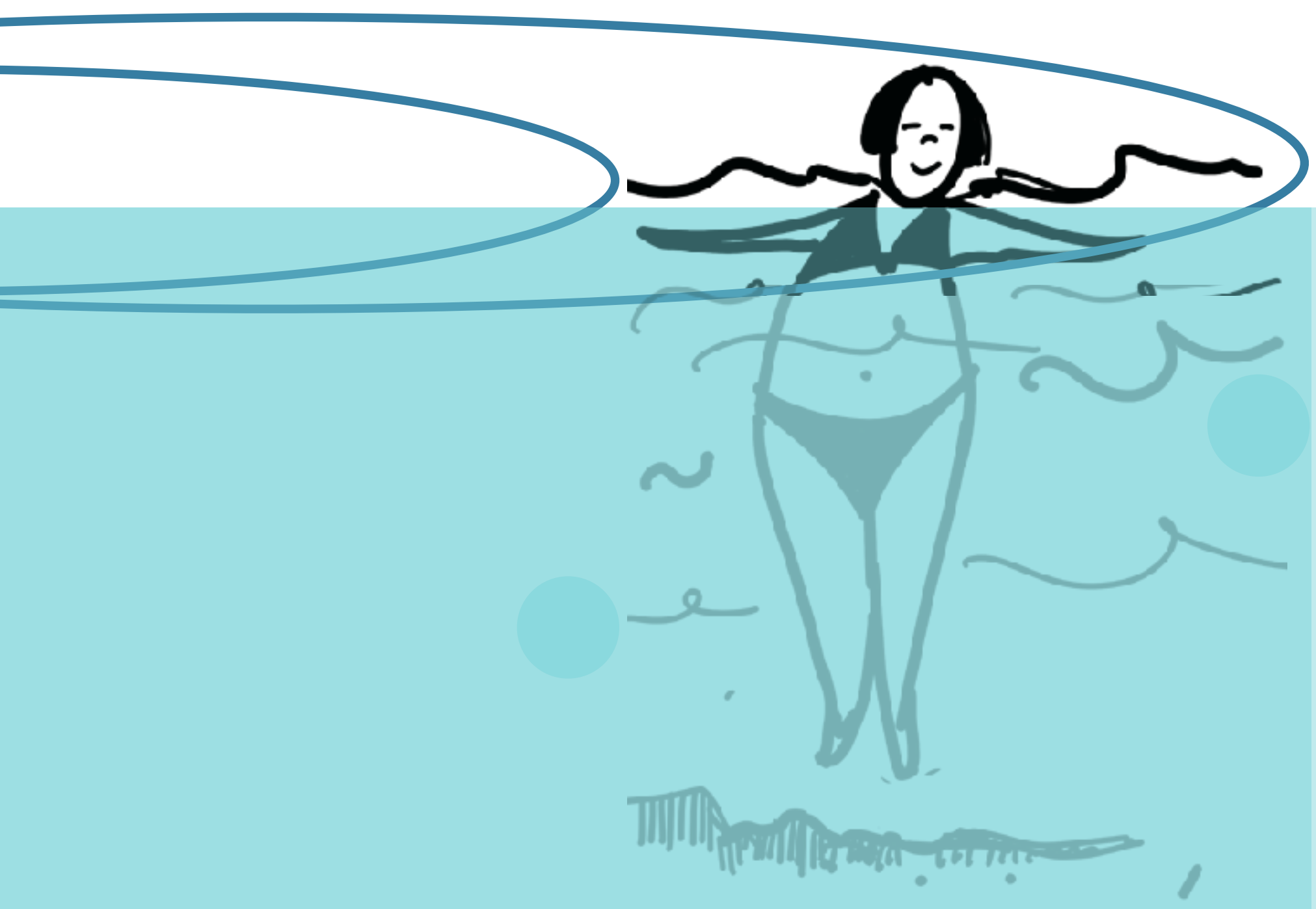
NEUGIER

KOMFORTZONE

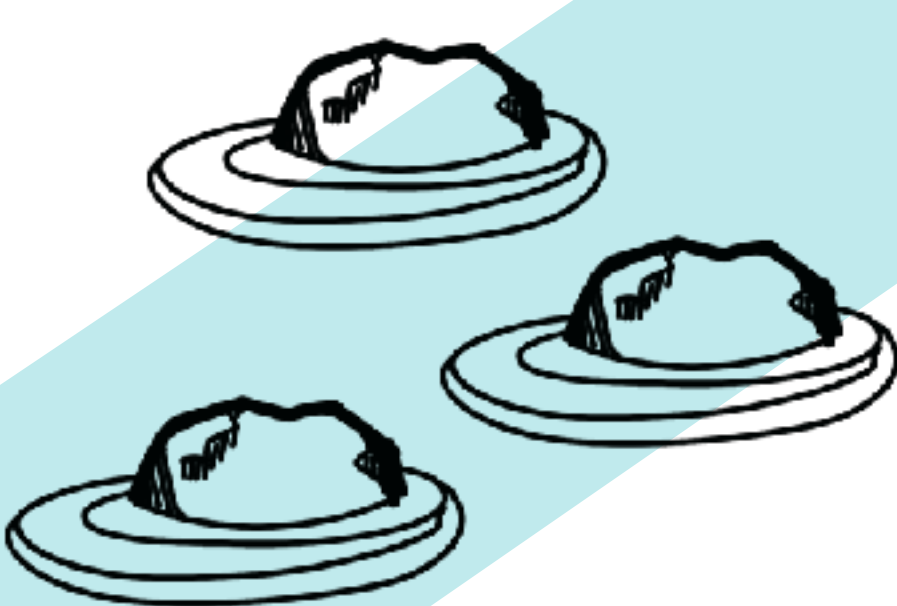




GEFAHR



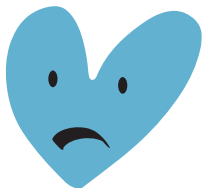




Spiel

Zugang flexibel
hoher
Schwierigkeitsgrad
ERFAHRUNG!!



- 

Unangenehme Gefühle
- 

die Angst
- 

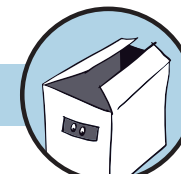
der Stress/
die Überforderung
- 

die Einsamkeit
- 

die Unzufriedenheit
- 

der Frust
- 

die Wut
- 

die Trauer
- 

die Scham
- 

die Verzweiflung
- 

die Langeweile
- 

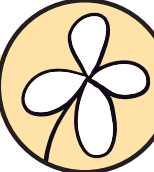
der Ekel
- 

die Nervosität



- 

Angenehme Gefühle
- 

die Liebe
- 

das Glück
- 

die Dankbarkeit
- 

die Entspannung
- 

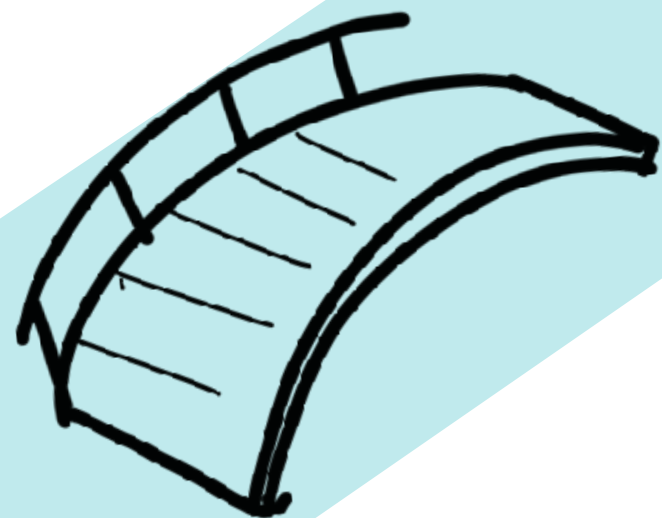
die Erleichterung
- 

die Zufriedenheit
- 

die Sicherheit
- 

die Freude
- 

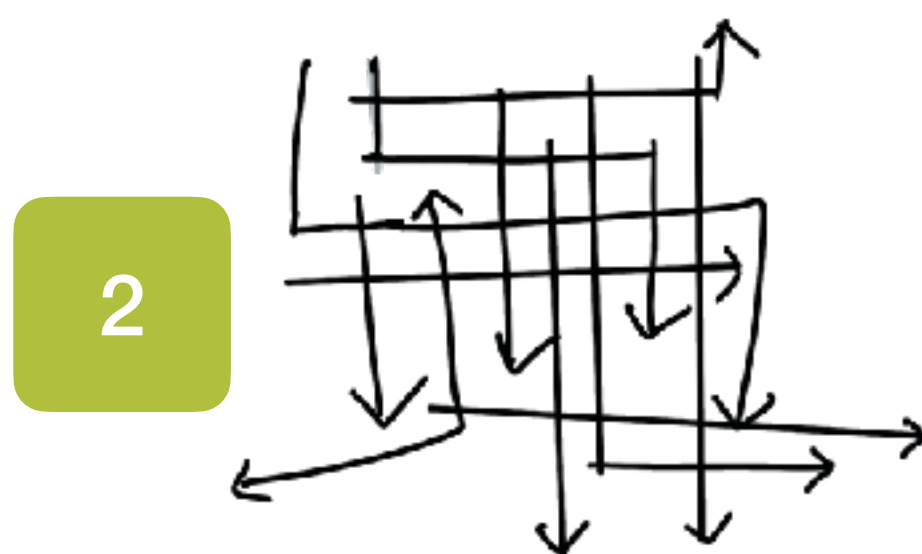
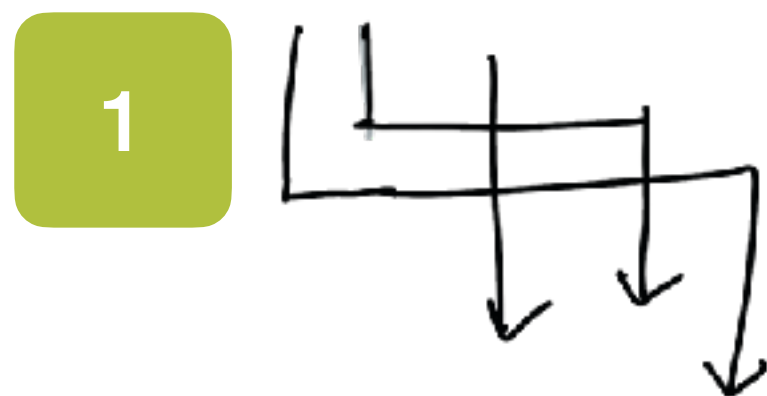
der Mut
- * Zur freien Verfügung



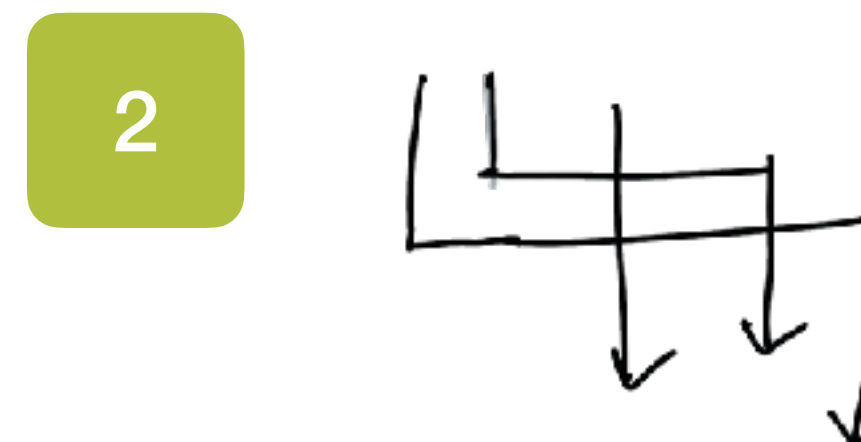
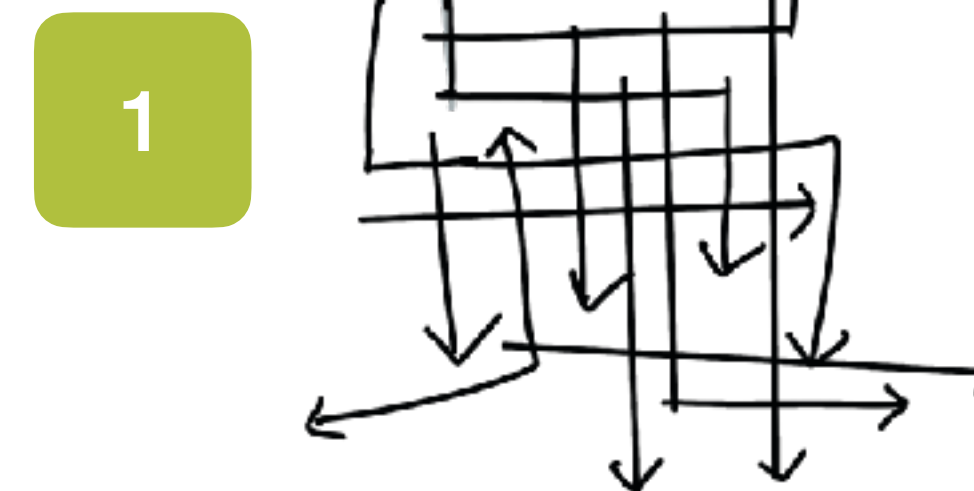
Für wen?

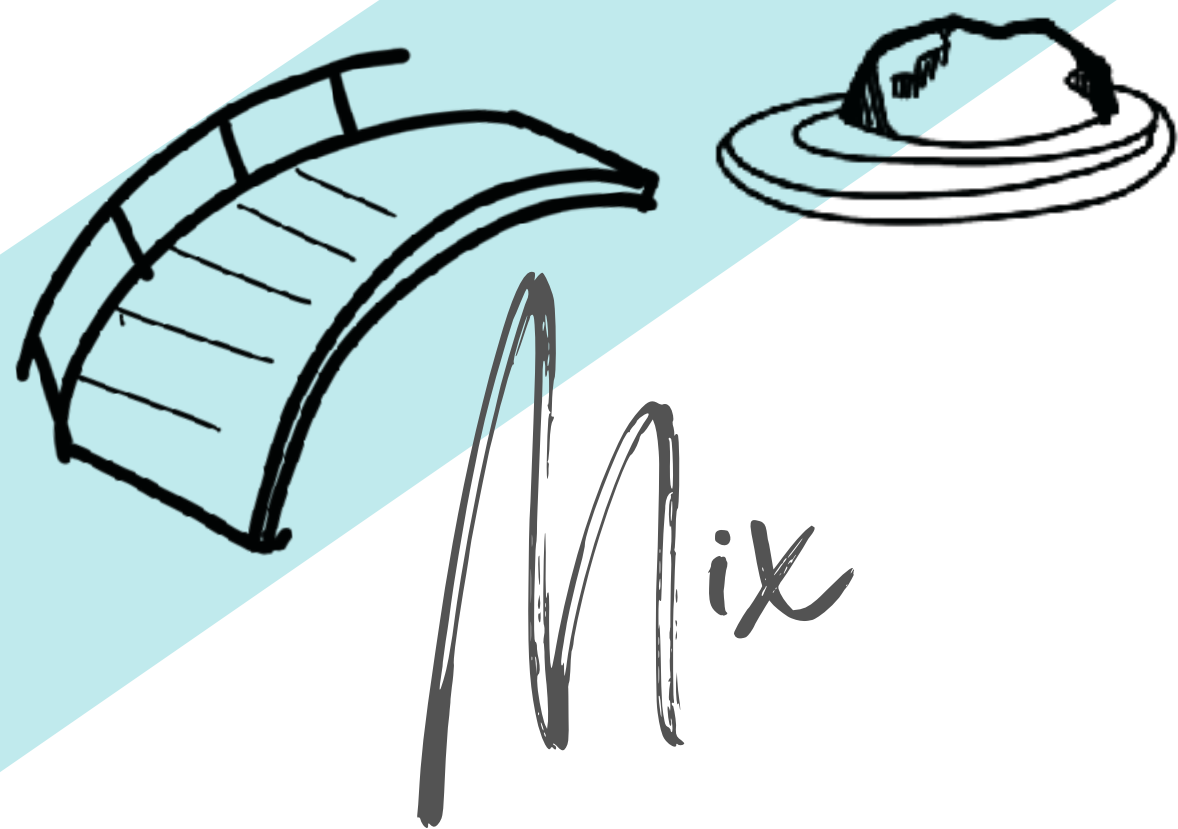
Wie funktioniert das Gehirn?

einfach

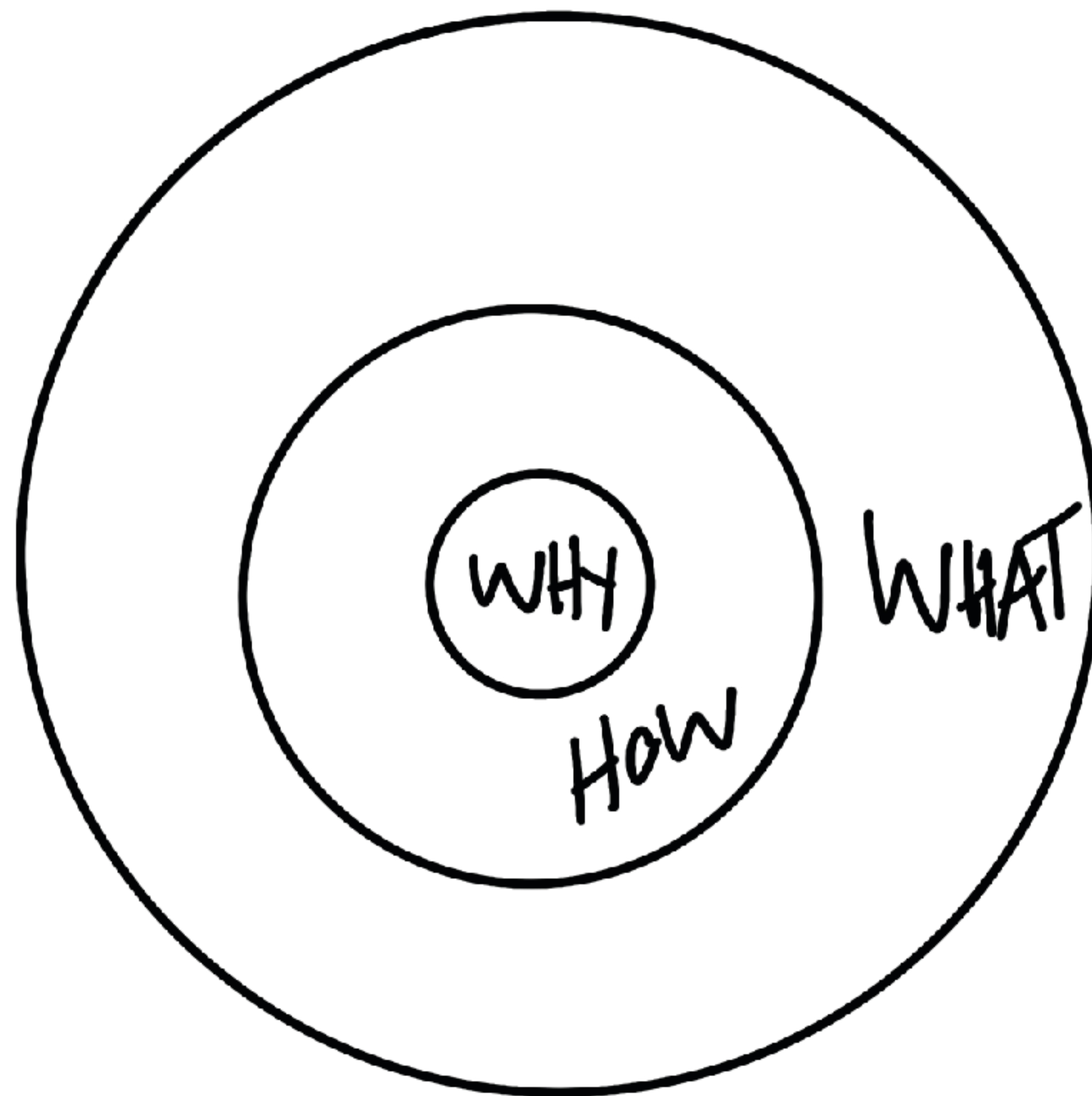


komplex





Mix





START



GESCHENK



MAGNET /
Problem



EMOTION



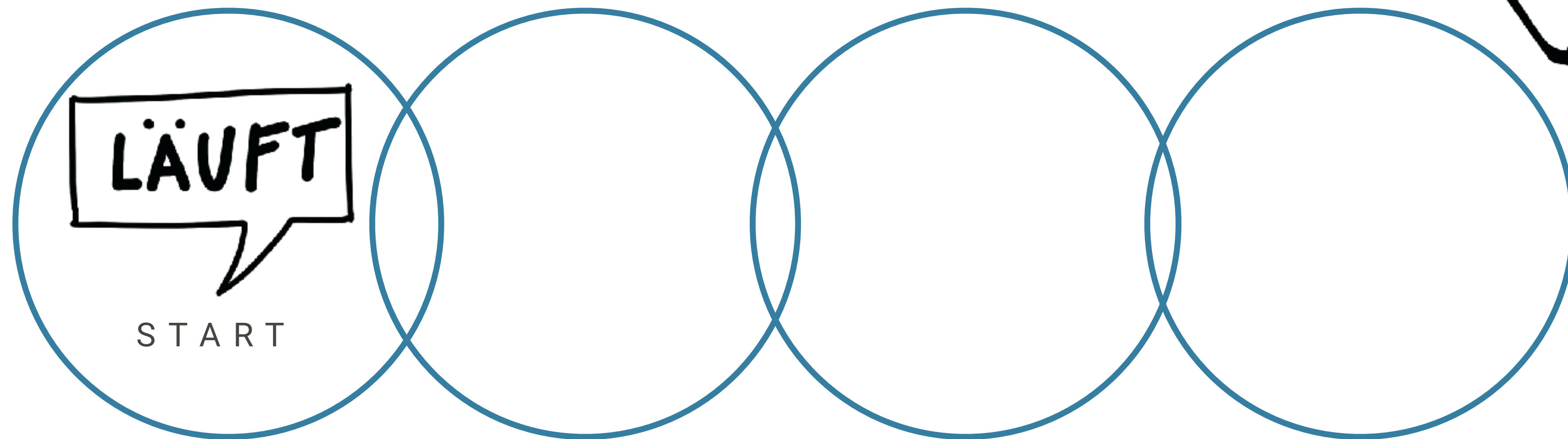
INSEL

hier ist die Lösung

Schnittmenge / Wege finden

Verschiedene Wege finden

Reihenfolge ändern



Thank you



Frau Sonnenberg

www.frausonnenberg.de

