

Psychologische Magie - Advanced

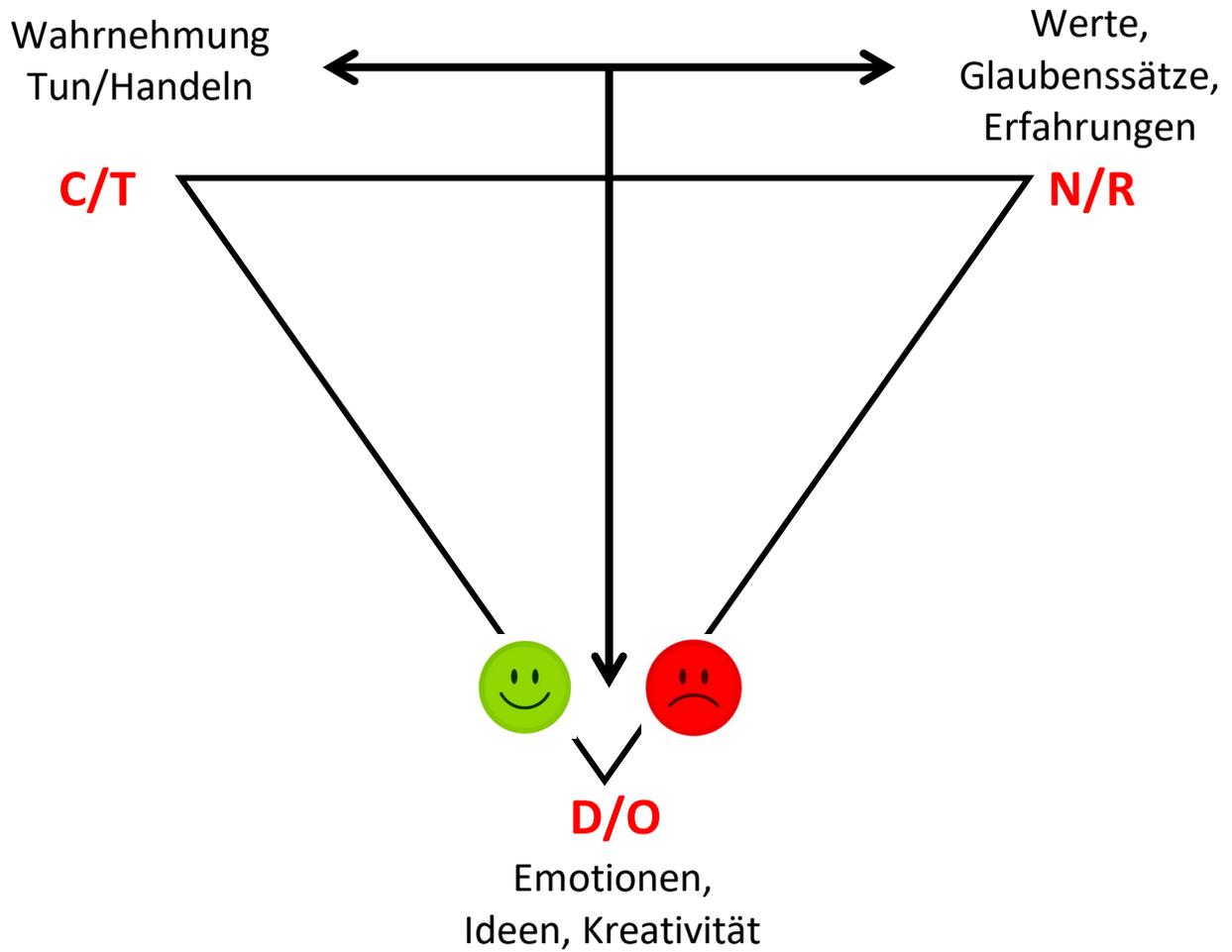


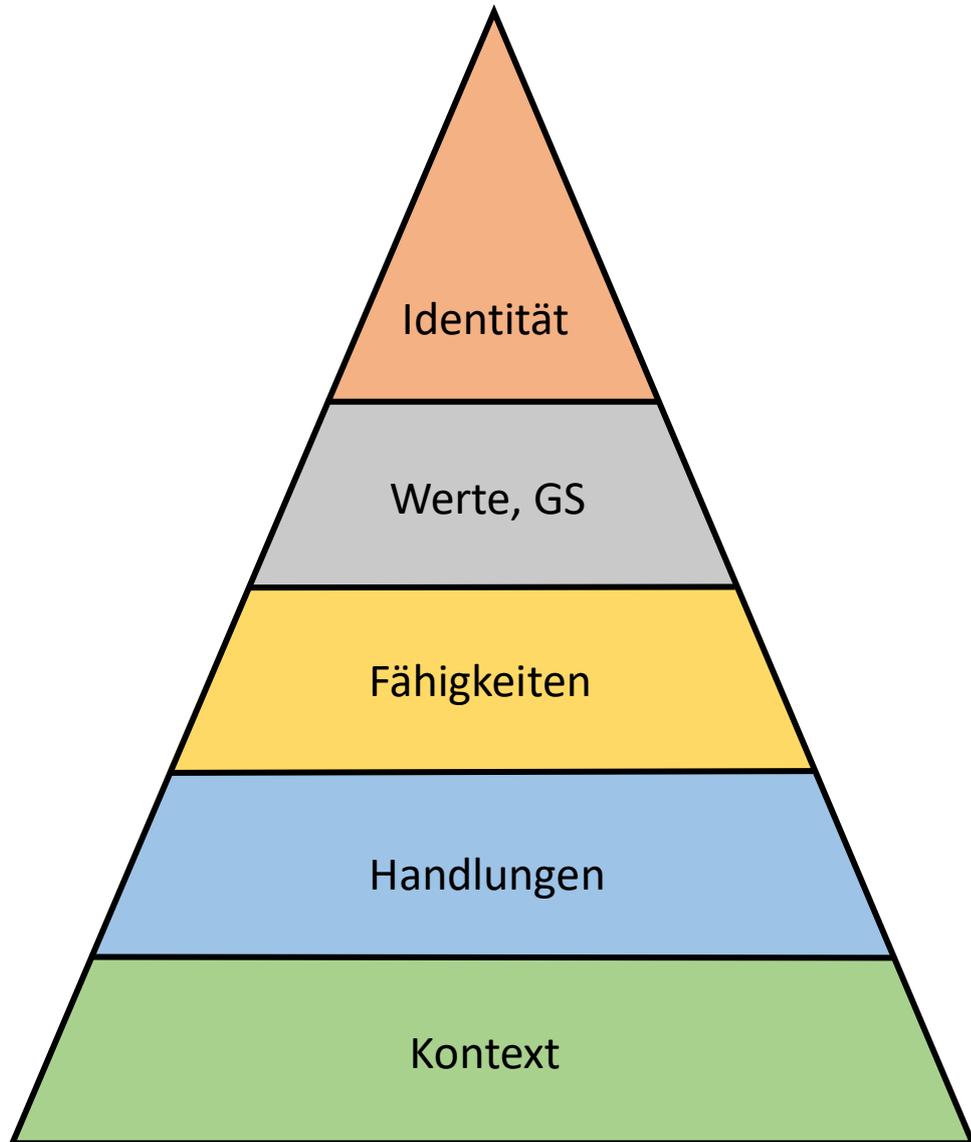
Verena Wieland

[<https://raunzpartner.at>]

Juni.2021

Magisches Dreieck





Abenteuer	Frieden	Neutralität	Unbestechlichkeit
Achtsamkeit	Fröhlichkeit		
Aktivität	Fürsorglichkeit	Objektivität	Verantwortung
Akzeptanz		Offenheit	Verlässlichkeit
Altruismus	Geduld	Optimismus	Vertrauen
Andersartigkeit	Gelassenheit	Ordnung	Verzeihen
Anerkennung	Geld		
Anmut	Gemütlichkeit	Pflichtgefühl	Wachsamkeit
Ansehen	Gerechtigkeit	Phantasie	Weisheit
Anstand	Gesundheit	Pragmatismus	Weitsicht
Ästhetik	Glaube	Professionalität	Wertschätzung
Aufgeschlossenheit	Gleichheit	Pünktlichkeit	Willenskraft
Aufregung	Glück		Wissen
Aufmerksamkeit	Großzügigkeit	Realismus	Wohlstand
Ausgeglichenheit	Güte	Respekt	Würde
Authentizität		Rücksichtnahme	
	Heimat	Ruhe	Zielstrebigkeit
Balance	Herausforderung	Ruhm	Zeit für mich
Beliebtheit	Hilfsbereitschaft		Zivilcourage
Bescheidenheit	Hingabe	Sanftmut	Zufriedenheit
Begeisterung	Hoffnung	Sauberkeit	Zuneigung
Beharrlichkeit	Humor	Schönheit	Zuverlässigkeit
Besonnenheit		Selbstbewusstsein	Zuversicht
	Interesse	Selbstständigkeit	
Dankbarkeit	Intuition		
Demut		Selbstvertrauen	
Disziplin	Kommunikation	Sensibilität	
	Kompetenz	Sicherheit	
Effizienz	Kooperation	Sorgfalt	
Ehrlichkeit	Kreativität	Sparsamkeit	
Einfachheit		Spaß	
Engagement	Leidenschaft	Spiritualität	
Empathie	Leistungsfähigkeit	Stabilität	
Entscheidungsfreude	Liebe	Sympathie	
Erfolg	Loyalität		
	Menschlichkeit	Tapferkeit	
Fairness	Mitgefühl	Teamgeist	
Familie	Motivation	Toleranz	
Fleiß	Mut	Transparenz	
Flexibilität		Tradition	
Fortschritt	Nachhaltigkeit	Treue	
Freiheit	Nächstenliebe	Tüchtigkeit	
Freude	Natürlichkeit	Überlegenheit	
Freundlichkeit	Neugierde	Unabhängigkeit	



Eigene Wertehierarchie

Finde deine eigenen Werte und stelle sie in eine Hierarchie, achte darauf wo Gesundheit, Geld und Liebe stehen.

Schwarze Glaubenssätze

Etwas Schreckliches wird passieren.
Die Menschen sollten nicht lügen.
Die Leute sollten mich respektieren.
Ich brauche mehr Geld.
Das Leben ist nicht fair.
Kinder sollten ihre Eltern lieben.
Ich muss eine Entscheidung treffen.
Ich kann nichts richtig machen.
Ich möchte nicht dumm aussehen.
Es gibt zu viel zu tun.
Es gibt nicht genug Zeit.
Ich weiß, was du brauchst.
Ich bin wertlos.
Es ist mein Job, dich glücklich zu machen.
Ich brauche einen Partner, um glücklich zu sein.
Es ist meine Schuld.
Ich sollte anders sein.
Ich habe meine Chance verpasst.
Ich muss im Leben vorsichtig sein.
Man sollte auf mich hören.
Ich bin nicht gut genug.
Ich bin ein Versager.
XY kümmert sich nicht um mich.
Ich brauche Verständnis.
Ich muss es richtig machen.
Er lehnt mich ab.
Er vertraut mir nicht.
Die Welt ist kein sicherer Ort.
Die Menschen verurteilen mich.
Ich weiß, was sie denken.
Geld wird mich glücklich machen.
Ich bin zu dick/dünn.
Mein Chef sollte mich schätzen.
Die Menschen sollten dankbar sein.
Ich habe Recht.
Das Leben ist schwierig.



1.Säule – Wer bin ich?

Was macht mich einzigartig?

Wer sind meine Wunschklienten?

Welchen Nutzen biete ich an?

Elevator Pitch

1. Anliegen schildern lassen

Paraphrasieren!

2. Offene und zirkulierende Fragen

Dienen einem besseren Problemverständnis

Offene Fragen = Wer? Was? Wie? Wann? Wo? Warum?

Zirkulierende Fragen = Fragen nach biografischem Hintergrund, bisherige Lösungsversuche, Familie, Arbeitsumfeld, Ressourcen, ...

Beispiele:

In welchen Situationen taucht das Problem auf?

Wie sieht das dein Mann/deine Frau?

Seit wann hast du das Problem?

Das Anliegen muss von allen Blickwinkeln betrachtet werden, besonders von den Perspektiven, die der/die KlientIn bisher nicht betrachtet hat!

Magisch aufgeladener Zustand

1. Körperhaltung

Aufrecht, gerade, offen

2. Mindestens 30 Sekunden lächeln

Körper und Geist reden miteinander!

3. Hilfreiche Glaubenssätze

Prinzipiell gut für ein zufriedenes, glückliches und gelingendes Leben

4. Magische Situationen aus der Vergangenheit nutzen

5. Räuchermischungen

Zur Stärkung des dritten Auges, der Hellsichtigkeit, der magischen inneren Leere

6. Achtsamkeitsübungen

Atemmeditation