



Re-Imprinting  
Traumatische Lebenserfahrungen verändern



# Re-Imprinting



## Anwendungsbereiche

- Das Modell eignet sich für die Arbeit mit prägenden, einschneidenden sprich traumatischen Erfahrungen, die in der pränatalen bis kleinkindlichen Phase gemacht wurden. Für prägende Erlebnisse als grösseres Kind, Teenager und Erwachsener lässt sich auch mit dem Changing History Modell<sup>1</sup> arbeiten.
- Desweiteren eignet sich das Modell auch für die Veränderung von einschränkenden Glaubenssätzen, da diese ebenfalls in vergangenen Erfahrungen oder in der Erziehung gründen.
- Robert B. Dilts hatte dieses Modell entwickelt, weil er festgestellt hatte, dass bei traumatischen Erlebnissen die „einfachen“

NLP-Veränderungsmethoden nicht genügend greifen. Dieses Modell kombiniert deshalb das ganze NLP-Handwerk und setzt damit etwas Übung mit den NLP-Ressourcen voraus.



## Ziel

Durch das Verändern des Erleben einer traumatischen Situation in der Vergangenheit, werden die dazugehörenden Glaubenssätze und das in diesen wurzelnde Verhalten verändert; das Trauma verliert seine negative Wirkung, die eigene Geschichte wird neu geschrieben.

## Dauer

Ca. 60–90 Minuten

## Hilfsmittel

Evtl. Post it's für die Positionen auf der Timeline

<sup>1</sup> Weitere Informationen zum Changing History Modell findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>

# Worum es geht



„Das Alte stürzt, es  
ändert sich die Zeit, und  
neues Leben erblüht  
aus den Ruinen.“  
Johann Christoph  
Friedrich von Schiller

Konrad Lorenz, der bekannte Verhaltensforscher fand heraus, dass sich Küken schon am ersten Tag ihres Lebens ihr Mutterbild einprägen und es nicht mehr verändern. Egal, was auch immer in dieser ersten Lebensphase um die Küken herum ist, ob Mensch, Hund, Katze, Ente oder eben Huhn – alles, was sich bewegt, kann zur Mutter werden, in dieser neurologisch prägenden Phase der ersten Lebensstadien. Diese Prägung ist nach Lorenz und anderen Verhaltensforschern bei Tieren permanent. Das Märchen des hässlichen Entleins von Hans Christian Andersen erzählt dieses Phänomen der Prägung in den ersten Lebensstunden sehr prägnant. Erinnerst du dich?

*Aus irgendeinem – nicht näher erzählten – Grund gelangte das Ei eines Schwanes in das Nest einer Entenmutter, das bereits sechs Eier enthielt. Die Entenmutter brütete sechs gesunde putzige Entlein aus. Das siebte Ei jedoch war grösser und drum dauerte es länger, bis ein graues Entenküken ausschlüpfte. Die sechs Küken lernten schnell. Das siebte wirkte tollpatschig, unbeholfen und ungewöhnlich hässlich. Die Tiere verspotten es, weil es dumm und hässlich war, und keines von ihnen wollte mit ihm spielen. Es beschloss, davonzulaufen. Es traf zwei Gänse, die auch keine Antwort wussten, warum es so hässlich war und die es vor dem Jäger warnten. Kein Tier, dem es begegnete, hatte je von einem grauen Entenküken gehört. Von einer alten Bäuerin wurde das Entlein für eine Gans gehalten und in einen Käfig gesperrt, um Gänseeier zu legen.*

*Es konnte da drinnen jedoch keine Eier legen. Als die Bäuerin eines Nachts versehentlich die Käfigtüre aufgelassen hatte, beschloss das kleine Entlein – aus Angst geschlachtet zu werden – die Flucht. Als der Morgen graute fand es ein Versteck im Schilf am Rande eines wunderschönen Sees und blieb dort eine Zeit lang. Es beobachtete immer wieder die schönen stolzen Schwäne und wünschte sich, auch einmal so schön zu sein. Als der Winter übers Land kam, musste das Entlein sein Versteck verlassen um Nahrung zu suchen. Seine Kraft liess mit jeder Sekunde nach, bis es schliesslich in den Schnee fiel. Doch es hatte Glück, ein Bauer sah es und nahm es mit nach Hause. Die Familie kümmerte sich den ganzen Winter lang um das Entlein. Im Frühling brachte der Bauer es wieder zurück an den See. Das Entlein erkannte sich selbst im Spiegelbild des Wassers kaum wieder: Es war zu einem erwachsenen, stolzen Schwan geworden. Überglücklich über sein neues Sein, flog es mit den anderen Schwänen davon. Die Kinder schauten ihm lang nach und staunten: Er war wirklich der Schönste von allen!*

Unter einer Prägung (englisch Imprint) versteht man das, was ich soeben phänomenologisch beschrieben habe. Nämlich ein wichtiges Ereignis in einer frühen neurologischen Phase des menschlichen Lebens, welches dann über das emotionale Erleben zu einem Glaubenssatz oder zu einem ganzen Set von Glaubenssätzen bis hin zur Identitätsverzerrung führt.



Imprints entstehen häufig über die Modellierung von Rollen (mit den dahinter liegenden Mustern) von wichtigen Bezugspersonen. Denn in der frühen Kindheit ist unsere Identität<sup>2</sup> noch wenig gefestigt. Man könnte sagen: In den ersten Lebensmonaten und Jahren haben wir noch gar keine; sie bildet sich erst über die Zeit im Wechselspiel mit der Umwelt heraus. Modellierungen von Rollen nahestehender Bezugspersonen bilden dabei ein wichtiges Element in der Identitätsbildung. Die jeweilige Identität ist also eine Mischung von solch modellierten Rollen, den dazugehörenden eigenen Erfahrungen und eigenen Erlebnissen ausserhalb assimilierter Rollen sowie deren bewusste Reflexionen.

In dieser Art des Identitätsbildungsprozesses liegt auch der Grund, weshalb sich in Familiensystemen gewisse Muster immer und immer wiederholen, bis sie schliesslich durch ein Familienmitglied unterbrochen werden. Als Beispiel dient das missbrauchte Kind, welches einen Partner heiratet, der selbst wiederum das eigene Kind missbraucht oder die Opfer missbrauchen ihre Kinder selber; werden also vom Opfer zum Täter. Oder sie werden, um in der Terminologie und der Dynamik des Dramadreicks zu bleiben, als Therapeuten, spezialisierte Juristen oder ähnliches, zu Rettern.

Die Idee des Re-Imprinting wurde von Robert Dilts entwickelt, welcher in seiner Auseinandersetzung mit der Arbeit von Timothy Leary davon ausgeht, dass der Mensch im Gegensatz zu Tieren in der Lage ist, auch in einer späteren Phase der neurologischen Entwicklung noch neue Prägungen zu erwerben beziehungsweise bestehende Prägungen zu verändern. Und genau um den Prozess der Veränderung traumatischer neurologischer Prägungen geht es beim Modell des Re-Imprinting.

<sup>2</sup> Beim Menschen bezeichnet Identität (v. lat. idem, derselbe) die ihn kennzeichnende und als Individuum von anderen Menschen unterscheidende Eigentümlichkeit seines Wesens. Bezogen auf unterscheidbare Grössen bedeutet Identität auch eine grösstmögliche Übereinstimmung. In einem weiteren (sozial)psychologischen Sinne versteht man unter Identität häufig die Summe der Merkmale, anhand deren sich ein Individuum von anderen unterscheiden lässt.

Mit Ausnahme der Nerven- und Herzmuskelzellen werden sämtliche Zellen des menschlichen Körpers im Laufe des Lebens mehrfach ausgetauscht. Um zu berücksichtigen, dass bei Lebewesen eine Änderung von physischen Merkmalen nicht notwendig eine Änderung der Identität bedeutet – der Kater „Eugen“ bleibt beispielsweise „Eugen“, auch wenn ihm die Nachbarskatze ein Ohr abbeisst –, bietet sich folgende Definition der Identität an:

Da Identität auf Unterscheidung beruht und die Unterscheidung ein Verfahren ist, das ein Ganzes untergliedert („scheidet“), kann etwas nur als Teil eines Ganzen Identität erlangen. Daher wird verständlich, weshalb Menschen ihre Identität als bestimmte Menschen in einem Wechselspiel von „Dazugehören“ und „Abgrenzen“ entwickeln. Quelle: Wikipedia.

# Die kritischen Erfolgsfaktoren



Die grösste Schwierigkeit bei der Arbeit mit Imprints ist, solche Imprints und die dazugehörenden Glaubenssätze überhaupt zu erkennen. Diesbezüglich stossen wir auf dieselben Schwierigkeiten wie bei der Arbeit mit Glaubenssätzen<sup>3</sup>, auf die ich hier verweisen möchte.

Meist stossen wir beim Erkunden der Vergangenheit des Coachees auf Ereignisse von geringer Bedeutung, die der Coachee uns unbewusst anbietet. Das gesamte menschliche System ist nämlich auf Erhalt des bestehenden Zustandes des Gleichgewichts, der sogenannten Homöostasis ausgerichtet, egal, wie beklagenswert der Zustand von Aussen betrachtet auch immer sein mag.

Beim Re-Imprinting brauchen wir aber das prägende Erlebnis, damit wir dann die erforderlichen Ressourcen in die traumatisierende Situation einführen und damit das neurologische Erleben dieser Situation verändern können. Wir müssen also durch diese Widerstände durch. Denn: Verändern wir das Erleben der prägenden Situation, verändern wir immer auch die dazugehörenden Glaubenssätze und das in diesen wurzelnde Verhalten.

Das Re-Imprinting ist meist eine Arbeit auf der höchsten neurologischen Ebene der Identität<sup>4</sup> und hat als solche einen wirkungsvollen Hebel auf alle anderen neurologischen Ebenen, wie Fähigkeiten und Verhalten und über dieses wieder einen Einfluss auf den Kontext. Einen Aspekt, den ich im Rahmen der Ausbildung zum NLP

Practitioner in diesem Modell nur andeuten, aber nicht vertieft behandeln kann, ist die systemische Arbeit mit anderen Mitgliedern des Familiensystems, ohne diese direkt mit einzubeziehen. Oft sind nämlich Störungen systemischer Art, wie der Hinweis auf das missbrauchte Kind aufzeigen mag. Zwar hat jeder von uns zu einem sehr hohen Grad die Möglichkeit der Gestaltung des eigenen Lebens, was mir wichtig ist, zu sagen, weil wir Menschen zu einer deterministischen Sicht neigen, uns also gerne als Opfer der Umstände sehen. Doch lässt sich nicht leugnen, dass Familiensysteme ihre Dynamik oft weit über die physische Präsenz ihrer Mitglieder entfalten und über deren Tod hinaus erhalten.

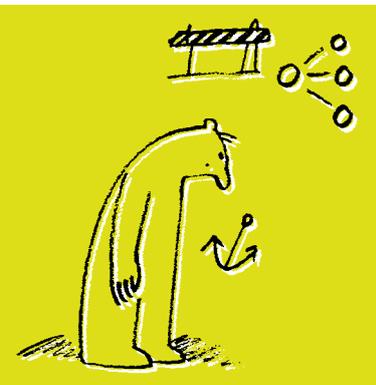
Systemische Störungen sind solche, die nicht auf die persönliche Biografie oder das individuelle, persönliche Erleben des Coachees zurückzuführen sind, sondern über diesen – als Repräsentanten des Systems – die Dynamik dieses Systems spiegeln. Ist dies der Fall, stossen wir mit der Arbeit mit dem Individuum oft an Grenzen. Schlimmstenfalls können sich persönliche Konflikte gar verschärfen.

In diesem Fall, wenn der Effekt des Coachings nicht nachhaltig ist, keinen erkennbaren positiven Effekt oder gar negative Auswirkungen hat, so ist eine systemische Arbeit erforderlich. Dieses Modell stösst in diese Dimension der systemischen Arbeit vor, ohne diese ganz zu erschliessen.

<sup>3</sup> Weitere Informationen zur Arbeit mit Glaubenssätzen findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>

<sup>4</sup> Weitere Informationen zu den neurologischen Ebenen findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>

# Und so geht's



## 1 Problemzustand herausschälen

Bitte den Coachee, dir

- das Problem, das ihn hindert, seine Mission<sup>5</sup> und Vision sowie seine Ziele zu leben
- das Verhalten das er nicht versteht aber auch (trotz Arbeit mit Verhaltensmodellen des NLP) nicht ablegen kann
- unerklärliche, immer wieder auftretende Gefühle

Verhalten oder Gefühle lassen sich am besten schildern, wenn sie reproduziert werden. Lass den Coachee dazu assoziiert in eine solche typische Situation in der jüngeren Vergangenheit schlüpfen (z.B. auf der Timeline).

Kalibriere dabei sorgfältig seine Physiologie.

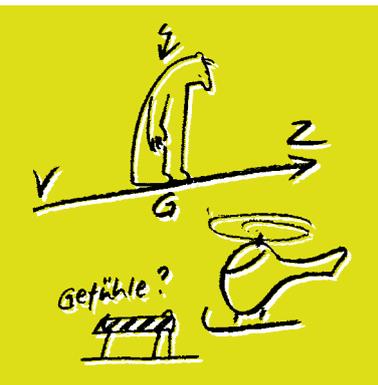
zu schildern und submodal im VAKOG System darzustellen:

- *Worum geht es bei dem Problem genau?*
- *Welche Emotionen tauchen hier auf?*
- *Was tust du da genau?*
- *Wie müsste ich es als Coach anstellen, um dieses Problem auch zu haben?*

Lass den Coachee das Problem dort, wo das unangenehme Körpergefühl am stärksten ist, selber ankern (Suchanker):

- *Ankere nun dieses unangenehme Gefühl dort in deinem Körper, wo du es am intensivsten fühlst; dort, wo es hingehört.*

<sup>5</sup> Weitere Informationen zur Mission, Vision und zum map findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/4a2a8bb6464d5f70d9b942bce343d861/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>



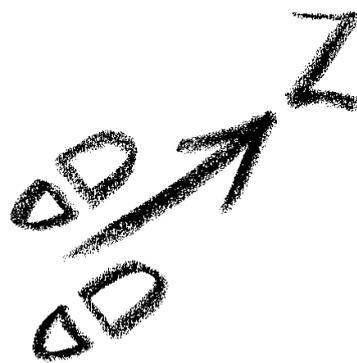
## 2 Glaubenssätze und Gefühle identifizieren

Wechsle mit dem Coachee in die Metaposition. Von hier aus soll er die Gefühle und Glaubenssätze, die in der Gegenwart, respektive in der unter Schritt eins erkundeten Situation, erfahren wurden, benennen:

- *Wie geht es (Name des Coachees)?*
- *Was fühlt (Name des Coachees) dort in dieser Situation?*
- *Woran kannst du das bei (Name des Coachees) erkennen?*
- *Was glaubt (Name des Coachees) dort über sich selber? Über die Situation?*
- *Was macht (Name des Coachees)?*
- *Was kann (Name des Coachees) dort sehen?*
- *Gibt es Geräusche, die (Name des Coachees) dort wahrnehmen kann? Oder Gerüche?*

Der Coachee lässt den Suchanker los. Der Wechsel in die Metaposition ist ein Separator<sup>6</sup>. Er bewirkt, dass der Coachee ganz ins Hier und Jetzt in der Metaposition als Beobachter seiner eigenen Geschichte ankommt und diese dissoziiert wahrnehmen kann.

Verwende dazu VAKOG-spezifische Fragen.



Future Pace

<sup>6</sup> Siehe dazu unter dem Thema Separator auf: <http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>



### 3 Zeitlinie erkunden

Geht zusammen zurück auf die Zeitlinie. Bitte den Coachee mit gehaltenem Suchanker auf der Zeitlinie<sup>7</sup> langsam, bis zu dem Punkt zurückzugehen, wo das Körpergefühl das erste Mal aufgetreten ist:

- *Gehe nun langsam Schritt für Schritt in deine Vergangenheit zurück. Nähere dich mit jedem Schritt mehr und mehr dem Moment, wo dieses Gefühl das erste Mal aufgetaucht ist; wo du das Gefühl am stärksten wahrnehmen kannst.*

Markiere dabei wichtige Zwischenepisoden, wo der Coachee zögerte:

- *Und wann immer du das Gefühl hast, das es auf dieser Reise eine wichtige Zwischenstation gibt; eine Stelle wo sich das Gefühl meldet, bleibst du stehen und benennst mir diese.*

Ist der Coachee im auslösenden Ereignis angekommen, bitte ihn, den Suchanker loslassen:

- *Und wenn du dann in der Ursprungssituation ganz angekommen bist, lass deinen Anker los.*

Setze anschliessend wieder einen Separator.

Der Coachee hält den Anker selbst.

Beachte dabei den B.A.G.E.L.<sup>8</sup> des Coachees sorgfältig.

Markierung der Zwischenstationen: Du kannst auf Post it's eine Kurznotiz zu jeder Situation festhalten und diese an der entsprechenden Position am Boden hinlegen.

Beispiele für einen Separator: „Ist für morgen Regen angesagt?“ „Wo hast du geparkt?“ etc.

Diese Zwischenetappen können, müssen wir aber nicht unbedingt erkunden. Sie sind im Regelfall nur Wiederholungen des Ausgangsereignisses. Du kannst dir deshalb, wenn der Prozess schneller ablaufen soll, einfach pro Situation ein Codewort nennen lassen, das diese Situation für den Coachee beschreibt, dieses auf einen Zettel schreiben und damit die Stelle markieren.

Du weisst, dass es die Ursprungssituation ist, wenn es sich für den Coachee im Rücken frei anfühlt und weitere Schritte zurück keine weiteren Ereignisse mehr hervorbringen.

<sup>7</sup> Für weitere Informationen zur Arbeit mit der Timeline siehe:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-grundzutaten.html>

<sup>8</sup> Für weitere Informationen zum B.A.G.E.L. siehe:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>



#### 4 Ökologie erkennen

Gehe mit dem Coachee zurück in die Metaposition. Finde gemeinsam mit dem Coachee heraus, welche Vorteile dieses Ereignis und das daraus entstandene problematische Verhalten sowie die Glaubenssätze für ihn hatten und allenfalls heute noch haben:

- *Wenn diese Situation für (Name des Coachees) etwas Gutes bewirkt hätte, was wäre das?*
- *Stell dir mal vor, jemand anderes wäre genau in der Situation, wie sie (Name des Coachees) dort erlebt. Wie könnte ihm diese Situation einen Nutzen stiften? Welchen?*

Oft fällt es dem Coachee schwer, einen Nutzen aus negativ erlebten Situationen zu erkennen und es kommt zu Widerstand auf diese Frage. Hilfreich ist es dann, hypothetisch vorzugehen:  
*Gehen wir einfach mal davon aus, dass es einfach so wäre, dass es einen Nutzen gäbe ...*



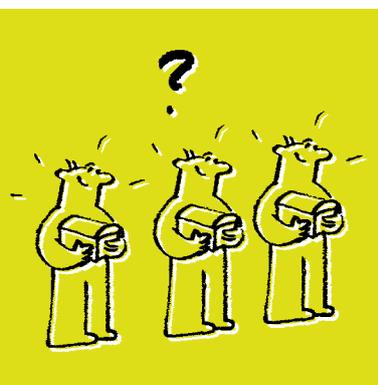
#### 5 Bezugspersonen und Absichten identifizieren

Finde mit dem Coachee heraus, welche Bezugspersonen bei diesem Ereignis welche Rolle spielten und welche positive Absicht diese mutmasslich hatten:

- *Wer ist ausser (Name des Coachees) alles noch in dieser Situation dabei?*
- *Welche Rollen spielen diese Personen in der Situation?*
- *Mal angenommen, jede dieser Personen hätte eine positive Absicht hinter ihrem Verhalten gehabt – welche wäre das dann?*

Ihr befindet euch noch immer in der Metaposition.

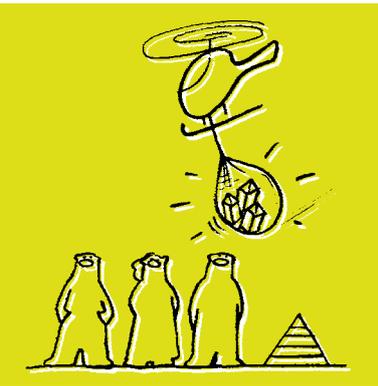
Falls es dem Coachee schwer fällt sich die Rolle und die positive Absicht der Bezugspersonen vorzustellen, den Coachee auf die Timeline stehen und dort assoziiert in die Rolle der Personen schlüpfen lassen.



#### 6 Gemeinsame Ressourcen identifizieren

Kläre nun mit dem Coachee, welche gemeinsamen Ressourcen alle diese Personen gebraucht hätten, um eine positive Lernerfahrung zu bilden und ihr Leben gemeinsam besser und reicher zu machen.

Ihr befindet euch noch immer in der Metaposition.



## 7 Ressourcen und unterstützende Glaubenssätze suchen

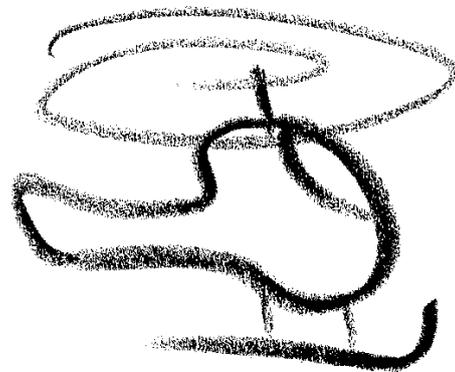
Suche nun mit dem Coachee Ressourcen, über die er heute verfügt und die er oder seine Bezugspersonen damals gebraucht hätten, um die Situation positiv zu erleben und zu verarbeiten:

- *Seit dieser Situation ist viel Zeit vergangen und du und vielleicht auch die anderen Personen haben viel dazugelernt und sich weiterentwickelt.*
- *Heute hast du ganz andere Ressourcen als damals. Was hätte (Name des Coachees) gebraucht, das du heute hast oder kannst, um diese Situation positiv zu verarbeiten?*
- *Erinnere dich an eine spezielle Situation in deinem Leben, wo du genau diese Ressource hattest. Was war das für eine Situation?*
- *Was sind die Ressourcen in dieser Situation?*
- *Wie ist deine Körperhaltung dort?*
- *Was siehst du in dieser Situation? Was hörst du?*
- *Was hätten die anderen in der Situation damals gebraucht, um diese positiv zu gestalten und zu erleben?*

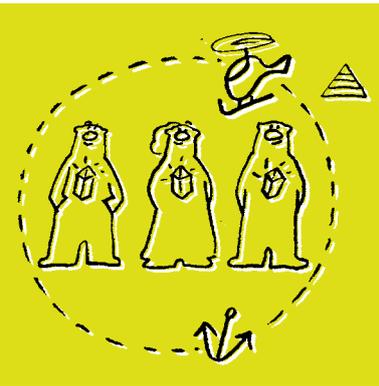
Stelle dabei sicher, dass die Ökologie erhalten bleibt und ankere die Ressourcen.

Identifiziere mit dem Coachee Glaubenssätze, die der Coachee heute haben müsste, um seine Ressourcen optimal einzusetzen.

Ihr befindet euch noch immer in der Metaposition.



Metaposition



## 8 Ressourcen und Glaubenssätze einführen

Aktiviere und führe nun aus der Metaposition heraus all die erforderlichen und gefundenen Ressourcen und Glaubenssätze bei allen Beteiligten solange ein, bis sie alles haben, um eine systemisch befriedigende Lösung zu erzeugen:

- *Sende nun aus dieser sicheren Position hier die neuen Ressourcen in die alte Situation – ganz egal wie immer du das auch machst, lass die Ressourcen in diese Situation fließen; verbinde sie mit der alten Situation und den Menschen darin ...*
- *Beobachte, wie sich das gesamte System zum Wohl des Ganzen verändert ...*

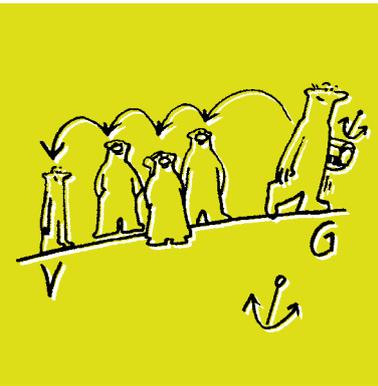
Ankere den Gesamtzustand und überprüfe die Ökologie.

Ihr befindet euch noch immer in der Metaposition.

Manche Coachees stellen sich zum Beispiel einen Lichtstrahl vor, auf dem die Ressourcen zu ihrem Selbst auf der Timeline überfließen.

Beobachte während diesem Prozess den B.A.G.E.L des Coachees ganz genau und nutze allenfalls die Kraft der Suggestion<sup>9</sup> zur Unterstützung, indem du immer wieder erwähnst, welche Ressourcen wem zufließen und was damit geschehen kann, darf, wird etc.

<sup>9</sup>Weitere Informationen dazu im Milton Modell auf: <http://www.froschkoenige.ch/4a2a8bb6464d5f70d9b942bce343d861/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>



## 9 Assoziieren in der Imprint-Situation

Führe nun den Coachee auf die Zeitlinie und in die Imprint-Situation zurück:

- *Gehe nun zurück in die Situation und erlaube dir, mit all deinen Sinnen zu erleben, wie sich diese zum Wohle aller positiv verändert hat.*

Lass den Coachee die jeweiligen Rollen der Bezugspersonen assoziiert erfahren:

- *... und jetzt wo du in der Rolle von (Bezugsperson nennen) stehst, wird deutlich, dass sich die Menschen in dieser Situation positiv verändert haben... (hier die Personen und ihre Veränderungen in die Trance mit einbauen) ... Du kannst es fühlen, sehen ... mit all deinen Sinnen erleben.*

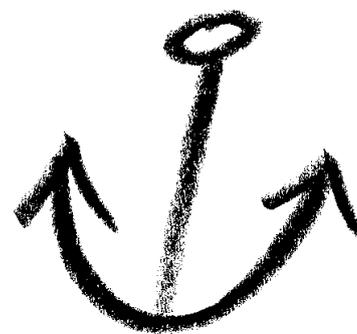
Dann lass den Coachee in sein jüngeres Selbst und erlebt die bereits transformierte Imprint-Situationen nochmals neu in seiner eigenen Rolle:

- *Stehe nun an deinen eigenen Platz und spüre wie auch hier eine Veränderung zum Positiven stattgefunden hat ...*
- *Atme tief durch und spüre, höre, sieh in dich hinein und um dich herum... mühelos sind deine Ressourcen in dir aktiviert ...*
- *Und du kannst mit all deinen Sinnen diese Situation und ihre beteiligten Personen neu wahrnehmen ...*
- *Was fühlst du hier und jetzt?*
- *Was glaubst du hier über dich, die Welt, deine Bezugspersonen?*

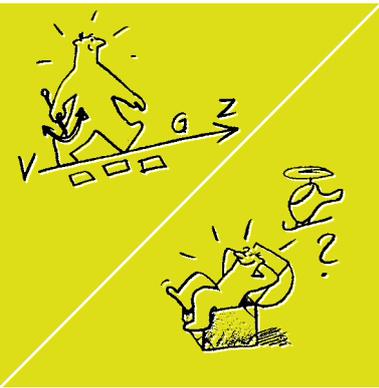
Instruiere den Coachee, sich nach erfolgreicher Arbeit einen Selbstanker zu setzen.

Assoziiertes Erleben: Der Coachee geht dazu zurück auf die Zeitlinie. Als Coach drückst du den Ressourcenanker.

Während des Prozesses den Ressourcenanker halten und jedes Mal, wenn du eine Ressource benennst oder der Coachee einen ressourcenvollen Zustand zeigt, den Anker ein klein wenig mehr drücken.



Anker



## 10 Zurück in die Gegenwart und Test

Lass den Coachee den Selbstanker halten und auf der Zeitlinie vorwärts in die Gegenwart gehen:

- *Gehe nun Schritt für Schritt in deine Gegenwart zurück und spüre, wie deine Ressourcen und deine neue Erfahrungen mit jedem Schritt mit dir und den beteiligten Menschen mitwachsen ...*

Auf dem Weg dorthin erlebt der Coachee alle mitprägenden Ereignisse mit den gefundenen Ressourcen neu:

- *Und auf deinem Weg kommst du an den verschiedenen Situationen vorbei und kannst nun jede Situation mit deinen neuen Ressourcen neu erleben.*
- *Lass in jeder Situation ganz bewusst deine neuen Ressourcen mit hineinfließen ... Und nimm mit all deinen Sinnen wahr, wie sich die Situation verändert.*
- *Wie fühlst du dich hier? Braucht es noch etwas, damit die Situation für dich stimmig ist?*
- *Und geh dann solange weiter, bis du wieder ganz und rundum zufrieden in der Gegenwart angekommen bist.*

Wechsle mit dem Coachee nun wieder in die Metaposition um das Ergebnis zu testen.

Auf dem Rückweg Codewort nennen, an der Stelle, wo das Ereignis auf der Zeitlinie markiert ist.

Bei Unzufriedenheit oder Inkongruenzen gehst du nochmals zurück zu Schritt 7. Bei Erfolg lässt du den Coachee diesen einige Minuten genießen.

# Ergänzende Bemerkungen



Wie kein anderes Modell verlangt das Re-Imprinting Modell unsere volle Aufmerksamkeit sowie das Beherrschen aller wichtigen NLP-Techniken. Die grosse Herausforderung im Umgang mit traumatischen Erlebnissen ist es nämlich, diese zu entdecken. Dem Coachee ist die bedeutsame Erfahrung oftmals nicht (mehr) bewusst (siehe Ausführungen dazu im Kapitel „worum es geht“). Unsere Aufgabe als Coach ist es, durch Nebelwände zu stossen, an roten Heringen vorbei zu ziehen und Fische im Traum auszublenden<sup>10</sup>, um die Ursprungserfahrung herauszuschälen. Die Suche nach

dem prägenden Erlebnis erfordert deshalb oftmals Hartnäckigkeit bei gleichzeitigem Feingefühl sowie viel Geduld und Kreativität. Ab und zu kann es passieren, dass der Prozess in dieser Klärungsphase stockt. Dann kann es hilfreich sein, den Coachee zu bitten, das mit dem Problem verbundene Gefühl zu verstärken. Bleibst du und der Coachee dennoch wie in einer Sackgasse hängen, kann es auch weiterhelfen, die Arbeit kurz durch einen Separator zu unterbrechen, einen Moment of Excellence zu installieren und dann gestärkt mit dieser Blankoressource ins Modell zurück zu kehren.

<sup>10</sup> Weitere Informationen zu Nebelwänden, roten Heringen und Fische im Traum findest du im Skript zu den Glaubenssätzen auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>

<sup>11</sup> Weitere Informationen zum Moment of Excellence findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>

# Weitere Informationen



## Basisinformationen

- Weitere Informationen zu den neurologischen Ebenen findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>
- Weitere Informationen zum Separator findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>
- Weitere Informationen zum B.A.G.E.L findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-basisinformationen.html>

## Grundzutaten und Bausteine zum Modell sowie weitere Modelle

- Weitere Informationen zur Arbeit mit der Timeline findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-grundzutaten.html>
- Weitere Informationen zur Arbeit mit Glaubensätzen findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>
- Weitere Informationen zur Mission, Vision und map findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/4a2a8bb6464d5f70d9b942bce343d861/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>
- Weitere Informationen zur Suggestion und dem Milton Modell findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/4a2a8bb6464d5f70d9b942bce343d861/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>
- Weitere Informationen zum Moment of Excellence findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>
- Weitere Informationen zum Changing History Modell findest du auf:  
<http://www.froschkoenige.ch/schatztruhe/nlp-modelle/nlp-tools-und-modelle.html>

## Literatur

- Alexa Mohl: Der Zauberlehrling. Das NLP Lern- und Übungsbuch.
- Cora Besser – Siegmund: Du musst nicht bleiben, wie du bist. Reimprinting – Spielerisch die eigene Persönlichkeit neu entwickeln. (das Buch ist offiziell vergriffen; es kann nur noch im Antiquariat bezogen werden).
- Robert Dilts: Identität, Glaubenssysteme und Gesundheit.