



Die Changers Intervention

Das psychologische Autosuggestivum

Nachdem Du in SMARTer Art und Weise über die zu entwickelnden Veränderungen / Ziele / Fähigkeiten gesprochen hast, leite die **Changers** Intervention ein:

Die Wundermittelfrage

Angenommen, nur mal angenommen, es gäbe ein Wundermittel, das bewirkt, dass all die Eigenschaften und Fähigkeiten gestärkt werden / wachsen, die Du brauchst, um die Probleme zu überwinden, Deine Ziele zu erreichen und das Leben zu führen, das Du leben willst ...

Und mal angenommen dieses Präparat hätte ausschließlich positive Wirkungen. Würdest Du es nehmen? [Ja.] OK, dann habe ich etwas für Dich ...

Zeig eine Dose und ein paar Changers und erkläre das Prinzip:

Wir werden jetzt gemeinsam ein individuelles, arzneiähnliches Präparat entwickeln, eine Art psychologisches Autosuggestivum, das Dir helfen wird ... (nutze die positiven Zielschlüsselworte)

Bereit? Womit starten?

Bist Du bereit mit mir Deine Changers zu entwickeln / maßzuschneidern ... ? [Ja.]

Womit möchtest Du starten? Mit dem Bild/Symbol, dem Präparatnamen oder den Wirkungen?

Das Bild

Wenn Du an [Ziel / Veränderung / Fähigkeit] denkst, welches Bild / Symbol kommt Dir in den Sinn? Ein Bild / Foto, das Du vielleicht schon hast, malen oder mit KI generieren kannst ... (z.B. aus der Natur [Tier, Pflanze, Landschaft] oder eine Farbe, Form, Situation, ein Satz ...)

Name + Zusatz

Was wäre ein guter Name für Dein Präparat / Deine Changers?

Wenn Dein Klient Schwierigkeiten hat einen Namen zu finden, hilf ihr/ihm auf die Sprünge und albere ein wenig mit ihm/ihr über mögliche Namen:

Arzneimittel enden oft auf: ,in' / ,phen' / ,zym' / ,al' / ,xan' / ,en' / ,ax' / ,ex' / ,med' ...

Man könnte es lateinisch / englisch klingen lassen

(Nutze [google translate](https://www.google.com/translating/), [deepl](https://www.deepl.com/), um lateinische / englisch Worte zu finden, gib wenn nötig Beispielnamen)

Die meisten Präparate haben einen Zusatz:

akut / retard / forte / complex / plus / depot / express.

Der Zusatz kann auch individuell = nicht medizinisch klingen (federleicht, extraklar, ...)



Wirkungen

Welche drei (Haupt-)Wirkungen hat Präparat XY? (steigert / fördert / macht ...)

- 1.
- 2.
- 3.

Nebenwirkungen

Welche drei positiven Nebenwirkungen hat es? (als ‚nice to have‘, on top, netten Nebeneffekt)

- 1.
- 2.
- 3.

Dosierung / Einnahmezeitraum

Dosierung: Wann / wie oft (pro Tag) wirst Du Präparat XY einnehmen, um bestmögliche Wirkung zu erzielen? __ / __ / __ / nach Bedarf. Über welchen Zeitraum, bis Du sie nicht mehr brauchst? (30er / 60er / 90er Packung)

Langzeitwirkungen

Welche drei positiven Langzeitwirkungen hat es?

(Angenommen wir sehen uns in __ Monaten wieder, Präparat XY hat seinen Job getan und Du hast es abgesetzt, weil Du es nicht mehr brauchst, ... was wird in __ Monaten anders sein, was werden die Langzeiteffekte sein?)

- 1.
- 2.
- 3.

Einnahmeprozedur

Wo stehen Deine Changers?

Und wie genau nimmst Du sie ein? ‚ex- und hop‘ oder mit ein wenig Zeit, eher achtsam, bewusst und kontemplativ?

Überdosierung

Angenommen Du nimmst unbeabsichtigt 2-3 Stück auf einmal, ... was könnte dann bestenfalls / schlimmstenfalls passieren? 😊

Abschluss:

Farbstreifen / Vereinbarung zum Bild (mailen) / Farbstreifen / Postadresse

Einnehmen wie besprochen! Wie verbleiben: nächster Termin?

Therapeut:in bestellt für Klient:in auf: www.mind-changers.de/pro



Präparatname

Zusatz

Wirkungen:

Dosierung:

- / - / -

Nebenwirkungen:

Langzeitwirkungen:

Kontaktdaten Klient:in

Vor-/Zuname:

Straße:

Nr.:

PLZ:

Ort:

E-Mail:

Telefon: