

# Das Pene – Trance Modell

Auftragsklärung

## Wohlgeformte Zieldefinition

„ Wie möchtest du dich, wenn du dein Ziel erreicht hast, verhalten können?

- Positive Formulierung  
(keine Negation)" Wie genau wird das sein, wenn du nicht mehr ...
- Keine Vergleiche  
„Woran wirst du erkennen, wenn du (sicherer) bist?"
- Spezifizierung des Verhaltenskontextes  
„Wie, wann, wo und wem gegenüber soll es sein?"
- Sinnesspezifisch  
„Woher genau wirst du wissen, wann das Ziel erreicht ist?"
- Zielerleben muss vom Klienten initiiierbar und aufrecht zu halten sein!

## Ressourcen zum Erreichen des Zielzustandes

Welche deiner Fähigkeiten nutzt du generell, um von einem Problemzustand in einen guten Zustand zu kommen (mind. 3 Möglichkeiten)

a) Würdigung des „Problemverhaltens" „Wann und wo willst du das jetzige Verhalten unbedingt beibehalten, erleben?"

b) Bewertung des Zielverhaltens „ Welche Konsequenzen nimmst du in Kauf?", „Bist du bereit, den möglichen Preis zu zahlen?", „Nenne drei Situationen, in denen das, was du gerade gelernt hast, nützlich für dich ist."