

## MODELING

Das Modeling ist eine Methode, in der wir uns die Funktion der Spiegelneuronen zunutze machen. Wir setzen in uns eine „Botschaft“, welche die Gefühle des Tieres beeinflussen wird. Genauso beeinflusst das Gegenüber (das Tier) unsere Emotionen und Gefühle.

### Die Spiegelneuronen

Spiegelneuronen sind ein Resonanzsystem im Gehirn, das Gefühle und Stimmungen anderer Menschen beim Empfänger zum Erklingen bringt. Das Einmalige an den Nervenzellen ist, dass sie bereits Signale aussenden, wenn jemand eine Handlung nur beobachtet. Die Nervenzellen reagieren genau so, als ob man das Gesehene selbst ausgeführt hätte.

Das haben wir alle schon selbst erlebt: Unser Gegenüber gähnt und wir müssen automatisch auch gähnen, jemand lächelt uns in der U-Bahn an und wir lächeln ohne nachzudenken zurück. Oder wir können unsere Tränen einfach nicht unterdrücken, wenn wir einen traurigen Film sehen. Dass wir empfinden, was andere empfinden, egal ob es nun Mitleid, Trauer oder Freude ist, verdanken wir bestimmten Nerven in unserem Hirn – den Spiegelneuronen. Erst sie machen uns zu einem sozialen, mitfühlenden Wesen. Aber nicht nur das. Durch das bloße Zusehen oder dem Vorstellen einer Bewegung adaptiert unser Körper nicht nur gefühlsmässig sondern auch physiologisch den Bewegungsablauf. Dies ist gut bei Kindern zu beobachten. Dies nimmt im Laufe der Jahre ab, ist doch vorhanden und kann trainiert werden.

### Methodik

Die Nervenzellen führen zu Gefühlen, welche die Körperprozesse beeinflussen und das Empfinden steuern. Es kann von krankmachend bis heilend wirken.

Wenn wir unterscheiden können was „unser“ ist, wann wir „beeinflusst“ werden und was „nicht zu uns gehört“, dann sind wir in der Lage gezielt auf das Gegenüber Einfluss zu nehmen. Einfacher gesagt als getan. Wir nehmen bewusst eine gewünschte „Innere Haltung“ oder auch „äussere Haltung“ ein, welches das Tier beeinflussen soll.

Voraussetzung ist eine geschärfte Wahrnehmung, gute Selbstwahrnehmung und Gefühlskontrolle.

### Voraussetzung

#### Das mental-energetische Training

Wahrnehmungsschulung:

Wir schulen in erster Linie die Selbstwahrnehmung bevor wir uns der Aussenwahrnehmung widmen.

Die Selbstregulation:

Wir lernen Gefühle, Glaubenssätze und Gedanken zu regulieren.

Aussenwahrnehmung:

Wir lernen die Welt im Hier und Jetzt zu sehen. Wir trainieren die erweiterte Wahrnehmung.