

## 9. Werden wie Albert Einstein

Das T(est)O(perate) T(est) E(xit)-Modell

Strategie, um andere und optimale Ergebnisse zu erzielen.

Auch gut geeignet für Menschen, die immer wieder denselben Fehler machen. 😊



*Foto: Geert Leeuwis*

### **Text auf dem Bild:**

Die Definition von Wahnsinn ist,  
immer wieder das Gleiche zu tun  
und andere Ergebnisse zu erwarten.

**-Albert Einstein-**

In der Ausführung einer Handlung oder Aktion gebrauchen wir unbewusst oft das TOTE-Modell.

In dieser NLP-Intervention lernen Sie bewusst und gezielt das Modell anzuwenden.

|                |  |
|----------------|--|
| <b>TEST</b>    | Ich möchte etwas.  |
| <b>OPERATE</b> | Ich tue etwas, um es zu erreichen.   |
| <b>TEST</b>    | Ich überprüfe, ob es ausreichend ist und ich gebe mir selbst ein Feedback. |
| <b>EXIT</b>    | <b>So ja: Exit = Ziel erreicht!</b>  |
|                | <b>So nein: zurück zu Operate</b>  |
|                | Ich mache etwas anderes oder ich ergänze etwas.                            |

*Beispiel:*

Die Vorbereitung:

Schritt 1: Ich will ein perfektes Feuer machen.

Machen Sie sich zuerst Ihren gegenwärtigen als auch ihren erwünschten Zustand klar.

*Gegenwärtiger Zustand:* Mein Feuer geht ständig aus.

*Erwünschter Zustand:* Ein sicheres, gut brennendes Feuer.

- *Wann wissen Sie, wann Sie Ihr Ziel erreicht haben?*
- *Was sehen, hören oder fühlen Sie (eventuell auch in Bezug auf andere Beteiligte) dann genau?*

Schritt 2: Was brauche ich genau, um den erwünschten Zustand zu erreichen?

Recherchieren Sie ausführlich und sammeln Sie kreative Ideen, um Ihren erwünschten Zustand zu erreichen. Was schaffen Sie allein, wofür brauchen Sie Hilfe von anderen? Welche Art von Hilfe?

Das Ergebnis des Brainstormings könnte sein:

1. Die geeignete Feuerstelle finden
2. Späne und Feuerstäbe vorbereiten
3. Etwas zum Anzünden finden
4. Zunächst kleine, dann große Holzteile stapeln und anzünden
5. Feuerstelle löschen

## TEST                    Ich möchte etwas.

*Der erwünschte Zustand:* Ich will ein sicheres, gut brennendes Feuer machen.

## OPERATE                Ich tue etwas, um es zu erreichen.

Sie machen das Feuer, so wie Sie es sich jetzt ausgedacht haben.

## TEST                    Ich überprüfe, ob es ausreichend ist und                             ich gebe mir selbst ein Feedback.

Sie überprüfen (wieder)..... mit dem **erwünschten Zustand klar im Blick:**

**Habe ich jetzt das sichere, gut brennende Feuer?**

Wenn Sie Ihren erwünschten Zustand erreicht haben, und Sie sitzen dieses Mal äußerst zufrieden beim perfekten Lagerfeuer:

## EXIT

## So nein: zurück zu Operate

Ich mache etwas anderes oder ich ergänze etwas.

Die klarsten Antworten werden durch die REALITÄT gegeben. -EB-

Wenn noch irgendwo eine Disharmonie besteht, dann evaluieren Sie detailliert weiter, wobei Sie jedes Mal wieder zurück zu **OPERATE** gehen, um Handlungskorrekturen vorzunehmen und immer wieder zu **testen**. Das wiederholen Sie, bis Sie zufrieden sind: **EXIT!**

*Zusätzliche Informationen finden Sie in der Inhaltsangabe auf Seite 2 oder 3:*

**Kapitel: 8. Zielformulierung und Zielsetzung 10. Kreativitätsstrategie, um Ihren Erfolg zu erhöhen**  
**11. Die positive Intention einer Erfahrung**