

Kontrastierung für mehr
Stabilität



„Visualisierung“

- ✓ V = visuell
- ✓ A = auditiv
- ✓ K = kinästhetisch
- ✓ O = olfaktorisch
- ✓ G = gustatorisch

Kontrastierung nutzen für mehr Stabilität

Belastende
Situation

VAKOG



Ressource-volle
Situation

VAKOG



- ✓ V = visuell
- ✓ A = auditiv
- ✓ K = kinästhetisch
- ✓ O = olfaktorisch
- ✓ G = gustatorisc

Wie hast du die Kontrastierung
wahrgenommen?



Schreibe in
den Chat...