

Teil 1:

notieren Sie jeweils drei Meinungen...

- an welche Sie von sich selbst glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Beziehungen glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Geld glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Regierungen glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Arbeit glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Ihre Fähigkeiten glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Ihre Gesundheit glauben.
- an welche Sie in Bezug auf Ihre Familie glauben.
- an welche Sie in Bezug auf die Zukunft glauben.

Teil 2:

Notieren Sie hinter jeder Meinung, ob Sie diese im Hinblick auf das, was Sie eigentlich erleben oder erreichen wollen, als

- hilfreich (H) oder
- hindernd (B) empfinden

Notieren Sie hinter jeder Überzeugung, ob Sie diese

- absichtsvoll (A) angenommen haben, Sie sich also wirklich dafür entschieden haben, das zu glauben, oder ob Sie diese
- durch Indoktrination (I), also von irgend jemanden oder von irgendwoher übernommen haben.

Teil 3:

Welche Schlüsse können Sie selbst ziehen, nachdem Sie Teil 2 dieser Übung beantwortet haben?

Schreiben Sie diese Schlussfolgerungen auf: