

# *DAS AUSSEN IST DEIN SPIEGEL*

out of me by Daniela Weide



# Glaubenssätze und Dogmen

**D**u kennst nun die 3 Phasen **Deiner** Entwicklung und die Dramen inklusive der Rollen, die wir spielen.

Heute gehen wir auf deine Glaubenssätze ein und ergründen, von wem sie sind und wie sie entstehen.

Die Aufgabe heute besteht darin, deine limitierenden Glaubenssätze zu finden, sie zu formulieren um sie dann in positive Sätze umzuwandeln.

Kein einfaches unterfangen, aber unumgänglich um in die Fülle des Lebens zu kommen.

Was widerfuhr Dir während deiner  
Entwicklung ?

Alles liebe Daniela

# *Dein Urvertrauen; Das Selbst; Das Ich*

## *Wie steht es damit bei dir?*



Urvertrauen, Abhängigkeit, Schamgefühl, Schuldgefühl, fehlende Selbstliebe - sind Ursachen dafür, dass wir im Leben nicht so weit kommen, wie wir es gerne wollen.

Welche dieser Worte triggern dich am meisten bei den Erlebnissen, die du hattest?

Was genau davon hält dich von deinen Träumen fern?

KREUZ ES GLEICH AN:

# *Deine Antworten*

Gib an, was am stärksten wirkt!

Urvertrauen	Selbst	Ich

**Welche Erinnerungen waren die entscheidendsten?**

---

---

---

---

---

---

---

---

**SCHREIB SIE GLEICH AUF!**



# *Deine 5 stärksten Glaubenssätze*

Reihenfolge	Glaubenssatz
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

# *Deine 5 neune Glaubenssätze*

Reihenfolge	Glaubenssatz
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	