

Glaubenssätze

Trage links von 0-10 ein, wie sehr du diesen Satz für <u>wahr</u> hältst. Rechts trägst du ein, wie sehr du glaubst, dass dieser Satz deinem Leben und deinen Zielen im Leben dienlich wäre. (0 = absolut unwahr; 10 = 100% wahr!)	Wahr	Dienlich
Menschen sind von Natur aus kooperative Wesen.		
Menschliche Neigungen müssen durch Strafen reguliert werden.		
Alle Gefühle sind in Ordnung und dürfen da sein!		
Es gibt gute und schlechte Gefühle.		
Fehler sind wichtige Lernchancen und vollkommen okay!		
Fehler zu machen ist schlecht und sollte vermieden werden.		
Manche Dinge müssen einfach getan werden.		
Ich bin frei und kann tun, was ich möchte.		
Im Leben geht es darum, möglichst wenig Schmerz und viel Freude zu erfahren.		
Im Leben geht es darum, alles Lachen zu lachen und alle Tränen zu weinen – alle Erfahrungen zu machen, die uns geschenkt werden.		
Ich bin das Opfer meiner Umstände.		
Ich bin für mein Leben selbst verantwortlich.		
In Konflikten geht es darum, wer recht hat und wer schuld ist.		
In Konflikten haben beide Parteien gleichermaßen berechnete Bedürfnisse. Es geht darum, einen Weg zu finden, der für alle ok ist.		
Ein Nein zu meinem Wunsch ist ein Ja zu etwas anderem.		
Manche Menschen handeln absichtlich gegen mich.		

Trage links von 0-10 ein, wie sehr du diesen Satz für <u>wahr</u> hältst. Rechts trägst du ein, wie sehr du glaubst, dass dieser Satz deinem Leben und deinen Zielen im Leben dienlich wäre. (0 = absolut unwahr; 10 = 100% wahr!)	Wahr	Dienlich
Alle Menschen sind miteinander verbunden.		
Ich bin wichtig und die anderen sind genauso wichtig, was sie auch tun.		
Auch Schmerz darf sein.		
Es ist, was es ist, aber es wird, was ich draus mache!		
Alle Menschen haben gute Gründe, etwas zu tun.		
Niemand tut etwas gegen mich, sondern lediglich, um gut für sich zu sorgen.		
Gefühle zeigen heißt Schwäche zeigen.		
Ich weiß, was richtig und was falsch ist.		
Der Mensch dem Menschen ein Wolf.		
Jeder ist letztendlich auf sich allein gestellt und muss schauen, wo er bleibt.		
Manche haben halt Pech und manche Glück.		
Der Klügere oder Stärkere gewinnt.		
Es ist nicht genug für alle da!		
Kinder müssen lernen, gehorsam zu sein und zu machen, was man ihnen sagt.		
Es ist immer mindestens einer schuld.		
Meine Lebenszufriedenheit ist von Glück und Pech abhängig.		
Andere Menschen sind für meine Gefühle verantwortlich.		
Mehr Leistung zeigen heißt mehr wert sein.		
Alle Menschen sind gleich viel wert.		

[illegible]

Trage Glaubenssätze ein, die dir bei dir auffallen. Trage dann ein, ob du ihn so dienlich findest und wenn nicht, welchen du stattdessen gerne hättest.

Meine Glaubenssätze	Dienlich	Neue Glaubenssätze