

Verstrickung mit den Eltern

Oftmals sind wir noch mit unseren Eltern oder Großeltern verstrickt. Wie an unsichtbaren Bändern hält uns etwas zurück, hindert uns daran, frei unseren Weg zu gehen. Genau das wollen wir uns heute mal ansehen.

Welche Glaubenssätze und Überzeugungen hast du schon oft von deiner Ursprungsfamilie gehört?

.....

.....

.....

.....

Welche ungeschriebenen Regeln und Gesetze gibt es in deiner Familie? Was hast du bisher einfach so nachgelebt? Darfst du glücklich sein? Erlaubst du dir das?

.....

.....

.....

.....

.....

.....



Welche Vorbilder kannst du ab heute in dein Leben holen?

.....

.....

.....

Welche Entscheidung willst du heute treffen, um anders weiterzugehen?

Meine Notizen

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

