

Negative Glaubenssätze

- Was sind negative Glaubenssätze?
 - Ich kann nichts
 - Ich bin nichts
 - Aus mir wird nichts
 - Ich bin zu dumm
 - Ich bin zu alt etc.
 - Ich bin hässlich
 - Und vieles mehr

- Wie entstehen diese Glaubenssätze?
 - Durch immer wieder gesagt bekommen
 - vererbt

- Wo wirken diese Glaubenssätze?
 - Im Unterbewusstsein

- Wie wirken diese Glaubenssätze?
 - Unbewusst sagt es uns immer wieder diese Sätze und bewirken so, dass man immer wieder an denselben Punkten oder Momenten anstösst und nicht weiter kommt.
 - Z.B. Prüfungen verhauen
 - Konzentrationsstörungen
 - Lernblockaden
 - Extreme Schüchternheit
 - Aggressionen
 - Gewalt
 - Depressionen
 - Übergewicht
 - Angststörungen
 - Selbstverstümmelung
 - Kontrollsucht
 - Suchtverhalten allgemein
 - Burnout / chronische Erschöpfung
 - Usw.