



**NICHT WAS SIE SIND HINDERT SIE AM ERFOLG,
SONDERN DAS,
WAS SIE GLAUBEN, DASS SIE NICHT SIND.**

Glaubenssätze

Glaubenssätze prägen unser Leben - denken, fühlen, handeln.

Es sind Sätze, an die wir "glauben" - Leitsprüche, die wir für "wahr" halten - die wir als "unsere Einstellung" vertreten.

Sie vereinfachen und verallgemeinern die Themen unseres Lebens. Sie sind uns nicht immer bewußt, aber sie wirken auf unser ganzes DaSEIN.

Unterstützende Glaubenssätze fördern uns:

- * Ich bin gut, so wie ich bin!
- * Jeder Abschied ist auch ein Neuanfang!
- * Ich habe ein Recht darauf, glücklich zu sein!
- * Alles hat seinen Sinn!

Einschränkende Glaubenssätze hindern:

- * Ich werde nur geliebt, wenn ich etwas dafür tue.
- * Das schaffe ich nie.
- * Die Welt ist schlecht.
- * Ich habe immer Probleme.
- * Es ist alles so schwer.

Glaubenssätze übernehmen wir ...

- * durch Aussagen wichtiger Bezugspersonen z.B. Eltern, Großeltern, Geschwister, Lehrer, Freunde, Partner etc.
- * aus TV, Radio, Zeitungen, gesellschaftlichen Anlässen etc.
- * aus eigenen Erfahrungen und Erlebnissen

Der Nutzen von Glaubenssätzen

Glaubenssätze helfen, Situationen schnell und sicher einzuordnen und rasch darauf zu reagieren. Sie geben Stabilität und Sicherheit.

Das Problem mit Glaubenssätzen

Einschränkende Glaubenssätze hindern uns, das zu leben, was wir wirklich sind und wollen.

Selten überprüfen wir unsere Glaubenssätze und so bleiben sie in unserem Unterbewußtsein bestehen, auch wenn sie schon längst nicht mehr zutreffend sind.

Glaubenssätze könnten Dich beeinflussen, wenn Du öfters:

- „Pech“ hast
- Krank bist
- erfolglos bleibst
- längere Zeit arbeitssuchend bist
- Partnerschaftsprobleme hast
- Verletzungen hast, die sich wiederholen
- zwischenmenschliche Konflikte erlebst
- und vieles mehr.....

Mit Kinesiologie und Mentaltraining kann man Glaubenssätze, die hinderlich sind, aufspüren und nachhaltig verändern. Ich unterstütze Dich gerne dabei !

www.positive-sense.at