

workbook

.

.

.

.

a little less

sorgen & zweifel

a little less sorgen & zweifel

Stell Dir vor, eine fremde Person, die Dir absolut wohlgesonnen ist, übernimmt morgen die Kontrolle über Dein Leben.

Was würde diese Person sofort verändern? Womit würde Sie aufhören? Womit anfangen?

Was hast Du wirklich davon, wenn Du Dir Sorgen über das Morgen machst?
Vor welchen (längst fälligen) Entscheidungen bewahren Dich diese Sorgen?

Welche Steine legst Du Dir regelmäßig selbst in den Weg, indem Du an Dir und / oder dem Leben zweifelst?

An wen gibst Du diese Verantwortung in der Regel ab?

Was kannst Du heute noch tun, um die Verantwortung wieder selbst zu übernehmen?