

# Modul 1: Fremde Wahrheiten

Übung 1: In welchen Lebensbereichen hast du momentan Themen, die dich beschäftigen? Notiere dir das Thema in der ersten Spalte. Dann überlege, welchen Glaubenssatz du zu diesem Thema hast und notiere ihn in der nächsten Spalte. In der dritten Spalte beantworte bitte die Frage, ob dieses Thema wirklich dein eigenes Thema ist oder du es zu deinem Thema gemacht hast.

Thema	Glaubenssatz, Muster	Ist das wirklich mein Thema? Ja oder Nein?



Übung 2: Jetzt finden wir gemeinsam heraus, von wem du gerne Themen übernimmst. Das sind Menschen, mit denen wir die meiste Zeit verbringen oder mit ihnen sympathisieren. Sieh' dir noch einmal die Glaubenssätze und Themen an, die du in Übung 1 notiert hast. Kommen dir diese irgendwie bekannt vor? Wer hat ein ähnliches Thema? Zu 80 % übernehmen wir übrigens die Themen von unserer Mutter oder unserem Vater.

<i>Glaubenssatz, Muster</i>	<i>Von wem habe ich das übernommen?</i>

