

Fragen zum persönlichen Weiterdenken:

1. Welche Ansprüche werden an mich gestellt?

2. Wer stellt diese Ansprüche?

3. Bin ich perfektionistisch eingestellt?

() ja () nein () unsicher

4. Wie gehe ich mit scheinbaren Misserfolgen um?

5. Was habe ich aus meinen Pleiten und Pannen bisher gelernt?

6. Wann empfinde ich „Nähe“ als bereichernd?

7. Wann empfinde ich „Nähe“ eher als erdrückend?

8. Wann brauche ich Abstand (Distanz) zu den Menschen?

9. Wann empfinde ich Abstand (Distanz) zu den Menschen eher als bedrohend?

10. Wie schätze ich mich zur Zeit selbst ein?

() von Gott geliebt () wertgeschätzt () unverstanden