

Störende Glaubensmuster von Kindern

1.	Ich bin nichts wert	
2.	Ich bin unwichtig	
3.	Ich bin unfähig	
4.	Ich bin ungeschickt	
5.	Ich bin zu klein (in jeder Beziehung)	
6.	Ich bin nicht wert, geliebt zu werden	
7.	Ich bin nicht wert, anerkannt zu werden	
8.	Ich verdiene keine Liebe	
9.	Ich verdiene keinen Überfluss	
10.	Ich verdiene keine Vergünstigungen	
11.	Ich verdiene keine Aufmerksamkeit	
12.	Ich verdiene keine Anerkennung	
13.	Ich verdiene keine Beachtung	
14.	Ich habe nie Erfolg	
15.	Ich kann nichts erreichen	
16.	Ich werde immer benachteiligt	
17.	Ich bin schlecht	
18.	Ich bin blöd	
19.	Ich bin schuld	
20.	Mädchen/ Frauen sind minderwertig	
21.	Ich bin als Junge / Mädchen nicht anziehend für andere (... werde nicht anerkannt ...)	
22.	Ich bin ein Nichtsnutz (... zu nichts nütze)	
23.	Ich bin ein Versager	
24.	Ich kann nichts (... habe zwei linke Hände)	
25.	Ich bin hilflos	
26.	Ich bin machtlos	

27.	Ich muss mich ducken (unterordnen)	
28.	Ich darf meine Meinung nicht sagen	
29.	Ich mache immer alles falsch	
30.	Ich muss mich verstecken, damit mich keiner sieht	
31.	Ich bin hässlich	
32.	Ich muss mich schämen	
33.	Ich bin immer Letzter	
34.	Wenn ich mich freue, kommt immer das dicke Ende nach (... hinterher immer Unglück)	
35.	Ich darf nicht langsam sein	
36.	Ich werde immer beobachtet / alle haben immer nur mich auf dem Kieker ...	
37.	Ich habe nichts zu sagen	
38.	Ich bin zu dick (... zu dünn, ... zu lang ,... zu klein, ...)	
39.	Was ich mache, wird doch nichts ...	
40.		
41.		
42.		
43.		
44.		
45.		