

Welke beïnvloeden

Module 2.

Les 3.

Je hebt 3 overtuigingen uitgekozen die zorgen voor de meeste belemmering in jouw leven. Beantwoord bij iedere overtuiging de volgende vragen.

1. Is deze overtuiging helpend of belemmerend voor mij geweest en waarom
2. Heb je deze overtuiging van iemand geleerd. Heeft iemand dit vaak tegen je gezegd.
3. Heb ik dit ooit zelf gekozen om te geloven en zo ja, hoezo en vanaf wanneer geloof ik dit

Welke beïnvloeden

4. Wat heeft het geloven van deze overtuiging mij opgeleverd.
Dit zal waarschijnlijk iets slechts zijn hoe gek het ook klinkt.
5. Wat ontwijk je door deze overtuiging te geloven.
6. Als deze overtuiging er niet meer was wie ben je dan?
7. Welke oppervlakkige overtuigingen of terwijl gedachten horen bij deze overtuiging. Schrijf er zoveel mogelijk op.