

Anleitung Glaubenssätze finden und umformulieren

1 Sätze und Sprüche sammeln (7 Tage oder 7
Sätze/ Sprüche)

2 Positiv oder negativ für Dein Leben?
--> ankreuzen!

3 Negative Sätze in positive umformulieren.

4 Positive Glaubenssätze/ Sprüche beibehalten.

5 Hänge sie gut sichtbar auf!

6 Lies sie jeden Morgen laut vor!

7 Lasse die Sätze auf Dich wirken :-)

Glaubenssätze



Sätze/ Sprüche finden 😊 ☹️

Tag 1

--	--

Tag 2

--	--

Tag 3

--	--

Tag 4

--	--

Tag 5

--	--

Tag 6

--	--

Tag 7

--	--

Sätze umformulieren

Beginne die Sätze mit: "Ich will...", "Ich darf...", "Ich will nicht..."

1

2

3

4

5

6

7