



## Welche Ängste, Unsicherheiten oder Befürchtungen haben Sie?

- Scheuen Sie davor zurück, sich und Ihre Bedürfnisse zu behaupten, Wünsche und Bitten anzumelden?
- Haben Sie Angst, nicht genügend Geld zu haben/zum verdienen, vielleicht zu verarmen?
- Halten Sie sich nicht für intelligent genug? Haben Sie Angst, den Mund aufzumachen, wenn Ihre Meinung wichtig wäre?
- Haben Sie Angst, zurückgewiesen oder nicht gemocht zu werden?
- Haben Sie Angst, die Unterstützung, Wertschätzung oder Liebe Ihnen nahestehender Menschen zu verlieren, wenn Sie Ihr eigenes Ding machen?
- Halten Sie das, was Sie können, für nicht gut genug? Denken Sie, dass andere besser sind als Sie?
- Denken Sie, froh und dankbar sein zu müssen, überhaupt eine Arbeit zu haben? Und haben Sie Ihren Traumberuf innerlich längst an den Nagel gehängt?
- Halten Sie sich für zu alt, nicht schlau genug oder nicht fleißig genug, eine neue Ausbildung zu machen?
- Binden und verpflichten Sie sich nicht gerne? Sei es an ein Projekt, eine Idee oder an einen Menschen? Weil Sie Angst haben, nicht wieder rauszukommen?
- Scheuen Sie sich, im Mittelpunkt, gar in der Öffentlichkeit zu stehen?
- Haben Sie Angst vor Erfolg? Haben Sie Angst, mit Ihrem Erfolg jemanden zu überflügeln?
- Haben Sie Angst vor Veränderungen, ein Risiko einzugehen, überhaupt etwas Neues zur in Erwägung zu ziehen?
- Haben Sie Angst vor dem Ungewissen und dass Sie nicht alles kontrollieren könnten, wenn Sie sich auf ein unbekanntes Terrain wagen? Können Sie Ungewissheit schlecht ertragen?