



Meine AHA-Erlebnisse & was nehme ich mir mit aus Modul 1

Datum _____

Beantworte die Fragen kurz und knackig.

Hast du das Modul 1 vollständig durchgearbeitet?

Wenn ja, was ging dir ganz leicht von der Hand?

Wo hast du Widerstand bemerkt? Welche Gefühle waren damit verbunden? Wie bist du damit umgegangen?

Wenn nein, warum hast du das Modul 1 nicht vollständig durchgearbeitet?

Wie kannst du über die Übung „Selbstbeobachtung“ (3 Fragen) mitteilen?



Welche AHA-Erlebnisse hattest du bei der Auseinandersetzung mit dir selbst?

Was war oder ist neu für dich?

Was nimmst du dir mit aus Modul 1?