

Siehst'e, hab ich doch gleich gesagt!!!

Auswahl Glaubenssätze

Ich mache **IMMER ALLES** falsch

Ich **MUSS** es allein schaffen

Mein Vater will **NICHTS** von mir wissen

NIEMAND sieht meine Fähigkeiten

Ich ziehe **IMMER** wieder die A...-karte

Das Leben ist hart und schenkt mir **NICHTS**

Ich schaffe das **NIE**

Ich bin nicht liebenswert, so wie ich bin

Ich bin machtlos, ich bin 'Opfer'

Ich bin weniger intelligent als andere

Ich **MUSS** kämpfen

Mit mir kann man's ja machen

Ich habe es nicht anders verdient

Negativ-Sätze mit "**NATÜRLICH**"...

Was ich kann, kann doch **JEDER**

IMMER bin ich an **ALLEM** schuld

'**IMMER**' passiert ausgerechnet mir so etwas

IMMER hat man mich auf dem Kieker

Ich habe ja **KEINE** Wahl

👉 Ich **MUSS** gut sein

NUR wenn ich etwas leiste, bin ich liebenswert

Ich **MUSS ALLES** perfekt machen

Ich will zwar nicht, aber ich **MUSS** ja...

Ich bin nicht gut genug

Ich habe **IMMER** wieder versagt

Ich habe nicht genug

weil ich nicht richtig lesen und schreiben kann

weil ich nur einen Haupt- oder Förderschulabschluss habe