

Ideen-Allergene



| | A | B | C |
|---|---|---|--|
| 1 | Belastet sein Überfordert sein Verletzt sein Traumatisiert sein Kontrollverlust Unkontrollierbare schlimme Dinge | Opfer sein Überlebender sein Verantwortlich sein (für ___) Kontrolle Veränderung Unabhängigkeit | Geschätzt werden / wichtig sein Gebraucht werden / erwünscht sein Respektiert werden Es verdient haben Ein Unterstützungssystem haben Loyalität |
| 2 | Eigene wahrgenommene Schwächen Hässlich sein / sich fühlen Sich selbst betrügen Gefühl, etwas stimmt nicht Sich nicht in Sicherheit fühlen Gefühl, festzustecken | Eigene Gedanken Eigenes Verhalten Eigene Persönlichkeit Selbst Erwachsen werden Das Leben | Liebe Liebe geben Liebe empfangen Verbindung Loslassen Im Fluss sein |
| 3 | Krank sein Erschöpfung Sich ausgelaugt fühlen Schmerz / Unbehagen Zweifel / Misstrauen anderer an mir Beschuldigt werden Belogen werden | Am Leben sein Altern Tod Jemand brauchen Drama Unrecht haben | Eigenes Wohlbefinden Eigenverantwortung Selbstfürsorge Positive Veränderungen durchführen Motiviert sein Gesund sein |
| 4 | Getäuscht werden Manipuliert werden Betrogen werden Mangel an Loyalität Im Stich gelassen werden | Von anderen gesehen werden als_? Bemerkt werden Anforderungen anderer an mich Verletzlichkeit Beziehungen im Allgemeinen Die falsche / die richtige person | Energie haben Jung / Jugendlich sein Attraktiv sein Sich sicher fühlen, sich selbst zu sein Inneren Frieden spüren Kreativ sein |
| 5 | Überwältigt werden Leiden anderer Negative Gefühle anderer Abgelehnt werden Verurteilt werden Kritisiert werden | Grenzen setzen / bewahren Eine Familie haben / Familie aufbauen Entbindung Ehe / heiraten Ungesunde Dynamiken ändern So sein, wie die eigenen Eltern | Talente anwenden / entdecken Freude / glücklich sein Selbstvertrauen / Zuversicht Erfüllung Fortschritt Leidenschaft |
| 6 | Mangelnde Verbindung Einsamkeit Wiederholung der Vergangenheit Streiten Scheidung Ende einer Beziehung | Eigene Familie verlassen Vorwärts gehen Geld im Allgemeinen Geld ausgeben Eine bestimmte Person Ein bestimmter Ort | Neugier Zufriedenheit Dankbarkeit Begeisterung Erfolg Wohlstand |
| 7 | Unsichtbar sein Versagen Geld verlieren Armut / arm sein Leistungsschwierigkeiten Emotion _____ (Emotionscode Tabelle verwenden) | Eine bestimmte Rolle Bestimmte Beziehungsdynamik / -rolle Sichtbar sein Ziele Arbeit Ausgeglichener Energieaustausch | Geld verdienen Geld sparen Geld empfangen Geld in Rechnung stellen Auszeichnung / Belohnung empfangen Geschenke / etwas anderes empfangen |