



**Fokus: LebensRäume** unter dem Gesichtspunkt der **Ebenen der Veränderung** betrachten

Meine LebensRäume, die Gesetze  
und die Ebene Glaubenssätze

In diesem Monat konzentrierst Du Dich auf Deine **Werte und Glaubenssätze** in den jeweiligen **LebensRäumen** in Verbindung mit den **10 Systemgesetzen**.

#### **Aufgabe**

Erstelle eine Liste mit den Werten, die Dich Deines Erachtens prägen. Erstelle eine Liste in Verbindung mit den Glaubenssätzen, die Du den jeweiligen Werten zuordnest. Schau Dir die Auflistungen an, bevor Du diesen Monat Deinen LeerenRaum betrittst.

#### **Systemgesetze**

- Suche drei Beispiele im Zusammenhang mit Deinen Werten in einem Deiner LebensRäume, in denen die Systemgesetze Dir gegenüber eingehalten worden sind.
- Suche drei Beispiele im Zusammenhang mit Deinen Werten in einem Deiner LebensRäume, in denen die Systemgesetze Dir gegenüber nicht eingehalten worden sind.

#### **Am Ende des Monats beantworte Dir bitte Folgendes:**

- Gibt es Werte, deren dazugehörige Glaubenssätze vorwiegend positiv belegt sind, und gibt es einen Zusammenhang mit Deinen Erfahrungen, was die Einhaltung der Systemgesetze Dir gegenüber betrifft?
- Gibt es Werte, deren dazugehörige Glaubenssätze vorwiegend negativ belegt sind, und gibt es einen Zusammenhang mit Deinen Erfahrungen, was die Nichteinhaltung der Systemgesetze Dir gegenüber betrifft?

#### **LebensHaus und seine LebensRäume**

Betrachte Dein LebensHaus und seine LebensRäume in Ruhe.

- Gibt es einen Wert, den Du als Deinen maßgeblichen Wert bezeichnen würdest?
- Gibt es Glaubenssätze, die in bestimmten LebensRäumen eine Hauptrolle spielen?
- Gibt es Werte, die in Dir Kindheitserinnerungen wachrufen?

#### **LeererRaum**

Besuche Deinen LeerenRaum und betrachte Deine Exponate in Ruhe.

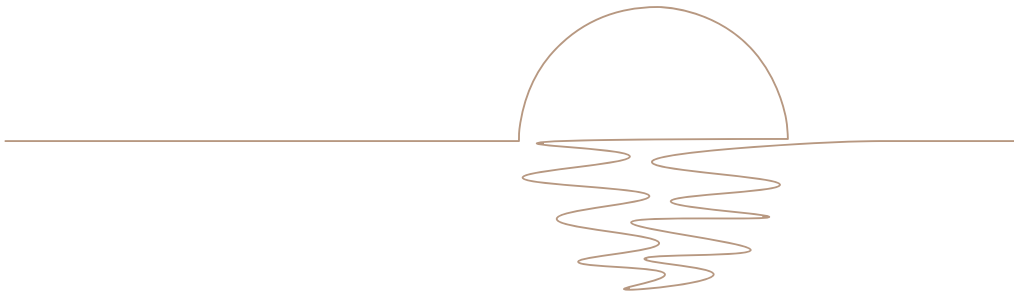
- Hat sich etwas erheblich verändert?
- Woran erkennst Du es?
- Warum passt es nicht mehr? Bzw. warum passt es viel besser?

#### **Fühle Dich frei, Notizen ☑ zu machen:**

Versieh sie bitte mit einem Datum und lege sie zu den anderen.

**LeererRaum bestückt mit einem konkreten Ziel oder Projekt**

Wenn Du Dich dazu entschlossen hast, den LeerenRaum mit einem konkreten Ziel oder Projekt zu bestücken, dann frage Dich konkret, welche Werte und Glaubenssätze damit in Zusammenhang stehen. Welche Glaubenssätze sind förderlich bei der Umsetzung und welche sind hinderlich? Gibt es evtl. Einstellungen in Verbindung mit Deinen Werten und Glaubenssätzen, die Du Dir noch einmal näher ansehen solltest? Welche Deiner Fähigkeiten können Dich bei der Betrachtung unterstützen?



Fragen zu Werten und Glaubenssätzen?  
Einfach klingeln: [Concierge@freistil-impulse.de](mailto:Concierge@freistil-impulse.de)