Innere Kritikerstimme und Innere Entscheiderstimme

Schritt	1. Innere Kritikerstimme	2. Innere Entscheiderstimme
Kopf-Kino	**Was Sagt die Innere Kritikerstimme?**	**Was sagt die Innere Entscheiderstimme?**
Beobachtung	**Auf welche konkrete Beobachtung bezieht sich diese Stimme?**	**Auf welche konkrete Beobachtung bezieht sich diese Stimme?**
Gefühl	**Wie geht es ihr damit?**	**Wie ging es ihr damit?**
Bedürfnis	**Um welche Bedürfnisse und Anliegen geht es der Stimme?**	**Um welche Bedürfnisse und Anliegen ging es der Stimme?**
Bitte	**Was könnte die Bitte dieser Stimme sein?**	**Was könnte die Bitte dieser Stimme sein?**
Nächste Handlung	**Was ist mein konkreter nächster Schritt, um die Bedürfnisse beider Stimmen gleichermaßen zu berücksichtigen?**	

Nach Lindemann/Heim: Erfolgsfaktor Menschlichkeit. S.94f

© Beate Waltrup, Innere Stimmen bei Entscheidungen.docx