



Frauen-Männer Übertragungen

Denke über deinen Vater /deine Mutter /andere Erwachsene aus deiner Kindheit nach.
Schreibe Sätze auf, die dir in den Sinn kommen, die Erwartungen an dich sowie an dein Umfeld sein könnten:

Beispiel:

- Frauen sorgen für Harmonie indem sie schlichtend in einen Streit eingreifen.
- Männer haben ein Recht auf Rückzug.
- Männer sind abwesend
- Frauen sind stark und haben das wirkliche Sagen
- Männer müssen ausharren
- Frauen sind schuld
- Männer sind umsorgend
- Frauen müssen lieb sein

Meine eigenen Leitideen über Frauen und Männer die ich aus der Kindheit ableite:

Wo sehe ich in meinem Leben diese Idee als Erwartung an mich oder andere? Familie, Team etc.

Welche Schwierigkeiten lassen sich daraus ableiten?

Welche Stärken lassen sich daraus ableiten?

Was möchte ich in meinem beruflichen wie privaten Alltag bezüglich Übertragungen/Erwartungen besser beobachten / ändern?
