

# Workbook

## Tag 2

## Tag 2 – Aufgabe

Was sind meine Hemmungen/Hinderungsgründe?

- ☐ Mir fällt nichts ein
- ☐ Angst vor Konsequenzen
- ☐ Ich bin nicht der Schlagfertigkeitstyp
- ☐ Die Antwort muss perfekt sein
- ☐ Ich habe kein Selbstbewusstsein
- ☐ Alleine der Gedanke löst bei mir Stress aus
- ☐ .....

Wie würden Sie sich fühlen, wenn Sie schlagfertig wären?

Was würden andere sagen, wenn Sie schlagfertig wären?