



Gnade statt Perfektionismus

An welchen Stellen im Familienleben merke ich, dass meine Erwartungen nicht erfüllt werden können?

Erwartungen an mich selbst: _____

Erwartungen an meinen Partner: _____

Erwartungen an die Kinder: _____

Erwartungen an andere Menschen: _____

An welcher Stelle im Familienleben verhalte ich mich ganz anders, als ich eigentlich möchte?

Welche hilfreichen Gedanken nehme ich dazu aus dieser Einheit mit?

Was läuft richtig gut bei uns?

Was fällt mir leicht?

Welche Fragen sind offengeblieben? Stelle Sie mir gern auch über den Supportchat.
