

Ich möchte dich herzlich bitten, dir im Vorfeld unseres Gesprächs die Zeit zu nehmen, um über die folgenden Fragen nachzudenken und sie in einem ersten Schritt für dich zu beantworten. Drucke dir gern das Dokument aus. Es wäre wunderbar, wenn du dir Notizen oder Stichworte machen könntest. Betrachte dies bitte als eine kleine Vorbereitung – so können wir dann gemeinsam daran anknüpfen, was dir wichtig ist. Ich freue mich auf unser Gespräch!

- Was war für dich der **Moment**, in dem dir klar wurde, dass du alte Muster in deinem Leben durchbrechen möchtest? Beschreibe ihn so genau wie möglich. Erwähne dich an Ort, Zeit, Gerüche, Gefühl.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Welche **Muster oder Verhaltensweisen** hast du durchbrochen, und wie haben sie **dich und dein Kind** vorher beeinflusst?

Muster oder Verhaltensweisen	Einfluss auf dich vorher	Einfluss auf dein Kind vorher

- Was war das **Schwerste** an diesem Prozess des Durchbrechens alter Muster?

Das Schwerste war

.....

.....

.....

.....

.....
warum
.....
.....
.....
.....

- Welche **Rückschläge** gab es, und wie bist du damit umgegangen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Welche **Menschen, Bücher oder andere Ressourcen** gab es, die dir besonders geholfen haben? Was oder wer hat dich **inspiriert**, speziell im Hinblick auf deine Rolle als Mutter?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Wie hat sich dein **Leben** und dein Denken durch diesen Prozess **verändert**, und wie spiegelt sich das in deiner Beziehung zu deinem Kind wider?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

.....
.....

- Welche **Auswirkungen** hatte deine Reise auf **dein Leben**, vor allem zu **deinem Kind**? Wie hat sich dein **Umgang** mit deinem Kind **verändert**?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Welche Rolle spielt **Eigenverantwortung** in deinem Leben, seitdem du diesen Weg gehst? Wie überträgst du diese Verantwortung auf dein Kind?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Welche eine **Empfehlung** würdest du anderen Müttern geben, die gerade am Anfang stehen und sich von alten Mustern lösen wollen?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

- Welche **Vision hast du für dich und dein Kind**, und wie könnten andere durch dich inspiriert werden?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

- Wenn du auf deine Reise zurückblickst, was würdest du **anders machen**, wenn überhaupt, besonders in Bezug auf die Begleitung deines Kindes?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....