

# Video 3: Analyse Ist-Situation/ Aufspüren von negativen Botschaften

Das Video verdeutlicht, warum innere Klarheit die Grundlage für Wachstum ist. Wer seine Gedanken und Emotionen nicht sortiert, verliert Energie und bleibt im Stillstand gefangen. Du erfährst, wie du deine Selbstsabotage erkennst, wie Klarheit entsteht und wie du dadurch Entscheidungen triffst, die dich konsequent in Richtung Erfolg führen.

## Folgende Fragen helfen dir, die Inhalte des Videos zu verarbeiten

1. Wo in meinem Leben oder Business fehlt mir aktuell Klarheit - und wie wirkt sich das auf meine Ergebnisse aus?
2. Welche Gedankenmuster oder Zweifel halten mich davon ab, eine klare Entscheidung zu treffen?
3. Wie würde mein Alltag aussehen, wenn ich mit innerer Klarheit handeln und meine Energie gezielt einsetzen könnte?

## Wie es weiter geht ...

- Nimm dir Zeit, deine Gedanken schriftlich zu ordnen und deine wahren Prioritäten festzuhalten.
- Beobachte deine Selbstsabotage-Muster und erkenne, wo du dich selbst blockierst.
- Nutze Klarheit als Basis, um mutige Entscheidungen zu treffen und deine Ziele konsequent umzusetzen.



*"Die bewusste Arbeit an deinem Mindset & Emotionen ist der Schlüssel zu echter Veränderung im Leben und Business."*