Nach dem Klick

Zum Buch: Kapitel 13

Für die Tage nach einer wichtigen Entscheidung, wenn der Zweifel kommt.

Frage	Meine Antwort
Was habe ich entschieden, und wann?	
Welche Gründe hatte ich damals? (Journal oder Notizen nachlesen)	
Was geht mir jetzt durch den Kopf?	
Gibt es eine **neue Information**, die ich vor der Entscheidung nicht hatte? (Ja / Nein)	
Wenn Nein: Was ist das Gefühl, das nach der Entscheidung kommt, einfach ein Zeichen dafür, dass sie jetzt echt ist?	
Meine Umkehrregel (aus Vorlage 3): Wenn _____, dann _____	
Was tue ich in den nächsten 48 Stunden, um in Bewegung zu kommen?	

Regel: Ohne neue Information wird nicht neu abgewogen. Der nächste Termin für eine ehrliche Zwischenbilanz ist:

Wem erzähle ich davon? (Jemand, der mir zuhört, ohne die Entscheidung neu zu verhandeln):

© 2026 Norman Kirsten