

Die **BEV** **10-Sekunden** **Entscheidungs** **technik**



WORKBOOK

Die BEV 10-Sekunden-Entscheidungstechnik ist Dein Joker für alle Entscheidungen, die Dir schwerfallen! Und dazu ist sie noch supereinfach und (wie es ja der Name schon sagt) superschnell umzusetzen.

Du brauchst lediglich einen Würfel oder eine Münze, legst fest, welcher Wurf für welche Entscheidung steht – und überlässt zunächst alles dem Zufall!

Das Herz dieser Entscheidungstechnik ist aber ihr zweiter Schritt. Denn jetzt hörst Du in Dich hinein und stellst fest, ob Du innerlich mit der Entscheidung des Würfels oder der Münze einverstanden bist.

Denn in jedem Fall – aber ganz besonders dann, wenn Dein Ich eben nicht einverstanden ist – wirst Du eine überaus deutliche emotionale Reaktion spüren. Und diese Reaktion sagt Dir, was zu tun ist!

Dieses Workbook stellt Dir zwei kleine Hilfen für diese Entscheidungstechnik zur Verfügung. Du kannst Dir die Seiten immer wieder kopieren bzw. von der PDF ausdrucken, um stets genügend Arbeitsmaterial zur Hand zu haben.

Es mag sein, dass diese unschlagbare Technik dadurch zur 20- oder 30-Sekunden-Entscheidungstechnik wird – aber das ändert nichts an der Tatsache, dass sie Dich auch in schwierigen Fällen ungemein schnell, einfach und zuverlässig zu einer Entscheidung bringt, hinter der Du voll und ganz stehen kannst!



Schritt 1: Die Zufallsentscheidung

Du hast einen Würfel oder eine Münze zur Hand und legst fest, welches Ergebnis welche Entscheidung bedeutet.

Zum Beispiel:

»1 oder 2 oder 3 bedeutet: Ich entscheide mich für die grüne Esstischgarnitur.

4 oder 5 oder 6 bedeutet: Ich entscheide mich für die rote Esstischgarnitur.«

Oder:

»Zahl bedeutet: Ich nehme das Angebot von XY an.

Kopf bedeutet: Ich lehne das Angebot von XY ab.«

Hier kannst Du, wenn Du willst, Deine eigene Regel eintragen:

■ _____ (oder ____ oder _____) bedeutet:

_____ .

■ _____ (oder ____ oder _____) bedeutet:

_____ .



Schritt 2: Die korrigierte Entscheidung

Erst jetzt kommt die eigentliche Entscheidung: Was sagen Deine Gefühle, Dein innerstes Ich zum Fall des Würfels oder der Münze?

Vermutlich wird Dir sofort und spontan klar sein, was Du willst.

Gerne kannst Du Dir hier notieren, was Du gespürt hast, um Dir darüber Rechenschaft zu geben, was Dein Innerstes will:

Und nun ist alles klar. Du siehst, alles war gar nicht so schwer!

Notiere Dir hier Deine Entscheidung:

Ich werde _____ .

Gratulation! Du hast Deine Blockade überwunden, Deine Entscheidung ist gefallen und Du bist glücklich damit.



Impressum

© 2021 Clever und Vital UG (haftungsbeschränkt), 89250 Senden, Germany

All rights reserved.

Veröffentlichung, auch auszugsweise, ist nur aufgrund schriftlicher Genehmigung des Copyright-Inhabers erlaubt.

