

Frau Sein

Orientierungsmöglichkeiten und Vorbilder

Welche Vorbilder habe ich bereits erlebt? Gab es noch andere wichtige Orientierungsmöglichkeiten?

Habe ich ein Lebensmotto eines Vorbilds übernommen?

Welche Erwartungen wurden und werden an mich gerichtet? Wer richtet diese Erwartungen an mich? Inwieweit habe ich versucht, sie zu erfüllen?

Was sind meine eigenen Wünsche und Bedürfnisse?

Erlaube ich mir selbst wütend, traurig, dominant, aggressiv zu sein?

Wie zufrieden bin ich mit mir als Frau?

Welche Bedeutung hat Sexualität für mich?

Habe ich gelernt, „nein“ zu sagen und mich abzugrenzen?

Welche Erfahrungen habe ich in meinen Partnerschaften gemacht?

