

Azubi Upgrade

III. Verantwortlich Handeln

Grollen - Work Sheet Nr. 6

In dieser Lektion geht es darum, 3 Dinge zu lernen.

1. Ob und wie gerne Du jemandem grollst.
2. Wie schwer es ist, darauf zu verzichten.
3. Was Du stattdessen tun kannst.

Du machst folgendes:

Nimm dir einen Stift und mehrere Blatt Papier. Schreib auf jedes Blatt eine Sache, die Du anderen Menschen immer noch nachträgst. Lass Dir Zeit und sei ehrlich zu Dir.

Wenn du damit fertig bist, schau Dir an, was Du aufgeschrieben hast.

Dann sortierst Du Deine Aufschriebe und machst zwei Stapel. Einen mit allen Dingen, die Du nicht verzeihen willst oder kannst. Den darfst Du behalten.

Vom anderen Stapel darfst Du Dich verabschieden. Du verbrennst die Blätter an einer sicheren Stelle und gibst dem, was darauf stand keinerlei Bedeutung für Dein Verhalten mehr.

Sprich: Du verzeihst.