

- **Sexualität (8/13)**

- Was wünsche ich mir wirklich in sexueller Hinsicht? Erfülle ich mir diesen Wunsch?

Ja Nein

- Was kann mir helfen, mein authentisches sexuelles Selbst stärker zum Ausdruck zu bringen?

- Welche Ängste, Glaubenssätze oder Komplexe hindern mich daran, meine Sexualität offen und ehrlich zu leben, wie ich es möchte?

- Wie fühle ich mich im Hinblick auf mein allererstes sexuelles Erlebnis?

- Gibt es Dinge in meinem vergangenen oder gegenwärtigen Sexualleben, die der Heilung bedürfen? Falls ja, welche?

Ja Nein

- Was törnt mich *wirklich* an bzw. ab?

- Was löst es in mir aus, wenn ich daran denke, Sex zu haben, ohne dass ich es will?

- Regen sich in mir Gefühle von Sinnlichkeit, wenn ich gerade keinen Sex habe?

Ja Nein

- Was denkt meine Familie zum Thema Sex?

- Wenn ich sexuell alles machen könnte und sicher wäre, dass keine Menschenseele je davon erfährt, was würde ich dann tun?
