



Bewusstseinsaufgabe

Im dazugehörigen Audio hast du erfahren, dass es 3 unterschiedliche Typen gibt, die sich beim Geldempfangen bemerkbar machen (können). Entweder bewusst oder unbewusst. Gehe die 3 Typen für dich durch und schaue, ob diese Muster auf dich zutreffen und welcher Typ beispielsweise auch am stärksten/ häufigsten bei dir auftritt.

DER PROVER (BEWEISEN)

- **Essenz:** „Ich darf nur empfangen, wenn ich es bewiesen habe.“
- **Energetik:** Geldempfangen fühlt sich an wie eine Prüfung.
- **Körper:** Spannung im Solarplexus, Druck auf Brust, getriebene Energie.
- **Typische Gedanken:**
 - „Ich verdiene mein Geld mit harter Arbeit.“
 - „Ich muss erst besser werden, bevor ich meinen Preis erhöhe.“
 - „Wenn ich das Geld nehme, muss ich auch perfekt liefern.“
- **Typische Verhaltens-Sabotage:**
 - Gratis-Leistungen, weil noch nicht gut genug
 - Geld verdienen auf anstrengende Weise
 - Perfektion und Overperforming bei der Leistung
- **Audit-Fragen:**
 - „Woran machst du fest, dass du etwas ‚verdient‘ hast?“
 - „Welche Standards setzt du nur für dich selbst – und keiner verlangt sie?“
 - „Wo wird Geld bei dir zum Leistungsnachweis?“

DER GIVER (AUSGLEICHEN)

- **Essenz:** „Empfangen macht mich schuldig – also gleiche ich sofort aus.“
- **Energetik:** Geldempfangen löst inneren Buchhalter aus.
- **Körper:** Unruhe, Nervosität, sofortiger Aktivismus
- **Typische Gedanken:**
 - „Ich kann das nicht einfach nehmen.“
 - „Mein Preis muss fair sein.“
 - „Wenn der Kunde zahlt, darf er alles von mir erwarten.“
- **Typische Verhaltens-Sabotage:**
 - Rabatte, Extras, längere Calls, ...
 - Grenzen verschwimmen (Erreichbarkeit, Zeiten, Mehrleistung)
 - Geld „verbrennt“ schnell (Schuld-Ausgaben, Helfen, Zahlen für andere)
- **Audit-Fragen:**
 - „Was musst du tun, damit du dich nach dem Empfangen wieder gut fühlst?“
 - „Welche Preise/ Leistungen sind für dich fair und warum?“
 - „Wo gehst du immer wieder ins Overgiving?“



Bewusstseinsaufgabe

DER HIDER (VERSTECKEN)

- Essenz: „Geldempfangen macht sichtbar, das ist gefährlich.“
- Energetik: Geldempfangen ist gekoppelt an Exposure.
- Körper: Freeze, Enge im Hals, Bedürfnis sich einzuigeln, deckeln
- Typische Gedanken:
 - „Wenn ich zu erfolgreich bin, werde ich angreifbar.“
 - „Ich will nicht, dass Leute denken...“
 - „Es ist sicherer, klein zu bleiben.“
- Typische Verhaltens-Sabotage:
 - Launches werden verschoben, „Ich ziehe mich zurück und warte ab“
 - Finanzieller Erfolg fließt gleich wieder bewusst raus
 - oder: Erfolg wird von vornherein komplett sabotiert.
- Audit-Fragen:
 - „Wo verwechselst du Geldempfangen mit Gefahr?“
 - „Was glaubst du, passiert, wenn du wirklich erfolgreich wirst?“
 - „Was denkst du selbst andersherum über (finanziell) erfolgreiche Menschen?“

Beantworte die jeweiligen Audit-Fragen gern ausführlich für dich. Nimm dir Zeit, wann immer es in unserem Deep Dive passt.

Darüber hinaus nutze dieses Worksheet gern, um auch zukünftig immer mal wieder bewusst zu schauen, welcher Typ gerade aktiv ist, wenn du Empfangsblockaden begegnest.