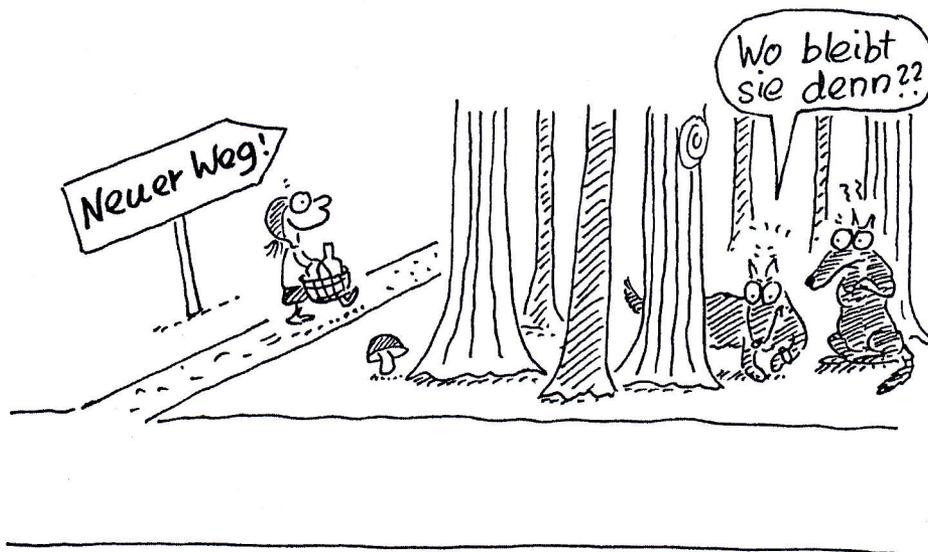




## Entscheidung für einen neuen Weg

Bei jeder Veränderung, die eine Person anstrebt, ist die Entscheidung für einen neuen Weg die Voraussetzung für den Erfolg. Will jemand z. B. mit dem Rauchen aufhören, ist die Entscheidung für einen neuen Weg notwendig. Dazu orientiert sich die Person innerlich um: „Ich wünsche mir ein Leben ohne Zigaretten ...“.



- Die Entscheidung für einen neuen Weg ist mit Gewinn und auch mit Verlust verbunden. Der neue Weg ist zugleich eine Entscheidung gegen den alten.
- Ohne die bewusste Entscheidung für einen neuen Weg bleibt meistens eine „Hintertür“ offen, durch die Sie, wenn es schwierig wird, möglicherweise auf den alten Weg zurückkehren. Sicherlich ist es notwendig, dass die Entscheidung für einen neuen Weg mehrmals getroffen wird. Vielleicht jeden Tag, oder jede Stunde. Die Entscheidung für einen neuen Weg ist die Voraussetzung für Ihren Erfolg in der Therapie und im eigenen Leben.

**Entscheidungen für den neuen Weg  
sind oft unsicherer, als wenn Sie alte,  
bekannten Wege einschlagen.  
„Da wo die Angst ist, da geht's lang“**