

## Credenze universali

- *Ho bisogno di sapere cosa fare.*
- *Non so cosa fare.*
- *So cosa è meglio per gli altri.*
- *So cosa è meglio per me.*
- *Accadrà qualcosa di terribile.*
- *E' possibile fare un errore.*
- *La gente non dovrebbe mentire.*
- *La gente dovrebbe rispettarmi.*
- *Posso controllare cosa gli altri provano per me.*
- *Sento la tua energia.*
- *Mi servono più soldi.*
- *La vita non è giusta.*
- *I genitori dovrebbero amare i loro figli.*
- *I figli dovrebbero amare i loro genitori.*
- *Devo prendere una decisione.*
- *Non riesco a fare niente in modo giusto.*
- *Posso deludere la gente.*
- *Non voglio sembrare sciocca.*
- *Ci sono troppe cose da fare.*
- *Non c'è abbastanza tempo.*
- *So di cosa hai bisogno.*
- *Non valgo niente.*
- *E' compito mio renderti felice.*
- *Ho bisogno di un partner per essere felice.*
- *E' colpa mia.*
- *Dovrei essere diversa.*
- *Ho perso la mia opportunità.*
- *Ho bisogno di stare attento nella vita.*
- *La gente dovrebbe ascoltarmi.*
- *Non sono bravo abbastanza.*
- *Sono un incapace.*
- *\_\_\_\_\_ non si prende cura di me.*
- *Ho bisogno di capire.*
- *Devo farlo in modo giusto.*
- *Ho sbagliato.*
- *C'è qualcosa di sbagliato in me.*
- *Lei/lui mi ha rifiutato.*
- *Lei/lui non si fida di me.*
- *Non ci dovrebbe essere la guerra in questo mondo.*
- *Le donne non dovrebbero essere così emotive.*
- *La gente non dovrebbe usare gli animali (ricerca medica, cibo, ecc.).*
- *Il mondo non è un posto sicuro.*
- *La gente sta distruggendo l'ambiente.*
- *La gente mi sta giudicando.*
- *So a cosa stanno pensando.*
- *Dovrebbero essere d'accordo con me.*
- *Devo lavorare sodo.*
- *La gente dovrebbe mantenere le promesse.*
- *Gli altri possono farmi del male.*
- *I soldi mi faranno felice.*
- *Sono troppo grassa (magra).*
- *Ho bisogno di essere in controllo.*
- *Il mio corpo dovrebbe essere sano.*
- *La gente non è affidabile.*
- *\_\_\_\_\_ mi ha tradito.*
- *C'è uno scopo nella mia vita.*
- *Ho bisogno di conoscere lo scopo della mia vita.*
- *La vita è difficile.*
- *La gente dovrebbe essere grata.*
- *Il mio capo dovrebbe apprezzarmi.*
- *Non appartengo.*
- *La gente non dovrebbe arrabbiarsi.*
- *\_\_\_\_\_ ha sbagliato.*
- *Ho ragione.*

**Per informazioni su come fare Il Lavoro o come usare la Linea di Aiuto gratuita *Fai Il Lavoro*, visita il sito [www.thework.com/italiano](http://www.thework.com/italiano).**