

Univerzalna uvjerenja

- Trebam znati što da napravim.
- Ne znam što trebam napraviti.
- Znam što je najbolje za druge ljude.
- Znam što je najbolje za mene.
- Nešto strašno će se dogoditi.
- Moguće je napraviti pogrešku.
- Ljudi ne bi trebali lagati.
- Ljudi bi me trebali poštovati.
- Mogu kontrolirati kako se ljudi osjećaju zbog mene.
- Osjećam tvoju energiju.
- Potrebno mi je više novaca.
- Život nije pošten.
- Roditelji bi trebali voljeti svoju djecu.
- Djeca bi trebala voljeti svoje roditelje.
- Trebam donijeti odluku.
- Ništa ne mogu napraviti kako treba.
- Mogu razočarati ljude.
- Ne želim izgledati glupo.
- Ima previše toga za napraviti.
- Nema dovoljno vremena.
- Znam što je tebi potrebno.
- Ja sam bezvrijedan.
- Moj posao je da te učinim sretnim.
- Trebam partnera da bih bio sretan.
- To je moja pogreška.
- Trebam biti drugačiji.
- Propustio sam svoju priliku.
- Trebam biti oprezan u životu.
- Ljudi me trebaju slušati.
- Nisam dovoljno dobar.
- Ja sam neuspješan.
- _____ ne mari za mene.
- Trebam razumjeti.
- Trebam to napraviti kako treba.
- Napravio sam to pogrešno.
- Nešto nije u redu sa mnom.
- Ona/on me odbacio.
- Ona/on mi ne vjeruje.
- Ne bi trebalo biti rata u svijetu.
- Žene ne bi trebale biti toliko emocionalne.
- Svijet nije sigurno mjesto.
- Ljudi uništavaju okoliš.
- Ljudi me osuđuju.
- Znam što oni misle.
- Oni bi se trebali složiti sa mnom.
- Trebam naporno raditi.
- Ljudi bi trebali ispuniti obećanja.
- Drugi ljudi me mogu povrijediti.
- Novac će me učiniti sretnim.
- Previše sam debeo (mršav).
- Trebam imati kontrolu.
- Moje tijelo treba biti zdravo.
- Ljudima se ne može vjerovati.
- _____ me izdao.
- Postoji svrha za moj život.
- Trebam znati svrhu svog života.
- Život je težak.
- Ljudi bi trebali biti zahvalni.
- Moj šef bi me trebao cijeniti.
- Ne pripadam.
- Ljudi ne bi trebali biti ljuti.
- _____ je napravio pogrešku.
- Ja sam u pravu.
- Ljudi ne bi trebali koristiti životinje (medicinska istraživanja, hrana itd.)