

Schritt 1 Bestimme ein immer wiederkehrendes Problem, das Du verändern möchtest

Schritt 2 Schreibe alle Fakten in Zusammenhang mit dem Problem auf

Schritt 3 Schreibe alle Bewertungen/Geschichten auf, die Du dir über diese Fakten erzählst

Schritt 4 Finde Beispiele, wie das Gegenteil von jeder einzelnen Geschichte mindestens genauso wahr sein kann.

Das Problem ist

Fakten

Was eine Videokamera aufnehmen würde

Geschichten

Wie du die Fakten interpretierst