

POSITIVE SELBSTBEKRÄFTIGUNG

Ich werde glücklich  
und zufrieden sein!

ICH VERGLEICHE MICH NICHT MIT ANDEREN. ICH BIN  
EINZIGARTIG UND GUT SO.

MEINE BEDÜRFNISSE SPIEGELN MEINE WÜNSCHE WIEDER.

ICH MUSS NIEMANDEM ETWAS BEWEISEN.

ICH DARF FEHLER MACHEN!

ICH GENIESSE DAS HIER UND JETZT.

ICH FREUE MICH AUF DAS WAS KOMMT.

ICH HABE VERTRAUEN IN MICH UND MEINEN KÖRPER.

