

Für Deine (neue) SelbstSicherheit

Das hab ich drauf!

In Partnerschaft, Freunde, Familie
(bspw. zuhören, bestärken, ...)

Körperlich & in Bezug auf meine Gesundheit
(bspw. Pausen machen, mich gut ernähren, lange laufen, ...)

Meine Werte
(bspw. ich bin ehrlich/großzügig/humorvoll, ...)

Im Beruf
(bspw. mich durchsetzen, strukturiert arbeiten, motivieren, ...)

Und ausserdem
(bspw. gut kochen, singen, tanzen, Inliner fahren, ...)

So sehe ich mich!

An meinem Körper mag ich:

An meinem Gesicht mag ich:

Diese Komplimente bekomme ich regelmäßig:

Darauf bin ich besonders stolz:

Das habe ich dieses Jahr wirklich gut gemeistert: