

Selbstwert aufbauen

für Anfänger



von Christian Dänzer

Ich bin stolz auf diese Charaktereigenschaften:











Bei diesen Komplimenten fühle ich mich wirklich super:











Dadurch/damit habe ich anderen Menschen schon geholfen:











Ich bin einzigartig, weil:











Darin bin ich gut:











Diese Dinge tun mir gut:






















Diese Punkte mag ich an meinem Äusseren:

-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____

Damit habe ich andere schon zum Lächeln gebracht:

-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____

Diese Herausforderungen habe ich bereits gemeistert:

-  _____
-  _____
-  _____
-  _____
-  _____

ACHTE AUF DEINE *Gedanken*,
DENN SIE WERDEN *Worte*.

ACHTE AUF DEINE *Worte*,
DENN SIE WERDEN *Handlungen*.

ACHTE AUF DEINE *Handlungen*,
DENN SIE WERDEN *Gewohnheiten*.

ACHTE AUF DEINE *Gewohnheiten*,
DENN SIE WERDEN DEIN *Charakter*.

ACHTE AUF DEINEN *Charakter*,
DENN ER WIRD DEIN *Schicksal*.

- TALMUD