

Die Rathgeberin [®]



DEINE MERKSÄTZE

- 1 Füße auseinander, Schultern gerade, ich schaue anderen in die Augen.
- 2 Ich drehe mich um, gehe weg und hole mir die guten Dinge in mein Leben.
- 3 Ich bleibe ruhig und entspannt, denn in der Ruhe liegt die Kraft.
- 4 Schritt 1: Schutzschild an.
Schritt 2: Ich gehe weg.
Schritt 3: Ich rede mit anderen Löwen.
- 5 Ich bin nicht perfekt und das ist gut so, ich gebe mein Bestes und mag mich!
- 6 Ich höre auf meine Gefühle, denn die zeigen mir den Weg wie ein Kompass!
- 7 Andere müssen mich nicht mögen, wichtig ist, dass ich mich mag.
- 8 Meine Aussagen sind klar wie Diamanten.
- 9 S.A.O.M. - Stärke ♥ Aufmerksamkeit ♥ Orientierung ♥ Mut
- 10 Streck dich, reck dich. Fühl dich. Lieb dich.
- 11 Ich bin super. Ich bin stark. Ich bin mutig, Tag für Tag.