Positive Self Definitions

„ICH BIN FÄHIG, MEINE KÖRPERLICHE GESUNDHEIT ZU SCHÜTZEN UND AKTIV FÜR MEIN WOHLBEFINDEN ZU SORGEN.“

„ICH BIN FLEXIBEL IN MEINER VERFÜGBARKEIT UND ENTSCHEIDE BEWUSST, WANN ICH ERREICHBAR SEIN MÖCHTE.“

„ICH KANN VERANTWORTUNG TEILEN UND AUFGABEN EFFEKTIV DELEGIEREN, UM RAUM FÜR NEUE PERSPEKTIVEN ZU SCHAFFEN.“

„ICH HABE KREATIVE LÖSUNGEN, UM EINEN KLAREN WEG NACH VORNE ZU GESTALTEN.“

„ICH GESTALTE MEINE ARBEIT ACHTSAM ZU MEINEN GRENZEN UND BIN DENNOCH AUF DEM AKTUELLEN STAND“

„ICH PFLEGE MEINE SOZIALEN BEZIEHUNGEN, INDEM ICH BEWUSST ZEIT FÜR MEINE LIEBSTEN RESERVIERE, UM DIE VERBINDUNG ZU STÄRKEN.“

„ICH GEHE HERAUSFORDERUNGEN MIT ZUVERSICHT ENTGEGEN UND VERTRAUE DARAUF, DASS MEIN EINSATZ ZUM ERFOLG MEINER BEMÜHUNGEN FÜHRT.“

„ICH ERKENNE MEINEN INDIVIDUELLEN WERT AN UND LASSE MICH NICHT VON VERGLEICHEN MIT ANDEREN BEEINTRÄCHTIGEN.“

„ICH TREFFE ENTSCHEIDUNGEN MIT BEDACHT UND BETRACHTE SIE ALS SCHRITTE AUF MEINEM WEG ZU PERSÖNLICHEM UND BERUFLICHEM WACHSTUM.“

„ICH HALTE MICH AUF DEM LAUFENDEN UND HABE DABEI EINE AUSGEWOGENE LEBENSWEISE.“

„ICH INVESTIERE IN MEINE WEITERBILDUNG UND SEHE DARIN EINE MÖGLICHKEIT, MEINE FÄHIGKEITEN ZU ERWEITERN UND MICH WEITERZUENTWICKELN.“

„ICH MEISTERE DIE HERAUSFORDERUNGEN MEINES LEBENS UND GEHE MIT SELBSTVERTRAUEN UND ENTSCLOSSENHEIT VORAN.“

„ICH SCHÄTZE MOMENTE DER RUHE UND ERHOLUNG.“

„ICH KANN BEWUSST INFORMATIONEN FILTERN UND SCHAFFE SO EINE STRESSFREIERE UMGEBUNG.“

„ICH HABE EINEN GESUNDEN AUSGLEICH ZWISCHEN BERUFLICHEN VERPFLICHTUNGEN UND DEM REISEN.“

„ICH HANDLE PROAKTIV UND EFFIZIENT.

„ICH BETRACHTE RÜCKSCHLÄGE ALS CHANCEN ZUR PERSÖNLICHEN UND BERUFLICHEN ENTWICKLUNG.“

„ICH VERTRAUE AUF MEINE FÄHIGKEITEN UND SEHE HERAUSFORDERUNGEN ALS MÖGLICHKEITEN, MICH ZU VERBESSERN“

„ICH GESTALTE MEINEN BERUFLICHEN WEG IN MEINER BRANCHE AKTIV UND KONZENTRIERE MICH AUF MEINE EIGENE ENTWICKLUNG“

„ICH SCHAFFE FINANZIELLE SICHERHEIT DURCH BEWUSSTE ENTSCHEIDUNGEN“

„ICH NEHME MIR BEWUSST ZEIT, UM ERFOLGE ZU FEIERN UND DIE GENUGTUUNG ZU GENIESSEN, BEVOR ICH MICH NEUEN HERAUSFORDERUNGEN STELLE.“

„ICH HABE EINE AUSGEWOGENE BALANCE ZWISCHEN DEN BEDÜRFNISSEN ANDERER UND MEINEN EIGENEN.

„ICH GESTALTE MEINE ZUKUNFT AKTIV UND GEHE HERAUSFORDERUNGEN OPTIMISTISCH ENTGEGEN.

„ICH GENIESSE ERFOLGE IM MOMENT“

„ICH PASSE MICH GESCHICKT AN VERÄNDERUNGEN AN UND SEHE DARIN EINE GELEGENHEIT ZUR PERSÖNLICHEN ANPASSUNG UND WACHSTUM.“

„ICH SCHÄTZE PAUSEN ALS WICHTIGEN BESTANDTEIL MEINER PRODUKTIVITÄT

„ICH MANAGE MEINE VERANTWORTLICHKEITEN BEWUSST UND HABE WEGE, STRESS ZU MINIMIEREN.“