

# Meine Stärkungssätze



Füße auseinander, Schultern gerade, ich schaue  
Anderen in die Augen!



Ich bleibe ruhig und entspannt, denn in der Ruhe  
liegt die Kraft!



Ich bin nicht perfekt und das ist gut so, ich gebe  
mein Bestes und mag mich!

Ich drehe mich um, gehe weg und hole mir die guten  
Dinge in mein Leben!



Keine Gemeinheit kann mich erreichen, denn ich  
habe einen Schutzschild!



Ich höre auf meine Gefühle, denn die  
zeigen mir den Weg, wie ein Kompass!

Wenn es mal schwer wird, gebe ich nicht auf!



Meine Aussagen sind klar und deutlich!

