



NAME:

WAS MIR GUT TUT

ZUR ABLENKUNG

das bringt mich auf
andere Gedanken

das darf ich mir
erlauben

das inspiriert mich

FÜR DIE INNERE RUHE

das gibt mir
Sicherheit

eine positive
Affirmation

hier fühle ich
mich wohl

ZUR AUFMUNTERUNG

mein Ohrwurm

das bringt mich
zum Lachen

das macht mir Spaß

ZUR STÄRKUNG

das gibt mir Energie

dieser Gedanke
hilft mir

das macht mich frei

FÜR MUT UND ZUVERSICHT

das gibt mir Kraft

daran glaube ich

das lässt mich
gut fühlen