



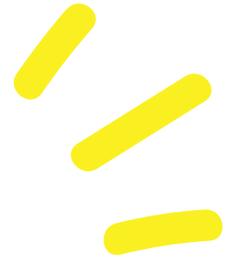
WORKBOOK

Workshop-Serie

Workshop 3
Selbstwert



SELBSTWERT LERNEN

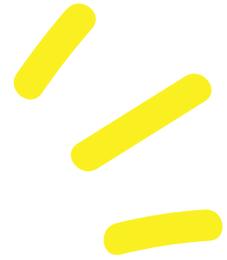


SCHREIBE DIE GESCHICHTE, DIE DU DERZEIT ÜBER DICH SELBST ERZÄHLST

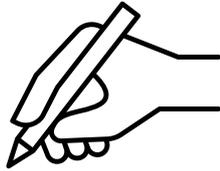


SCHREIBE DIE GESCHICHTE, DIE DU EIGENTLICH ÜBER DICH SELBST ERZÄHLEN WILLST.

SELBSTVERTRAUEN ÜBUNG



DEFINIERE SELBSTVERTRAUEN/ SELBSTBEWUSSTSEIN



WOHER KOMMT ES?

HAST DU VIEL DAVON? WARUM ODER WARUM NICHT?

WARUM WILLST DU ES?

WAS IST DER BESTE WEG, UM MEHR DAVON ZU BEKOMMEN?

WELCHE GEDANKEN HAST DU, DIE DIES VERHINDERN?

SCHAU DIR EIN ERGEBNIS IN DEINEM LEBEN AN, DAS DU NICHT HABEN WILLST, UND SCHREIBE ES HIER AUF.

WAS IST DAS ERGEBNIS, DAS DU STATTDESSEN ERREICHEN WILLST?

WIE BRINGT DICH SELBSTVERTRAUEN ANS ZIEL?