

AFFIRMATIONEN FÜR DICH UND DEIN KIND, mit denen ihr arbeiten könnt:

- Ich habe immer Glück.
- Jedes Problem hat eine Lösung.
- Ich fühle mich glücklich.
- Ich treffe immer gute und richtige Entscheidungen.
- Mir widerfahren ständig gute Dinge.
- Ich bin gut im Ich-selbst-sein.
- Menschen sind glücklich, wenn sie mich sehen.
- Ich liebe mein Leben.
- Ich liebe mich selbst.
- Ich bin einzigartig.
- Ich tue und gebe immer mein Bestes.
- Ich bin gut ... im Fahrradfahren, Mathematik, etc.

- Ich habe viele Freunde.
- Ich bin gut im Sport.
- Ich bin hilfsbereit.
- Ich bin ein liebenswürdiger Mensch.
- Ich bin ein guter Zuhörer.
- Ich stelle Fragen.
- Ich bin voll mit guten Ideen.
- Meine Vorstellungskraft ist fabelhaft.
- Ich bin sehr kreativ.
- Ich kann alles schaffen, wenn ich meine Gedanken danach ausrichte.
- Ich bin voll mit Selbstvertrauen - ich kann das.
- Ich glaube an mich selbst.

AFFIRMATIONEN FÜR GESUNDHEIT:

- Ich bin gesund und stark.
- Mein Körper ist mein bester Freund.
- Ich fühle mich großartig.
- Ich bin ruhig und entspannt.
- Ich fühle mich ruhig und entspannt.
- Jeden Tag werde ich besser und besser.