

( TÄGLICH )  
AFFIRMATIONEN

DATUM \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

S M T IN T F S

ICH BIN INTELLIGENT

ICH VERDIENE UND BEKOMME RIESIGE BETRÄGE

ICH BIN LUSTIG

DER LIEBE JEDEN TAG

FÜLLE FLIESST FREI ZU MIR

ICH DARF NEIN SAGEN

MEINE FREUNDE MÖGEN MICH SO, WIE ICH BIN

MEINE FEHLER DEFINIEREN MICH NICHT

ICH BIN NICHT PERFEKT UND DAS IST IN ORDNUNG

ICH BIN WICHTIG UND WICHTIG

ICH BIN DANKBAR FÜR MEIN ZUHAUSE

ICH BIN GENUG

ICH HABE ZEIT, DINGE ZU TUN, DIE ICH LIEBE

ICH LIEBE UND AKZEPTIERE MICH

MEINE GEDANKEN SIND WICHTIG

ICH FINDE FREIHEIT IN MEINER  
VERLETZLICHKEIT

ICH DARF PLATZ EINNEHMEN

ICH FÜHLE MICH WUNDERBAR UND LEBENDIG

ICH DARF LAUT SEIN

ICH BIN ES WERT

ICH MAG MICH

ICH BIN FÜR MEIN EIGENES SELBSTWERTGEFÜHL  
VERANTWORTLICH

ICH LIEBE MICH

ICH BIN GENAU DORT, WO ICH GERADE SEIN  
MUSS

ICH BIN SCHÖN

ICH LASSE DIE DINGE LOS, DIE ICH NICHT  
KONTROLLIEREN KANN

ICH LIEBE MEINEN KÖRPER

ICH BIN RUHIG UND FRIEDLICH

MEINE GEFÜHLE SIND WICHTIG

ICH BIN IN MICH SELBST UND MEINEN KÖRPER  
VERLIEBT

ICH BIN DANKBAR FÜR MEINE LIEBEN

MEIN WACHSTUM IST EIN KONTINUIERLICHER  
PROZESS

ICH WERDE SO GELIEBT