











Ich möchte dir von meinen Stärken erzählen

Das kann ich besonders gut (einige Beispiele):

-  ich kann schnell laufen, sehr hoch und weit springen
-  ich bin sensibel und sehr einfühlsam
-  ich bin total clever und kann sehr schnell lernen
-  ich möchte viele Abenteuer im Leben erleben
-  ich bin achtsam und sehr interessiert am Leben
-  ich bin verschmust
-  ich bin ein fairer Freund
-  ich habe eine sehr feine Wahrnehmung, ich nehme fast alles wahr
-  ich bin lustig und fröhlich
-  ich bin kreativ und habe viele Ideen

Ich könnte noch viele weitere Beispiele aufschreiben.

Amigos Tipp:

Natürlich weiß ich, dass du – wie auch ich – Schwächen hast, aber achte jetzt bitte nur auf deine Stärken (deine tollen Eigenschaften, deine Begabungen und alles, was du gut kannst).

Deine Stärken stärken dich.

Du darfst stolz auf deine besonderen Fähigkeiten sein.

Sie stärken dein Selbstbewusstsein.

Selbstbewusstsein bedeutet, dass man sich die besonderen Begabungen, die man hat, wirklich bewusst macht. Sie zu erkennen, anzuerkennen und wertzuschätzen, stärkt das eigene Selbstbewusstsein und dein Selbstbild, denn mit deinem inneren Schatz (das sind deine Stärken) bist du einfach genial.

Mach es doch wie Amigo und schreibe all deine Stärken auf sowie alles, was du gut kannst!

[illegible]

Selbstbewusstsein