SUV

überzeugend
selbstbewusst

selbst-
bewusst

überzeugend

Den SUV
in sich
entwickeln

Nicht nur
die Umwelt
sagt
danke.

Fragen an Partner, Freunde, Kollegen:

1. Mit welchen 3 Eigenschaften würdest du **mich beschreiben**?
2. In welcher Situation hast du mich als besonders stark/authentisch/hilfreich erlebt?
3. Wen du mein Coach wärest, was würdest du mir empfehlen?

Den SUV in sich entwickeln:

1. Ich stehe zu meinen Wünschen und Erwartungen
2. Ich lache über mich selbst
3. Ich mache mir Komplimente
4. ich nehme Komplimente an
5. Ich gebe meinen Talenten und Fähigkeiten genügend Anerkennung

Selbstwertkorsett ablegen:

Was hätte ich mir in den letzten 2 Jahren nicht gekauft und getan,

wenn ich auch so genügend **Anerkennung und Erfolg** bekommen hätte?

Was hätte ich stattdessen mit meinem Geld und meiner Zeit gemacht?