

LEBEN OHNE SORGEN

14 Tage Selbstbewusstsein

Kleine Handlungen, echte Belege, kein künstliches Power-Gehabe.

Meine Situation

Hier möchte ich sicherer handeln

Meine Mut-Leiter

Stufe 1

Stufe 2

Stufe 3

Stufe 4

Stufe 5

Beweisbuch

Was habe ich getan?

Welche Stärke zeigte sich?

Was habe ich getan?

Welche Stärke zeigte sich?

Was habe ich getan?

Welche Stärke zeigte sich?

Was habe ich getan?

Welche Stärke zeigte sich?

Meine klaren Sätze

Wochencheck: Was wurde leichter? Welche Stufe war zu groß? Was wiederhole ich?