

Wichtige Tipps für deine Selbstsicherheit

Selbstvertrauen, Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit – was denn nun?

Einige wichtige Tipps betreffend deines Selbstvertrauens findest du in den nachfolgenden Zeilen. Ohne grosse Erklärungen! Dein Unterbewusstsein weiss, um was es geht!

Arbeite an deiner Körperhaltung. Richte dich gerade auf.

Mache große, starke Schritte beim Gehen.

Lerne dich kennen.

Verlasse deine Komfortzone.

Umgeb dich mit einem starken Umfeld

Sorge für dich.

Liebe dich!

Sei einfach nur dankbar.

Bringe den inneren Kritiker zum Schweigen.

Mache dir du anderen Komplimente.

Für mehr Selbstbewusstsein – lächle.

Lerne, Nein zu sagen.

Setze dir große Ziele.

Sorge dafür, dass du dich in deiner Haut wohlfühlst.

Pflege dich gut.

Ernähre dich gesund.

Pflege dich gut.

Sei geduldig mit dir.

Trage Kleidung, in der du dich wohlfühlst.

Löse dich von deiner Vergangenheit.

Hinterfrage deine Gedanken.

Verändere, was dich blockiert.

Starte jeden Tag dein Leben neu!

Viel Spass dabei! Deine Veränderung ist schon im Gang!