A white lion with black background

Description automatically generated

Einstieg

**Was mache ich, um mich zu loben?**

Sich selbst zu loben ist wichtig, weil es das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten stärkt und die Motivation erhöht, gerade wenn es um unangenehme Aufgaben geht. Die Anerkennung eigener Erfolge hilft, fokussiert zu bleiben und eine positive innere Haltung zu entwickeln.

**Schritt 1: Was mache ich bereits, um mich zu loben?**

**Schritt 2: Was kann ich noch machen, um mich selbst zu loben?**