



Önbizalom erősítő mondatok

Elég jó vagyok.

Tudom, hogy értékes ember vagyok.

Vannak szerethető tulajdonságaim.

Nem baj, ha nem vagyok tökéletes.

Képes vagyok nehéz dolgokra is.

Sok mindent meg tudok tanulni, ha kitartó vagyok.

Ha elfáradok, szabad szünetet tartanom.

Nem ciki segítséget kérnem.

A hibákból tanulok, hogy legközelebb máshogy csináljam.

Nem kell mindenben jónak lennem.

Nyitott vagyok a jó és értékes dolgokra.

Merek bocsánatot kérni.