

STILL & STARK

Kraftvolle Sätze gegen Stress & Leistungsdruck

♥ Ich gebe mein Bestes und
das muss nicht perfekt sein.

😓 Wenn ich etwas nicht (rechtzeitig) schaffe,
geht die Welt nicht unter.

☁ Ich kann gar nicht wissen, was andere
wirklich von mir denken und erwarten.

👥 Ich darf mir Hilfe holen, wenn ich überfordert bin.
Das bedeutet nicht, dass ich schwach bin.

☀ Ich nehme Rücksicht auf meine Bedürfnisse
und gestatte mir Pausen.

📅 Ich konzentriere mich nur auf das Heute.

🚫 Ich darf nein sagen.



© 2022: TIMON UND MELINA ROYER,
SUPPORT@GETROYER.COM

DIESES WERK, EINSCHLIESSLICH SEINER TEILE,
IST URHEBERRECHTLICH GESCHÜTZT.
JEDE VERWERTUNG IST OHNE
ZUSTIMMUNG DER AUTOREN UNZULÄSSIG.

UNSER NEUES BUCH
„WARUM DU NICHT PERFEKT SEIN MUSST“

AB 30.8.2022 ÜBERALL IM BUCHHANDEL
HIER BESTELLEN

