

Durch bewusste Teens...

Stärken stärken

- Wann mag ich mich?
- Was finde ich toll an mir?
- Was finden andere toll an mir?
- Was macht MICH aus?

= Wann strahlt mein Diamant?

Selbstwert erkennen

- Bin ich nur wertvoll, wenn ich Erwartungen von Anderen erfülle?

= Warum ich **IMMER wertvoll bin + es auch bleibe!**

Selbstfürsorge etablieren

- Wie komme ich raus aus der Opferrolle?
- Wer tut mir gut?
- Wo sind meine Grenzen?
- Was liegt in meiner Macht?

= Verantwortung für mich + mein Leben übernehmen.



Glück und Gefühle

- Sind ALLE Gefühle erlaubt?
- Wie gehe ich dann mit meinen starken Gefühlen um?
- Wie kann ich meine Gefühle beeinflussen?
- Wie komme ich schnell wieder in meine Arbeitskraft?

= Energy flows where focus goes!

Energie, Kommunikation und Ziele

- Was sind Energieräuber und wie komme ich in die richtig Energie?
- Was will ich wirklich?
- Wie kommuniziere ich sinnvoll?
- Wie erreiche ich Ziele ohne Druck?

= DAS bringt mich effektiv voran!

Mein Machtbereich

- Wie gehe ich an Aufgaben heran?
- Wie bereite ich mich auf Prüfungen vor?
- Was macht mich einzigartig & wie spiele ich meine Stärken?
- Welche Berufe sind dadurch die, die mich erfüllen könnten?

= Stark, ich kann das!
Ist schließlich MEIN Leben!

entsteht eine starke Zukunft