



Erfolgsliste fürs Herz

by Romy Terrell



Für dich



Manchmal schauen wir nur auf das, was noch vor uns liegt. Auf die Dinge, die wir noch nicht geschafft haben. Auf die Schritte, die noch fehlen. Dabei übersehen wir so leicht, wie weit wir eigentlich schon gekommen sind.

Diese Seiten sind für dich. Damit du innehalten kannst. Damit du zurückblickst. Damit du erkennst, was du bereits geschafft hast. Denn jeder noch so kleine Schritt zählt.



»Du musst nicht alles auf einmal schaffen. Denk in Etappen. Behalte das Ziel im Blick, nicht das, was noch fehlt.«





Meine Erfolge heute

Heute bin ich stolz auf mich, weil ...



Auch kleine Dinge zählen.











Was mir gut tut

Was mir gut tut:

Dinge, die mir Kraft geben:

Ich darf mir selbst wichtig sein.



Meine nächsten kleinen Schritte

Meine nächsten kleinen Schritte:

Ich muss nicht alles auf einmal schaffen. Ein Schritt reicht.



Erinnerung an mich selbst

Für die Tage, an denen ich es vergesse:



*Ich bin stärker, als ich denke.
Ich darf in meinem Tempo gehen.
Ich darf Pausen machen.
Ich darf stolz auf mich sein.
Und ich bin nicht allein.*

