**10 Glaubenssätze für die Selbstmotivation**

* Ich schaffe das!
* Ich kann das!
* Meine Arbeit macht mir Spaß!
* Ich bin gesund!
* Ich achte auf mich!
* Ich fühle mich gut!
* Ich bin ein guter Kollege!
* Alles wird gut!
* Ich kann damit umgehen!
* Ich bin sicher!