**Seznam pozitivnih trditev, ki mi pomagajo, da sem boljši človek**

1. **Sem edinstven in neponovljiv človek.**
2. **Rad se imam in se spoštujem.**
3. **Zaslužim si srečo.**
4. **Imam prijatelje.**
5. **Vztrajam pri delu.**
6. **Razvijam svoje sposobnosti in interese.**
7. **Znam organizirati svoj čas.**
8. **Verjamem vase.**
9. **Imam pravico delati napake.**
10. **V meni je pogum.**
11. **Sodelujem z drugimi in jih sprejemam.**
12. **Na dogodke in situacije znam pogledati s pozitivne strani.**
13. **Sprejemam se takšnega, kot sem.**
14. **Pomagam drugim.**
15. **Znam se vživeti v druge in jih razumeti.**
16. **Znam reči »NE«, kadar kdo od mene zahteva kaj slabega.**
17. **Pozitivno razmišljam o sebi – ne primerjam se z drugimi v svojo škodo.**
18. **Sprejemam svoje telo, svoj zunanji videz.**
19. **Vem, kaj si v Življenju želim, in se trudim, da bi to dosegel.**
20. **Lahko vplivam na veliko stvari v svojem življenju.**
21. **Z zaupanjem začenjam svoje delo.**
22. **Ne izogibam se problemom – poskušam jih reševati.**
23. **Sem odgovoren človek.**
24. **Imam pravico povedati svoje mnenje.**
25. **Moje življenje ima smisel.**
26. **Lahko sem jezen, vendar obvladujem svoje jezno vedenje.**
27. **Sprejemam drugačnost pri ljudeh.**
28. **V ljudeh iščem dobre lastnosti.**
29. **Tudi če nisem zadovoljen z vsemi svojimi lastnostmi, se lahko imam rad.**
30. **Poskušam razumeti svoja čustva, kadar sem prizadet.**