

30 MINUTES SELF-LOVE-POWER TALK



Love yourself more,
Beauty!



CHECK-IN

Bevor wir in den Self-Love-Power Talk starten, checken wir gemeinsam in den Power-Talk ein.

Zunächst bitte ich dich die nachstehenden Fragen durchzulesen und einzutragen wo du dich in diesem Moment auf einer Skala von 1 bis 10 befindest.

Ich lege dir nahe deine Antworten nicht zu bewerten. Der Check-In dient dazu, um dich voll und ganz mit dir zu verbinden und zu erkennen, wo du momentan stehst und wo du auf wunderbare Weise etwas verändern kannst, insofern du das möchtest.

Skala 1-10: 1= super blöd 10= fantastisch gut

Wie fühle ich mich heute?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Wie war mein Tag?

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Skala 1-10: 1= trifft überhaupt nicht zu 10= trifft eindeutig zu

“Ich bin absolut bereit eine liebevolle und glückliche Beziehung zu mir selbst aufzubauen.”

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

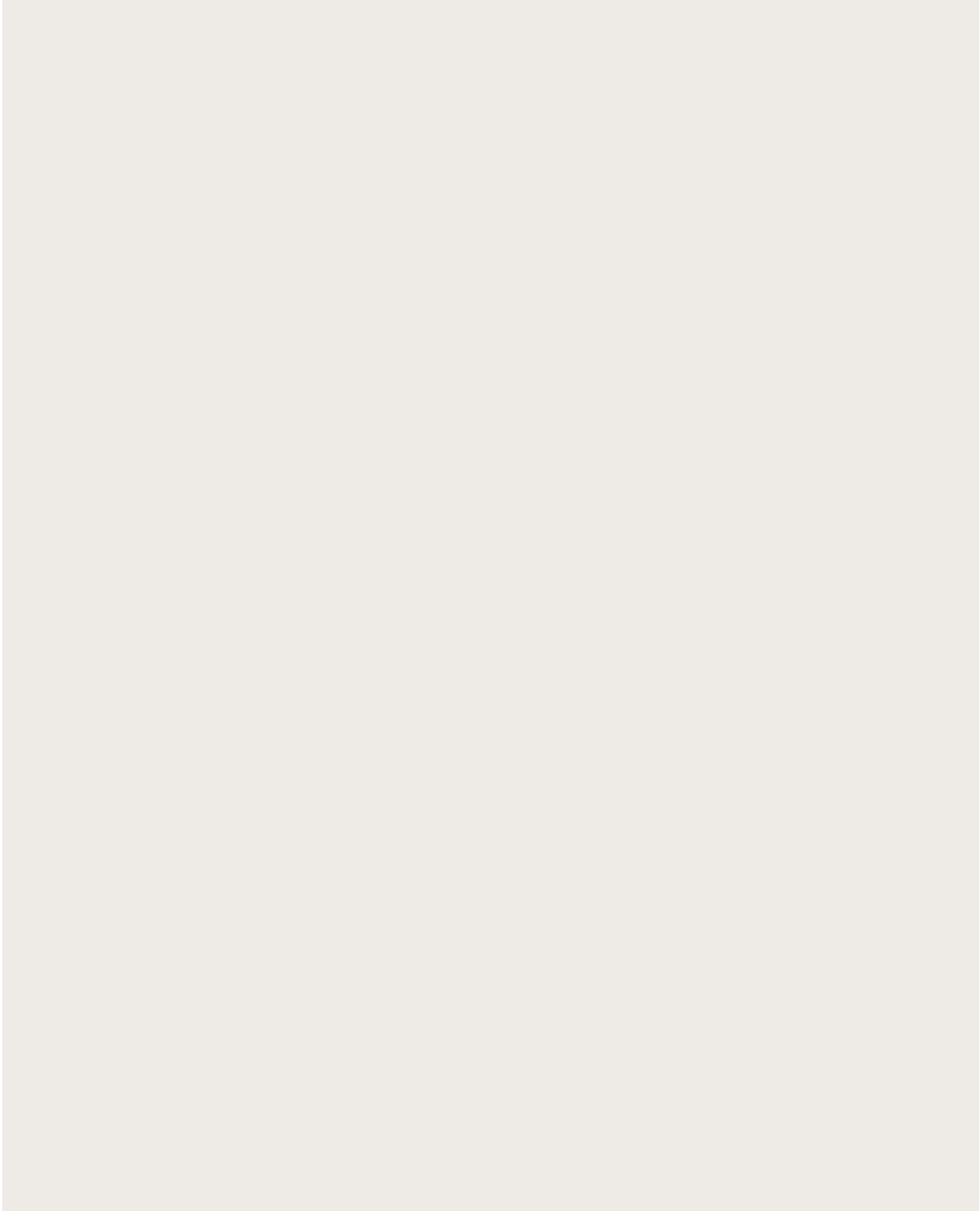
“Ich bin es mir wert für mich loszugehen.”

1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

MOTIVATIONSTALK

PLATZ FÜR MEINE GEDANKEN:

- Was nehme ich für mich aus dem heutigen Motivationstalk mit?



JOURNALINGFRAGEN

WO STEHE ICH MOMENTAN IN MEINER SELBSTLIEBE?

WELCHE VERÄNDERUNG WÜNSCHE ICH MIR FÜR MICH SELBST?

WAS MÖCHTE ICH ZUKÜNFTIG ANDERS MACHEN?

WELCHES THEMA BESCHÄFTIGT MICH GERADE UND WIE KANN ICH BESSER DAMIT UMGEHEN?

MEHR SAMTIGE IMPULSE UND INSPIRATION? *Lets stay connected*



Wenn du deine **Liebe zu dir selbst noch weiter stärken möchtest**, du dir **Unterstützung zurück in deine volle Power wünschst** oder **samtige Impulse** erhalten willst, dann folge mir unbedingt auf Instagram!

Ich freue mich sehr, wenn du Teil der **Love Yourself More Community** wirst und ich dich auf deiner Reise unterstützen darf.

[Zum Instagram Profil](#)

Ich wünsche dir von Herzen alles Liebe und bis bald!
Herzensgrüße,

Deine Tatjana