

## **GERMAN FLOW 1.1. Affirmation (*sein*)**

Ich bin liebenswert.

wertvoll

stark.

schön

akzeptiert

gut genug

nachsichtig mit mir

ich

liebenswert

---

## **FLOW 1.2. Affirmation (*dürfen*)**

Ich darf “Nein” sagen.

Fehler machen

Pausen machen

glücklich sein

traurig sein

stark sein

schwach sein

über meine Probleme sprechen

um Hilfe bitten

“Nein” sagen

### **FLOW 1.3. Affirmation (*gut tun* mit Personalpronomen im Dativ)**

Was tut mir gut?

du	dir
er	ihm
sie, sg	ihr
wir	uns
ihr	euch
Sie, sie, pl	ihnen
ich	mir

(Follow-up with an open response rejoinder, i.e.: *Schlafen tut mir gut. Was tut [dir / Name] gut?*)

---

### **FLOW 1.4. Affirmation (*mein*)**

Mein Leben gehört mir.

ist wertvoll.

ist ein Wunder.

ist ein Geschenk.

ist reich.

ist lebenswert.

kann ich ändern.

ist mein Leben.

gehört mir.