

## Mindset-Checkliste – Wofür du dich nicht mehr entschuldigen musst

Diese Liste erinnert dich daran, was du nicht mehr erklären, verstecken oder rechtfertigen musst – sondern einfach leben darfst.

- [ ] ... Pausen machen, ohne mich rechtfertigen zu müssen
- [ ] ... Fehler machen, ohne mich selbst kleinzureden
- [ ] ... mein Tempo gehen – auch wenn andere schneller sind
- [ ] ... Erfolg wollen, ohne mich dafür zu schämen
- [ ] ... Nein sagen, ohne schlechtes Gewissen
- [ ] ... über Geld sprechen, ohne mich zu verstecken
- [ ] ... Dinge anders machen als „man das eben so macht“
- [ ] ... Hilfe annehmen, ohne mich schwach zu fühlen
- [ ] ... meine Wahrheit leben – auch wenn sie unbequem ist
- [ ] ... stolz sein, auch wenn ich noch nicht „fertig“ bin

**Ich wähle heute den Gedanken, der mir am meisten Kraft gibt.**