

## Affirmationen

Datum	Affirmation
03.09.2025	Es ist in Ordnung, jemanden zu bitten, mir zu zeigen, wie ich bestimmte Dinge tun kann
01.10.2025	Es ist in Ordnung, zu träumen und Hoffnung zu haben
05.11.2025	Es ist in Ordnung, über einige Dinge anders zu denken als meine Familie
03.12.2025	Es ist in Ordnung, Entdeckungen zu machen und zu sagen: "Ich mag dies oder jenes"
07.01.2026	Es ist in Ordnung, mich in Liebe zu lösen
04.02.2026	Es ist in Ordnung, meine Höhere Macht zu suchen
04.03.2026	Es ist in Ordnung, mich selber rücksichtsvoll neu zu beeltern
01.04.2026	Es ist in Ordnung, zusagen: "Ich liebe mich"
06.05.2026	Es ist in Ordnung, das ACA-Programm zu arbeiten

## Affirmationen für das Innere Kind

Datum	Affirmation
03.06.2026	Ich liebe mein Inneres Kind bedingungslos
01.07.2026	Ich werde mein Inneres Kind so gut ich kann beschützen
05.08.2026	Ich werde mir Zeit nehmen, auf mein Inneres Kind zu hören und Versprech ihm gegenüber halten
02.09.2026	Ich werde mein Inneres Kind durch Spielen, Kreativität und Spiritualität in mein Leben integrieren
07.10.2026	Ich werde mir Zeit nehmen, um mir selbst zu liebevollen Eltern zu werden