

# Önbecsülés

## BINGÓ

Engedem  
magam  
pihenni

Tudok nemet  
mondani

Meg merem  
mondani,  
ha más a  
véleményem

Nem hagyom,  
hogy rosszul  
bánjanak  
velem

Elsétálok a  
méltatlan  
kapcsolatokból

Törődöm a  
saját  
szükségle-  
teimmel is

Szerethető-  
ségem a  
teljesítménytől  
független

Tudom  
tolerálni, ha  
hibát vétek

Merek kezdő  
lenni  
valamiben

A másoktól  
jövő kritika  
nem tör össze

Hibáimmal  
együtt  
szerethető  
vagyok

Belső önbiztató  
hangom is van

@knapekeva

