



Affirmationen für einen erfolgreichen Bewerbungsprozess

Affirmationen sind positive Aussagen, die man sich selbst sagst, um den eigenen Gedanken und Gefühlen eine bestimmte Richtung zu geben. Sie helfen, sich auf etwas Positives zu fokussieren und die eigenen Wünsche zu verwirklichen. Durch das wiederholte Sagen und Denken von Affirmationen kann man das eigene Selbstvertrauen stärken, negative Gedanken reduzieren und sich den persönlichen Zielen bewusster werden.

Folgende Affirmationen können dich dabei unterstützen, im Bewerbungsprozess erfolgreich zu sein:

1. „Ich bin ein wertvoller Mensch.“
2. „Ich bin stolz auf alles, was ich erreicht habe und freue mich auf meine Zukunft.“
3. „Ich weiß, dass meine Kompetenzen einzigartig sind.“
4. „Ich vertraue auf meine Fähigkeiten und mein Wissen.“
5. „Ich bin gut vorbereitet und bereit für die nächste Herausforderung.“
6. „Ich kann alles erreichen, was ich mir vornehme.“
7. „Ich akzeptiere mich vollkommen und vertraue auf meine Kompetenzen.“
8. „Ich bin selbstbewusst und in der Lage, die besten Ergebnisse zu erzielen.“
9. „Ich habe alles, was es braucht, um erfolgreich zu sein.“
10. „Ich glaube an mich und meine Fähigkeit, jede Herausforderung zu meistern.“
11. „Ich verdiene den Job, der mir entspricht und mich erfüllt.“
12. „Ich ziehe die passende Karrierechance an.“
13. „Ich vertraue darauf, dass die passende Möglichkeit zu mir kommen wird.“
14. „Jeder Schritt, den ich mache, bringt mich meinem Ziel näher.“
15. „Ich freue mich auf die Veränderungen, die mein neuer Job mir eröffnen wird.“
16. „Ich bin die passende Person für den Job, den ich anstrebe.“
17. „Meine Stärken und Talente sind für mein zukünftiges Team wertvoll.“
18. „Ich bin selbstsicher, wenn ich über meine Erfahrungen und Fähigkeiten spreche.“
19. „Ich ruhe in mir und bin gelassen.“
20. „Ich strahle Selbstvertrauen aus.“

Wähle bitte fünf Affirmationen aus, mit denen du dich am ehesten identifizieren kannst. Schreibe die gewählten Sätze auf mehrere Zettel und platziere diese an Orten, die du oft siehst (z.B. Schreibtisch, Spiegel oder Kühlschrank). So wirst du daran erinnert, diese positiven Glaubenssätze mehrmals täglich laut zu sprechen. Für unterwegs kannst du deine Affirmationen im Smartphone abspeichern oder eine Audio-Aufnahme anfertigen.