

# 20 Öneri (Kısa versiyonu)

- 1 **Kendimi seviyorum**
- 2 **Anı yaşıyorum**
- 3 **Sağlıklı yiyorum ve içiyorum**
- 4 **Spor yapıyorum bol bol**
- 5 **Düzenli yaşıyorum**
- 6 **Yaratıcıyım**
- 7 **Açık ve netim**
- 8 **Düşüncelerimi serbest bırakıyorum**
- 9 **Bir sonraki adımı planlıyorum**
- 10 **Deneyimlerimi biriktiriyorum**
- 11 **Pozitif iletişim**
- 12 **Saygılıyım**
- 13 **Başkalarını önceden bilgilendiriyorum**
- 14 **Başkaları ile ilgileniyorum**
- 15 **Arkadaşlıklarına özen gösteriyorum**
- 16 **Yardım ediyorum**
- 17 **Ben başkaları ile görüşüp tartışıyorum**
- 18 **Ben bağımsızım ve özgürüm**
- 19 **Sabırlıyım kendime**
- 20 **Çevreden hoşlanıyorum**