

STUDENT AFFIRMATIONS

I am beautiful
I am nice
I am intelligent
I am graceful
I work hard

I am prepared, capable and ready for these exams.
I trust my knowledge and my ability to succeed.
I am calm, focused, and in control of my emotions.
I can do hard things.
I recall information easily and accurately.
I have worked hard and I am proud of myself.
Every challenge is an opportunity for me to grow.

I breathe in calm and exhale stress.
I have the power to choose how I think and feel.
I will approach each question with clarity.

I am enough, exactly as I am.
My worth is not defined by this grade.
I celebrate my effort.

AFIRMACIONES PARA ESTUDIANTES

Soy una persona atractiva

Soy amable

Soy inteligente

Soy elegante

Trabajo duro

Tengo capacidad y concentración para exámenes.

Confío en mis conocimientos.

Confío en mi capacidad para tener éxito.

Estoy en calma y en control de mis emociones.

Puedo hacer cosas difíciles.

Recuerdo la información con facilidad y precisión.

Me enorgullezco de mi preparación académica.

Cada desafío es una oportunidad para crecer.

Respiro calma y exhalo el estrés.

Tengo el poder de elegir cómo pienso y me siento.

Soy una persona positiva y elijo sentir felicidad.

Abordaré cada pregunta con claridad.

Soy suficiente, exactamente como soy.

Mi autoestima no está definida por las notas.

Celebro mi esfuerzo.

AFIRMACIONS PER A ESTUDIANTS

Som una persona atractiva

Som amable

Som intel·ligent

Som elegant

Faig molta feina.

Som capaç de fer aquests exàmens.

Confii en els meus coneixements.

Confii en la meva capacitat d'èxit.

Estic en calma i en control de les meves emocions.

Puc fer coses difícils.

Record la informació fàcilment i amb precisió.

He treballat dur i tinc orgull de la meva preparació.

Cada repte és una oportunitat per créixer.

Respir calma i elimin estrès.

Tinc el poder de triar com pens i com em sent.

Som una persona positiva i sent felicitat.

Enfocaré cada pregunta amb claredat.

Som suficient exactament com som.

El meu valor no està definit per les notes.

Celebr el meu esforç.