



Das vierfache hohe C :

**CONTROL** : ich kann mich und mein Leben weitgehend steuern

**CHALLENGE** : Herausforderungen sind Entwicklungschancen, keine Bedrohungen

**CONFIDENCE** : ich vertraue meinen Fähigkeiten und bin sicher im Umgang mit Anderen

**COMMITMENT** : ich bringe mich voll ein, gebe alles

