Selbstdisziplin

- **Freiwillige Selbstkontrolle**
  - FSK
- **Selbstbeherrschung**
- **Contenance**
  - Fassung
  - **Gelassenheit**
  - **Besonnenheit**
  - Haltung
- „keeping a stiff upper lip“
- Self-Control
- You Can Do It
- stetiges und eigenkontrolliertes Verhalten
- Selbstdisziplin in der Kindheit ein sicheres Indiz für vielfältigen Erfolg im späteren Erwachsenenleben
- eine Eskalation verhindern
- *Gewissenhaftigkeit*
- **Selbstmotivation**
- **Selbstmotivierung**
- Belohnungsaufschub
- *Ausdauer*
- **Besonnenheit**