

Meine Ressourcen



Optimismus

3 Dinge, die du besonders gut kannst:

Akzeptanz

3 Dinge, die dich einzigartig machen.

Selbstregulation

3 Dinge, die dir Ruhe geben:

Beziehungen

3 Menschen oder Situationen, die dir Kraft geben:

Zukunft

3 Dinge, dir Mut machen:

Improvisation

3 Dinge, die du sofort ändern kannst: