



# DIE GLÜCKS-GEWÖHNUNG

Dankbarkeit und Fokus

## DAS GRAS IST GRÜNER

WO MAN IHM WASSER GIBT.

Neil Barringham

# DIE ERFOLGSLUPE

## Notiere deine Erfolge

Bei aller Zielstrebigkeit- manchmal tut es richtig gut, sich bereits Erreichtes vor Augen zu führen. Schließlich sind viele deiner Errungenschaften deine Ziele von gestern! ;)

Notiere deine großen und kleinen Erfolge und genieße das gute Gefühl, schon ganz schön viel geschafft zu haben.

BEZIEHUNGEN

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

UNI/ARBEIT

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

FREIZEIT

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

\_\_\_\_\_

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



# EIN HERZ FÜR ALL DAS GUTE

## Bastele dir eine Erinnerungshilfe :)

Weißt du eigentlich, was dich gerade so richtig glücklich macht? Manchmal passiert es, dass wir diese Dinge aus dem Blick verlieren, wenn wir an unseren Zielen arbeiten. Hier kommt deine kleine Erinnerungshilfe für den Alltag!

Falte das ausgeschnittene Papier nach Anleitung und notiere auf der Vorderseite mindestens drei Dinge, die dir ein Lächeln ins Gesicht zaubern. Dann an den Kühlschrank oder an die Schreibtischlampe pinnen. Eignet sich auch prima als Lesezeichen! :)

