

Reflexionsfragen IV

Dankbarkeit

Nimm dir ein paar Minuten Zeit, um den heutigen oder gestrigen Tag zu reflektieren.

Was hast du heute als besonders bereichernd oder positiv wahrgenommen?

Was hat dich erfreut, glücklich gemacht oder dir ein herzerwärmendes Gefühl beschert?

Wofür bist du dankbar? Denke dabei nicht nur an große, sondern auch an ganz kleine Dinge. Denn nichts ist selbstverständlich.


