

Das
wertschätzende

Selbstgespräch



5 anregende Fragen
für (d)einen guten Tag

KOMMUNIKATIONSbuffet



Was passiert dir aktuell,
was **gut** ist oder/&
dir **gut gefällt**?

KOMMUNIKATIONSbuffet



Was hast du
geschafft/geleistet, was
du **ohne Corona nicht**
geschafft/geleistet
hättest?

KOMMUNIKATIONSbuffet

3



Über welche Themen
möchtest du dich ab
heute mit anderen
alternativ zu Corona
unterhalten?

KOMMUNIKATIONSbuffet



Was könntest du in den
nächsten Wochen
beginnen, um in einem
Jahr **stolz** von dieser Zeit
jetzt zu berichten?

KOMMUNIKATIONSbuffet



Was willst du dir
unbedingt beibehalten,
auch wenn Corona nicht
mehr so aktuell ist?

KOMMUNIKATIONSbuffet



Du leilstest viel.

Du spürst die Kraft.

Du erreichst dein Ziel.

Sei stolz auf dich.

Du bist wunderbar!