

Wie kann ich mir
jetzt etwas Gutes
tun?

Wofür bin ich
in diesem Moment
dankbar?

Was hat heute
gut geklappt?

Wann habe ich
mich das letzte Mal
richtig gefreut?

Welchen Fehler
möchte ich mir
gerne verzeihen?

Wie kann ich
diesen Tag zu einem
richtig guten Tag
machen?

Wenn ich machen
könnte, was ich will:
Was würde ich
dann jetzt tun?

Was
mag ich an mir
gerne?

Wann war ich das
letzte Mal
so richtig mutig?