

JOURNALING

für Tor fünf

1

Wie oft handelst du aus dem Gefühl heraus, nicht gut genug zu sein? In welchen Situationen geschieht das?

2

Steckst du oft zurück? Bei welchen Menschen aus deinem Umfeld machst du das?

JOURNALING

für Tor fünf

3

Lässt du dich schnell von Hindernissen abschrecken? Wie geht es dir dann damit?

4

Traust du dich, du selbst zu sein? Wie fühlt sich das an, wenn du dich traust?

JOURNALING

für Tor fünf

5

Wenn du dich kleinmachst, welches Gefühl steckt dann dahinter? Wie oft machst du dich im Alltag kleiner als du bist?

6

Kannst du dich selbst mit liebevollen Augen sehen?