

JOURNALING

für Tor sieben

1

Welche Beziehung hast du zu deinem Körper?

2

Was tut dir richtig gut? Was benötigst du, um dich wohl und geborgen zu fühlen?

JOURNALING

für Tor sieben

3

Was kann du tun, um dich in deinem Körper geerdet und wohl zu fühlen?

4

Wie kannst du deinem Körper etwas Gutes tun?

JOURNALING

für Tor sieben

5

Nach welchem Gefühl sehnst du dich in deinem Körper und welche Aktivität passt dazu?

6

Worin besteht für dich sinnlicher Genuss?