

Woche 1:

Beziehungs- challenge

Unsere Beziehungen entscheiden maßgeblich darüber, ob wir uns glücklich oder unglücklich fühlen. Also lass uns an unserem Glück arbeiten!

Deine Aufgabe:

Nimm jeden Tag Kontakt zu einer Person auf, von der Du schon lange nichts mehr gehört hast. Schreib den Namen in die Box und beschreib wie es war bzw. das Gefühl das Du wahrgenommen hast! Nach 7 Tagen hast Du Dich dann um 7 Beziehungen zu 7 verschiedenen Personen gekümmert.

1

Name:

Wie wars:

2

Name:

Wie wars:

3

Name:

Wie wars:

4

Name:

Wie wars:

5

Name:

Wie wars:

6

Name:

Wie wars:

7

Name:

Wie wars:

Wie war die erste Woche für Dich? Ich bin super gespannt auf Dein Feedback!

