

Ressourcen

Ziel: Ressourcen erkennen

Gründe dafür: Die feste Überzeugung, dass wir es schaffen, die Dinge irgendwann zum Positiven zu wenden, ist Grundlage für unser Handeln.

Ein zuversichtlicher Blick auf sich selbst respektiert die Realität und nimmt an, dass Krisen überwindbar sind und es schwere Zeiten im Leben gibt, aber auch gute.

Denken Sie an die Krisen, die Sie in Ihrem Leben schon überwunden haben. Wie haben Sie das geschafft? Was hat Ihnen geholfen? Können Sie von diesen Ressourcen auch jetzt profitieren?