Übung

Modul 2, Lektion 1, Zweifel
IST-Zustand

Notiere hier deine Zweifel

© Bettina Duske www.bettinaduske.de

Übung

Modul 2, Lektion 1, Werkzeuge

IST-Zustand

entwerfe für dich eine Werkzeugliste für Zeiten des Zweifelns, mit Dingen, die dir gut tun. (z.B.: ...jemanden anrufen, der oder die dir gut tut, oder das Telefon ganz abstellen, Unterstützung von Freunden*Innen - jemand der oder die dir gut tut holen...)

© Bettina Duske www.bettinaduske.de