

Life willkommen ♡



Ich bin o.k.

Ich bin wirksam

Ich gehöre dazu

~~Ich~~ Jemand ist für mich da.

Aufstehen können  
Dankbar + zufrieden sein

Reflektieren

↳ Fokussieren auf Positives

Wahrnehmen - Stellung  
Nein-Fälle nehmen

Glück

U  
N  
F  
R  
I  
E  
D  
E  
N  
H  
E  
I  
T

Unzufriedenheit  
Pech / Unglück



Anerkennen

Annehmen

Entscheiden

Loslassen

Stimmig

Wohlbefinden  
gute Gefühle

Möglichkeiten  
schaffen



bio  
psycho  
sozial } Wesen

Positives Denken



Licht willkommen



Kommunikation  
- mit sich  
- mit anderen

Präsenz

Glück

Reflexion

Aktivität

Dynamik  
Energie

Sinn

Empathie

Feind  
↗↘