**Dankbarkeit**

**3 positive Dinge, die heute passiert sind**

**und für die ich dankbar bin**

**Nehmen Sie sich 5 Minuten Zeit, um zu überlegen, was Ihnen heute bereits Gutes widerfahren ist und schreiben Sie es auf. Dies müssen keine „großen“ Dinge sein – es sind die kleinen Dinge, Situationen, Erlebnisse etc., die den Tag schöner machen.**

**Seien Sie gerne kreativ und verwenden Sie Farben!**

**Erstellen Sie anschließend eine Mindmap zum Thema Dankbarkeit und notieren Sie alles, was Ihnen dazu einfällt!**

DANKBARKEIT