

4 Tipps für mehr Glück, Mut und Willenskraft



Tipp 1:
Was macht mich aus? Wer bin ich?

Tipp 2:
Was macht MICH wirklich glücklich? Was will ICH wirklich?
Denk daran – Nicht das, was Deine Familie oder Freunde glauben, was Dich glücklich macht!

Tipp 3:
Wie glücklich bin ich auf einer Skala von 1-10?

1

10

Tipp 4:
Was sind die nächsten kleine mutige Schritte, die ich gehe um glücklicher zu sein? Denk daran- Babysteps ☺