

## 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 😊