Dankbarkeit

Wir können nicht dankbar und unglücklich zugleich sein. Im Umkehrschluss heißt das: Je dankbarer wir werden, desto glücklicher leben wir. Nehmen Sie sich 15 Minuten Zeit und schreiben Sie auf, wofür Sie dankbar sind. Ergänzen Sie diese Liste Tag für Tag und erkennen Sie, wie viele schöne Dinge es in Ihrem Leben gibt.

Datum	Dafür bin ich dankbar

© Schmidt*Colleg* AG

Datum	Dafür bin ich dankbar

© Schmidt*Colleg* AG