

Positive Mind gegen den Stress

Meine positiv Ausrichtung

Arbeite im Uhrzeigersinn und notiere ohne zu grübeln. Intuition ist key!



**Positive
Emotionen
an die ich
gern
denke**

COGNITIV

**Positive
Emotionen
die ich in
mir fühle**

HERZRAUM

**Situationen
in denen ich
meinen
positive
Mind nutzen
werde**

FUTURE

**Positive
Ressourcen
die ich
gesammelt
habe**

ERFAHRUNG