Mein Gefühls-Wetterbericht

Wie sieht dein inneres Wetter heute aus?

Male oder zeichne dein ganz persönliches Wetter.
Es darf alles da sein – Sonne, Wolken, Regen, Wind, Regenbogen …
So wie du dich heute fühlst.

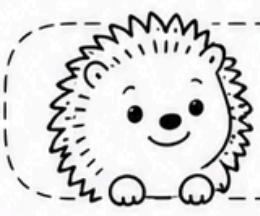


Welche Gefühle sind heute ganz stark da?

Was ist gerade eher schwierig für mich?

Was gibt mir heute Kraft und macht alles leichter?

Was wünsche ich mir für heute oder für die nächsten Tage?



Alle Gefühle dürfen da sein.
Es ist okay, wenn es mal stürmt – nach jedem Regenschauer kommt auch wieder die Sonne.