

Wem möchtest und kannst du heute etwas Gutes tun? Und was kannst du ihm Gutes tun?

### **5-Finger-Methode**

Welcher Mensch liegt dir besonders am Herzen? Was schätzt du so sehr an ihm?

Gibt es etwas, was dich in der Natur inspiriert und begeistert?

Welche deiner Stärken machen dich stolz? Welche Talente findest du besonders gut an dir?

Wofür bist du besonders dankbar?