

Ich habe viel, das mich unterstützt

Diese Liste hilft dir dabei, dich noch einmal daran zu erinnern, was dich dabei unterstützt, dein Leben zu meistern. Schreibe zu den einzelnen Punkten alles auf, was dir einfällt.

Personen, die mich unterstützen

Meine Stärken, Talente und Fähigkeiten, die mir helfen

Und was sonst noch wichtig für mich ist

(z.B. mein Sportverein, der große Abenteuerspielplatz um die Ecke, der Jugendtreff)
