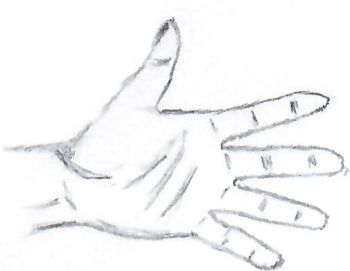


Die 5 Finger Übung

Reflektieren Sie Ihren Tag mit Hilfe Ihrer 5 Finger



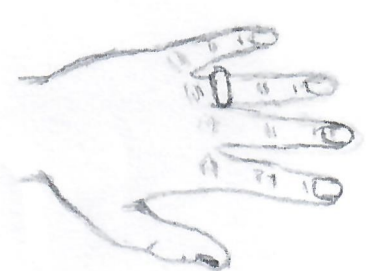
Was war heute gut?



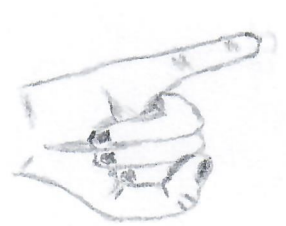
Auf was habe ich heute geachtet?



Was hat mich heute belastet?



Was hat mich heute berührt?



Was ist heute zu kurz gekommen?