

Fragen für deine innere Stärke in Krisenzeiten

Was beschäftigt mich gerade am meisten, wenn ich an die Nachrichten denke? 🤔

-
-
-

Wie viel Zeit verbringe ich täglich mit News oder Social Media – und wie fühle ich mich danach? 📱

-
-
-

Gab es eine Zeit, in der ich mich trotz Chaos stark gefühlt habe? Was hat mir damals geholfen? 🩹

-
-
-

Was in meinem Leben kann sich ändern – und was bleibt, egal was draußen passiert? 🌳

-
-
-

Wenn ich morgen aufwache und die Welt da draußen ignoriere: Was würde ich für mich selbst tun wollen? 🏃

-
-
-

Was ist eine kleine Sache, die mir heute Sicherheit gibt, die nichts mit den Nachrichten zu tun hat? 😊

-
-
-

