

FRAGEN RUND UM DEINE BEDÜRFNISWELT

Was mache ich, was mir keine Freude macht? Wo zwingt mich Sachen zu machen?

Was würde ich gerne stattdessen in dieser Zeit tun oder wie würde ich es anders tun?

Konkrete Umsetzungs-Ideen, was ich ausprobieren kann / Erkenntnisse:

FRAGEN RUND UM DEINE BEDÜRFNISWELT

Was sind die Dinge, die ich gerne im Alltag tun würde, die ich mir nicht erlaube?

Kann ich sie mit meinem Kind machen oder ohne oder beides?

Umsetzungs-Ideen wie ich mein Kind mit einbeziehen kann oder wie ich es ohne Kind machen kann: