

## Selbstreflexion: Für welche Erfolge in deinem Leben vergibst du dir selbst eine Medaille?

Für ein bestimmtes, erreichtes Ziel? Für ein Ereignis, in dem du dich ganz in deiner Kraft gefühlt und dich bewährt hast? Für deine Fähigkeit, dein Umfeld bei Laune halten oder anderen eine Freude zu machen? Für deine Koch- oder Backkünste? Für deine Disziplin, dein Durchhaltevermögen oder deine Geduld? Für deine Liebe zu anderen oder für deinen Humor?

Liste für jede „Medaille“ mindestens ein Ereignis oder eine Eigenschaft.

 „Gold“	 „Silber“	 „Bronze“	 „Dabei sein ist alles!“