

DEINE RESSOURCEN

DEINE STRESSSITUATION	WELCHE RESSOURCE NUTZT DU NOCH NICHT?	WELCHE FÄHIGKEITEN BESITZT DU, DIE DU NUTZEN KANNST?	WELCHE FÄHIGKEIT KÖNNTEST DU AUFBAUEN, WEN KÖNNTEST DU UM HILFE BITTEN?