

## **Positives Denken**

### **Schlechtes „verbannen“ - Positives weiter mit nehmen**

Negativer Gedanke

---

---

---

Was kann ich positives heraus holen?

---

---

---

Wie kann ich negative Gedanken oder Erlebnisse ziehen lassen?

---

---

---

Was war trotz negativer Gedanken / Erlebnisse am Tag POSITIV!

---

---

---