

Mutlos? Nicht mehr!

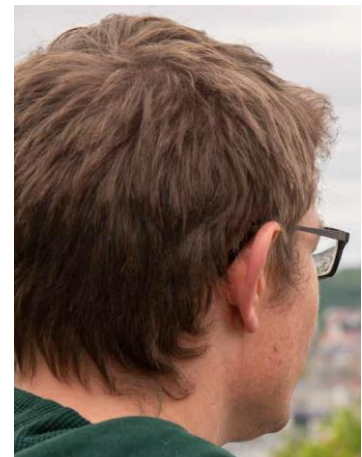


Mich hat mutlos gemacht, dass ...

Das hilft mir:

Mutlos werde ich, wenn...

Das macht mir Mut:



Mutlosigkeit entsteht durch...

Dagegen hilft:

Welche der Hilfen gegen Mutlosigkeit empfindest du als hilfreich für dich selbst?

Welche Ideen hast du, die hier noch nicht genannt wurden?