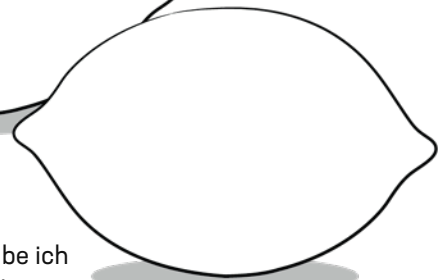
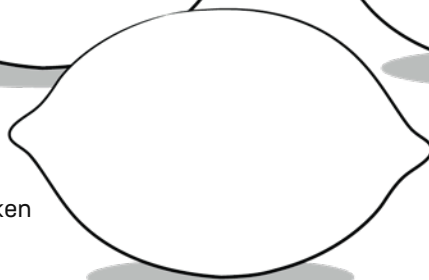
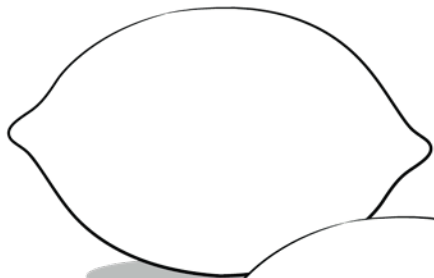


AB | Schenkt dir das Leben Zitronen...

1) Beschrifte folgende vier Zitronen!

Diesen Rückschlag habe ich schon einmal erlebt:

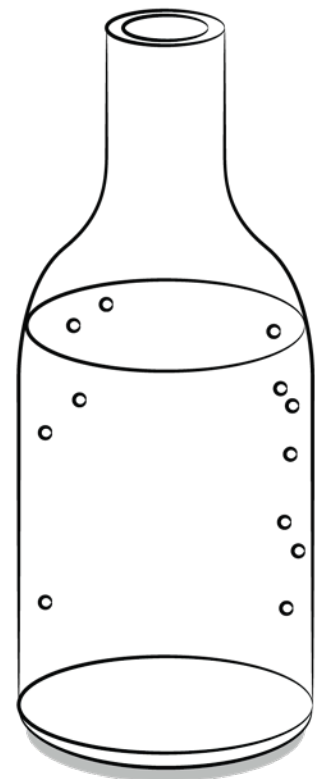
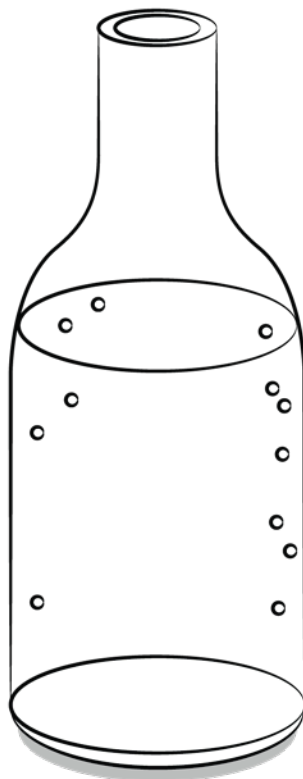
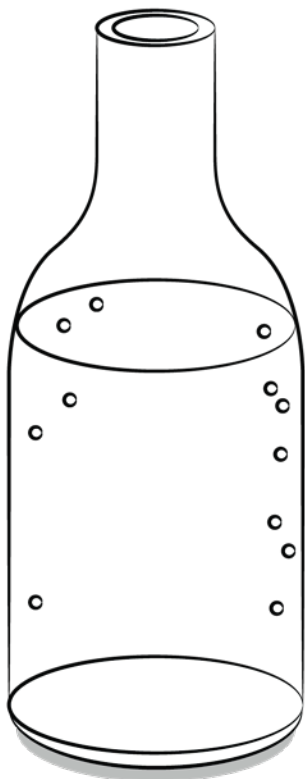
Das habe ich dabei gefühlt:



Diese Gedanken hatte ich:

Das habe ich gemacht:

2) Notiere deine Gedanken im Sprudelwasser und in der Zuckerdose!

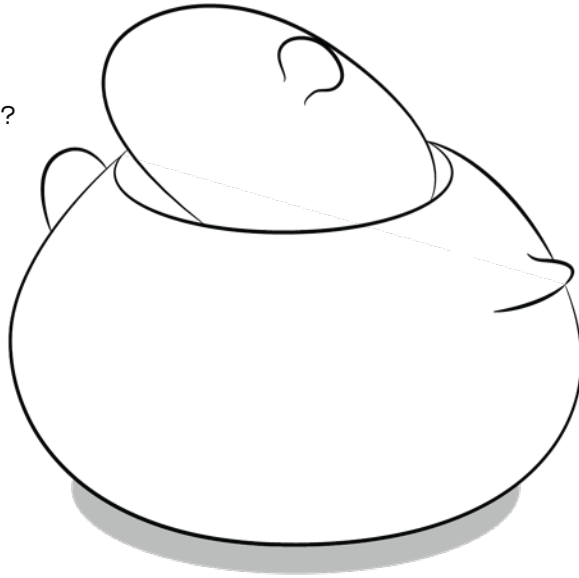
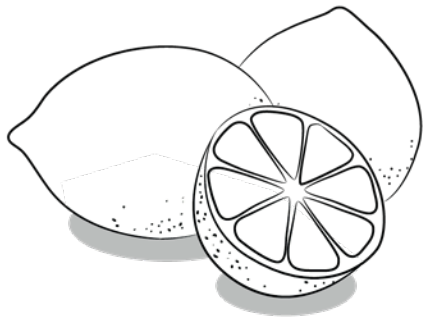


Sprudelwasser I:
Hier könnte die Quelle des Misserfolgs liegen:

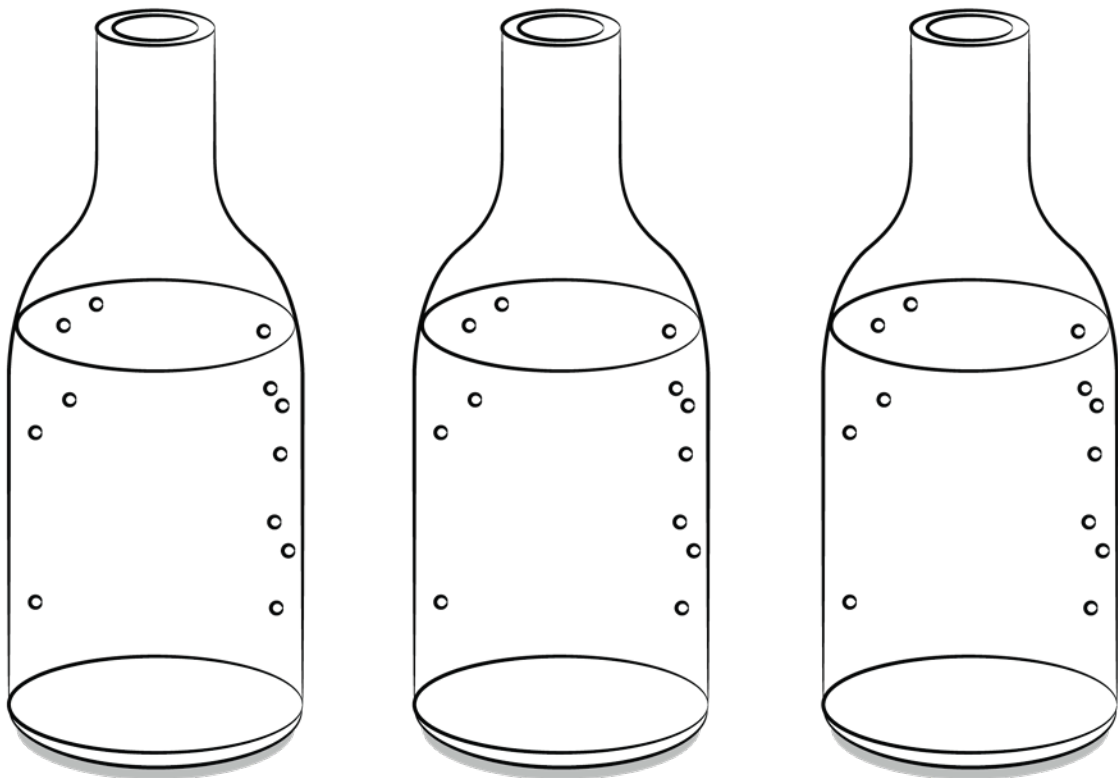
Sprudelwasser II:
Das könnte ich tun, damit sich der Misserfolg nicht wiederholt:

Sprudelwasser III:
Diese anderen Möglichkeiten habe ich:

Wer oder was kann mir nach dem Rückschlag helfen?



3) Schreibe in die Limonadenflaschen für dich hilfreiche Strategien für den Umgang mit Rückschlägen!



Ich heiße



Heute ist



Mir ging es heute

