

## Reflexionsbogen – Übung Platz wechseln [siebte Woche]

Was hast du bemerkt? Was hast du erfahren?

Wie hast du einen neuen Platz gewählt? Wie waren deine Erfahrungen damit?

Wie oft wechselst du sonst im Alltag den Platz? Sitzt du immer auf dem gleichen? Wann wechselst du?

Zu deinem Alltag: Gibt es ein Festhalten an Umständen? Oder eine Sucht nach Neuem? Was bestimmt deine Wahl?

Gibt es Erwartungen? Stimmen Erwartungen und Erfahrungen überein? Wie gehst du damit um?

Wie gelingt es dir mit sich ändernden Umständen im Leben umzugehen?