AG – Glück

Das machst du in der AG – Glück:

- Ich lerne was Glück überhaupt ist und was dies für mich bedeutet
- Ich lerne meine Gefühle und Gedanken zu benennen und zu deuten
- Ich erkunde meine Stärken und Fähigkeiten und stärke somit mein Selbstbewusstsein
- Ich entdecke verschiedene Wege, um Glück zu erfahren
- Ich lerne unterschiedliche Entspannungs- und Atemübungen kennen
- Ich setze mich spielerisch und kreativ mit mir und meinem Wohlbefinden auseinander

Diese Eigenschaften brauchst du:

- Ich bin offen für Neues und lasse mich gerne auf neue Erfahrungen ein
- Ich begeistere mich für Yoga
- Ich höre gut zu
- Ich bewege mich gerne
- Ich bin gerne kreativ und habe viele Ideen