

Basteln ab 10 Jahre:

08.12.2023 – Alles, was Spaß macht

Was brauche ich, um glücklich zu sein?

Jeder Mensch ist anders, hat andere Stärken und Interessen. Deswegen kann Glück auch ganz unterschiedliche Ursachen haben. Was macht dich eigentlich glücklich? Was brauchst du, um glücklich zu sein?

Das Happiness Training kennt viele Antwortmöglichkeiten auf diese Fragen, doch ist Glück am Ende ganz individuell. An diesem Tag setzen wir uns gemeinsam mit der Frage nach dem Glück auseinander; wie sieht Glück aus und was brauch ich dafür? Um die persönlichen Antworten nicht zu vergessen, werden ganz individuelle „positive Anker“ gebastelt: Ein kreativ gestalteter Gegenstand, der uns an etwas Positives erinnert und uns dadurch gute Laune bereitet. Quasi wie ein tolles Urlaubsfoto, das man plötzlich wieder findet, und man sofort in den guten Erinnerungen schwelgt und sich wohl fühlt.

Danach gibt es Raum für individuelle Wünsche, denn die Devise heute lautet: „Was brauche ich um glücklich zu sein?“