



RESSOURCEN FRAGEN



Was sind besondere Eigenschaften oder
Stärken von dir?

(Die du für die Geburt und die erste Zeit mit
Baby nutzen kannst)

Was brauchst du um dich zu entspannen und
zur ruhe zu kommen?

Was könnte für dich ein schöner Augenblick
oder Ort sein, an dem du dich bei Stress oder
Schmerzen zurück ziehen kannst?