

Brief an mich selbst

Schreiben Sie einen Brief an sich selbst – und zwar so, wie ihn ein guter Freund oder eine gute Freundin schreiben würde. Diese Freundin oder dieser Freund kennt Sie sehr gut, mit all Ihren Stärken und Schwächen, und verzeiht Ihnen auch Fehler.

Legen Sie diesen Brief dann erst einmal beiseite und lesen Sie ihn sich nach einer Woche oder einem Monat erneut durch.



Foto: Fotolia, thomberlin