

*Mein*  
**Workbook**

**TEENAGE**  
*power*

Mit



erstellt und designed  
von:

**TEENAGE** *power*

für:



# TEENAGE *power*

**Was heißt das Wort Glück für mich?**

---

---

---

**Was brauche ich, um mich glücklich zu fühlen?**

---

---

---

**Wann empfinde ich Glück und woran erkenne ich das?**

---

---

---

**Was kann ich tun, um mich glücklich zu fühlen?**

---

---

---

# TEENAGE *POWER*

*Meine persönliche  
Glücksliste:*



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

A photograph of a wooden gate in a cornfield. The gate is made of vertical wooden planks with a horizontal beam across the top. The gate is slightly ajar, revealing a path leading through the cornfield. The corn plants are tall and green, with some leaves in the foreground. The background shows a line of trees under a bright sky. The overall tone is somewhat muted and natural.

**Es spielt keine Rolle, woher du kommst. Alles, was zählt ist, wohin du gehst!**

*Brian Tracy*

# TEENAGE *power*

Ziel smart  
formuliert



spezifisch  
messbar  
attraktiv  
realistisch  
terminiert

**Mein Ziel:** .....

**habe ich am**

**erreicht.**

**Ich will das unbedingt erreichen, weil:**

.....  
.....

**Als Zwischenziele habe ich mir:**

- 1.**
- 2.**
- 3.**

**gesetzt.**

**Heute werde ich als Erstes tun:**

.....

# TEENAGE *power*

A  
B  
C  
D  
E  
F  
G  
H  
I  
J  
K  
L  
M

N  
O  
P  
Q  
R  
S  
T  
U  
V  
W  
X  
Y  
Z

# TEENAGE *power*

**WAS KANN ICH GUT?**

**WELCHE GUTEN  
EIGENSCHAFTEN HABE ICH?**

**WAS MACHT MIR SEHR VIEL  
SPASS?**

# TEENAGE *power*

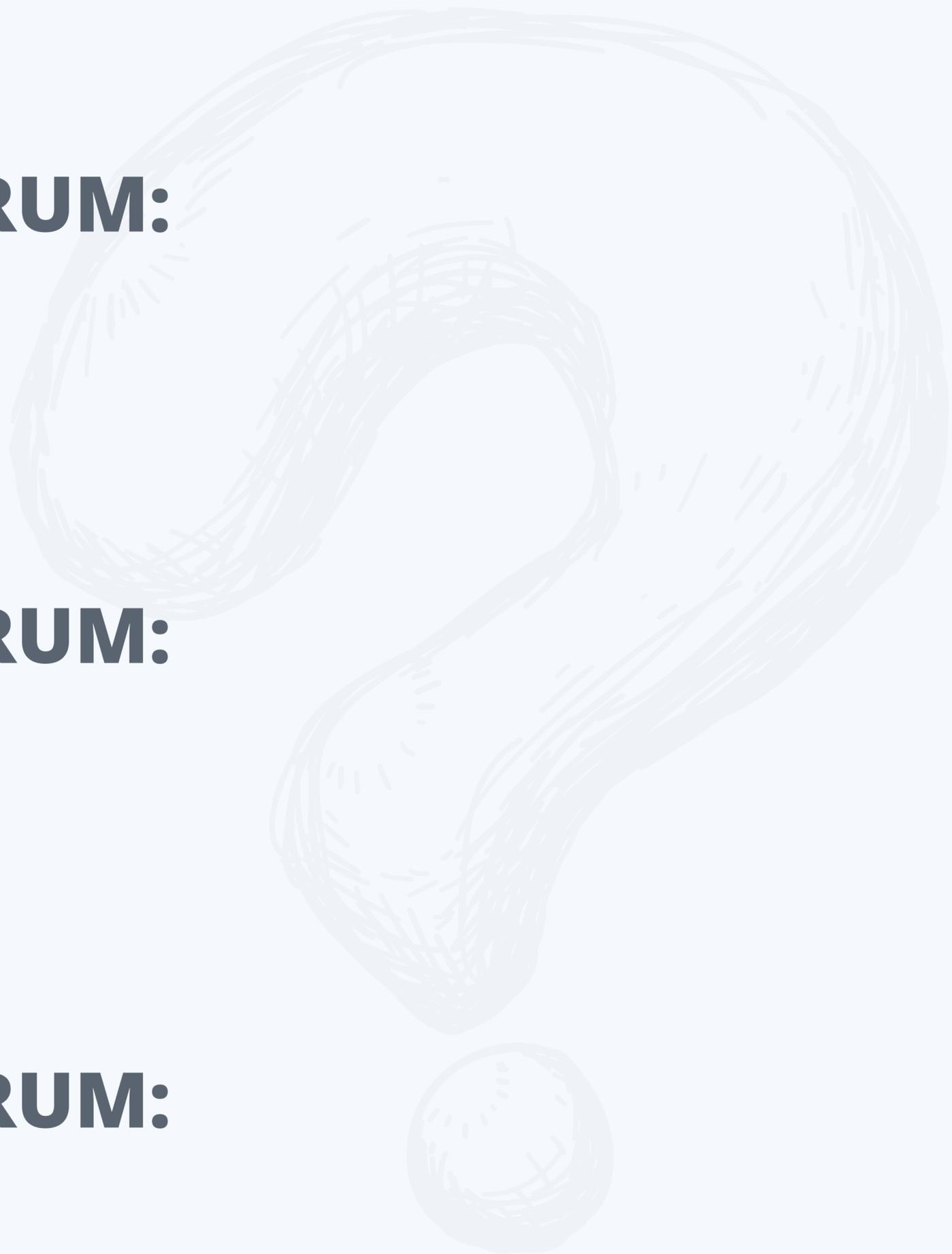
**ZIEL:**

.....

**WARUM:**

**WARUM:**

**WARUM:**



A black and white photograph of a wooden bridge with a metal railing and arches, surrounded by trees. The bridge is the central focus, leading towards a path in the distance. The text is overlaid on the bridge.

**Niemand weiß,  
was er kann,  
bis er es  
probiert hat!**

*Publius Syrus*

# TEENAGE *power*

Ehrlichkeit Pünktlichkeit Demut Höflichkeit Ordnung Spaß Toleranz Disziplin  
Freundschaft Treue Wohlstand Glück Liebe Freiheit Anerkennung Freiheit  
Gerechtigkeit Weiterentwicklung Integrität Nächstenliebe Zuverlässigkeit Abenteuer  
Intimität Harmonie innerer Frieden

## Welche Eigenschaften sind mir wichtig?

---

---

---

## Welche Eigenschaften habe ich?

---

---

---

## Welche Eigenschaften möchte ich haben?

---

---

---





