

Hast Du das Gefühl, dass alle gegen Dich sind?



— Und Dir alle auf der Nase rumtanzen? —



Sind die Kollegen wieder mal muffig?



Beschleicht Dich manchmal das Gefühl, dass Du immer etwas aus dem Rahmen fällst?



Fühlst Du Dich irgendwie beobachtet?



Hat es Dein Chef auf Dich abgesehen?



Fühlst Du Dich klein und unscheinbar?



Hängt der Haussegen wieder mal schief?



Bist du müde und antriebslos? _____



Möchtest Du am liebsten nur noch schlafen?



Oder könntest Du den ganzen Tag nur noch fressen?



Steht Dir das Wasser schon bis zum Hals?



Klammerst Du Dich am letzten Strohalm fest? _____



Hast Du von allem die Nase gestrichen voll?



Blickst Du wehmütig auf bessere Zeiten zurück?



Fühlst Du Dich belästigt?



Oder einsam und verlassen?



Bist Du ängstlich und verzagt? _____



Manchmal ist es aber wirklich zum Heulen!



Also komm, lass Dich etwas aufmuntern!



Jeder braucht mal eine Schulter!



Lehn Dich zurück, atme tief durch - entspann Dich!



Eine helfende Hand ist oft ganz nah! _____



Denk an die Zuneigung derer, die Dich lieb haben!



Notfalls iss halt einen Frustkeks – einen, nicht gleich die ganze Packung, sonst bist Du nachher noch frustrierter!



Bleib cool, auch wenn man Dich schief anguckt!



Und vor allem: Lach doch mal wieder!



Na also, es geht doch!

