



Du hast jetzt die Möglichkeit, einen Brief an dich selbst zu schreiben. Das heißt, du hast Zeit für dich selbst. Du kannst als Hilfestellung die nachfolgenden Fragen beantworten oder du schreibst einfach „darauf los“. Es gibt hier kein richtig oder falsch! Wichtig ist, dass der Brief streng vertraulich ist – niemand liest den Brief außer dir. Beschrifte deinen Briefumschlag mit deinem Namen und deiner Adresse. 6 Monate später wird dir der Brief zugeschickt.

Fragen, die du beantworten kannst:

- Wie geht's mir im Moment?
- Wie ist meine Klasse/meine Jugendgruppe?
- Fühle ich mich wohl?
- Wie beschreibe ich mich?
- Was möchte ich in diesem Jahr erreichen und erleben?
- Wie versuche ich das zu erreichen und zu erleben?
- Fühle ich mich eher zuversichtlich oder ängstlich?
- Ist meine private Situation in Ordnung oder gibt es etwas, das ich verändern möchte bzw. sollte?
- Falls ja, wie könnte ich das schaffen?
- Was liegt mir sonst noch auf dem Herzen?
- Was würde ich gerne loswerden, möchte es aber trotzdem niemandem erzählen?
- Bist du so, weil du beim Roten Kreuz bist? Oder bist du beim Roten Kreuz, weil du so bist?