

# Übungsblatt Anerkennung

---

Erinnere dich an eine Situation, in der jemand etwas gesagt oder getan hat, womit er dein Leben bereichert hat – eine kleine oder große Sache.

## (B) Wertschätzend Anerkennung und Dankbarkeit ausdrücken

1. meine **Beobachtung**:

---

---

2. mein **Gefühl**:

weil

---

3. mein erfülltes **Bedürfnis**:

---

4. **Danke!**

---

---

**Eine zusammenhängende Aussage:**

---

---

---