

Um seine Träume zu verwirklichen und vor allem einmal herauszufinden, welche Träume man überhaupt hat, gibt es eine wundervolle Methode:

DAS DREAMBOARD

Was ist ein Dreamboard überhaupt?



Es ist eine bildliche Darstellung deiner Träume und Ziele.

Gut zu wissen: Unser Gehirn denkt in Bildern und das nutzen wir für uns. Durch diese Bilder können wir ein Gefühl in uns erzeugen, das uns hilft, motiviert unsere Ziele zu verfolgen.



Die Bilder deiner Träume und Ziele werden wie eine Collage zusammengestellt. Du kannst dir Bilder ausschneiden oder selber malen.



Diese Collage hängst du an einem Ort auf, den du täglich siehst, wie zum Beispiel in deinem Kinderzimmer.



Tipp: Du kannst dein Dreamboard auch fotografieren und als Handyhintergrund verwenden, dann wirst du mehrmals am Tag an deine Träume und Ziele erinnert.

