

ANNIKA ZIMMERMANN

Dieses Buch — ist dein — Freund



Das Ausfüllbuch, das dich **unterstützt**,
motiviert, **tröstet** und dir **Gesellschaft leistet** –
in guten und in schlechten Zeiten

YES

Wenn du dich
besonders glücklich
fühlst

14-15, 20, 28-31, 47

Wenn du
mir etwas erzählen
möchtest

8, 11, 21, 32-33,
42-43

Wenn du
von der Zukunft
träumst

16-17, 36, 44-45

Wenn du mehr
über dich selbst lernen
möchtest

9-11, 18, 38-39,
48-49

Wenn du nach
Motivation suchst

12-13, 26-27,
48-49

Wenn du
dich inspiriert
fühlst

20, 22-23, 37

Wenn du dich
nach Liebe sehnst

24-25, 40-41

Wenn du die
beste Version von
dir selbst sein willst

16-17, 19, 22-23,
34-35, 47

Ein Freund für gute Zeiten



Wenn es dir
schwerfällt, dich
selbst zu mögen

72-73, 77, 82-85,
90-91, 98-100

Wenn es
dir schlecht geht

59-63, 67, 71,
92-93, 105, 109

Wenn du Trost
brauchst

55, 70-71, 92,
104

Wenn du ängstlich
oder gestresst bist

59, 67-69, 95,
103, 108

Wenn du einen
guten Rat brauchst

64, 70, 77-79,
107, 111

Wenn du dir zu
viele Gedanken
machst

52, 88, 101-102,
108

Wenn du von
anderen enttäuscht
wurdest

53-54, 65-66, 77,
98-99, 105

Wenn du dich
antriebslos fühlst

56-58, 74-75, 86-87,
96-97, 110-111

Wenn du
ehrlich zu dir selbst
sein musst

72-73, 76-77, 80-81,
89, 94, 100, 107

Ein Freund für schlechte Zeiten

