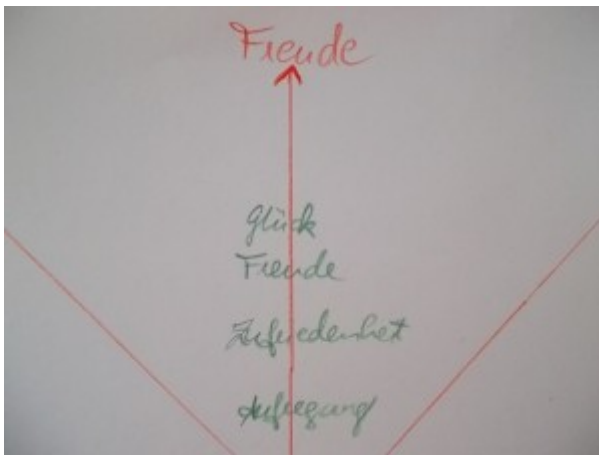


# Gefühlsstern – Freude



Auf der Achse Freude habe ich für mich folgende Abstufungen gefunden:

Aufregung  
Zufriedenheit  
Freude  
Glück

Leichte Aufregung beginnt oft als kribbeln im Bauch und leuchten der Augen.

Bei Zufriedenheit bin ich mit mir und der Welt im Einklang, fühle mich total wohl und genieße die Zeit mit mir und anderen.

Freude ist für andere sichtbar: Ich strahle, lächle, erzähle von meiner Freude.

Wie sieht Ihre Freude-Achse aus?

