

A 3 | ÜBUNG 9 **Die FRISCHZELLE – ein schönes Kocherlebnis**

Titel:

Was wollte ich erreichen?

Was habe ich gemacht?

Was habe ich erreicht?

(Mein Ergebnis)

Welche Fähigkeiten und Eigenschaften haben sich in meinem Tun gezeigt?

(Eigen- und Fremdwahrnehmung)

Was hat mir in dem Moment am meisten Spaß gemacht und warum?
Markiere Deine 3 Lieblingsfähigkeiten!