



ProzessPlus

**WENN DAS LEBEN DIR  
ZITRONEN GIBT, MACH  
LIMONADE DARAUS!**

Kleine Denkübung: Stell dir eine saftige Zitrone vor!

## Selbstfürsorge

 [www.prozessplus-sachsen.de](http://www.prozessplus-sachsen.de)  [info@prozessplus-erz.de](mailto:info@prozessplus-erz.de)  +49 176 70570755



**ProzessPlus**

Wachsen. Gestalten. Verstehen.

**Kontrolle** Du kannst steuern, was du tust und wie du denkst.

**Einfluss** Du kannst andere überzeugen oder Situationen mitgestalten.

**Akzeptanz** Du nimmst an, was du nicht ändern kannst.

