

Liste angenehmer Aktivitäten

1. Ein Bad nehmen
2. Von der Zeit nach der Schule träumen
3. Mit Deinem Freund / Deiner Freundin ausgehen
4. Entspannen
5. Ins Kino gehen
6. Joggen
7. Spaziergehen
8. Musik hören
9. Ein Sonnenbad nehmen
10. Lesen
11. Mit Freunden ausgehen
12. Geld sparen
13. Zukunftspläne schmieden
14. Tanzen
15. Putzen
16. Einen ruhigen Abend verbringen
17. Kochen
18. Sich um die Haustiere kümmern
19. Schwimmen
20. Schreiben
21. Malen
22. Körperliches Training
23. Auf eine Party gehen
24. Sport
25. Sich mit einem Freund oder einem Verwandten unterhalten
26. Singen
27. Sport-, Tanz- oder Musikunterricht nehmen
28. Zum Baden gehen
29. Inlines
30. Reisen
31. Ein Musikinstrument spielen
32. Ein Geschenk machen
33. CDs kaufen
34. Sport im Fernsehen anschauen oder zu einem Spiel gehen
35. Eine Party planen
36. Klamotten kaufen
37. Essen gehen
38. Arbeiten
39. Deine Haare schneiden lassen
40. Morgenkaffee und Zeitung
41. Küssen
42. Livemusik hören
43. Schulbesuch planen
44. Einen Ausflug machen
45. Fernsehen
46. Listen von Dingen erstellen, die Du tun musst oder möchtest
47. Fahrradfahren
48. Geschenke kaufen
49. In einen Park gehen
50. Eine Aufgabe fertigstellen
51. Deine Lieblings Speisen essen
52. Tagebuch oder Briefe schreiben
53. Zeit mit Kindern verbringen
54. Ein Picknick machen
55. Meditieren
56. Karten spielen
57. Fotos anschauen oder zeigen
58. Puzzeln
59. Billard spielen
60. Nintendo spielen
61. Sich schick anziehen
62. Sachen für Dich kaufen
63. Telefonieren
64. In die Stadt gehen
65. Dich massieren lassen
66. „Ich liebe Dich“ sagen
67. An Deine Fähigkeiten denken
68. Kegeln gehen
69. Träume von einem besseren Leben
70. _____
71. _____
72. _____
73. _____
74. _____
75. _____
76. _____
77. _____
78. _____
79. _____
80. _____
81. _____
82. _____
83. _____
84. _____
85. _____