

Tag: _____



Gestern habe ich diese (kleine) Hürde überwunden:

Hinterher habe ich mich so gefühlt:



Heute gehe ich einen Schritt auf dieses große Ziel zu:

Dafür setze ich heute besonders diese Stärken ein:



Damit heute ein genialer Tag wird, genügt schon:

-
-
-



Heute oder im allgemeinen bin ich dankbar für:

-
-
-
-
-



In Zukunft mache ich folgendes besser:

Wenn

Dann



Ich freue mich auf morgen, weil:

Tag: _____



Gestern habe ich diese (kleine) Hürde überwunden:

Hinterher habe ich mich so gefühlt:



Heute gehe ich einen Schritt auf dieses große Ziel zu:

Dafür setze ich heute besonders diese Stärken ein:



Damit heute ein genialer Tag wird, genügt schon:

-
-
-



Heute oder im allgemeinen bin ich dankbar für:

-
-
-
-
-



In Zukunft mache ich folgendes besser:

Wenn

Dann



Ich freue mich auf morgen, weil:

Tag: _____



Gestern habe ich diese (kleine) Hürde überwunden:

Hinterher habe ich mich so gefühlt:



Heute gehe ich einen Schritt auf dieses große Ziel zu:

Dafür setze ich heute besonders diese Stärken ein:



Damit heute ein genialer Tag wird, genügt schon:

-
-
-



Heute oder im allgemeinen bin ich dankbar für:

-
-
-
-
-



In Zukunft mache ich folgendes besser:

Wenn

Dann



Ich freue mich auf morgen, weil:

Tag: _____



Gestern habe ich diese (kleine) Hürde überwunden:

Hinterher habe ich mich so gefühlt:



Heute gehe ich einen Schritt auf dieses große Ziel zu:

Dafür setze ich heute besonders diese Stärken ein:



Damit heute ein genialer Tag wird, genügt schon:

-
-
-



Heute oder im allgemeinen bin ich dankbar für:

-
-
-
-
-



In Zukunft mache ich folgendes besser:

Wenn

Dann



Ich freue mich auf morgen, weil: