

Mein Gefühlstagebuch

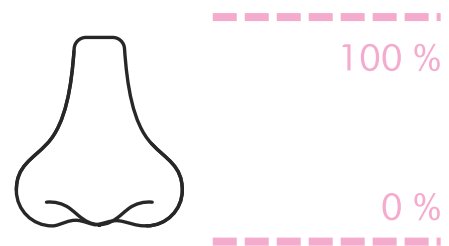
Datum: _____

Uhr: _____

Ich fühle mich:

- ratlos
- verpennt
- bedrückend
- chaotisch
- idiotisch
- verloren
- leer
- _____

So voll habe ich die Nase:



Morgen wird ein guter Tag weil:

Was ist heute passiert?



Mein Gefühlstagebuch

Datum: _____

Uhr: _____

Ich fühle mich:

- glücklich
- hoffnungsvoll
- fleißig
- einzigartig
- erholt
- _____

So weit bin ich
über meinen
Schatten
gesprungen:



Davon habe ich mich nicht stressen
lassen: _____

Was ist heute passiert?

