



Mein Tag

Datum:

Gefühlsbarometer: ☹️ ○ ○ ○ ○ ○ 😊

Frage 1: Mit welchem Gedanken bist du heute Morgen aufgestanden?

.....
.....
.....

Frage 2: Was hat dich heute zum Lächeln gebracht?

.....
.....
.....

Frage 3: Welches Gefühl hast du heute ganz intensiv gespürt?

.....
.....
.....

Bilder: © KatyaKatya - Fotolia.com



Frage 4: Welchem Tag-/Wunschtraum hast du dich heute hingegeben?

.....
.....
.....

Frage 5: Mit welchem Gefühl gehst du heute ins Bett?

.....
.....
.....

Mein Glücksmoment des Tages:

.....
.....
.....
.....