



Meine Gut-Gemacht-Liste

„Selbstwert wächst nicht dadurch, dass wir mehr leisten -
sondern dadurch, dass wir mehr wahrnehmen, was wir bereits leisten.“



Tag	Das habe ich heute gut gemacht (1-3 Dinge) Oder auch: Was war heute anstrengend/ herausfordernd und wie bin ich damit umgegangen?
1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	