

Meine Erfolge

Tagebuch

*"Blicke nur zurück, um zu sehen, wie weit Du
gekommen bist!"*

Anleitung

Nimm Dir täglich 5 Minuten und schreibe in jede Spalte der ersten Seite einen Erfolg. Liste alle Erfolge Deines Lebens auf. Und wenn Du fertig bist, mach weiter mit den Erfolgen dieses Tages.



Erfolge können schöne Erfahrungen sein, die Du erlebt hast (z.B. allein auf Reisen, den Schulabschluss geschafft, einen Auftrag bekommen, ein Kind geboren, etc...). Es können auch negative Erlebnisse sein, die Du trotz Tränen gemeistert oder einfach nur überlebt hast (z.B. eine Trennung, der Verlust der Arbeit, ein Unfall etc....)



Schreib Dir dann auf der zweiten Seite zu jedem Erfolg die Eigenschaft auf, die Dir geholfen hat, das zu erreichen, zu meistern oder zu überleben (z.B. Geduld, Mitgefühl, Willensstärke, Disziplin, Optimismus, Vergebung, Liebe, Kämpfernautur, etc.)



Erfolge

Eight horizontal, rounded rectangular bars in a light pink color, stacked vertically, providing space for writing or notes.





Blank lined area for writing.

