

**Mein Gefühl des
Tages:**

Datum:

- 1. Von welchen Situationen kenn ich das Gefühl?

2. An was denke ich bei diesem Gefühl?

3. Was nehme ich dabei körperlich wahr?

4. An was bemerkst du dieses Gefühl?

5. Welche Sätze | Gedanken kommen dir bei diesem Gefühl?