

# MAMA BLISS *Online-Kurs*

TAGEBUCH

MODUL 1



In dem Modul 1 geht es um die erste Beziehung deines Lebens. Die Beziehung zu deiner Mutter. Die Art und Weise dieser Verbindung hat großen Einfluss, darauf, wer du heute bist.

Dieses Tagebuch begleitet dich durch das Modul 1 und kann dir helfen, deine Gedanken zu sortieren, klare Absichten zu setzen und dich gut auszurichten. Die am Ende der Woche stehenden Fragen kannst du als Anhaltspunkte nehmen. Du kannst aber auch völlig frei alles schreiben, was kommt ohne wirklich nachzudenken.

Notiere vorab:

Welche konkreten Erwartungen hast du an das Modul 1?  
Was willst du in dem Modul 1 erreichen?

Tip: Drucke dir dieses Tagebuch aus. Unter /Drucken/ kannst du die Einstellung 2 Seiten pro Blatt im Querformat bzw. vertikal wählen, so dass du fast ein Tagebuchformat hast. Verwenden kannst du natürlich auch ein anderes Büchlein, ganz wie du magst.

Montag, den

Dienstag, den

Mittwoch, den

Donnerstag, den

Freitag, den

Samstag, den



Sonntag, den

Wozu ich mich motivieren möchte:

Was waren meine Erfolge?

Was habe ich erkannt?

Was bedeutet das für mich in der Zukunft?

Wofür bin ich dankbar?