



Dr. med. Michaela Muthig
PSYCHOLOGISCHES COACHING

Arbeitsblatt 3: Anscheinend bin ich doch nicht so schlecht, wie ich dachte

Die Übung soll Ihnen dabei helfen, Ihre Grundüberzeugungen zu hinterfragen. Schreiben Sie jeden Tag mindestens drei Punkte auf, die darauf hindeuten, dass andere mit Ihnen und Ihrer Leistung zufrieden sind.

Montag

Dienstag

Mittwoch





Dr. med. Michaela Muthig
PSYCHOLOGISCHES COACHING

Donnerstag

.....

.....

.....

.....

Freitag

.....

.....

.....

.....

Samstag

.....

.....

.....

Sonntag

.....

.....

.....

