

---



# Selbstfindungstagebuch

---



Ein 30-Tage-Journal mit Anleitung



Tageseintrag

Erstellt mit LoomJournals

---

# So verwendest du dieses Journal

---

Willkommen bei deinem Journal! Hier sind einige Tipps, um das Beste daraus zu machen:

- 1 Nimm dir jeden Tag ein paar Minuten zum Schreiben
- 2 Sei ehrlich und schreibe frei, ohne zu urteilen
- 3 Versuche, jeden Tag zur gleichen Zeit zu schreiben, um eine Gewohnheit aufzubauen
- 4 Lies deine Einträge wöchentlich durch, um Muster zu erkennen

- 
- Start with today's life purpose question
  - Reflect on your core values and strengths
  - Explore fears and limiting beliefs honestly
  - Capture insights and lessons learned
  - End with a moment of gratitude



Scanne für eine ausführliche Anleitung zu diesem Journal

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---

**Datum:** \_\_\_\_\_

**Frage zum Lebenssinn** *(stelle dir eine tiefgehende frage darüber, wer du bist oder sein willst)*

---

---

---

**Kernwerte** *(welche werte leiten deine entscheidungen? ehrlichkeit, freiheit, wachstum...)*

---

---

**Meine Stärken** *(was kannst du gut? was schätzen andere an dir?)*

---

---

**Erforschte Ängste** *(welche angst hast du heute bemerkt oder ihr dich gestellt?)*

---

---

**Begrenzende Glaubenssätze** *(welche geschichte erzählst du dir, die dich möglicherweise zurückhält?)*

---

---

**Was ich gelernt habe** *(welche fotografische lektion oder erkenntnis hat dir diese session gebracht?)*

---

---

**Reflexion des Tages** *(was lief gut? was könnte besser sein?)*

---

---

---

**Dankbarkeit** *(wofür bist du heute dankbar? nenne eine bestimmte person, einen moment oder eine sache)*

---

---