

TINY HABITS

Freiheitsgefühl - Tracker



START-DATUM _____

MEIN

FREIHEITS-

GEFÜHL

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15
16	17	18	19	20
21	22	23	24	25
26	27	28	29	30

TINY HABITS

Ideen - Sammlung

MEIN FREIHEITSGEFÜHL _____

IDEEN ZU PASSENDEN TINY HABITS

NOTIZEN

☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	
☐	

--

MEIN VERSPRECHEN AN MICH SELBST

ICH WILL **MEINE FREIHEIT** JEDEN TAG LEBEN - DAFÜR BIN ICH BEREIT:

- DIE WICHTIGSTEN ASPEKTE MEINER FREIHEIT ZU **ERFORSCHEN**
- MICH JEDEN TAG MIT MEINER FREIHEIT ZU **VERBINDEN**
- SIE IN **KLEINE SCHRITTE** HERUNTERZUBRECHEN
- JEDEN TAG **EINEN SCHRITT** ZU TUN - EGAL, WIE KLEIN ER AUCH SEIN MÖGE
- **WOHLWOLLEND** MIT MIR ZU SEIN, FALLS ICH EINEN TAG AUSLASSE
- IMMER **WEITERZUMACHEN**
- MICH IMMER WIEDER DAFÜR ZU **FEIERN**

DAS HEUTIGE DATUM UND DEINE UNTERSCHRIFT:

--