

## Medizin der Emotionen



Name:	Lieblingsgefühl:
-------	------------------

Datum	Stimmung <small>Wie geht es Ihnen heute: gut, schlecht, mittel?</small>	Herzkohärenz <small>Wie viele Minuten haben Sie heute Herzkohärenz-Training gemacht? Welche Technik?</small>	Positive Gefühle <small>Wie oft haben Sie heute bewusst angenehme Gefühle wahrgenommen? Welche?</small>	Dankbarkeit <small>Was hat sie heute dankbar gemacht (Stichwort/e)?</small>	Lächeln <small>Wie oft haben Sie heute bewusst gelächelt?</small>
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa/So					

## Medizin der Emotionen



Name:	Lieblingsgefühl:
-------	------------------

Datum	Stimmung <small>Wie geht es Ihnen heute: gut, schlecht, mittel?</small>	Herzkohärenz <small>Wie viele Minuten haben Sie heute Herzkohärenz-Training gemacht? Welche Technik?</small>	Positive Gefühle <small>Wie oft haben Sie heute bewusst angenehme Gefühle wahrgenommen? Welche?</small>	Dankbarkeit <small>Was hat sie heute dankbar gemacht (Stichwort/e)?</small>	Lächeln <small>Wie oft haben Sie heute bewusst gelächelt?</small>
Mo					
Di					
Mi					
Do					
Fr					
Sa/So					