

Stimmungstagebuch

Tag	Stimmung		Unsicherheit		Erschöpfung		Nervosität	
	bedrückt	heiter	starke	schwache	starke	schwache	nervös	entspannt
Montag, Datum								
morgens								
abends								
Dienstag, Datum								
morgens								
abends								
Mittwoch, Datum								
morgens								
abends								
Donnerstag, Datum								
morgens								
abends								
Freitag, Datum								
morgens								
abends								
Samstag, Datum								
morgens								
abends								
Sonntag, Datum								
morgens								
abends								

Tag	Stimmung		Unsicherheit		Erschöpfung		Nervosität	
	bedrückt	heiter	starke	schwache	starke	schwache	nervös	entspannt
Montag, Datum								
morgens								
abends								
Dienstag, Datum								
morgens								
abends								
Mittwoch, Datum								
morgens								
abends								
Donnerstag, Datum								
morgens								
abends								
Freitag, Datum								
morgens								
abends								
Samstag, Datum								
morgens								
abends								
Sonntag, Datum								
morgens								
abends								

