

↓ Online-Materialien zum Buch



Katharina Hanyka, Susanne Strobach
**Logbuch Lebenszufriedenheit
und Glück**

Das 12-Wochen-Programm
aus der Positiven Psychologie
ISBN 978-3-407-36851-5 Print
ISBN 978-3-407-36856-0 E-Book (PDF)

Inhalt

Der Wochenplaner

WOCHENPLANER

WOCHE:

LEITGEDANKE DER WOCHE:

MO	DI	MI	DO	FR	SA
					SO

ZIELE / FOKUS

WEITERE IDEEN / NOTIZEN / GEDANKEN

AUFGABEN / TO-DOS