

Monatsübersicht

Monat: _____ | Jahr: _____

Meine wichtigsten Aufgaben & Termine

Woche 1	Woche 2	Woche 3	Woche 4	Woche 5

Orientierung und Fokussierung _____

Diesen Monat haben folgende Ereignisse Priorität:

Diesen Monat reduziere ich folgenden Ballast (negatives Gefühl, einschränkende Gedanken, unsinnige Verhaltensweise):

Das habe ich diesen Monat über mich gelernt:

Für nächsten Monat nehme ich mir das insbesondere vor:

So entspanne ich mich diesen Monat:

Der UNI-Coach

So kommst du entspannt, motiviert und erfolgreich
durch dein Studium

Sutoris, M.

2018, XV, 180 S. 14 Abb. Book + eBook., Softcover

ISBN: 978-3-662-56663-3