**Tagebuch zum Experiment:**

|  |
| --- |
| **Meine gewählte Tätigkeit ist:** |
| **Mein Ziel ist:** |
| **So führe ich diese Tätigkeit jeden Tag durch: (Ort, Zeitpunkt im Tagesablauf; Dauer)** |
| **So habe ich an den folgenden Tagen meine Tätigkeit ausgeübt:** |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |
| 1. **Tag**
 |  |