

# „Mein Klimatagebuch“ – Selbstbeobachtung



Datum: .....

Wochentag: .....

Wie häufig habe ich die Aktivität ausgeführt?

Habe ich die Aktivität so häufig ausgeführt wie von mir vorgesehen?

Wann fiel mir die Umsetzung leicht? Warum?

Wann fiel mir die Umsetzung schwer/war nicht möglich? Warum?

Welche Herausforderungen sind aufgetreten? Was hat mir geholfen, sie zu überwinden?

Wie gut hat mein Wenn-dann-Plan funktioniert?

Weitere Notizen: