

## **Ritual zum Tagesbeginn und -ende**

### **Morgens:**

- Was werde ich heute erledigen?
- Was begeistert mich?
- Was motiviert mich?
- Wofür bin ich dankbar?
- Wen liebe ich und wer liebt mich?
- Worüber bin ich glücklich?

### **Abends:**

- Was habe ich erledigt?
- Was habe ich gelernt?
- Was kann ich morgen noch besser machen?
- Was kann ich (noch) delegieren, wofür kann ich mir Hilfe/Unterstützung suchen?