

Meine »Covid-Wins«

In welchem Bereich haben sich Dinge *auch* in eine gute Richtung entwickelt? Was gibt's Neues, Schönes in meinem Privatleben, im Job und überhaupt? Auf einer Skala von 1-10 - wie sehr gefällt mir das, wenn 10 ist »Will ich künftig nicht mehr missen!«

Vielleicht hast du Lust, die Übung zusammen mit anderen zu machen und dich von deren *Covid-Wins* inspirieren zu lassen.

In welchem Bereich?	Was ist da neu? Was tut gut? Was ist besser als zuvor?	Skala 1-10
<i>Privatleben</i>		
Privatleben allg.		
Körperliche Betätigung		
Geistige Betätigung		
Beziehung zum Partner		
Beziehung zu Kindern		
Freundschaften		
Familienleben		
Gefühle		
Haltungen		
<i>Berufsleben</i>		
Berufsleben allg.		
am Arbeitsplatz		
Homeoffice		
Beziehung zu Kollegen		
Beziehung zu Chef(s)		
Arbeitsinhalte		
Gefühle		
Haltungen		

Nimm dir im Anschluss Zeit, um dir bewusst zu machen, was aus deiner Liste für dich am wichtigsten, am überraschendsten, am schönsten ... ist.

Leite diese Übung gern weiter!