

Woche vom ____ bis ____.

Mein Fokus der Woche:

Wochenplaner

3 PRIORITÄTEN DER WOCHE

1

2

3

Mini-Version:

Mini-Version:

Mini-Version:

MO ____	DI ____	MI ____	DO ____	FR ____	SA ____	SO ____
Termine	Termine	Termine	Termine	Termine	Termine	Termine
____	____	____	____	____	____	____
____	____	____	____	____	____	____
____	____	____	____	____	____	____
Heute nur 3:	Heute nur 3:	Heute nur 3:	Heute nur 3:	Heute nur 3:	Heute nur 3:	Heute nur 3:
1 ☐ ____	1 ☐ ____	1 ☐ ____	1 ☐ ____	1 ☐ ____	1 ☐ ____	1 ☐ ____
2 ☐ ____	2 ☐ ____	2 ☐ ____	2 ☐ ____	2 ☐ ____	2 ☐ ____	2 ☐ ____
3 ☐ ____	3 ☐ ____	3 ☐ ____	3 ☐ ____	3 ☐ ____	3 ☐ ____	3 ☐ ____
☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht	☐ schlechter Tag: Mini-Version gemacht
Hat geklappt:	Hat geklappt:	Hat geklappt:	Hat geklappt:	Hat geklappt:	Hat geklappt:	Hat geklappt:
____	____	____	____	____	____	____

GEWOHNHEITEN

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐
____	☐	☐	☐	☐	☐	☐	☐

Wenn es klappt (ohne Datum):

Erholung dieser Woche:

Rückblick der Woche (15 Minuten)

Datum: ____.

3 Dinge, die gelungen sind

1 _____

2 _____

3 _____

Was liegen blieb, und warum (ohne Urteil)

Eine Sache, die nächste Woche leichter werden soll

Erste Aufgabe am Montag (um ohne Nachdenken zu starten):

2-Minuten-Version: _____

