

Flow

Nehmen Sie sich bitte ein paar Minuten Zeit, die folgenden Fragen zu beantworten.

1. In welchen Situationen gehen Sie vollständig in Ihrer Tätigkeit auf und vergessen die Zeit?

.....
.....
.....

2. Was machen Sie immer wieder und ziehen Sie zeitlich vor, wenn möglich?

.....
.....
.....

3. Welche Tätigkeiten führen Sie aus, ohne eine Belohnung zu bekommen? Die Tätigkeit an sich stellt für Sie eine Belohnung dar?

.....
.....
.....

4. Woran haben Sie besonders gerne und problemlos gearbeitet? Wo wollten bzw. konnten Sie „kein Ende“ finden (im positiven Sinne)?

.....
.....
.....

5. Welche „kleinen“ Dinge / Aufgaben können Sie in Ihren Alltag einbauen, die Sie erfolgreich abschließen können?

.....
.....
.....