

KARMA BANK FLOW

Übe die Punkte-Routine zur Reflexion und zum Aufrechterhalten des Schwungs.

ERKLÄRUNG:

1. Adding points follows your flow. Some struggle receiving support, then you start with giving support and vice versa.
2. Focus again on people, with whom you need to improve your relationship.
3. Focus on colleagues who you feel you can easily help to start with.

Für Punkte hinzu
wenn du Unterstützung
erhalten hast!

Füge Punkte hinzu
wenn du Unter-
stützung ge-
geben hast!

Verfolge, wie
viele Karma-
Punkte du
gibst und
erhältst!



OPTIONALE UMSETZUNGSLISTE
(DAS EINFACHE, DAS
SCHWIERIGE, DAS SPASSIGE)

Karma-Bank OPTIONALE TRACKING-LIST