



Triple-A-Checkin

Worksheet

1.) **Aim (Ziel):** Was will ich erreichen, was ist mein Ziel für heute?

1

2.) **Attitude (Haltung):** Mit welcher Haltung gehe ich in den Workshop?

2

3.) **Attention (Aufmerksamkeit):** Worauf richte ich heute meine Aufmerksamkeit?

3



Triple-A-Checkout

Worksheet

1.) **Aim – Was habe ich erreicht?** Was davon entspricht meinem Ziel vom Anfang? Was ist anders geworden als erwartet?

1

2.) **Attitude – Wie gehe ich raus?** Hat sich meine Haltung verändert? Mit welchem Wort würde ich sie jetzt beschreiben?

2

3.) **Attention – Worauf richte ich ab jetzt meinen Fokus?** Was ist mein konkreter nächster Schritt? Was lasse ich bewusst los?

3