

## **0 Wunsch**

Was ist mein Wunsch?

## **3.1 Handlung**

Welche Handlung hilft mir, mein Hindernis zu überwinden?

## **1 Hindernis**

Was hält mich innerlich davon ab, es zu tun?

## **3.2 To Dos**

Welche Schritte sind noch nötig, damit ich handeln kann?

## **2 Minimale Tätigkeit**

Welche minimale Tätigkeit ist Teil des Wunsches?