

To Do Liste

- ~~Aufstehen~~
- ~~Kaffee machen~~
- ~~Kaffee trinken~~
- Duschen
- ~~Essen kochen~~ und für morgen vorkochen
- Joggen gehen
- Dich bei Mama melden
- ~~Mehr Kaffee trinken~~
- ~~Arbeiten~~
- Versicherung anrufen
- Pünktlich schlafen gehen
- ~~Aufstehen~~
- ~~Kaffee machen~~
- ~~Kaffee trinken~~
- Duschen
- Joggen gehen
- ~~Mehr Kaffee trinken~~
- Arbeiten
- ~~Nervös zittern~~
- Mama anrufen!
- Versicherung anrufen wegen der Mahnung!!
- Keinen Kaffee nach 16 Uhr mehr trinken
- ~~Kaffee Trinken~~
- ~~Kaffee Trinken~~
- ~~Kaffee Trinken~~
- SCHLAFEN!
- ~~WACH BLEIBEN!~~
- ~~Aufstehen~~
- Heute mal keinen Kaffee trinken!
- ~~Kaffee trinken~~
- Produktiv sein!
- Joggen gehen!
- Versicherung, Mahnung, andere Mahnung, Mama etc
- ~~Nervös am Tisch sitzen ohne einen Finger zu rühren, außer das Zittern das ständig durch die Finger geht~~

- ~~Mehr Kaffee trinken~~
- Kaffee kaufen
- ~~Keinen Kaffee trinken, aber nur weil du vergessen hast welchen zu kaufen~~
- ~~Mate trinken!~~
- ~~Schwarztee trinken!!~~
- ~~Cola trinken!!!~~
- Mama zurückrufen
- Versicherung zurückrufen
- Mahnungen!! RECHNUNGEN ZAHLEN!!!
- ~~MATE MIT COLA UND SCHWARZTEE TRINKEN!!~~
- ENTSPANNEN!!
- TIEF DURCHATMEN!!
- ~~PANISCH HYPERVENTILIEREN!!!!!!~~
- ~~Um 3 Uhr morgens beim einzigen noch offenen Supermarkt am Bahnhof Kaffee kaufen!!~~
- ~~KAFFEE TRINKEN!~~
- ~~Weinen~~
- ~~Hyperventilieren, Hyperventilieren, Hyperventilieren!~~
- ~~Panisch Hyperventilieren!~~
- ~~Versicherung anrufen~~
- ~~Den Punkt „Versicherung anrufen“ auf der To-Do-Liste durchstreichen, obwohl du die Versicherung gar nicht angerufen hast, aber vielleicht bringt es ja was, vielleicht fühlst du dich dann motivierter, vielleicht fühlst du dich kurz so, als hättest du etwas erreicht, irgendetwas produktives getan, um in einem Leben weiterzukommen, einfach irgendwas, ein kleiner schwarzer Strich, der dir sagt, dass du nicht wertlos bist~~
- ~~Mama anrufen~~
- ~~Mama nicht erreichen~~
- ~~Mama auf die Mailbox weinen~~
- ~~Mama nochmal anrufen~~
- ~~Mama live ins Telefon weinen~~
- ~~Tief durchatmen~~
- ~~Tief durchatmen~~
- ~~Tief durchatmen~~
- ~~Schlafen~~

- ~~Aufstehen~~
- ~~In Zukunft einfach nicht mehr „Kaffee trinken“ auf die To do liste schreiben~~
- ~~Einen kleinen Schritt geschafft haben~~
- ~~Noch einen kleinen Schritt geschafft haben~~
- ~~Tief durchatmen~~
- ~~Diesen Punkt hier durchstreichen~~
- ~~Diesen Punkt hier durchstreichen~~
- ~~Diesen Punkt hier durchstreichen~~
- Alles wird gut

(Schreibimpuls: Schreibe dir sechs Textgattungen aus und nummeriere sie. Schreibe dir sechs Themen/Stoffe aus und nummeriere sie. Schreibe dir sechs Emotionen auf und nummeriere sie. Würfle nun drei Mal - und schreibe einen Text, der die erwürfelte Gattung, das Sujet und die Stimmung verbindet.

Alle Rechte verbleiben beim Urheber.

Kontakt: eliashirschl.com)