

# Social Media Seelenhygiene

SOZIALE MEDIEN STRESSFREI & CLEVER EINSETZEN

---

START BESTANDSAUFNAHME AUSWAHL ZIELE THEMEN PLAN NOTIZEN

---

## Kanal:

**Welche Gefühle verbindest du mit der Nutzung dieses Kanals?**

1=nur negative Gefühle 10=nur positive Gefühle

1           10

**Was glaubst du, wie wichtig ist dieser Kanal für dein Unternehmen?**

1=unwichtig 10=sehr wichtig

1          10

## Gesamtpunktzahl:

---

## Kanal:

**Welche Gefühle verbindest du mit der Nutzung dieses Kanals?**

1=nur negative Gefühle 10=nur positive Gefühle

1          10

**Was glaubst du, wie wichtig ist dieser Kanal für dein Unternehmen?**

1=unwichtig 10=sehr wichtig

1          10

## Gesamtpunktzahl:

---

# Social Media Seelenhygiene

SOZIALE MEDIEN STRESSFREI & CLEVER EINSETZEN

---

START BESTANDSAUFNAHME AUSWAHL ZIELE THEMEN PLAN NOTIZEN

---

**Gesamtwertung bis 11**

**Gesamtwertung über 12**

**aussortieren oder reduzieren**

**fokussieren**