

Werte und Ziele - Arbeitsblatt Diagnose

Omid François Zamani

Was würde ich tun, wenn mir nur noch wenig Zeit bliebe?

(inspiriert von der ACT-Therapie)

Stellen Sie sich vor, Sie wären im Krankenhaus gewesen und mehrere Ärzte hätten Ihnen versichert, dass sie nur noch ein paar Monate zu leben hätten. Wie würden Sie diese gestalten?

Schreiben Sie unten Ihre Gedanken auf. Gehen Sie im zweiten Schritt die Notizen durch und versuchen Sie, ihre zugrunde liegenden Werte heraus zu filtern und aufzuschreiben.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....