

Arbeitsblatt zur Entscheidungswaage (Kosten-Nutzen-Rechnung)

Was spricht für das Fortsetzen des bisherigen Verhaltens?	Was spricht für ein Verändern des bisherigen Verhaltens?
<i>Vorteile des Status quo:</i>	<i>Nachteile des Status quo:</i>
<i>Nachteile einer Veränderung:</i>	<i>Vorteile einer Veränderung:</i>

Bitte, beziehe in deine Überlegungen ein:

- die Konsequenzen für dich selbst,
- die Konsequenzen für Andere.
- Wie fühle ich mich selbst dabei?
- Wie fühlen sich Andere dabei im Umgang mit mir?