

Aufgabe: Fülle die schematische Belohnungsliste aus!

Menschen:

Nenne zwei Personen, mit denen du mehr Zeit verbringen möchtest.

1.

2.

Orte:

Notiere zwei Orte, an denen du mehr Zeit verbringen möchtest.

1.

2.

Gegenstände:

Notiere zwei Gegenstände, die du nicht besitzt, aber sehr gerne hättest und dir prinzipiell leisten kannst.

1.

2.

Aktivitäten:

Nenne zwei Aktivitäten, denen du dich häufiger als zurzeit widmen möchtest.

1.

2.

Wähle nun aus allen genannten Bereichen die drei Belohnungen aus, die für dich am stärksten sind!

1.

2.

3.