

Fertigkeiten-Wochenprotokoll

| Fertigkeiten | Seite | Montag | | Dienstag | | Mittwoch | | Donnerstag | | Freitag | | Samstag | | Sonntag | |
|--|-------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| | | A j/n | N 0-4 | A j/n | N 0-4 | A j/n | N 0-4 | A j/n | N 0-4 | A j/n | N 0-4 | A j/n | N 0/4 | A j/n | N 0-4 |
| Achtsamkeit | | | | | | | | | | | | | | | |
| Wahrnehmen | 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| Beschreiben: innen | 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| Beschreiben: außen | 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| Teilnehmen | 4 | | | | | | | | | | | | | | |
| Nichtbewertende Haltung | 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| Konzentration auf den Augenblick | 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| Wirkungsvolles Handeln | 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| Zwischenmenschliche Fertigkeiten | | | | | | | | | | | | | | | |
| Entscheidung für/gegen Bitten/Neinsagen | 26-29 | | | | | | | | | | | | | | |
| Richtlinien für die Orientierung auf das Ziel | 21,22 | | | | | | | | | | | | | | |
| Richtlinien für die Orientierung auf die Beziehung | 23 | | | | | | | | | | | | | | |
| Richtlinien für die Orientierung auf die Selbstachtung | 24 | | | | | | | | | | | | | | |

A = Anwendung ja oder nein
 N = Nutzen 0 -4

0 = gar nicht
 1 = kaum
 2 = mittel
 3 = viel
 4 = sehr viel