

## Was ist mir wirklich wichtig?

Dieses Arbeitsblatt unterstützt Sie dabei herauszufinden, was Ihnen im Leben wichtig ist – und was das mit der Entscheidung für oder gegen die Offenlegung Ihrer gesundheitlichen Beeinträchtigung am Arbeitsplatz zu tun hat.

### 1. Was für ein Mensch möchte ich sein?

Bei dieser Frage geht es um Ihre Wertvorstellungen. Also darum, wie Sie andere, sich selbst und die Welt um sich herum behandeln möchten. Welche Wertvorstellungen man hat, ist sehr individuell. Dabei gibt es kein „Richtig“ oder „Falsch“.

#### Ausfüllhilfe

- Beispiele sind: Ich möchte...
  - aktiv sein, neue Erfahrungen machen.
  - für meine eigene Sicherheit sorgen.
  - mich selbst und andere akzeptieren.
  - zeigen, wie leistungsfähig ich bin.
  - mir und anderen gegenüber großzügig sein.
  - andere Menschen unterstützen.
  - für meine Rechte einstehen.
  - ein bescheidener Mensch sein.
  - meine eigene Gesundheit möglichst gut erhalten.
  - Freundlich und rücksichtsvoll anderen gegenüber sein.
  - ...
- Es geht **nicht** darum, was sie haben oder von anderen bekommen möchten, zum Beispiel „Ich möchte reich sein“ oder „Ich möchte, dass andere mich mögen“. Sondern es geht um Ihre Wünsche an Ihr eigenes Handeln.

#### Meine Antwort

*Meine Wertvorstellungen sind...*

*Fortsetzung auf nächster Seite...*

*Fortsetzung: Meine Wertvorstellungen sind...*

## 2. Wie passen meine Wertvorstellungen zur Offenlegung und Nicht-Offenlegung?

Bei dieser Frage geht es darum, Ihre Wertvorstellungen mit der Entscheidung zusammenzubringen. Am einfachsten ist, wenn Sie die beiden Optionen „Ich sag’s“ und „Ich sag’s nicht“ einzeln betrachten.

### Ausfüllhilfe

- Überlegen Sie, wie die **Offenlegung** oder die **Nicht-Offenlegung** der gesundheitlichen Beeinträchtigung dazu beitragen könnte, Ihren Wertvorstellungen näher zu kommen.

### Meine Antwort

*So könnte eine **Offenlegung** meiner gesundheitlichen Beeinträchtigung dazu beitragen, meinen Wertvorstellungen näherzukommen...*

*Fortsetzung auf nächster Seite...*

*Fortsetzung: So könnte eine **Offenlegung** meiner gesundheitlichen Beeinträchtigung dazu beitragen, meinen Wertvorstellungen näherzukommen...*

*So könnte eine **Nicht-Offenlegung** meiner gesundheitlichen Beeinträchtigung dazu beitragen, meinen Wertvorstellungen näherzukommen...*

### 3. Mein Fazit: Was passt besser zu meinen Wertvorstellungen – Offenlegung oder Nicht-Offenlegung?

Zum Schluss können Sie ein Fazit ziehen:

#### Ausfüllhilfe

- Überlegen Sie, welche der beiden Varianten – Offenlegung oder Nicht-Offenlegung – besser zu Ihren Wertvorstellungen passt.

#### Meine Antwort

*Fazit: Zu meinen Wertvorstellungen passt besser...*