## **EXPLORE-METHODE 5.2:**

PFRSONA

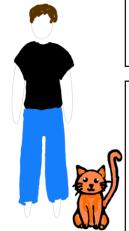
Mein nächster Urlaub

-Städtetip Berlin

Das ist ein Tick von mir

- CV geht nur mit Kopfhörern
- Die Katzen werden immer als erstes Regnisst.

7 FICHNE DEINE PERSONA



Meine Lieblings-Apps

- Tiklok - Whats app

- Instagram

Das ist mein Problem

Angststörung mit periodischen Angst/Panikattacken.

Ein typischer Tag

- Aufstehen zwischen 6-3 Uhr
- social media checken
- Uni
- Leven für Uni
- Anxiety Atack
- Lesen / Netflix co...
- Social media
- Schlafen gehen zwischen 23-01:00th

BESCHREIBUNG DER PERSON

Haarfarbe, Größe, Alter etc.

- Braune Haare
- 180 cm
- 23 Jahre
- Beruf: Student
- Beziehung
- Katzenhesitzer

Das sind meine Ziele.

- Überblick über Attacken
- Aufzeichnung der Attacken
- bessees Vestāndnis dafāc Gewinnen (über länge, intensität, was hat gen offen)