

Übersicht

VORBEREITUNGSKARTEN

- 1 Anleitung
- 2 Persönlichkeit
- 3 6-Faktoren-Modell der Persönlichkeit
- 4 Fragen zu deiner Persönlichkeit
- 5 Lebenslinie
- 6 Gefühlsbarometer

BIOGRAFIEKARTEN

- 7 Kleinkindphase
- 8 Fragen zur Kleinkindphase
- 9 Lebensentscheidende Momente der Kleinkindphase
- 10 Grundschulzeit
- 11 Fragen zur Grundschulzeit
- 12 Lebensentscheidende Momente der Grundschulzeit
- 13 Jugendzeit von 11 bis 17 Jahren
- 14 Fragen zur Jugendzeit zwischen 11 und 17 Jahren
- 15 Lebensentscheidende Momente der Jugendzeit von 11 bis 17 Jahren
- 16 Die Zeit als junge/r Erwachsene/r von 18 bis 29 Jahren
- 17 Fragen zur Zeit als junge/r Erwachsene/r von 18 bis 29 Jahren
- 18 Lebensentscheidende Momente als junge/r Erwachsene/r von 18 bis 29 Jahren
- 19 Lebensphase zwischen 30 und 45 Jahren
- 20 Fragen zur Lebensphase zwischen 30 und 45 Jahren
- 21 Entscheidende Momente in der Lebensphase zwischen 30 und 45 Jahren

- 22 Lebensabschnitt zwischen 45 und 65 Jahren
- 23 Fragen zum Lebensabschnitt zwischen 45 und 65 Jahren
- 24 Entscheidende Momente im Lebensabschnitt zwischen 45 und 65 Jahren
- 25 Das Leben als älterer Mensch mit mehr als 65 Jahren
- 26 Fragen zum Leben als älterer Mensch mit mehr als 65 Jahren
- 27 Lebensentscheidende Momente als älterer Mensch
- 28 Resümee
- 29 Fragen für ein Resümee
- 30 Glück und Zufriedenheit
- 31 Fragen zur Zufriedenheit
- 32 Erinnerung an zufriedene Urgroßeltern
- 33 Die gegenwärtige Lebenssituation
- 34 Fragen zur gegenwärtigen Lebenssituation
- 35 Fragebogen zur gegenwärtigen Lebensqualität
- 36 Die Suche nach dem richtigen Weg
- 37 Zukunftsfantasie
- 38 Vor dem Ende deiner Zeitreise
- 39 Beenden der Biografiearbeit

WOHLFÜHLKARTEN

- 40 Versöhnung
- 41 Entspannung
- 42 Entspannungsübung
- 43 Übung zur Lebensfreude
- 44 Selbstwert
- 45 Fragen zum Selbstwert
- 46 Übung zum Selbstwert
- 47 Wie möchtest du leben?

THEMENKARTEN

- 48** Nachrufkarte
- 49** Fragen zum eigenen Nachruf
- 50** Veränderung
- 51** Fragen zur Veränderung
- 52** Familienkonflikt
- 53** Fragen zum Familienkonflikt
- 54** Eigene Kinder
- 55** Fragen zu eigenen Kindern
- 56** Erziehungskarte
- 57** Fragen zur Erziehung
- 58** Beziehungskarte
- 59** Fragen zur Beziehung
- 60** Zufriedenheit in der Partnerschaft
- 61** Fragen zur Zufriedenheit in der Partnerschaft
- 62** Trennung
- 63** Psychotherapiekarte
- 64** Fragen für die Psychotherapie