



“Rückblick Lebens-Traum“ – so war mein ideales Leben!



Mein glückliches und erfülltes Leben zieht an mir vorbei

Lernen Sie sich selbst besser kennen: Finden Sie heraus, was Sie wirklich wollen!

Wenn Sie Ihr Leben betrachten, als würden Sie sich bereits in der Zukunft befinden, fallen die aktuellen Probleme weg und das, was Sie wirklich wollen, wird deutlicher.

Aufgabenstellung A:

Stellen Sie sich vor, Sie sind bereits 70 Jahre alt, gehen im Park spazieren (oder sitzen im Schaukelstuhl) und Ihr bisheriges Leben zieht an Ihnen vorbei.

Beschreiben Sie die wesentlichsten Stationen ihres Lebens.

Hinweis: Die nachfolgenden "**Lebens-Situations-Analyse-Fragen**" werden Sie dabei unterstützen. Sie können diese Fragen gerne einzeln beantworten oder Sie integrieren die Antworten in die Aufgabenstellung A - Sammel-Antwort

1. Was haben Sie erreicht, gemacht und erlebt? (00084-AF)
2. Welche Berufe übten Sie aus, welche Arbeit hat ihnen Freude gemacht? (00085-AF)
3. Wie waren Ihre sozialen Kontakte, Freunde, Bekannte, Partnerschaft und Familie? (00086-AF)
4. Wie haben Sie Ihre (Frei-)zeit verbracht, was haben Sie alles unternommen? (00087-AF)
5. Welche Wünsche und Träume haben Sie sich erfüllt? (00088-AF)
6. Wie und wo haben Sie gelebt? (00089-AF)
7. Etc.

(Aufgabenstellung A – Sammel-Antwort)

Rückblick auf mein Leben – so lebte ich wirklich innerlich glücklich!

Hören Sie genau in sich hinein und erstellen Sie eine umfassende Geschichte über Ihr ideales Leben – schreiben Sie einfach alles auf, was Ihnen so einfällt!