





Wie bewerte ich die Landkarte meines Privatlebens?

					
Ich bin mir meiner familiären Wurzeln bewusst.					
Ich habe zu meinen Eltern einen guten Kontakt.					
Mir bedeutet meine Familie sehr viel.					
Ich investiere viel Zeit und Energie in die Beziehung zu meiner/m Partner*in.					
Mir ist Zufriedenheit in der Beziehung sehr wichtig.					
Ich bin in meiner Beziehung sehr glücklich.					
Ich habe eine sehr gute Beziehung zu meinen Kindern.					
Ich pflege mit den Kindern eine offene und konstruktive Gesprächsbasis.					
Ich pflege intensive Freundschaften.					
Der Kontakt zu meinen Freunden ist mir sehr wichtig.					
Meine Freunde schätzen den Kontakt zu mir.					
Auf meine Freunde kann ich mich verlassen.					
Ich fühle mich wohl in meinen eigenen vier Wänden.					
Zu Hause tanke ich Energie auf.					
Ein Haustier ist mir wichtig.					
Ich nehme mir Zeit für meine Hobbys.					
Ich nutze die Vielfalt der Möglichkeiten meine Freizeit zu gestalten (Sport, Kultur, Bildung, Natur, Vereine, ...).					
Ich bin offen für Neues.					
Gerne entdecke ich „unbekannte Inseln“.					
Ich gebe Veränderungen eine Chance.					

Die Fragen, die mit einem traurigen/ sehr traurigen Smilies beantwortet wurden verdienen Ihre besondere Aufmerksamkeit! Ideen und Lösungsmöglichkeiten für Ihre Themen können Sie mit Hilfe des Arbeitsblattes „Problemlöseprozess“ angehen.