

Erstellen einer Biografie (ab dem 21. Lebensjahr)

Vor dem Beginn

- Familie
- Schwangerschaft
- Geburt

0 bis 7 Jahre

- stillen
- Bewegungsentwicklung
- Sprachentwicklung
- Denk- und Spielentwicklung
- Trotz und „ich“ sagen mit 2,5 Jahren oder?
- Sauberkeit
- Kindergarten, Freunde

7 bis 14 Jahre

- Schule
- Freunde
- Kontakt zu Lehrern
- Lernfähigkeit
- Lernlust

14 bis 21 Jahre

- Schule und Ausbildung
- Freunde, wichtige Begegnungen
- wichtige Sätze, die man mir gesagt hat
- Interessen
- Ideale
- Reisen

21 bis 28 Jahre

- Beziehungen
- Arbeits- und Auslandserfahrungen
- Reisen

28 bis 35 Jahre

- Beziehungen
- „Karriereplanung“

35 bis 42 Jahre

- meine Menschengruppe finden
- meinen Ort finden
- meinen Beruf finden
- mich selber kennen lernen

42 bis 49 Jahre

- mehr Verantwortung übernehmen
- Vorbild werden

49 bis 56 Jahre

- geben, geben, geben und loslassen
- am Ende die Frage: Was habe ich nicht getan, was ich tun sollte?

56 bis 63 Jahre

- vertieftes, schöpferisches Tun
- andere inspirieren

danach Zugabe!

Verarbeiten der biografischen Daten:

- in die Lebenskurve eintragen
- was war wichtig in welchem Jahrsiebt: Veränderungen, Verluste, Wendepunkte, Umzüge, Krankheiten?
- was war in der Zeit der Mondknoten mit:
18 – 19,25 Jahren
36 – 38 Jahren
55 – 57 Jahren?
- Gibt es Spiegelungen?