

2 Visionen

Lebensweg

| | |
|---------------------|--|
| Beschreibung | Teilen Sie die Blätter aus und geben Sie folgende Anweisung. Nehmen Sie das Blatt horizontal und zeichnen Sie einen Strich von links unten nach rechts oben. Links unten ist der Tag Ihrer Geburt. Rechts oben ist der gegenwärtige Tag, also Ihr Alter in Jahren. Dazwischen können Sie zur Orientierung Zehnerschritte Ihres Lebensalters einzeichnen. Schreiben Sie nun Personen auf das Blatt, die Ihnen gut getan haben, die Ihnen Stärken oder positive Eigenschaften vermittelt haben, die Sie als Vorbild zur Entwicklung Ihrer Stärken genommen haben. Schreiben Sie die Namen und die entsprechende Stärke/Eigenschaft an die Jahresstelle, an der Sie die Personen positiv beeinflusst haben. |
| Material | Pro Person ein Din A4-Blatt und einen Stift |
| Hintergrund | Eine gute Vorbereitung für Dankbarkeitsübungen, Ressourcenfindung, „Wer bin ich?“ und „Was will ich?“ |
| Zeitaufwand | 15 Minuten |
| Tipp | Wenn eine TNin Schwierigkeiten hat, eine Person zu finden, können auch Idole aufgeschrieben werden, an denen man sich orientiert hat. |

Raum für eigene Ideen, Ergänzungen ...
