

- **Beziehung (4/13)**

- Wie sieht es mit meinem Liebesleben aus? Wie ist es um meine Freundschaften und mein soziales Netzwerk bestellt?

Liebesleben:

Freundschaften:

soziales Netzwerk:

- Welche sich wiederholenden Beziehungsmuster begegnen mir in meinem Leben immer wieder?

- Gibt es etwas, was ich vergeben müsste? Bin ich bereit, der Person zu verzeihen? Falls ja, weshalb? Falls nein, weshalb nicht?

- Was müsste geschehen, damit ich mich rundum geliebt fühle?

- Welches Maß an Verletzlichkeit lasse ich im Umgang mit den Menschen in meinem Leben zu?

- Welchen Nachruf würde ich schreiben, wenn die Menschen, die ich liebe, heute schon sterben würden? Wenn die Menschen, die ich liebe, sterben würden oder bereits gestorben sind, wie viel ist zwischen uns unausgesprochen geblieben?

- Wenn ich mir meine Beziehung betrachte: Gibt es da immer einen, der im Unrecht und einen, der im Recht ist?

Ja Nein

- Wie oft fühle ich mich in meinen Beziehungen ausgenutzt? Bin ich bereit, mich aus der Rolle des Opfers oder Retters zu verabschieden, um gesund zu werden?

Ja Nein

- Bin ich es wert, geliebt zu werden und Zuneigung zu erfahren?

Ja Nein

- Wenn ich einen Zauberstab hätte, was würde ich im Hinblick auf die Liebe in meinem Leben verändern?
