



Lebensphasen verstehen,
Veränderungen sinnvoll nutzen

Impulse

Lebensphasen Lebenskrisen & Chancen

v. B. Lievegoad



- 4 Phasen und 7-er Schritte des Lebens
- Einflussfaktoren & Umfeld
- Persönliche Lebensphasen Reflexion
- Ressourcen/Potenziale
- Bewusstseinsprozess – Meine Kraftplätze
- Zeitmanagement - Entwicklungsschritte

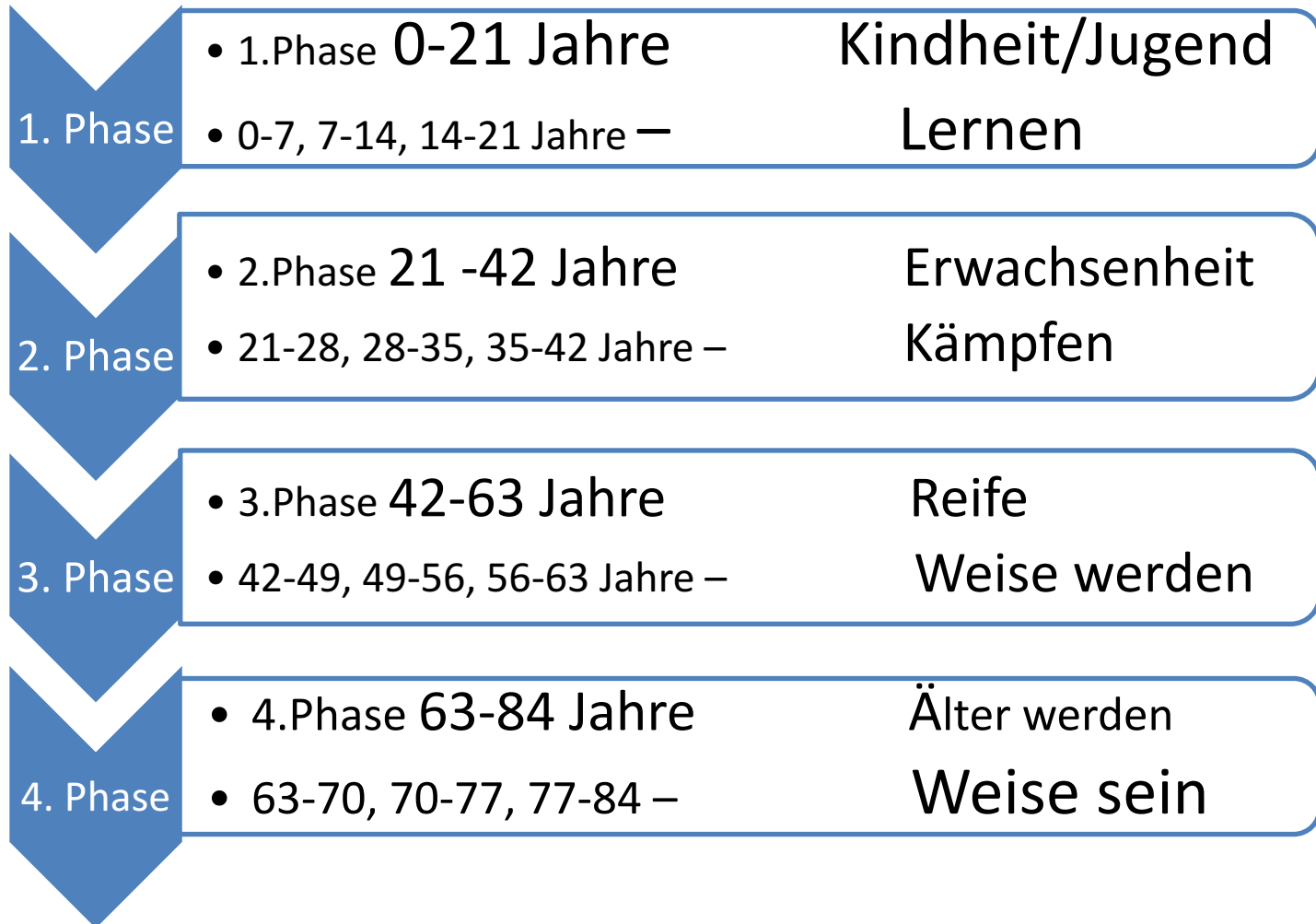
Lebensphasen



- Prägendes in der 1 Lebensphase: bis 14 Jahren
- Meine Schattenseiten – Krisen & Chancen
- Emotionale, seelische & körperliche Gesundheit
- Mein Roter Faden im Leben
- Widerstände – Integration der Schattenseiten
- Eigenverantwortliches Handeln & Tun
- Möglichkeiten erkennen & sinnvoll nützen

Lebensphasen – Modell

Hans von Sassen



Lebensphasen

Ressourcen & Potenziale



- Erlebte Erfahrungen & Begabungen
- Erlernete Fähigkeiten & Fertigkeiten
- Angewandtes, erfülltes Praxiswissen
- Neue Aufgaben - Schlüsselqualifikationen
- Aktuelle Lebensphase – Meine Ziele - Ideen?
- Einstellung & Haltung für Unterstützung