

„Meine Lebenslinie“ – Beispiele für Symboldarstellungen

- Habe ich das Ereignis positiv erlebt? ↑
- Habe ich das Ereignis negativ erlebt? ↓
- Habe ich in jener Situation etwas dazugelernt? ☺
- Wie stressig war die Situation für mich? (Gewichtung je nach Intensität des Stress)
- Sehr stressig (3 Sterne) ★ ★ ★
- Stressig (2 Sterne) ★ ★
- Wenig Stressig (1 Stern) ★