

## Vorbereitungsblatt für Ihr 3-h-Coaching

Als Vorbereitung für unser Online-Coaching bitte ich Sie, ein Bild zu malen und mir das vor der Sitzung per Mail zukommen zu lassen.

Und zwar nach dieser Vorgabe:  
Teilen Sie ein DIN A 4 Blatt hochkant  
in drei Bereiche wie auf dem Bild.

Im oberen Bereich bitte ich Sie, Ihre Herkunftsfamilie zu zeichnen, wie Sie sie im Alter zwischen 1 und 12 Jahren erlebt haben. Durch die Größe der Figuren deuten Sie bitte die Dominanz an. Durch den Abstand die Nähe oder Distanz der Personen zueinander.

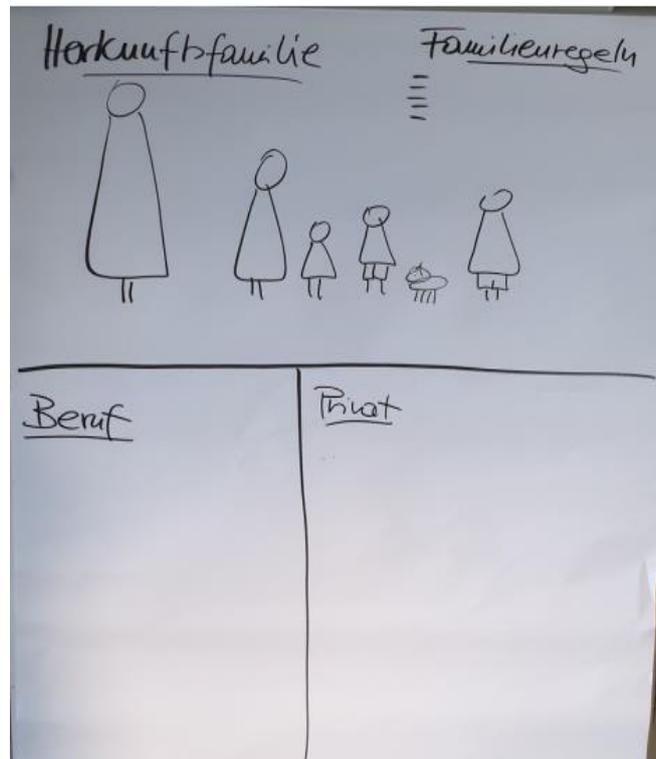
Rechts oben schreiben Sie ein paar Familienregeln aus dieser Zeit auf.

Im 2. Feld bitte ich Sie zeichnerisch, grafisch Ihre berufliche Situation darzustellen.

Im 3. Feld bitte Ihre private Situation nur zeichnerisch, grafisch darstellen.

**WICHTIG:** Nichts schreiben!

Zeichnerisches Können ist nicht erforderlich,  
Strichmännchen genügen.



Bitte einen schwarzen Stift benutzen, keinen Bleistift.

Wenn Sie Fragen haben, einfach mailen: [info@aufgeraeumtundeingerichtet.com](mailto:info@aufgeraeumtundeingerichtet.com)