

Anregungen zur Vorgehensweise

1. Chronologisch:

- Herkunft: Elternhaus, Familie (Eltern/Geschwister), Wohnort, Haustiere, Spielzeug
- Freundschaften
- Hobbys
- Kommunion/Konfirmation/Jugendweihe o.ä.
- Schulzeit (Besonderheiten/Abschlüsse/Feiern)
- Hochzeit/Partnerschaft
- Geburt der Kinder
- Urlaube
- Verlusterfahrungen
- Unfälle/Todesfälle/Beerdigungen
- ...

2. Gedanken, Gefühle, Werte

- Was war wichtig im Leben, was sind Erkenntnisse, die weitergegeben werden sollen?
- Worin haben Sie den Sinn Ihres Lebens entdeckt?
- Was waren Ihre Lebensaufgaben?
- Welche Gefühle möchten Sie im Hinblick auf die Zurückbleibenden äußern?

3. Empfehlungen/Erfahrungen

- Wichtige Bücher, die wegweisend/inspirierend/humorvoll ... waren
- Bestimmte Musikstücke, die bedeutungsvoll oder typisch für Sie sind, auch Lieder aus der eigenen Kindheit oder Lieder, die Sie Ihren Kindern vorgesungen haben
- Besondere Aktivitäten, z.B. in der Gemeinschaft mit anderen, sei es im Verein, in der Familie oder im Freundeskreis oder alleine
- Gemeisterte Herausforderungen
- Reisen
- Spirituelle Erlebnisse, die die persönliche Entwicklung gefördert haben

4. Wünsche für die Zukunft

Für kleine Kinder

Botschaften und Wünsche für besondere Ereignisse formulieren (Einschulung, Volljährigkeit, Partnerschaft, Berufswahl, weitere Entwicklung ...)

Für größere Kinder, Partner oder andere wichtige Menschen

Botschaften und Wünsche in Bezug auf die weitere Lebensgestaltung (Partnerschaften, berufliche Entwicklung, Ziele finden ...)