



Levenslijn

Voor iedere 7 jaar van je leven pak je een leeg A4. En boven ieder vel schrijf je de levensjaren:

0-7 jaar / 8-14 jaar / 15-21 jaar / 22- 28 jaar /
29-35 jaar / 36-42 jaar / 43-48 jaar / Etc

En dan begin je te schrijven en schrijf door totdat je niets meer weet.

- *Wat gebeurde er in deze periode?*
- *Waar was je toen?*
- *Welke gebeurtenissen hebben impact gemaakt?*
- *Wat deed je?*
- *Welke personen speelde een belangrijke rol in je leven*
- *Wat vond je het leukste aan die periode?*
- *Wat vond je niet leuk?*
- *Hoe voelde jij je?*

En dat doe je voor iedere 7 jaar.