

Paare

Ein Paar kann das Seelenfenster wie folgt verwenden:

Beide suchten sich drei Steine aus.

Man einigt sich auf drei Hauptthemen, z.B. Liebe, Freizeit, Gesundheit.

*Beide legen ihre drei Steine nach Gefühl zu den drei Hauptthemen
in drei Reihen.*

Die mittlere Reihe bitte freilassen. Nun legen sie gemeinsam den letzten

Stein in die mittlere Reihe zum Thema Zusammenhalt.

Ab jetzt versetzen sie die Steine nur noch bei Veränderung.

Nun sehen sie am Zeiger wie es um die Liebe steht.

*Eine junge Liebe fängt ja immer positiv an. Vielleicht kann unser
Seelenfenster dazu beitragen, die wichtigen Themen in einer Beziehung im
Auge zu behalten, um dem Glück dauerhaft
die Tür zu öffnen.*

Wg`s

Für eine WG kann man das Seelenfenster wie folgt verwenden:

Jeder sucht sich einen Stein aus.

*Man einigt sich auf ein Thema, z.B. wie wohl fühle ich mich
in der WG?*

*Jeder legt seinen Stein nach Gefühl zum Hauptthema, "wie wohl fühle ich
mich in der WG?", in eine der Reihen.*

*Übriggebliebene Steine kann man für ein Haustier verwenden,
oder einfach auf neutral belassen.*

Ab jetzt versetzen sie die Steine nur noch bei Veränderung.

Nun sieht man am Zeiger wie es um die "WG Harmonie" steht.

*Hier kann das Seelenfenster Gespräche anregen, die langfristig zu einer
Verbesserung der Lebensqualität in der WG,
oder einer anderen Gruppe führen.*