

Name	Inventar Seite 1 <i>Die Aussage stimmt:</i>	- - <i>nicht</i>		- <i>eher nicht</i>	+ <i>eher ja</i>		++ <i>völlig</i>
1	Ich kann mich ausreichend gut motivieren, Neues zu Lernen.						
2	Ich lebe, um zu arbeiten.						
3	Ich arbeite, um zu leben.						
4	Ich kann die Anforderungen an mein geistiges Vermögen uneingeschränkt erfüllen.						
5	Es fällt mir schwer, die volle Konzentration länger aufrechtzuerhalten.						
6	Für den Umbruch suche ich Begleitung.						
7	Ich stelle Erinnerungsschwächen fest.						
8	Meine außerberuflichen Interessen sind: - Familie / Partnerschaft.						
9	Meine außerberuflichen Interessen sind: - Sozialkontakte (Freunde etc.).						
10	Mein außerberufliches Interesse ist: - Sport.						
11	Meine außerberuflichen Interessen sind: - Hobbies.						
12	Meine außerberuflichen Interessen sind: - Reisen.						
13	Meine außerberuflichen Interessen sind: - Medien (TV, Radio, PC).						
14	Mein außerberufliches Interesse ist: - Kultur.						
15	Ich finde uneingeschränkt die Energie, etwas zu unternehmen.						

Inventar Seite 2

Die Aussage stimmt:

- -

nicht

-

*eher
nicht*

+

*eher
ja*

++

völlig

16 Meine 3 persönlichen Stärken sind:

--

17 Meine 3 persönlichen Schwächen sind:

--

18 Welche Fragen zu meinem Leben suche ich zu beantworten:

--

19 Ich habe bisher uneingeschränkt an Vorsorgemaßnahmen teilgenommen.

--	--	--	--

20 Für meine Gesundheit werde ich künftig noch mehr tun.

--	--	--	--

21 Ich ernähre mich mit ausgeprägtem Bewußtsein gesund.

--	--	--	--

22 Ich kann seit Jahren mein Gewicht halten.

--	--	--	--

23 Im regelmäßigen Jahresurlaub kann ich gut regenerieren.

--	--	--	--

24 Ich achte bei hohen körperlich/geistigen Anforderungen auf Pausen.

--	--	--	--

25 Mit Bewegung und Sport finde ich einen guten Ausgleich.

--	--	--	--

26 Ich muss mich mit gesundheitlichen Einschränkungen aktiv auseinandersetzen.

--	--	--	--

Inventar Seite 3

Die Aussage stimmt:

--

nicht

-

*eher
nicht*

+

*eher
ja*

++

völlig

27 Ich verfüge über stabile Kontakte im Freundeskreis.

--	--	--	--

28 Ich finde auch derzeit immer wieder neue Kontakte.

--	--	--	--

29 Ich übe aktiv ein oder mehrere Ehrenämter aus.

--	--	--	--

30 In meiner Umbruchsituation erhalte ich Unterstützung.

--	--	--	--

31 Mein/e Lebenspartner/in äußert klare Erwartungen an meine Lebensführung.

--	--	--	--

32 In meinem sozialen Umfeld spielen eine Rolle - Verein.

--	--	--	--

33 In meinem sozialen Umfeld spielen eine Rolle - Kirche.

--	--	--	--

34 In meinem sozialen Umfeld spielen eine Rolle - Politik.

--	--	--	--

35 Ich reflektiere immer wieder mein Leben.

--	--	--	--

36 Ich nutze beim Reflektieren Methoden der Meditation.

--	--	--	--

37 Ich nutze beim Reflektieren Methoden der Kontemplation.

--	--	--	--

38 Ich nutze beim Reflektieren Methoden der persönlichen Gesprächsführung.

--	--	--	--

39 Ich nutze beim Reflektieren Fachbücher (zB. Lebensführung).

--	--	--	--

40 Ich nutze religiöse Angebote der Kirchen.

--	--	--	--

Inventar Seite 4

Die Aussage stimmt:

--

nicht

-

*eher
nicht*

+

*eher
ja*

++

völlig

41	Ich bin konfessionell aktiv.				
42	Für mich ist die Beschäftigung mit dem Bereich "Seele" ein ernsthaftes Thema.				
43	Der Begriff "Spiritualität" ist mir vertraut.				
44	Mir sind Werte und Werteentwicklung wichtig.				
45	Ich bin auf der "Suche".				
46	Ich suche aktiv.				
47	Ich beabsichtige auf die Suche zu gehen.				
48	Ich setze mich mit der Frage nach dem Sinn meines Lebens auseinander.				
49	Ich finde Ansätze dazu, meinen Weg zu gehen.				
50	Ich plane konkret Aktivitäten auf das von mir festgestellte Ziel hin.				
51	Ich überprüfe mein Ziele und die Erreichung immer wieder neu.				
52	Ich setze mich auseinander mit den Fragen des Sterbens.				
53	Meine Lebensplanung umfaßt die nächsten 10 Jahre.				
54	Ich bilde mich ständig mindestens in einem 2-Jahreszeitraum weiter.				
55	Ich kann auch loslassen.				

Inventar Seite 5		- -		+	
<i>Die Aussage stimmt:</i>		<i>nicht</i>		<i>eher ja</i>	
		-		++	
		<i>eher nicht</i>		<i>völlig</i>	
56	Ich werde mich mit neuen Interessenbereichen auseinandersetzen.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
57	Ich bemühe mich um die Beantwortung der Frage "Was ist der Sinn des Lebens"?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
58	Ich bemühe mich um die Beantwortung der Frage "Wie kann ich etwas Bleibendes, Nachhaltiges schaffen"?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
59	Ich bemühe mich um die Beantwortung der Frage "Wie kann ich meinem Umfeld viel weitergeben"?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
60	Ich bemühe mich um die Beantwortung der Frage "Wie kann ich das beste aus meinem Leben machen"?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
61	Ich bemühe mich um die Beantwortung der Frage "Gibt es ein Leben nach dem Tod"?	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
62	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Lebenspartner/in.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
63	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Familie.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
64	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Freundschaften.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
65	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch soziale Einbindung.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
66	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Religion, Glauben.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
67	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Freizeitaktivitäten (Reisen, Hobbies).	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
68	Das Fundament meines Lebens ist geprägt durch Erinnerung an positive Erlebnisse.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
69	Ich erfahre als Person ausreichende Wertschätzung.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
70	Ich habe mich bemüht, die Fragen ehrlich und selbstkritisch zu beantworten.	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>