

Lebenslinie – Hinweise

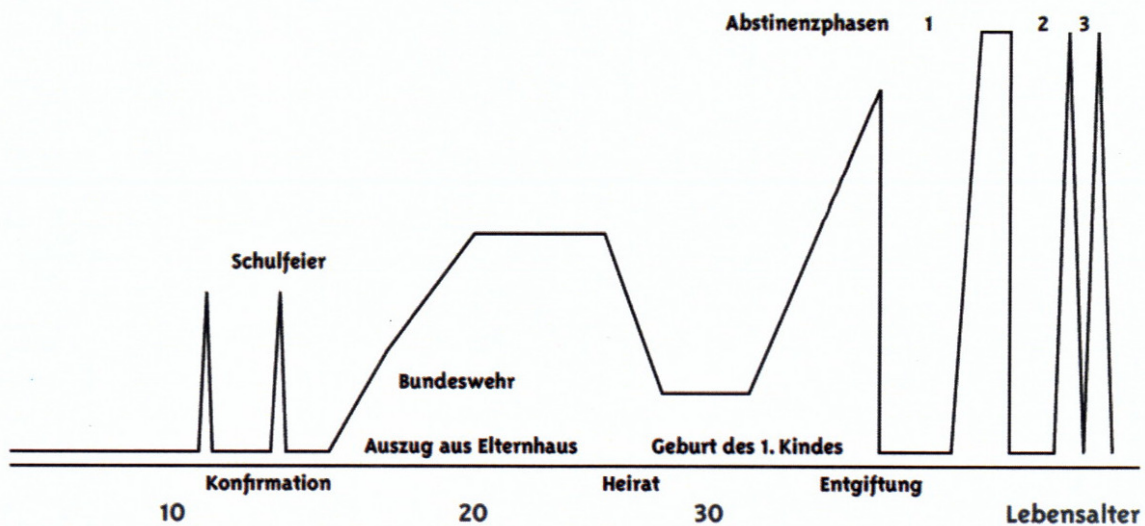
Hier ein paar Hilfestellungen zur Bearbeitung dieser Therapieaufgabe.

Bitte prüfen Sie bei der Erstellung der Lebenslinie, ob folgende Lebensereignisse mit einer Veränderung Ihres Alkoholkonsums einhergingen:

- ▶ Schulabschnitte
- ▶ Ausbildung / Lehre
- ▶ Bundeswehr / Armee
- ▶ Eigene Wohnung / Umzüge
- ▶ Berufsabschnitte
- ▶ Arbeitslosigkeit
- ▶ Auslandsaufenthalt
- ▶ Strafvollzug
- ▶ Konfirmation / Jugendweihe
- ▶ Feiern (Hochzeiten; andere wichtige Feiern)
- ▶ Eigene Heirat
- ▶ Scheidung
- ▶ Geburt eigener Kinder
- ▶ Todesfälle
- ▶ Entgiftungen
- ▶ Entwöhnungsbehandlungen
- ▶ Abstinenzphasen

Tragen Sie alle weiteren wichtigen Lebensereignisse ein, die Einfluss auf die Höhe des Alkoholkonsums hatten.

Beispiel:



Beachten Sie, dass möglicherweise nicht alle Lebensabschnitte für die Analyse Ihrer Alkoholabhängigkeit gleich wichtig sind. Besprechen Sie daher mit Ihrem Therapeuten, auf welchen Zeitraum Sie sich bei dieser Aufgabe konzentrieren sollen.

Lebenslinie des Alkoholkonsums

