

Die Insel heißt: _____

Mit wem bin ich dort? _____

Wie erlebe ich die Insel?

D.h. wie fühle ich mich in der Beziehung?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Welche Früchte kann ich auf dieser Insel ernten?

D.h. Was nehme ich aus dieser Beziehung für mich mit? Was davon gibt mir Kraft? Welche Bedürfnisse werden dadurch für mich befriedigt?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....

Wann verbringe ich am liebsten Zeit auf dieser Insel?

D.h. in welchen Situationen tut mir Zeit in der Beziehung besonders gut?

.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....
.....



Was kann ich tun, um sie weiter wachsen zu lassen?

D.h. wie kann ich die Beziehung stärken?

.....
.....
.....
.....