EUC Zürich FT II/83

Arbeits- und Freizeitplanung innerhalb der Familie

	Zeit pro Tag	Woche	mit dem Partner/In
Organisation Haushalt:			
- Planung			
- Einkauf			
- Kochen			
- Waesche			
- Krankenpflege			
- Nähen/Flicken			
- Putzen			
Körperpflege			
Kleidung			
Eigene Information			
- Fernsehen			
- Radio			
- Zeitung			
- Buch			
- Andere Möglichkeiten			
Weiterbildung			
- in Ihrem angestammten Beruf			
- etwas neues			
Partnerschaftspflege			
Soziale Kontakte/Oeffentlichkeitsarbeit			
- Freunde			
- Nachbarn			
- Verwandte			
- Verein/Club			
Kindererziehung / Zuwendung			
- Pflege			
- Massage			
- Singen			
- Spielen			
- Geschichten erzählen			

https://adhs.expert

	Zeit pro Tag	Woche	mit dem Partner/In
- Aufgaben			
- Gedankenaustausch			
- Gemeinsamkeit finden			

Familienpolitik

Was wollten Ihnen Ihre Eltern weitergeben? _ _ _ _ _

Was ist das Wichtigste, das Sie Ihren Kindern weitergeben möchten? _ _ _ _ _

Krisenmanagement

oder Aufrecht erhalten der Harmonie _ _ _ _ _

Wie lösen Sie Konflikte?

Wer macht meistens den ersten Schritt zur Versöhnung? _ _ _ _ _

Budget / Wirtschaftlichkeit

Stellt ein Partner allein das Budget auf? _ _ _ _ _

Erstellen Sie es gemeinsam? _ _ _ _ _

Wie und mit wem gestalten Sie Ihre Freizeit:

- Allein _ _ _ _ _
- mit den Kindern _ _ _ _ _
- mit dem Partner, der Partnerin _ _ _ _ _
- mit der Familie _ _ _ _ _
- mit Verwandten _ _ _ _ _
- mit Freunden _ _ _ _ _

Wie treffen Sie wichtige Entscheidungen innerhalb Ihrer Familie:

- allein _ _ _ _ _
- mit dem Partner, der Partnerin _ _ _ _ _
- mit dem Kind/den Kindern _ _ _ _ _
- alle zusammen _ _ _ _ _
- mit den Grosseltern _ _ _ _ _

Welche Form von Anerkennung	erhalten Sie:	wünschen Sie sich:
- Lob	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- Zuneigung	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- Sexualität	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- ein freier Abend	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _

https://adhs.expert

	erhalten Sie:	wünschen Sie sich:
- gemeinsames Nachtessen	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- Sackgeld	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- Geschenk	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _
- andere	_ _ _ _ _	_ _ _ _ _

Was von den obengenannten Pflichten

ist für Sie	- am wichtigsten	_ _ _ _ _
	- am anstrengendsten	_ _ _ _ _
was machen Sie	- am liebsten	_ _ _ _ _
	- am wenigsten gern	_ _ _ _ _
was ist Ihre Stärke		_ _ _ _ _
was ist Ihre Schwäche		_ _ _ _ _
wo brauchen Sie Unterstützung		_ _ _ _ _

ez93

https://adhs.expert