

Welche Karten gibt es?

Im Folgenden sind die 120 Satzanfänge nach den Kategorien aufgelistet.

1 Vergangenheit

1. Als ich noch klein war ...
2. Meine Kindheit ...
3. Meine Jugend ...
4. Meine Vergangenheit ...
5. Nie vergessen werde ich ...
6. Im Fotoalbum meines Lebens ...
7. Im Rückspiegel sehe ich ...
8. Die glücklichste Zeit meines Lebens ...

2 Gegenwart

9. Meine Mutter ...
10. Mein Vater ...
11. Meine Familie ...
12. Mein Körper ...
13. Mein Beruf ...
14. Ich bin ...
15. Ich bin auf der Suche ...
16. Mir fehlt ...
17. Ich brauche Hilfe ...
18. Mit anderen zusammen ...
19. Alleine ...
20. Im Garten meines Lebens ...
21. Der Countdown läuft ...
22. Jetzt ist Schluss ...
23. Hört endlich auf ...

3 Wertvorstellungen

24. Das Wichtigste in meinem Leben ...
25. Meine größte Inspiration ...
26. Kinder ...
27. Frauen ...
28. Männer ...
29. Die Erwachsenen ...
30. Therapeutinnen und Therapeuten ...
31. Lehrerinnen und Lehrer ...
32. Vorgesetzte ...
33. Tiere ...
34. Das Schicksal ...
35. Krisen ...
36. Heimat ...
37. Freundschaft ...
38. Schönheit ...
39. Freiheit ...
40. Mut ...

4 Paradox

41. Ich lege mir selbst Steine in den Weg ...
42. Mein Problem hilft mir ...
43. Ich lade mein Problem zu mir ein, indem ...

5 Externalisierend

- 44. Wenn meine Tränen sprechen könnten ...
- 45. Wenn meine Wut eine Stimme hätte ...
- 46. Wenn meine Angst eine Stimme hätte ...
- 47. Mein Bauch sagt mir ...
- 48. Mein Kopf sagt mir ...

6 Emotionsfokussiert

- 49. Ich bin froh ...
- 50. Ich bin stolz ...
- 51. Ich bin dankbar ...
- 52. Ich bin wütend ...
- 53. Ich bin traurig ...
- 54. Ich bin einsam ...
- 55. Ich habe Angst ...
- 56. Ich fühle mich sicher ...
- 57. Ich fühle mich schuldig ...
- 58. Ich schäme mich ...
- 59. Ich liebe ...
- 60. Ich hasse ...
- 61. Null Bock auf ...
- 62. Ich sehe rot ...
- 63. Ich sehe schwarz ...
- 64. Heute fühle ich ...

7 Ressourcenorientiert

- 65. Ich bin so gern ...
- 66. Ich mag mich ...
- 67. Ich liebe das Leben ...
- 68. Ich würde immer wieder ...
- 69. Ich verdiene einen Orden ...
- 70. Mein größter Erfolg ...
- 71. Ich denke gerne ...
- 72. Ich höre gerne ...
- 73. Ich sehe gerne ...
- 74. Ich schmecke gerne ...
- 75. Ich rieche gerne ...
- 76. Ich fühle gerne ...
- 77. Ich mache gerne ...
- 78. Mein liebster Platz ...
- 79. Ein guter Tag ...
- 80. Drei gute Dinge heute waren ...
- 81. Andere mögen an mir ...
- 82. Ich kann anderen helfen ...
- 83. Ich schaffe das ...

8 Hypothetisch – zukunftsorientiert

84. Ich wollte schon immer einmal ...
85. Ich wäre so gern ...
86. Ich wüsste gern ...
87. Wenn ich älter bin ...
88. Wenn ich noch einmal von vorn begänne ...
89. Wenn ich ein Tier wäre ...
90. Wenn ich drei Wünsche frei hätte ...
91. Die Fee im Märchen würde ...
92. Ich drücke mir die Daumen für ...
93. Auf meiner Trauminsel ...
94. Meine ideale Familie ...
95. Meine ideale Mutter ...
96. Mein idealer Vater ...
97. Mein ideales Geschwister ...
98. Meine Zukunft ...
99. Im kommenden Jahr werde ich ...
100. Auf meinem Grabstein soll einmal stehen ...

9 Subjektive Erklärungsmuster

101. Warum habe ich ...?
102. Wozu sollte ich ...?
103. Ich kann nicht verstehen ...
104. Ich weiß nicht ...
105. Wie konntet Ihr nur ...

10 Sprichwörter

106. Aller Anfang ...
107. Was du heute kannst besorgen ...
108. Wer nicht wagt ...
109. Erst die Arbeit ...
110. Das Leben ist ...
111. Ende gut ...
112. No risk, no ...

11 Aus der Welt des Internets

113. Auf die Playlist meines Lebens ...
114. In meine Story ...
115. Mein Emoji heute ...
116. Der Screenshot meines Tages ...
117. Ohne WiFi ...
118. Meine Ladestation ...
119. Mein Leben bräuchte ein Update ...
120. Gerne löschen würde ich ...