

„Beziehungs-Check“ – Fragebogen (Langlotz 03/04)

Beziehungen sind belastet, wenn man selbst – oder der Andere – nicht am „richtigen Platz“ steht, sodass unangemessene Erwartungen zu Enttäuschung, Vorwürfen, Hass, aber auch Selbstzweifel und Schuldgefühlen führen.

Durch das Familienstellen werden die Beziehungen geklärt, sodass es zu einer messbaren Besserung in den Beziehungen kommt.

Um den Zustand Ihrer Beziehungen einschätzen zu können, bitte ich Sie, Ihre Beziehung bzw. Ihre Einstellung zu folgenden Personen bzw. Themen zu bewerten.

Dabei bedeutet

+ - O weder gut noch schlecht

+1/+2 gut/sehr gut

-1/-2 schlecht/sehr schlecht

Meine Beziehung / Einstellung zu

	- 2	- 1	+ - O	+ 1	+ 2
Vater					
Mutter					
Partner					
mir selbst					
Arbeit					
Kollegen					
Leben					
Zukunft					

Um den „Beziehungs-Index“ zu finden, rechnen Sie bitte die positiven Punkte zusammen und ziehen vom Ergebnis die negativen Punkte ab

Beziehungs-Index:

Werte > 8 = gut 0 bis + 8 = verbesserungswürdig 0 bis – 8 = dringend
verbesserungsfähig

Name

Datum

Vervielfältung nur mit schriftlicher Genehmigung unter Angabe des Autors.
Verstöße gegen das Copyrightgesetz werden rechtlich geahndet.

LANGLOTZ INSTITUT

Dr. Ernst R. Langlotz 81475 München
Nervenarzt, Systemtherapeut Steinkirchnerstrasse 30

fon 089/7254067 Fax 7213327
mail praxis@e-r-langlotz.de
homepage www.e-r-langlotz.de